



RUKKOLANI O'ZIGA XOS XUSIYATLARI VA YETISHTIRISH MUDDATLARI

¹Habibullo Mamayoqubovich Kamolov

Termiz Agrotexnologiyalar va innovatsion rivojlantirish
instituti Asisstant o'qituvchisi, xabibkamolov0106@gmail.com,

²Azamat Xaydarov Raxmatullayevich

Termiz Agrotexnologiyalar va innovatsion rivojlantirish
instituti Asisstant o'qituvchisi, ax140011@gmail.com,

³Samikova Ozoda Ulug'bek qizi

Termiz Agrotexnologiyalar va innovatsion rivojlantirish
instituti talabasi, samikovaozoda@gmail.com,

⁴Namozova Munisa Olimjon qizi

Termiz Agrotexnologiyalar va innovatsion rivojlantirish
instituti talabasi, otuxtayeva@gmail.com.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7450296>

ARTICLE INFO

Received: 06th December 2022

Accepted: 15th December 2022

Online: 16th December 2022

KEY WORDS

Rukkola tarkibida vitaminlar, oziq moddalar, rukkola navlari, o'simlik uchun yetarli horarat, yetishtirish muddatlari.

Dunyo mamlakatlari aholisi sonining yildan-yilga oshishi, ko'kat maxsulotlariga bo'lgan talabning kundan-kunga ortib borishiga sabab bo'lmoqda. Ushbu ekin dunyo aholisini oziq-ovqat maxsulotlariga, jumladan, oqsil, aminokislotalar va uglevodlarga bo'lgan talabini qondirishda alohida ahamiyat kasb etadi.

Rukkola - Indau va katta karam oilasiga mansub bir yillik o't o'simlik. Tabiatda bu o'simlik Osiyo, Markaziy va Janubiy Evropa, Afrika va Amerikada keng tarqalgan. Rukkola ayniqsa Italiyada mashhur bo'lib, bu yashil rang pishirishda keng qo'llaniladi. Yaqin vaqtgacha ko'plab mamlakatlarda rukkola o't hisoblangan. Bu o'simlikning afzalliklari unga oziq-ovqat sanoatida munosib o'rin egallashga imkon berdi.

Rukkola tabiiy vitamin va mikroelementlar manbaidir. A, B, C, K, E guruhlari vitaminlari. Salat barglarida foydali

ABSTRACT

Ushbu maqolada rukkolaning inson organizimi uchun foydali xususiyatlari, oziq moddalarning miqdori, yetishtirishga mos navlarni ko'pligi va boshqa xususiyatlarini o'z ichiga oladi.

moddalar va minerallar mavjud: sink, magniy, fosfor, selen, temir, natriy. Rukkola to'g'ri hazm bo'lishiga yordam beradi, patogen viruslar va bakteriyalarni yo'q qiladi, Nozik ta'mi S vitamini, V vitaminining hamma guruhini, Ye va RR vitaminlarini hamda salitsilin kislotasini o'ziga jamlaydi. Uglevod, oqsil, vitamin va mineral tuzlarga boy bo'lgan rukkola tez-tez shamollaydiganlar uchun eng yaxshi davo vositasidir.

Ibn Sino ko'klamda rukkoladan tayyorlangan yeguliklarni ko'p iste'mol qilish organizmni quvvatlantirib, immunitetni mustahkamlaydi degani ham bejiz emas.

Bir so'z bilan aytganda rukkolaning o'zi ham sharbati ham kattayu kichikka birdek foydali Rukkola inson organizmida ovqat hazm bo'lishini yaxshilaydi, safro va peshob haydovchi sifatida ta'sir qiladi.



Tarkibidagi xantal moyi esa ichakdagi mikroblarni o'ldirib, yiringli jarohatlarni bartaraf qiladi. Me'da kasalligi bilan og'rikan bemorlar rukkolani ovqatlarga solib, pishgan holda iste'mol qiladilar.

Rukkolali salatlar nerv tizimi faoliyatini yaxshilaydi va mushak to'qimalarini mustahkamlaydi. Rukkola me'da kasalliklari bilan og'rikanlar uchun juda foydali ne'mat. Negaki, uning tarkibidagi kletchatka oshqozon suyuqligi ishlab chiqarilishiga ko'maklashadi. Ko'pchilik rukkolani o'ziga xos hidi va o'tkir ta'mi sabab ham yoqtirmaydi. Gap shundaki, u o'zida efir moylarini saqlab, shu moylar achchimtir ta'm beradi.

Rukkola bir yillik o'simlik bo'lib, u mayda qirrali uzun barglardan iborat. Rukkolaning xorijdan keltiriladigan Gratsiya, Poker duragaylari ekish uchun tavsiya etiladi. Ushbu ekin sovuqqa chidamli o'simlik. Barglarining o'sishi va rivojlanishi uchun qulay harorat kunduzi 15-20°S va kechasi 12-15°C bo'lishi kerak.

U 5°S past haroratda ham rivojlanadi.

To'qsonbosti usulida uning urug'lari janubiy viloyatlarda 1-30 dekabrda, markaziy viloyatlarda 15 noyabr-15 dekabr va shimoliy viloyatlarda 1 noyabr -1 dekabr ekiladi. Urug'i 15-20 sm chuqur

olingan pollarga yoki lentasimon usulida 2-3 qator qilib ekiladi. Bunda lentalar orasi 45-60 sm, lentadagi qatorlar orasi 15 sm qilinadi. Bir gektar yerga 4-5 kg urug' sarflanadi. Maysalar baxorda unib chiqqandan 10-12 kun o'tgach 1-marta, 2-3hafta o'tgach 2-oxirgi marta yagana qilinadi. Bunda rukkola tuplarining orasida 8-10 sm masofa qoldiriladi. Rukkola o'simligini parvarishlashga - o'tash, qator oralarini yumshatish, sug'orish va mineral o'g'itlar bilan oziqlantirish ishlari kiradi. Maysalar paydo bo'lgandan 30-40 kundan keyin hosili bir yo'la yig'ishtirib olinadi. Hosili 45-50 kundan keyin ularni yetilishiga qarab kunduzi, bargidan shudring ko'tarilgandan keyin birin-ketin uzib olinadi. Gektaridan 100-120 sentnerdan hosil olinadi. Ushbu ekinni o'stirishda tuproqning to'yingan dala nam sig'imiga nisbatan sug'orishdan oldingi tuproq namligi 70-75 % bo'lishi kerak. Sizot suvi chuqur joylashgan yerlarda rukkola o'suv davrida 7-8 martagacha, sizot suvi yuza dalalarda esa 2-3 marta sug'oriladi. Tuproq sharoitiga qarab gektariga 450-500 m³ hisobidan sug'oriladi. Rukkolani haddan tashqari katta me'yor bilan sug'orish tavsiya etilmaydi.





Rukkola navlari "Olivetta", "Raketa", "Poker", "Solitaire", "Spartak" navlari mavjud. O'g'itlarni berish muddatlari: Fosfor o'g'itini yillik miqdorini 75%, kaliyni hammasi yerlarni asosiy ishlov davrida, qolgan 25% fosforni yerni boronalab egat olishda berish tavsiya etiladi. Azotli o'g'itlarni hammasi

vegetatsiya davrida oziqlantirishda ikkiga bo'lib beriladi. Birinchi oziqlantirish o'toq qilib o'simlik soni siyraklashtirilgandan so'ng, ikkinchisi esa 2-3 tadan ching barg paydo bo'lganda o'tkaziladi.

O'g'itlar o'g'itlagich moslamalar bilan qator oralariga o'simlikka yaqinroq qilib beriladi. Hosil pishish davri: fevral-mart.

References:

1. Turkiya Respublikasi "Oziq-ovqat qishloq xo'jaligi vazirligi" hamda "Denizbank" hamkorligida tayyorlangan "100 ta kitob" dan iborat to'plami.
2. Zuev V.I., Qodirxo'jaev O.Q., Adilov M.M., Akromov U.I. Sabzavotchilik va polizchilik. Toshkent. 2011
3. Rukkola bo'yicha tavsiyalar. Asatov.Sh.I Toshkent- 2018
4. www.agro.uz