

BAMIYA O'SIMLIGI

Xudoberdiyev Sardorbek Umidjon o'g'li

Agrakimyo va agrotuproqshunoslik ta'lim yo'nalishi 2-bosqich talabasi.

Tel. +998-93-858-29-27 Sardorxudoberdiyev103@gmail.com

Sultonmurodova Fariza Bekmirza qizi

Agrakimyo va agrotuproqshunoslik ta'lim yo'nalishi 2-bosqich talabasi

Tel. +998 99 641 27 17 farizasultonmurodova@gmail.com

Yusupov Xudoynazar Dilmurod o'g'li

Qishloq xo'jaligi ekinlari seleksiyasi va urug'chiligi 1-bosqich talabasi.

Yusupovx634@gmail.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.15204765>

Annotatsiya. Bamiya (*Abelmoschus esculentus*)-to'qaygul (*Malvaceae*) oilasiga mansub bir yillik o'simlik bo'lib, oziq-ovat maqsuloti sifatida yetishtiriladi. U asosan tropik va subtropik iqlim mintaqalarida o'sadi. Bamiya o'simligi asosan bo'yi 1-2 metrga yetishi mumkin. Barglari yirik, gullari sariq yoki och pushti rangda bo'ladi. Mevasi yashil, cho'ziq, icgki qismi esa urug'larga boy. Bamiya asosan issiq iqlimni yaxshi ko'radi, sovuqqa sezgir. Urug' orqali ko'payadi va unimdor yaxshi drenajlangan tuproqda yaxshi o'sadi. Asosan Afrika, Hindiston, Janubiy osiyo, O'rta Osiyo va Janubiy Amerikada mamlakatlarda keng terqalgan. Bamiyani foydali jihatlari oziqaviy qiymati: C,A,K vitaminlari, foliy kislatalari, kaliy tolalar bilan boy. Oziq tayyorlashda ishlatiladi sho'rvalar, qovurilgan taomlar va salatlarga qo'shiladi. Sharq va O'rta Osiyoya keng qo'llaniladi.

Kalit so'zlar: Yashil bamiyalar, Qizil bamiyalar, Mitti (past bo'yli) bamiyalar, Gegand bamiyalar, Afrika va Osiyo bamiyalari.

OKRA PLANT

Abstract. Okra (*Abelmoschus esculentus*) is an annual plant belonging to the mallow family (*Malvaceae*), which is cultivated as a food product. It grows mainly in tropical and subtropical climate regions. The okra plant can reach a height of 1-2 meters. Its leaves are large, its flowers are yellow or light pink. The fruit is green, oblong, and the inner part is rich in seeds. Okra mainly likes a warm climate, sensitive to cold. It reproduces by seed and grows well in fertile, well-drained soil. It is mainly widespread in countries in Africa, India, South Asia, Central Asia and South America. The beneficial aspects of okra are its nutritional value: it is rich in vitamins C, A, K, folic acid, potassium fiber. It is used in cooking, soups, fried dishes and salads. Widely used in East and Central Asia.

Keywords: Green okra, Red okra, Dwarf (short) okra, Giant okra, African and Asian okra.

РАСТЕНИЕ БАМИЯ

Аннотация. *Бамя (Abelmoschus esculentus) — однолетнее растение семейства мальвовых (Malvaceae), выращиваемое в качестве пищевого продукта. Произрастает в основном в тропических и субтропических климатических зонах. Растение бамии обычно достигает высоты 1-2 метра. Листья крупные, цветки желтые или светло-розовые.*

Плод зеленый, продолговатый, внутри полно семян. Бамя в основном предпочитает теплый климат и чувствительна к холоду. Размножается семенами и хорошо растет на плодородной, хорошо дренированной почве. Широко распространен в основном в странах Африки, Индии, Южной Азии, Центральной Азии и Южной Америки. К полезным свойствам бамии относится ее пищевая ценность: она богата витаминами С, А и К, фолиевой кислотой и калием. Его используют в кулинарии, добавляют в супы, жареные блюда и салаты. Широко используется в Восточной и Центральной Азии.

Ключевые слова: *Зеленая окра, красная окра, карликовая (короткая) окра, гигантская окра, африканская и азиатская окра.*

Sog'liq uchun foydalari: Oshqazon-ichak faolyatini yaxshilaydi, qondagi qand miqdorini nazorat qiladi, yurak uchun foydali. Bamiya tolaga boy bo'lib, ichak faolyatini yaxshilaydi va qabziyatni oldini oladi. Diabet bilan kasallanganlar uchun foydali bo'lib, qondagi glyukozani barqaror ushlab turishga yordam beradi. С vitamin va antioksidantlarga boy bo'lib organizmni kasalliklarga chidamli qiladi. Xolesterinni pasaytirishga yordam beradi va yurak-qon kasalliklarining oldini oladi.

Bamiyani turlari va ularning ahamiyati

1. **Yashil bamiyalar** bu eng keng tarqalgan turi bo'lib turli iqlim sharoitlarida o'stiriladi. Uning quidagi mashhur navlari mavjud:

Clemon Spineless- AQSHda keng tarqalgan, tikansiz va uzun mevalari bor.

Emerald- Yumshoq va silliq yuzali mevalari bilan mashhur

Annie Oakley- Erta bishadigon nav, hosildorligi yuqori.



1.Qizil bamiyalar bu navlar qizil yoki binafsha rangli bo'lib, pishir yotganda yashil tusga kiradi.

Red Burgurdy-Qizil tusli va uzun mevalarga ega, juda mashhur nav.

Hill Country Red-Qalinroq va biroz kattaroq to'qimalari bilan farqlanadi.

Jing Orange-Yorqin qizil tusli, Osiyoda ko'p yetishtiriladi.



3.Mitti (past bo'yli) bamiyalar bu bamiyalar ixcham o'sadi va kichik bog' yoki kontenerlarda o'stirish uchun mos.

Baby Bubba –juda ixcham bo'lib, kichik joylarda ham yetishtirish mumkin.

Dwarf Green Long Pod-Past bo'yli, lekin uzun mevalarga ega nav.



4. Gigant bamiyalar Ba'zi bamiyalar uzun va yirik bo'ladi, ularning ta'mi va tarkibi biroz farq qiladi.

Cow Horn-juda uzun (20-25sm) mevalariga ega, o'ziga xos ta'mi bor.

Stewart's Zeebbest-Uzun va yumshoq mevali nav.



5. Afrika va Osiyo bamiyalari

Africak Okro (*Abelmoschus caillei*) Afrika iqlimiga moslashgan, kattaroq barg va mevalariga ega.

Thai Green-Osiyoda keng tarqalgan, ingichka va uzun mevali bamiyalar.

Indian okra (*Bhindi*)-Hind oshxonasida mashhur, nisbatan qalin va yopishqoq mevali nav.



REFERENCES

1. U.SH.Qarshieva, A.A. Bo'riyev O'simlikshunoslik fanidan darslik
2. X.N.Atabayeva, J.B.Xudayqulov. O'simlikshunoslik
3. H.Atabayeva, O.Qodirho'jayev. O'simlikshunoslik
4. V.Zuev, A.Abdullayev Sabzavot ekinlari va ularni yetishtirish texnologiyasi .
5. T.E.Ostonaqulov, V.I.Zuyev, O.Q.Qodirxo'jayev Sabzavotchilik.