

## GASTRONOMIYA TURIZMINI RIVOJLANTIRISH ISTIQBOLLARI (O'ZBEK MILLIY TAOMLARINING LUG'ATLARDA IFODALANISHI)

Temirova Kamola Baxtiyor qizi

Termiz davlat universiteti

kamolatemirova080@mail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7198463>

Annotatsiya: Ushbu maqolada gastronomiya, gastronomiya turlari, milliy pazandachilik sirlari, o'zbek taomlarining hududlarda tayyorlanish jarayonlari, taom nomlarining lug'atlarda ifodalanishi haqida ma'lumot berilgan. Shuningdek, sayyohlarni qiziqtirgan ayrim milliy taomlarimizning izohlarida jadval ko'rinishida taqdim etilgan.

Kalit so'zlar: gastronomiya turlari, pazandachilik sirlari, taom turlari, atala, qurtava, qurtoba, yupqa, go'ja, kulchatoy, sumalak, Go.Uzbekistan.uz, Restoran.uz Gastronomik turlarning maqsadi-u yoki bu maklatat oshxonasining xususiyatlari bilan tanishishdan iborat bo'lib, bunda bir necha tansiq taomlarni tatib ko'rish yoxud ko'plab taomlarni iste'mol qilish emas, balki asrlar davomida saqlanib kelgan milliy retseptlarni va urf-odatlarini o'zida jamlagan milliy taomlardan bahra olish va ularni tayyorlanish madaniyati bilan tanishishdan iborat.

Turli xalqlarning milliy pazandachiligida shu millat xalqiga xos muayyan milliy taom turi bo'ladi. Masalan: o'zbeklarda palov, rus pazandaligida shchi, blini; ukrainlarda borshch, vareniki; qozoqlarda beshbarmoq shunday taomlardir. O'zbek pazandachiligida ko'proq qo'y, mol go'shtlari ishlatiladi; ot, tovuq, o'rdak go'shtlari o'rtacha me'yorda; ilvasin va baliq go'shtlaridan kamroq foydalaniladi; xamir taomlar ham ko'p tayyorlanadi (har xil tandir nonlar, somsalar, suyuq-quyuq xamir ovqatlar).

O'zbekiston sharoitida gastronomiya turizmini shakllantirishdagi milliy taomlarning ayrim turlari, shuningdek ularning O'TILdagi izohi, tayyorlash hududlari va qo'shimcha izohlar quyidagi jadvalda berilgan.

Gastronomiya turizmini shakllantirishdagi milliy taomlarning turlari

No	TAOM NOMI	O'TIL.dagi izohi (2020-yilda chiqarilgan lug'at asosida)	TAYYORLASH HUDUDLARI	IZOH

1.	Atala	<p>1. Qizdirilgan yoqqa un chalib, suv qo'shib, pishiriladigan taom</p> <p>2. ko'chma. Shunday ovqat singari suyuq narsa</p> <p>M, Namozgar, namozshom o'rtasi uyga qaytib, atalami, ugra oshmi, apir-shapir ichib, yana ko'chaga chopar edik.</p>	Yurtimizning barcha joylarida, turli usullarda tayyorlanadi. (sut atala, un atala, ko'k atala)	Atala - yurtimizdagi eng qadimiy taomlardan biri hisoblanadi. Qadimdan ota-bobolarimiz atalani quvvat bag'ishlovchi dorivor taom sifatida iste'mol qilishgan. Bu taom to'yimliliigi bilan bir qatorda, oshqozon kasalliklariga davo hisoblanadi.
2.	Qurtava, qurtoba shv	<p>Qurut yoki suzmani qaynagan suvda ezib tayyorlangan, ayronidan quyuyq parhez taom.</p> <p>M, Betobga jinday sariyog' solib, qurtava qilib beray.</p>	Navoiy, Surxondaryo, Jizzax, Samarqand, Buxoro Viloyatlarida tayyorlanadi.	Qurtoba - eng qadimiy taomlarimizdan biri hisoblanadi. Bu taom deyarli barcha xonadonlarda tayyorlangan. Chunki qurtoba inson organizmiga nihoyatda foydali, tanani qizdiruvchi va qo'shimcha quvvat beruvchi taom.
3	Yupqa	<p>Xamirni chalpakka o'xshatib yoyib, ustiga yog'da qovurilgan qiyma, sabzi solib, qozonda pishiriladigan taom ; cho'zma.</p> <p>M, O'qishda toliqib qolmasin deb doim somsami, uchto'rtta yupqami pishirib qo'yaman. Oydin, Do'ndiqdan ham yosh ekan.</p>	Surxondaryo va Samarqand viloyatining Bulung'ur, Qo'shrabot tumanlarida, Jizzax viloyatining G'allaorol tumanlarida maromiga yetkazib tayyorlanadi	Yupqa - xalqimizda qadimda asosan qish oylari juda sovuq kelgan- da, oiladagilardan biri qattiq sha- mollarida tayyorlangan. Janglar- da askarlarga ham aynan shu taom ko'pincha tayyorlab berilgan. Bu taom nihoyatda kuchli taom hisoblanadi. Hamma organizm ham bu taomni ko'tara olmaydi. Faqat kuchli organizmli
4.	Go'ja	<p>O'g'ir (keli) da tuyib oqlangan jo'xori (oq jo'xori) dan tayyorlangan suyuq ovqat.</p> <p>M, Qulmurod qozondagi go'ja oshiga ikki kosa qatiq qo'shdi. S. Ayniy, Qullar.</p> <p>O'TIL.1.530</p>	Yurtimizning tog'oldi tumanlarining barchasida tayyorlanadi.	Go'ja - xalqimizning yozning issiq oylarida chanqoqbosdi taom sifatida iste'mol qilinadigan taomi hisoblanadi. Sutli go'ja Toshkent va Farg'ona vodiysi tomonlarda tayyorlanadi. Bu taom jo'xori, makkajo'xori va bug'doy yetishtiriladigan joylarda ko'proq tayyorlanadi. Ushbu taom holsizlikning oldini oladi.

5	Kulchatoy	Xamirni shapaloq-shapaloq kesib, go'sht qaynatilgan sho'rvada pishirilgan taom. M, Adolat bilan Tozagul laganlarda kulchatoy, go'sht, sopol tovoqlarda sho'rv aolib kirishdi. H.G'ulom, Mash'al.	Yurtimizning barcha tumanlarida tayyorlanadi.	O'zbekistonning barcha viloyatlari aholisining eng sevimli taomi sifatida iste'mol qilinadi. Ko'pincha mehmonlar taomi deb yuritiladi.
6	Sumalak	Undirib yanchilgan bug'doy, un va yog' aralashmasidan tayyorlanadigan, servitamin, xushxo'r holvaytarsimon ovqat (odatda, bahor kezlari ayollar o'rtasida xalfana asosida pishiriladi). M, Bu kecha-gulgun kecha, O'choqda o't tonggacha, Kim pishirsa sumalak, Yashasin-ey mingacha. Azim Suyun, O'lis tonglar. O'TIL.3.586	Yurtimizning barcha tumanlarida tayyorlanadi.	O'zbekistonning barcha viloyatlari aholisi bahor faslida pishiradigan milliy taomi sifatida qadrlanadi. Bu taom insonlarga kuch-quvvat bag'ishlaydi. Musulmon dunyo- sida Navro'z taomi deb yuritiladi.

Xulosa o'rnida shuni ta'kidlab o'tmoqchimizki, hozirgi paytda Go.Uzbekistan.uz, Restoran.uz portali bilan hamkorlikda „O'zbekiston gastronomiya turizmi“ nomli yangi loyiha faoliyat ko'rsatmoqda. Bu bilan mamlakatimiz oshpazlik mahoratining taomlardagi xilma-xilligi va mahalliy xususiyatlarga tegishli ekanligi, oddiy va qadimiyligi, hududlardagi ilg'or tajribalar bilan xalqaro turizm bozoriga kirib borishiga imkoniyat yaratadi. O'zbek xalqi taomlari qardosh xalqlarning ham dasturxonini bezashga xizmat qiladi.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar**

1. Mahmudov Q., O'zbek taomlari. Uchinchi to'ldirilgan nashri, Toshkent, 1970
2. Mahmudov Q., O'zbek taniq taomlari, T., 1989
3. O'zbek tilining izohli lug'ati. besh jild. Toshkent-2020
4. M.Boltaboyev va boshqalar, Turizm: nazariya va amaliyot. Darslik. 2018