

PHASEOLUS VULGARIS L O'SIMLIGINING OZIQ OVQAT SANOATIDAGI AHAMIYATI VA XUSUSIYATLARI.

Utayeva Go'zal Norboyevna

Qarshi davlat texnika universiteti

"Oziq-ovqat mahsulotlari texnologiyasi" kafedrası assistenti

Amirova Dildora

203-23 guruh talabasi

Annotatsiya. Phaseolus vulgaris L., ya'ni oddiy loviya, inson salomatligi, oziqlanish xavfsizligi va qishloq xo'jaligi uchun muhim dukkakli o'simliklardan biridir. Ushbu maqolada loviyaning biologik xususiyatlari, oziq-ovqat sanoatidagi o'rni, agronomik afzalliklari hamda uning sog'liq uchun foydali xususiyatlari ko'rib chiqiladi.

Kalit so'zalar: Loviya, Phaseolus vulgaris, funksional oziq-ovqatlar, konserva.

Dukkakli o'simliklar orasida **Phaseolus vulgaris L.** eng ko'p ekiladigan va iste'mol qilinadigan turlardan biridir. U dunyo bo'yicha qishloq xo'jaligi ekinlari orasida muhim o'ringa ega bo'lib, ayniqsa rivojlanayotgan mamlakatlarda oqsil manbasi sifatida katta ahamiyatga ega. Oddiy loviya turli iqlim sharoitlarida oson yetishtiriladi, tuproqni azot bilan boyitadi hamda o'zining oziqaviy va farmakologik xususiyatlari bilan ajralib turadi. Loviya (Phaseolus vulgaris L) o'simligi dukkakdoshlar oilasiga kiruvchi bir yoki ko'p yillik o'simlik hisoblanadi. Ushbu o'simlik 90 ga yaqin turni o'z ichiga oladi. Xususan O'zbekistonda esa mahalliy loviya ko'proq ekiladi. Loviya issiqsevar o'simlik urug'i 8-10°C da 3-5 kunda unib chiqadi. Oddiy loviya o'simligi O'zbekistonda suvli nam yerlarda ko'proq ekiladi. U asosan unumdor tuproq sharoitiga talabchan. Loviya o'simligining bargi murakkab toq, patsimon va uchburchakli bo'ladi, ildizida tuganak rivojlanadi. Poyasi o'tsimon shoxlanadi. Ayrim turlari chirmashib o'sadi. Mevassi dukkak, buyraksimon bo'ladi. (Phaseolus vulgaris L) o'simligi bargida transpiratsiya jarayoni. Transpiratsiya

so'zi nafas olaman, nafas chiqaraman degan ma'nolarni bildiradi. Loviyada asosiy transpiratsiya organi bargi bo'lib, unda mezofil hujayralari hujyra oralig'ida doim suv bug'ini ajratib so'ngra uni barg og'izchasi yoki kutikula orqali atmosferaga tarqatadi[1]. Transpiratsiya tashqi muhit sharoitlari tuproq, havo, harorat, namlik hamda o'simlik turi va navlarini biologik xususiyatlariga ham bog'liq. Loviya tarkibi juda ko'p Mg va oqsilga boy bo'lib, yurak uchun foydali hisoblanadi. Yurak ishini mustaxkamlaydi va ritmini normallashtiradi. Shuningdek loviya mahsuloti qon tomirlar devorini mustaxkamlovchi vitamin PP ga boy hisoblanadi. Bugungi kunda qishloq xo'jaligi ekinlaridan yuqori hosil olishga katta e'tibor qaratilmoqda. Phaseolus vulgaris L ning Oziq-ovqat sanoatidagi ahamiyati shundan iboratki Oddiy loviya yuqori sifatli o'simlik oqsili, murakkab uglevodlar, tola, vitaminlar (B-kompleksi, C, K) va minerallar (temir, magniy, kaliy, sink) bilan boy. Uni quyidagi shakllarda ishlatish mumkin:

- **Qaynatilgan yoki konservalangan loviya** – salatlar, sho'rvalar va ikkinchi taomlar tarkibida.
- **Loviyadan un** – non, pishiriqlar, gluten-free mahsulotlar uchun.
- **Protein konsentratlari** – vegetarian va sport ovqatlanishida.

Ushbu jihatlar loviyani funksional oziq-ovqatlar ishlab chiqarishida muhim xom ashyo sifatida qarash imkonini beradi.

Foydalanilgan adabiyotlar:

1. Broughton, W.J. et al. (2003). Beans (Phaseolus spp.) – model food legumes. Plant and Soil, 252(1), 55–128.
2. Messina, M.J. (1999). Legumes and soybeans: overview of their nutritional profiles and health effects. The American Journal of Clinical Nutrition, 70(3), 439s–450s.
3. FAO. (2022). The global production of pulses. <https://www.fao.org>
4. Karimov, A. (2020). Dukkakli ekinlar agronomiyasi. Toshkent: O'zMU nashriy
5. Махмудов Р.А., Мажидов К.Х., Жабборов Н. Qobilova., Д.Р. Study of amaranth seeds as the raw material for the extraction of biologically active additives. TEST

Engineering Management (Scopus) May-June 2020. ISSN:0193-4120 Page.№29349-29353

6. N.Kobilova, R,Adizov, K.Madjdov. Improvement of quality and indicators wheat mixing amaranta flour . Austrian Journal of Technical and Natural Sciences, 2020.

7. Qobilova N.X, Do'stqobilova M. S. (2023). Suli donining morfologik xususiyatlari, kimyoviy tarkibi va ozuqaviy qiymat ko'rsatgichlarining tasniflanishi. ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ, 18(8), 127–128.

8. Suvanova F., Qobilova N., Tuxtamishova G. Improvement of solvent recovery technology in oil extraction production //Science and innovation. – 2023. – Т. 2. – №. А1. – С. 209-212.

9. Кобилова Н.Х. Влияние льняной муки на реологические свойства пшеничного теста и качества хлеба/Н.Х.Кобилова, Р.Т.Адизов, К.Х.Мажидов // Экономика и социум. – 2020. - №9 (76). - С.219-22

10. Bekmuradova A. N.Qobilova Momordica charantia hind anori tarkibi va foydali xususiyatlari // образование наука и инновационные идеи в мире//Выпуск журнала №-35 Часть-3 _Декабрь –2023 .150-153.

11. N.Kobilova, R,Adizov, K.Madjdov. Improvement of quality and indicators wheat mixing amaranta flour . Austrian Journal of Technical and Natural Sciences, 2020.

12. N.X.Qobilova ,D.T.Shukurov,L.J.Xushmurodov //SULI UNINI QO'SHISH ORQALI NONNING REOLOGIK XUSUSIYATLARINI YAXSHILASH VA UNDAN FOYDALANISH ASOSLARI/ Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari/ 6-to'plam 4-son aprel 2024,65-69 betlar.

13. Boymuradov Q., Qobilova N. X. XAVFSIZ OZIQ-OVQAT MAHSULOTLARI ISTE'MOLI VA GENETIK MODIFIKATSIYALANGAN ORGANIZMLAR //ОБРАЗОВАНИЕ НАУКА И ИННОВАЦИОННЫЕ ИДЕИ В МИРЕ. – 2023. – Т. 35. – №. 3. – С. 147-149.

14. M.Do'stqobilova, & N.X.Qobilova. (2023). SULI YORMASIDAN ODDIY UN OLISH JARAYONINING TADQIQOTI. Scientific Impulse, 1(10), 1526–1528. Retrieved from <http://nauchniyimpuls.ru/index.php/ni/article/view/9696>.

15. Abdullayeva S. I., Qobilova N. X. FERULA THENUSESTA YA'NI SUMBULANING FOYDALI XUSUSIYATLARI UNDAN FOYDALINISH //Лучшие интеллектуальные исследования. – 2023. – Т. 11. – №. 4. – С. 6-8.

16. Xudoyshukurovna, Qobilova Nilufar. "Suli donining morfologik xususiyatlari, kimyoviy tarkibi va ozuqaviy qiymat ko'rsatgichlarining tasniflanishi." Образование наука и инновационные идеи в мире 18.8 (2023): 127-128.

17. Qobilova N. X., O'tayeva N. S. XAMIRNING REOLOGIK XUSUSIYATLARINI YAXSHILASH REJIMI TANLASHDA SULI UNIDAN FOYDALANISH //Science and innovation. – 2024. – Т. 3. – №. Special Issue. – С. 92-93.

18. Кобилова Н. Х. РАСЧЁТ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОРОШКА ШИПОВНИКА В ПРОИЗВОДСТВЕ ЛЕПЁШЕК ОБИ–НОН //Экономика и социум. – 2024. – №. 4-2 (119). – С. 749-752.

19. Кобилова Н. Х., Мухаммаддаминова Д. Б., Курбанов Ш. Ш. РАСЧЁТ ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОТ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПОЛУОБЕЗЖИРЕННОЙ ЛЬНЯНОЙ МУКИ В ПРОИЗВОДСТВЕ ЛЕПЁШЕК ШИРМАЙ–НОН //Экономика и социум. – 2024. – №. 4-2 (119). – С. 753-757.

20. Кобилова Н. Х., Туробов У. А., Мурадов А. А. ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ МУКИ ИЗ СЕМЯН ТЫКВЫ НА ФИЗИКО-ХИМИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ КЛЕЙКОВИНЫ ПШЕНИЧНОГО ТЕСТА: Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari //Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari. – 2024. – Т. 6. – №. 4. – С. 96-100.

21. Boymurodov Q., Abdishukurov F., Xudoyshukurovna Q. N. MORUS ALBA (OQ TUT) SHINNISINING FOYDALALI XUSUSIYATLARI UNING KIMYOVIY TARKIBI //PEDAGOGS. – 2024. – Т. 54. – №. 1. – С. 77-80.

22. Кобилова Н. Х., Зиядуллаева Ш. Ш., Кабулова К. М. ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ БЕЛКОВОЙ АРАХИСНОЙ МАССЫ НА ПОКАЗАТЕЛИ ХЛЕБА: Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari //Yangi O'zbekiston taraqqiyotida tadqiqotlarni o'rni va rivojlanish omillari. – 2024. – Т. 6. – №. 4. – С. 75-79.