

YERYONG'OQ YOG'I UNING TARKIBI VA AXAMYATI.

Voqqosov Zuhridin Komolxon o'g'li

Namangan muhandislik-texnologiya institut, t.f.f.d (PhD)

Ortig'aliyeva O'g'iloy Rejvali qizi

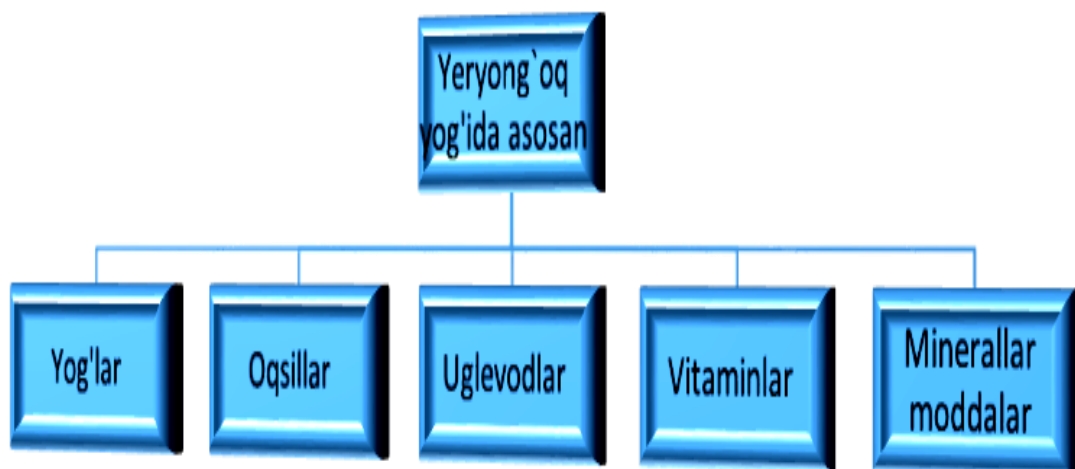
Namangan muhandislik-texnologiya institut, talaba.

Annotasiya: Ushbu maqolada yeryong'oq yog' uning tarkibi va ishlatilish soxalari bo'yicha malumot keltirilgan shu bilan bir qatorda yeryong'oq yog'i ishlab chiqarishda foydalaniladigan usullar xaqida batafsil yoritib berilgan.

Kalit so'zlar: yeryong'oq, omega-6, omega-9, oqsillar, yog', uglevodlar

KIRISH

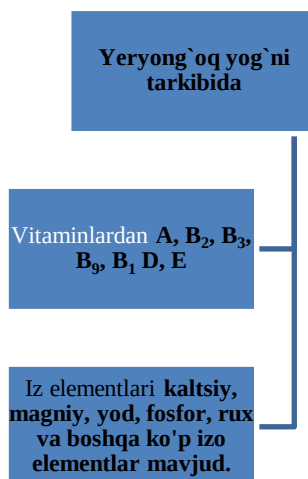
Zamonaviy dunyoda yeryong'oq o'simlik moyi foydali xususiyatlari va ozuqaviy qiymati uchun barcha mamlakatlarda keng qo'llaniladi.



1890 yilda amerikalik oziq-ovqat ishlab chiqarish sohasi mutaxassisi birinchi marta yeryong'oq mag'zidan moy ishlab chiqarish uchun foydalangan. Bu uning energiyasi va ozuqaviy qiymati jihatidan go'shtga o'xshash mahsulot ixtiro qilish ustida ishlayotgan paytda sodir bo'lgan.

O'shandan beri, yeryong'oq yog'i dunyodagi barcha xalqlarning turli xil soxalarda foydalanish boshlandi. Ayniqsa tibbiy maqsadlarda ham ishlatila boshlandi.

Yeryong'oq yog'ida inson organizimi uchun munim bo'lgan **Omega-6** va **Omega-9** mavjud bo'lib ular yurakka quvat beradigan, immunitetni yaxshilaydigan, asab tizimini mustahkamlaydigan va qonda xolesterin miqdorini normallashtiradigan yog' kislotalari mavjud.



Shu bilan bir qatorda yeryong`oq yog`i tarkibida 100g miqdorda yuqorida keltirilgan mikro va mikro nutreyintlarni quydagi 1-jadvalda keltirilgan

1-jadval

Yeryong`oq yogining 100g tarkibida moddalar va kaloriya miqdori

Yeryong`oq yog`i	100g uchrash miqdori
Oqsillar	0.19
Yog`	99.6
Uglevodlar	0.21
Yeryong`oq yog`ining kaloriya miqdori	890 kkal

Yeryong`oq moyining ishlab chiqarishning uch turi mavjud: **tozalanmagan, tozalangan dezodoratsiya qilingan va tozalangan dezodoratsiya qilinmagan.** Quydagi taqdim etililyotgan turlarning har birini batafsil ma`lumot beramiz.

Tozalanmagan yog` Qayta ishlanmagan yog` yoki birlamchi sovuq presslash yog`i, mag`iz maydalashdan keyin qolgan yog` va zarrachalardan faqat mexanik filtratsiyadan o`tadi.

Natijada o`ziga xos xushbo'y hid va ta'mga ega bo'lgan jigarrang yog` olinadi, ammo qovurish uchun juda mos emas, chunki u tezda yonib ketadi. Ushbu moyning saqlash muddati juda cheklangan va uni salqin va qorong'i joyda saqlash kerak. U asosan Osiyo mamlakatlarida ishlab chiqariladi.

Dezodoratsiyalangan qilinmagan moy

Qayta qilingan dezodoratsiyalangan moy hidsizlantirish, tozalash, zararsizlantirish, muzlatish va dezodoratsiya kabi zamonaviy texnologiyalardan foydalangan holda filtrlashdan tortib barcha aralashmalar, pestitsidlar va oksidlanish mahsulotlaridan to'liq tozalashgacha bo'lgan qayta ishlashning bir necha bosqichlaridan o'tadi.

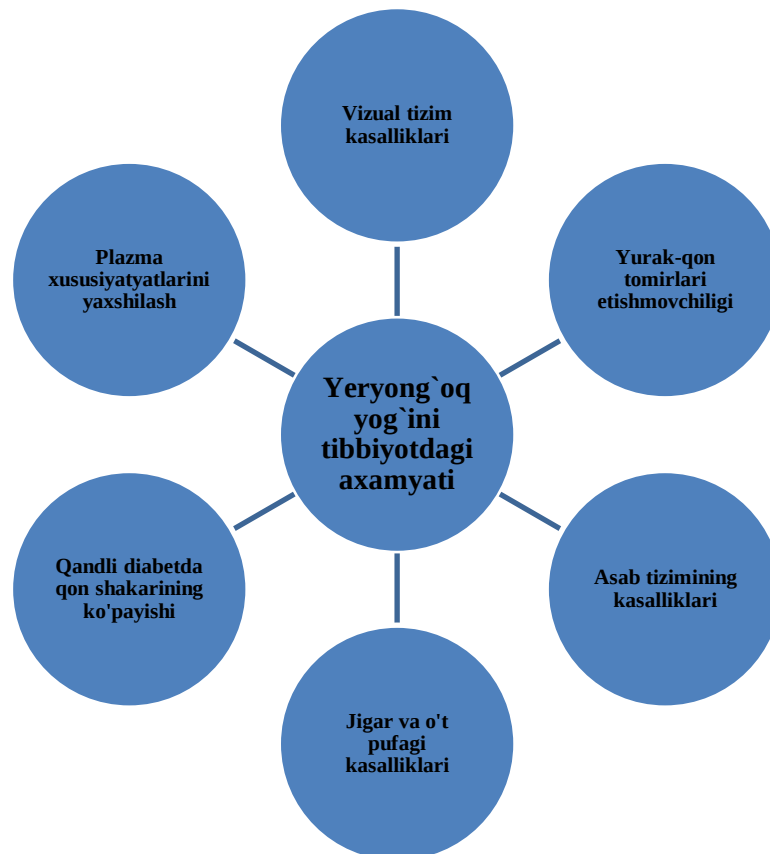
Ushbu yog' och sariq rangga ega bo'lib aromati va ta'mi yo'q, ammo qovurish uchun juda yaxshi. Ushbu moy maishiy va sanoat oshpazligida, shuningdek kosmetika va farmatsevtika mahsulotlarida qo'llaniladi. Bu Amerika va Evropada eng ko`p ishlab chiqariladi.

Dezodoratsiyalangan tozalangan yog`

Tozalangan, dezodoratsiya qilinmagan yog` dezodoratsiya qilingan yog' bilan bir xil ishlov berish bosqichlaridan o'tadi, faqat oxirgi dezodoratsiya, ya'ni aromatik moddalarni bug` vakuum bilan tozalash. Ushbu yog` sarg'ish rangga ega va dezodoratsiya qilingan yog' singari u Evropa va Amerikada keng qo'llaniladi.

Yeryong`oq yog`ining axamyati

Yeryong`oq yog`ining foydasi uning tarkibida E, B, A va D vitaminlari, shuningdek, temir, marganets, kaliy, sink va selen kabi ko'plab oziq moddalar bilan bog'liq. Tibbiyotda u ko'plab kasalliklarning oldini olish va davolash vositasi sifatida ishlatiladi, jumladan



Shu bilan birqatorda teridagi yaralar va boshqa tuzalishi qiyin bo'lgan yaralar. Yeryong`oq yog'i ko'pincha kosmetologiyada ham qo'llaniladi. U turli xil niqoblar va teri kremlari va sochni parvarish qilish vositalariga qo'shiladi.

Yeryong`oq yog'i pishirishda oddiy o'simlik kungaboqar yoki zaytun moyi kabi ishlatiladi. Ushbu mahsulot qo'shilishi bilan tayyorlangan taom o'ziga xos ta'm va xushbo'y hidga ega.

Bundan tashqari oziq-ovqat sanoatida hama bir qator soxalarda ishlatiladi:

Salatlar uchun

Tuzlangan va konservalar uchun

Go`sht konservalarni tayyorlash uchun

Pishirilgan mahsulotlarga qo'shiladi

Qovurish va pishirish uchun ishlatiladi

Hozirgi kunda yeryong'oq yog'i butun dunyoda keng qo'llanilmoqda. Uning boy vitamin va mineral tarkibi, shuningdek ta'mi tufayli u ko'pincha xalq tabobatida, kosmetologiyada, shuningdek turli xil idishlarni tayyorlashda ishlatiladi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. Maftuna I.. Xayrullo Q.. Zuhridin V. FERTILIZERS OBTAINED FROM NON-NATURAL RAW MATERIALS AND THEIR TYPES //International journal of advanced research in education. technology and management. – 2023. – T. 2. – №. 3..
2. Vokkosov Z. K. U. Obtaining organomineral fertilizers based on local agricultural ores, mineral fertilizers, cattle manure and solutions of nitrogen-fixing microorganisms // Universum: technical sciences. – 2022. – No. 6-4 (99). – pp. 44-48.
3. Воккосов З. К. У. и др. РАЗРАБОТКА И ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОРГАНИЧЕСКИХ УДОБРЕНИЙ //Universum: технические науки. – 2022. – №. 12-5 (105). – С. 10-15..
4. Kanoatov. X. M.. Vokkosov. Z. K.. Xodjiev. A. A.. & Alieva. G. S. (2021). Organic-Mineral Fertilizer Based On Manure. NVEO-NATURAL VOLATILES & ESSENTIAL OILS Journal| NVEO. 10631-10636.
5. Zukhriddin V.. Murodillaevich K. K.. Elbekovich S. B. Obtaining Organomineral Fertilizers on Base of Local Raw Materials and Nitrogen-fixing Microorganisms //Chemical Science International Journal. – 2022. – T. 31. – №. 4. – С. 44-53.
6. Z.K.Vokkosov. X.M.Kanoatov Analysis of physical-chemical and mineralogical indications of local agriculture (bentonite and phosphorite flour) in the production of organomeneral fertilizers. // NamMTI ILMIY-TEXNIKA JURNALI. 2181-8622. 2022-№2 Vol. 7. Issue 2 –pp 109-113.
7. Voqqosov Z.. Холдарова Г. Production of organic mineral fertilizers on the basis of local raw materials and nitrofixating microorganisms. // NamMTI ILMIY-TEXNIKA JURNALI. ISSN 2181-8622. 2022-№1 84-87 pp.
8. Sharipov S. Y.. Azizov A. S.. Vakkasov Z. K. Storage of apples in different methods in the valley region of Uzbekistan //IOP Conference Series: Earth and Environmental Science. – IOP Publishing. 2022. – T. 1068. – №. 1. – С. 012029.
9. Zuxriddin. V.. & Hakimov. S. (2023). DEVELOPMENT OF NEW TYPES OF VEGETABLE JUICES AND BEVERAGES TECHNOLOGY. Scientific and Technical Journal of Namangan Institute of Engineering and Technology. 8(1). 59–65. Retrieved from <http://niet.uz/index.php/nj/article/view/101>
10. Voqqosov Z.. Kanoatov K. The influence of organo-mineral fertilizers on the growth of evening apple varieties throughout the year //E3S Web of Conferences. – EDP Sciences. 2023. – T. 390.

11. Zuhridin V. PRODUCTION OF ORGANIC FERTILIZERS USING LOCAL RAW MATERIALS // *Universum: technical sciences*. – 2023. – №. 4-8 (109). – С. 12-14..
12. Komolxon ogli V. Z., Soxibjon S. OLMA NAVILARINI BIOMETRIK KUZATUV JARAYONIGA ORGANOMINERAL O ‘G ‘ITLARNI TA’SIRI // *Journal of new century innovations*. – 2023. – Т. 30. – №. 3. – С. 156-160.
13. Komolxon ogli V. Z. et al. OLMA NAVILARINI FENOLOGIK VA BIOMETRIK KUZATUV JARAYONIGA ORGANOMINERAL O ‘G ‘ITLARNI TA’SIRI // *Journal of new century innovations*. – 2023. – Т. 23. – №. 2. – С. 66-70.
14. Komolxon ogli V. Z. et al. OLMANI SAQLASH JARAYONLARINING NAZARIY ASOSLARI // *Journal of new century innovations*. – 2023. – Т. 23. – №. 2. – С. 60-65.
15. Шарипов С. Я., Воккосов З. К. У. СПОСОБЫ ХРАНЕНИЯ ПОЗДНИХ СОРТОВ ЯБЛОК, ВЫРАЩЕННЫХ В КЛИМАТИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ НАМАНГАНСКОЙ ОБЛАСТИ // *Universum: технические науки*. – 2021. – №. 12-4 (93). – С. 29-33.
16. Худайбердиева Лайло Абдисаматовна, Ходжаназарова Мутабар Кушоевна, Азимова Дилдора Муминжановна, Воккосов Зухриддин Комолхон Угли ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОМЫШЛЕННЫХ СОРТОВ СЛИВ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТЕХНОЛОГИЙ ХРАНЕНИЯ И СУШКИ // *Universum: технические науки*. 2023. №11-4 (116). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-promyshlennyh-sortov-sliv-i-sovershenstvovanie-tehnologiy-hraneniya-i-sushki> (дата обращения: 05.01.2024).
17. Шарипов Султон Янгибаевич, Воккосов Зухриддин Комолхон Угли СПОСОБЫ ХРАНЕНИЯ ПОЗДНИХ СОРТОВ ЯБЛОК, ВЫРАЩЕННЫХ В КЛИМАТИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ НАМАНГАНСКОЙ ОБЛАСТИ // *Universum: технические науки*. 2021. №12-4 (93). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sposoby-hraneniya-pozdnih-sortov-yablok-vyraschenn-yh-v-klimaticheskikh-usloviyah-namanganskoy-oblasti> (дата обращения: 05.01.2024).