

**OSHPAZLIK SAN'ATI – HUNAR VA IJOD UYG'UNLIGI**

***Rahmatova Malohatxon Murotovna***

*Farg'ona Shahar 1-sonli politexnikumi ta'lim ustasi*

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada oshpazlik hunari va zamonaviy oshpazlik san'atining o'ziga xos jihatlari, tarixiy ildizlari, estetik va texnologik tamoyillari yoritilgan. Maqola yoshlarning bu sohaga bo'lgan qiziqishini oshirish, oshpazlikni kasb sifatida qadrlashga xizmat qiladi.

**Kalit so'zlar :** Oshpazlik, Taom madaniyati , O'zbek oshxonasi, Professional oshpaz, Xalqaro pazandachilik, Sog'lom ovqatlanish, Gastronomiya, Estetika va dizayn

Oshpazlik – bu faqat ovqat tayyorlash emas, balki ta'b, estetik, madaniy va kasbiy mahoratni birlashtirgan san'atdir. Bu hunar ming yillar davomida insoniyat madaniyatining ajralmas qismiga aylangan. Har bir millatning milliy taomi, pazandalik uslubi va taomni tortish madaniyati o'ziga xoslikni ifodalaydi.

Oshpazlik – qadimiy hunar

Oshpazlik tarixiga nazar tashlasak, qadimdan buyon odamlar o'z ehtiyojlarini qondirish barobarida ovqatni bezash, yaxshilash, va o'zgacha ta'm berish yo'llarini izlagan. Misr, Yunon va Rimda dastlabki oshxonalar va ovqat reseptlari yaratilgan. O'rta asrlarda esa saroy oshpazlari jamiyatda katta obro'ga ega bo'lgan.

O'zbek oshxonasi ham o'z tarixiga ega: palov, somsa, norin, shurva, lag'mon kabi taomlar nafaqat mazali, balki xalq an'analarini aks ettiruvchi merosdir. Zamonaviy oshpazlikning xususiyatlari

Bugungi kunda oshpazlik sohasi juda kengayib, professional kasb sifatida rivojlanmoqda. Oshpaz endilikda:

Texnologik bilimga ega

Sog'lom ovqatlanish tamoyillarini biladi



Xalqaro oshxona uslublarini o'zlashtirgan  
Taomni estetik jihatdan bezay oladigan dizaynerga aylangan  
Zamonaviy oshpazlikda quyidagilar muhim hisoblanadi:  
Gigiyena va sanitariya qoidalariga qat'iy rioya qilish  
Allergik mahsulotlar haqida bilimga ega bo'lish  
Maxsus pazandachilik texnikalarini (suvda pishirish, bug'da, fritirlash, sous tayyorlash) bilish

Xalqaro oshxona va taom madaniyati  
Bugungi global dunyoda bir mamlakat oshxonasi boshqa bir yurtda ham mashhur bo'lib bormoqda. Masalan: Italiya – pizza, pasta  
Yaponiya – sushi, ramen ,Fransiya – kremlar, sufle, baget  
O'zbekiston – palov, barak, somsa  
Xalqaro musobaqalar va gastrofestlar orqali oshpazlar o'z san'atini dunyoga namoyon etmoqda.

Oshpazlik – ijod va sevgi kasbi  
Taomni mazali qilish uchun faqat retseptga amal qilish yetarli emas. Oshpaz:  
Ovqatga muhabbat bilan yondashishi  
Yangi kombinatsiyalarni sinab ko'rishi  
Mehmon ta'bini tushuna olishi kerak.  
Shuning uchun ham oshpazlik — bu hunar bilan ijodning uyg'unligi hisoblanadi.

## 1. Oshpazlikning asosiy yo'nalishlari

Zamonaviy oshpazlik bir necha sohaga bo'linadi:

| Yo'nalish              | Tavsifi                                                                   |
|------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Issiq taomlar oshpazi  | Sho'rva, palov, qovurdoq, dimlama va boshqa asosiy ovqatlar tayyorlaydi.  |
| Qandolatchi (konditer) | Tortlar, shirinliklar, desertlar, nonushta uchun mahsulotlar tayyorlaydi. |



| Yo'nalish                   | Tavsifi                                                                      |
|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Sog'lom ovqatlanish oshpazi | Kaloriyasi past, parhezli, muvozanatli ovqatlarni tayyorlaydi.               |
| Milliy taomlar mutaxassisi  | Har bir xalqning an'anaviy ovqatlarini puxta biladi.                         |
| Gastronomik oshpaz          | Yangi lazzatlar, modern texnologiyalar, molekulyar gastronomiyani o'rganadi. |

## 2. Texnologik jarayonlar

Oshpaz faqat ovqat pishiruvchi emas, u quyidagilarni ham aniq bajarishi kerak:

Reja asosida ishlash – har bir taomni vaqt, harorat, hajm bo'yicha nazorat qilish.

Modda almashinuvi – ovqatning tanadagi ta'siri, kaloriyasi, ovqatlanish balansini hisobga olish.

Ovqatni saqlash texnologiyasi – sovitish, muzlatish, sterilizatsiya qilish qoidalari.

Xarajatni hisoblash – mahsulot narxi, foyda, chiqim, chiqit nazorati.

## 3. Zamonaviy texnologiyalar

Zamonaviy oshxonalarda quyidagi texnik vositalar keng qo'llaniladi:

Induksion plitalar – energiyani tejaydi, xavfsiz.

Suvli vanna (Sous vide) – past haroratda doimiy pishirish.

Kombipech – bug' va issiqlikni uyg'unlashtirib pishiradi.

Molekulyar oshxona texnikasi – mayin ko'pik, jel, kapsulalar tayyorlash uchun.

## 4. Oshpazlik va turizm

Turizm bilan chambarchas bog'liq:

Mehmonxona va restoranlarda oshpazlar daromadning asosiy qismini ta'minlaydi.

Milliy taomlar xorijiy mehmonlar uchun turistik brendga aylanmoqda (masalan, *o'zbek palovi*).





O'zbekiston Respublikasida gastronomik turizm yo'nalishlari yo'lga qo'yilmoqda.

## 5. Oshpazlikni o'rganish manbalari

Tashkilot / Dastur

Taklif etiladigan yo'nalishlar

"Ipak yo'li" xalqaro turizm universiteti

Gastronomik madaniyat, milliy oshxona

Kasb-hunar markazlari

Oshpazlik, qandolatchilik, milliy taomlar

Online platformalar (Coursera, Italiyancha, yaponcha, fransuzcha pazandalik Skillshare)

kurslari

## 6. Kasbiy o'sish bosqichlari

Oshpazlik sohasida ham martaba mavjud:

Yordamchi oshpaz (Pomoshchnik)

Qandolatchi / Issiq taom ustasi

Smena oshpazi (chef de partie)

Ijodiy oshpaz (Sous-Chef)

Bosh oshpaz (Chef de Cuisine)

Oshxona boshqaruvchisi / Taomlar texnolog

## 7. Ijodiy elementlar

Zamonaviy oshpaz:

Ovqat dizayni bilan shug'ullanadi (garnish, rang, kompozitsiya).

Menyu yaratadi – mavsumiy, parhezli, milliy, bolalar uchun.

Lazzat uyg'unligini biladi (shirin-mazali, nordon-tuzli kontrastlar).

Xulosa

Oshpazlik bugungi kunda nafaqat uy sharoitida, balki katta restoran, mehmonxona, va gastronomik sanoatda ham juda dolzarb kasb hisoblanadi. Har bir oshpaz o'z taomlari orqali insonlarga nafaqat to'yim, balki zavq, madaniyat va estetik his uyg'otadi. Shuning uchun oshpazlikni tanlagan yoshlar bu kasbni chuqur o'rganib, har bir lazzatni san'at darajasida ifoda etishga intilishi kerak.

## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. "Oshpazlik asoslari", M. Jo'rayev, Toshkent, 2021



2. "O'zbek milliy taomlari", G. Karimova, 2020
3. UNESCO: "Intangible Cultural Heritage — Uzbek Plov", 2017
4. "Gastronomik san'at va turizm", S. Raxmatullayev, 2022
5. O'zbekiston Respublikasi kasb-hunar kollejlari uchun o'quv rejalari  
(Oshpazlik yo'nalishi)