

**YONG'OQ MEVASINING KIMYOVIY TARKIBI VA MOY
AJRATIB OLIISH USULLARI****CHEMICAL COMPOSITION OF WALNUT FRUIT AND OIL
EXTRACTING METHODS****Masaidova Odinaxon Shavkatbek qizi***Andijon davlat universiteti II kurs magistranti*

Annotatsiya: *Yong'oq o'simligi mevasi qadim zamonlardan beri oziq-ovqat va shifobaxs xususiyatlari bilan odamlarni ehtiyojlarini qondirib kelgan. Ajoyib ta'mga va ozuqaviy qiymatga ega bo'lgan va tabiiy shaklda ham ko'plab joylarda o'sa oladigan o'simlik turi hisoblanadi. Yong'oq mevasi bugungi kunda turli xil holva, shirinliklar tayyorlash uchun ishlatiladi. Bu maqolada yong'oq mevasining xalq tabobatida va ozuqa uchun foydalanilishi va yong'oq moyini qanday ajratib olinishi haqida ma'lumotlar beriladi.*

Abstract: *Walnuts have been satisfying people's needs with their nutritional and medicinal properties since ancient times. It is a type that has excellent taste and nutritional value and can grow naturally in many places. Walnuts are used today to make various sweets and pastries. This article provides information on the use of walnut fruit in folk medicine and for food, also how to extract walnut oil.*

Kalit so'zlar: *yong'oq, minerallar, vitamin, uglevod, shifobaxshlik xususiyatlari, aminokislotalar*

Key words: *walnut, minerals, vitamins, carbohydrate, healing properties, amino acids.*

KIRISH

Yong'oq mevasi qadimdan beri odamlar tomonidan oziq –ovqat va tabobatda keng foydalanib kelingan, bundan tashqari, yong'oq daraxtining poyasi yonilg'i sifatida ham foydalaniladi. Yong'oq mevasining kimyoviy tarkibi hamda



kishi salomatligi uchun foydali jihatlari o'rganiladi. Bundan tashqari yong'oq mevasidan moy ajratib olish haqida ma'lumot beriladi.

Yong'oq mevasining kimyoviy tarkibi: Yong'oq mevasi tarkibi ko'plab vitaminlarga, moylarga, uglevodlarga, va xilma-xil aminokislotalarga boy meva turi hisoblanadi.

Yong'oq tarkibidagi oqsillar 16.8 gramm

Yog'lar 60.8 gramm

Suvlar 3.8 gramm

Yong'oq mevasi tarkibidagi aminokislotalar miqdori

Triptofan 0,18 g Marganes 1,9 mg Treonin 0,59 g Mis 527 mkg Izoleysin 0,77 g Molibden 3,93 mkg Leysin 1,23 g Nikel 190 mkg Lizin 0,44 g Rubidiy 18,44 mkg Metionin 0,31 g Selen 1,9 mkg Sistein 0,12 g Stronsiy 3,5 mkg Fenilalanin 0,77 g Ftor 685 mkg Tirozin 0,58 g Titan 9 mkg Valin 0,97 g Xrom 0,6 mkg Arginin 2,29 g Sirkoniy 6,01 mkg Gistidin 0,41 g Mishyak 0,2 mkg Alanin 0,29 g Qalay 6,01 mkg Asparagin 1,22 g Qo'rg'oshin 0,3 mkg Glutamin

Yong'oq mevasining shifobaxshlik xususiyatlari: Qadimdan yong'oqning barglaridan yarani davolashda foydalanilgan. Barglari va perikarpning qaynatmalari va infuzoriyalari xalq tabobatida oshqozon va ginekologik kasalliklar va buyrak va siydik kasalliklari, stomatit (og'iz bo'shlig'i yallig'lanishi) va tomoq o'g'rig'ini davolashda qo'llaniladi, shuningdek, metabolizmni yaxshilovchi va vitamin yetishmasligi charchoq va ateroskleroz uchun umumiy tonik sifatida ichiladi. Barglari achchiq va hushbo'y hidli moddalarni o'z ichiga oladi. Ularning qaynatgandagi bug'i ba'zi odamlar uchun bosh og'rig'iga sabab bo'ladi. Shuningdek yong'oq mevasi qandli diabet kasalini davolashda ham foydalaniladi. Bundan tashqari yong'oq mevasi me'da va ichak yarasini davolashga yordam beradi. Yarim payola yer yong'oq qahva ezgichda maydalaniladi, 1.5 piyola qaynoq suv ivitiladi va bir kunda 3 mahal, ikki oshqoshiqdan ovqatdan 20 daqiqa oldin qabul qilinadi. Boshqa manbaalarga ko'ra yong'oqning mag'zi bilan birga po'stlog'i hamda bargi ham inson organizmi uchun foydalidir. Uning po'stlog'i tarkibida oshlovchi modda bo'yoq

va boshqa moddalar bargida S B1 vitaminlari, karotin, flavanoidlar, efir moylari tutadi. Po'stida S vitamin ko'p saqlasa, mag'zida esa karotin va yog' ko'p miqdorda uchraydi. Bargidan siqib olingan shirasi temiratki va boshqa teri kasalliklariga qarshi davo sifatida qo'llaniladi. Shuningdek bargidan tayyorlangan damlama bolalardagi raxit va diabet kasalliklarini davolashda gijja haydovchi vosita sifatida, angina va gingivit kasalligida og'iz va tomoqni chayqash uchun qo'llaniladi. Xom mevasi gijjani haydash uchun iste'mol qilinadi. Bundan tashqari undan tayyorlangan murabbo qalqonsimon bez hastaligini davolashda qo'llaniladi. Chunki uning tarkibida ko'p miqdorda yod moddasi tutgan.



Yong'oq mag'zi qorin og'rig'i va ko'ngil aynishini qoldiradi. Tarkibida 50 foiz yog' bo'lib, u qand kasalligiga qarshi ishlatiladigan samarali dori vositalaridan biridir. Mevasining mag'zi ovqatning yaxshi hazm bo'lishiga ham yordam beradi. Yoshlik quvvatini oshiradi, me'da faoliyatini yaxshilaydi. Agar u anjir bilan qo'shib yeyilsa, asab va xotirani mustahkamlaydi. Homilador ayollar ham sutkasiga 2ta mag'izdan yeb tursa homilaning rivojlanishiga yaxshi ta'sir qiladi. Emizikli ayollar ham iste'mol qilsa ona suti yog'li va

mikroelementlarga boy bo'ladi. Biroq, 2ta dan ortiq istemol qilish kerak emas. Chunki ba'zilarga allergiya berishi mumkin. Unday holatlarda tilga hamda lo'njlarga toshmalar toshadi. Shuning uchun meyorida iste'mol qilish maqsadga muvofiqdir.

Yong'oq mevasidan moy ajratib olish: Bugungi kunda yong'oqdan moy ajratib olishning bir qancha usullari mavjud bo'lib, ulardan eng keng tarqalgani **presslash usuli** hisoblanadi. Bu usul orqali qisqa vaqt ichida ko'p miqdorda moy ajratib olish mumkin. Elektr press mashinasi yordamida soatiga 5 kilogrammgacha moyli o'simlik moyini ajratib olish mumkin.



Zamonaviy moy ajratib olish uskunasi

Yong'oq moyini ajratib olish orqali ko'plab korxonalari ish faoliyatini olib bormoqda. Yong'oq mevasi shifobaxshlik xususiyatlari bilan boshqa moyli meva turlaridan ajralib turadi. Shu bilan bir qatorda ozuqa sifatida ham to'yimli ozuqa hisoblanadi.

XULOSA

Moyli ekinlar orasida yong'oq o'zining ko'plab vitaminlarga boyligi minetallari va moy kislotalari miqdori bilan alohida ahamiyat kasb etadi. Yong'oqni kundalik oziq- ovqat sifatida iste'mol qilish kishi salomatligi uchun juda foydali hisoblanadi. Bundan tashqari turli xastaliklarni kimyoviy



moddalardan tayyorlangan vositalar bilan davolagandan ko'ra tabiiy meva damlamalari bilan davolash maqsadga muvofiq bo'ladi.

1. Асқаров И. Р. Табобат қомуси. – Тошкент: Мумтоз сўз 2019, 325 -341 б.
(Askarov.I.R Medical encyclopedia.
2. [file:///C:/Users/ACERA/Downloads/YERYONGOQ_VA_YONGOQ_MEVA_SINING_QIYOSIY_KIMYOVIY_%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/ACERA/Downloads/YERYONGOQ_VA_YONGOQ_MEVA_SINING_QIYOSIY_KIMYOVIY_%20(2).pdf)
3. <https://kun.uz/news/2017/06/03/inson-organizmi-ucun-eng-fojdali-engok-turlari>
4. <https://uz.wikipedia.org/wiki/Yong%CA%BBo>
5. [https://www.healthline.com/nutrition/foods/walnuts#:~:text=Walnuts%20\(Juglans%20regia\)%20are%20a,antioxidants%20th](https://www.healthline.com/nutrition/foods/walnuts#:~:text=Walnuts%20(Juglans%20regia)%20are%20a,antioxidants%20th)