

Карим МАҲМУДОВ

ҚИЗИҚАРЛИ ПАЗАНДАЛИК

ТОШКЕНТ
«ЎҚИТУВЧИ» 1987

Тақризчилар:

Этнограф, тарих фанлари кандидати Б. Аминов,

Тошкент шаҳар, 55-ошпазлик билим юртининг директори Б. Зиёвуддинов.

Уста пазанда, Тошкент шаҳар, «Гулистан» ресторанининг директори Р. Убайдуллаев.

МУАЛЛИФДАН

Маълумки, озиқ-овқат, мўл-кўлчилигини таъминлаш, асраш, қайта ишлаш, исроф қилмаслик каби масалаларни одамзод ўзининг пайдо бўлган даврлариданоқ ҳал қилишга уриниб келади. Бизнинг давримизда бу масалаларга илмий ёндашиб, юксак муваффақиятларга эришилмоқда. Китобда турли мамлакатлардаги турли шароитларда ҳамда ўзгача ижтимоий-иктисодий тузумда яшаган ҳалқларнинг бу масалаларни ҳал қилишига оид лавҳалар, ҳикоялар, тарихий ва этнографик материаллар берилади.

Тежамкорлик, озиқ-овқат масалликларига ғамхўрлик ва нонга ҳурмат борасида жаҳон пазандалигидан келтирилган мисоллар ушбу китобда анчагина. Лойиҳада яна касб танлаш тўғрисида гап юритилади. Бизда янгидан-янги заводлар, фабрикалар, совхозлар қурилмоқда ва буларнинг қошида мактаблар, яслилар, боғчалар ташкил этилмоқда, ҳар бир корхона ҳамда муассасанинг албатта ўз ошхонаси бор, буларга ошпаз кадрлар жуда кўп керак бўлади. Шунинг учун китобда касб танлаш чегарасида турган ўқувчиларни ошпазлик хунарига қизиктириш ва пазандаликнинг санъат эканини исботлашга қаратилган кўплаб фактлар келтирилади. Айниқса «Рўзгоршунослик»дан дарс берувчи ўқитувчилар учун, пазандалик билим юртлари ҳамда ошпазлик мактабларининг ўқувчилари учун касбни улуғлаш борасида анчагина мисоллар келтирилади. Одамларнинг қандай овқатланиши ҳалқ моддий фаровонлигининг асосий кўрсаткичи ҳисобланади. Шундай экан, пазандалик ҳар бир ҳалқнинг шуғулланадиган хўжалик типига, яъни она табиатдан масалликларни қай тарзда ундириб олиш усулига боғлиқ ҳолда келиб чиқади ва ривожланади. Сирасини айтганда, овқатланиш одамларнинг қандай усулда моддий неъмат ишлаб чиқаришларига ва не хил табиий шароитларда истиқомат қилаётганликларига боғлиқ шаклланади. Бу ҳол «Овқатланиш модели» деб юритилади. Чунончи, чорвадор ҳалқлар кўпроқ гўштли, ёғли, сутли, қатиқли, таомларни истеъмол қилишга мослашганлар, дсҳқончилик билан машғул бўлганларнинг овқатланиш модели эса асосан дондун, сабзавот ҳамда мевалардан иборат бўлади. Ёки иссиқ минтақаларда яшовчи ҳалқлар кўпроқ мева-чева, енгил овқатлар, ўз шароитида мавжуд бўлган ҳайвонотларнинг гўштини истеъмол қилишга одатланишган бўлса, денгиз соҳилларида яшовчи аҳолининг овқатланиш модели асосан балиқ, денгиз ҳайвонларининг бошқа турлари ва ўсимликлардан иборат бўлади.

Натижада турли миллат пазандачилигига ҳадсиз антиқа таомлар ижод этилади. Масалан, жаҳонда шундай ҳалқлар борки, сиз билан биз мутлақо оғизга олиб бўлмайди, деб ҳисоблайдиган масалликлардан ажойиб таомлар тайёрлашни билишади ва хузур қилиб ейишади. Овқатланиш модели этнография фанининг учта асосий аспектларидан биринчисидир. Китобда ана шунга оид талайгина материаллар берилади.

Пазандалик ҳар бир халқнинг турмуш маданияти доирасидаги эстетик, ахлоқий, эътиқодий алоқаларни ифодаловчи расм-русум, анъаналар, меҳмондўстлик каби бир қатор урф-одатлари, халқнинг турмуш тарзи ва ҳатто тарихига боғлиқ бўлади. Бинобарин, овқатлашиш модели билан бирга пазандалик санъатини ўрганиш мазкур миллатнинг характеристини очишга ёрдам беради. Китобда уй бекалари, ҳаваскор пазандалар, ҳатто мутахассис ошпазлар ҳам билиб қўйсалар фойдадан ҳоли бўлмайдиган маълумотлар жамлангандир. Сиз бу китобдан келин танлашга восита бўлган таомлар, масаллик пуллар, муқаддас ва шарафли деб ҳисобланадиган овқатлар, одамларнинг номи билан аталадигап таомлар, пазандалик равнақига ҳисса қўшган машҳур одамлар, севикли таоми деб ҳалок бўлган кишилар, рамзий масаллиқлар ва бошқалар ҳақида маълумотлар оласиз.

Сиз ҳар гал таом тайёрлаганингизда ёки ҳузур қилиб танаввул этганингизда ушбу таомни ким ва қачон, қандай ижод этган, деган масала устида бош қотириб ўтирмайсиз, албатта. Бироқ таом ижод этиш ғоят мураккаб иш. Бинобарин, ўқувчилар қадимда пазандаларнинг янги таомларни ижод этишлари билан боғлиқ бўлган воқеалардан воқиф бўлсалар, ҳамда ўзбек пазандалигида ишлатиладиган масаллиқларнинг баъзилари қачон ва қаердан келиб қолганлигини билиб олсалар, фойдадан ҳоли бўлмас, деб ўйлаймиз.

Бизнинг давримиз илмий-техника равнақи даври бўлгаилнгидан ҳам истеъмолдаги овқатларимизга бефарқ қарамасдан, балки фан нуқтаи назаридан ёндошиш муҳим аҳамият касб этади. Шу боисдан китобда ҳар бир пазанда ҳам, ҳар бир хўранда ҳам пиширилаётган ва ейилаётган таомга фақат қорин тўйдирувчи нарса деб қарамасдан, балки шифо ҳам эканлигини билиб олишларига оид илмий далилларни келтириш автор олдига қўйилган вазифалардан бири Эди.

I. ПАЗАНДАЛИК САНЬЯТИ

Пазандалик таърифи

Негадир кўпчилик пазандаликка косибчиликка ўхшаган бир ҳунар деб қарайди. Ҳунарликка ҳунарку-я, бироқ, бу ҳунарнинг бошқа соҳалардан кескин фарқ қиласидиган ўзига хос томонлари бор. Айтиш мумкинки, пазандалик ҳам бир санъат, яъни косиб ўз фаолиятида меҳнат малакаси, тажрибасига таяниб иш қўради. Пазанда ҳам шундай, лекин масаллиқларни саралаб, ювиб, арчиб, тўғраб, пишириб дастурхонга тортишгача бўлган барча жараёнларда у ўз маҳоратига, истеъоди ва дидига таянади. Буни қуйидагича тушунтириш мумкин, яъни косиблар ўз ишларининг натижаси бўлган предметларни доим бир қолипда, ўзгартиришсиз ясай берадилар (агар билимларини, орттириб, ясаётган буюмларига ўзгартириш киритиб, янги моделлар устида излансалар эди — улар ҳам ижод қилган бўлардилар). Маълумки, санъаткорларда ижод доимо асосий ўринда туради. Чунончи, бир хил ролни ижро этадиган бир неча актёр ўз қаҳрамонини ўзича талқин қилиб, персонаж характеристини ўз ижрочилик санъати заминида турлича очади.

Худди шунга ўхшаш бир хил таом тайёрлаётган турли пазандаларнинг ҳар бири ўзининг пазандалик маҳоратига кўра шу таомнинг лаззатли, тўйимли, ташқи кўриниши ва бошқаларга ўз услуби, ўз тажрибасидан келиб чиқсан ҳолда ёндашади. Бинобарин, истеъодли пазандалар бундайроқ масаллиқлардан ҳам дурустроқ таом тайёрлай олишлари, ёки аксинча, истеъоддизлари эса сифатли масаллиқлардан bemaza таом тайёрлаб қўйишлари мумкин.

Пазандалар ҳам санъаткорлар каби ўzlари тайёрлаган таомларини вақт-вақти билан намойиш қилиб, кўрик-конкурсларда мусобақалашиб турадилар. Ғолиб чиққанлар муносиб тақдирланади ва талантига қараб маҳсус пазандалик мактабларини битирмаган бўлсалар ҳам малакалари оширилади, уларга биринчи классли ресторонларда ишлаш ҳукуки берилиши мумкин.

Пазандаликнинг бошқа санъат тармоқлари каби ўзига хос «жанрлари» ҳам бор, булар ўзбек пазандалигида ошпазлик, паловпазлик, кабобпазлик, нонвойлик (нонпазлик), қандолатчилик (шакарпазлик), мантипазлик, яхнапазлик кабилардир.

Ошпаз қуюқ-суюқ овқатларнинг барчасини тайёрлашга моҳир бўлади. Паловпаз турли хил палов ва шовланинг хилларини тайёрлашни билади. Сомсапаз ўнларча сомсалар, кабобпаз, ҳар турдаги кабоблар пиширишнинг устаси. Нонвой тандир нонларнинг — оби, ширмой, гижда, патир каби кўп хилларини ёпа олса, қандолатчилар ҳолвадан новвотгача бўлган шириналарни тайёрлай олади, мантипаз манти, чучвара каби таомларнинг ўнлаб турини тайёрлашни билса, яхнапаз эса гўшт, қази, хасип, калла-поча каби таомлардан яхна овқат тайёрлай олади. Мана шу пазандалик жанрларининг барчасидан хабардор мутахассислар умумий ном билан пазанда деб юритилади. Агар улардан фақат биттасини эгаллаган бўлсалар, унда тегишли жанр номи билан: ошпаз, паловпаз, кабобпаз, нонвой ва ҳоказо деб аталади.

Пазандалик форс-тоҷик тилидан олинган «пазидан» (пиширмок) феълининг ноаниқ формасига ўзбекча «клик» суффикси қўшилмасидан таркиб топган бўлиб, «пиширмоқлик» деган маънени англатади ва у шундай таърифланади: *Пазандалик санъати деб, ўсимлик ва ҳайвонот масаллиқларидан инсон аъзолари учун зарур бўлган, меҳнат ва яшаи қобилиятини орттирадиган турли хил лаззатли, тўйимли ва покиза таомларни тайёрлаш ҳамда диод билан дастурхонга тузашининг муайян усуллари йигиндисига айтилади.*

Пазандалик санъати инсониятнинг энг қадимги фаолиятларидан бири бўлиб, унинг ривожланиши ҳар доим жамият иқтисодий равнақига боғлиқ бўлган. Ўтган барча ижтимои-иқтисодий формацияларда ҳам таомларнинг хилма-хиллиги, сифати инсоннинг ҳаёт кечиришида муҳим восита бўлиб хизмат қилган. Инсон барча тирик организмлар каби ташқи муҳит қуршовида яшайди. Ташқи муҳит шароитлари орасида инсон аъзоларига доимий ва энг

муҳим таъсир қилиб турадигани таомдир. Ташқи муҳит шароитларининг бошқа жабҳаларидан фарқли ўлароқ, киши овқатлангандан сўнг энди таом ички муҳит шароитига айланади. Натижада овқат таркибидағи элементлар аъзоларимиз билан уйғунлашиб, физиологик фаолиятимизни таъминлайдиган энергия ҳосил қиласи. Шунинг учун ҳам овқатланиш одам сиҳат-саломатлигининг ва узок умр кўришининг гарови, яхши кайфиятининг воситаси, энг муҳими меҳнатга бўлган қобилиятининг омилидир. Одам узок вақт овқатланмаса — ҳаёти тугайди, оз, ночор, нотўғри овқатланса ёки аксинча кўп, пала-партиш овқат еса турли касалликларга дучор бўлади. Шундай экан, пазандалик санъати орқали таомларни қоидали қилиб тайёрлаш уларнинг парҳезли хусусиятини келтириб чиқаради, одамларнинг режали истеъмол қилиши эса ҳар бир таомнинг шифобахшлик хусусиятини орттиради. Бинобарин, таом тайёрлаш ва уни истеъмол қилиш ҳам табиий, ҳам ижтимоий характерга эга бўлган муҳим масаладир. Ушбу масаланинг тўғри ҳал қилинишида пазандалик муҳим роль ўйнайди.

Оловнинг кашф қилиниши

Пазандалик аксарият пишириш билан боғлиқ бўлганлиги учун унинг тарихи албатта оловнинг кашф қилинишига бориб тақалади. Бизга тарихдан маълумки, ибтидоий одамлар оловни кашф қилмасларидан аввалроқ оловдан фойдаланганлар. Бу албатта табиий олов эди. Яшин оқибатида ўрмонларга ўт кетиши, вулқон лаваларининг қайнатиши табиий энергия манбаи бўлган эди, ибтидоий одамлар буларнинг ёруғлиги ва иссиқлигидан фойдаланишларига имкон туғилиб қолган. Ҳали тошни тошга ишқалаб, олов ҳосил қилгунга қадар ана шу табиатнинг ўзида ҳосил бўлган олов уларга асқотган. Жаҳоннинг кўпгина жойларида олиб борилган археологик қазилмалар натижасида қалинлиги то 10 метргача етадиган кул қатламлари топилганлиги маълум. Бу шу билан изоҳланадики, ибтидоий одамлар табиий олов ўчиб қолмаслиги учун унга узок вақт шоҳ-шаббалар ташлаб турганлар ва зарурат туғилганда ундан фойдаланаверган бўлишлари керак.

Ўша кезларда ўрмонларнинг ёниши натижасида пишиб қолган ҳайвон гўштини тотиб кўрган ёки масаллиқни хомлигидан кўра пиширилгани лаззатли эканлигига ақли етгаи ибтидоий одам дастлабки пазанда ҳисобланади. Ибтидоий даврнинг ўрта босқичига келиб одамлар тошни тошга, ёғочни ёғочга ва бошқа қаттиқ нарсаларни бир-бирига ишқалаш натижасида олов ҳосил қилишни ўрганиб оладилар. Олов кашф қилингандан сўнг овлаб олинган турли ҳайвонот гўштлари ва балиқни доим пишган ҳолида истеъмол қилина бошланди.

Оловнинг кашф қилиниши чорвачилик каби эмансипация воситасидан ташқари яна дехқончилик эмансипацияси ҳам келиб чиқишига сабаб бўлади. Бундан ташқа-ри яна оловдан фойдаланиб, одамлар ғишт пишириш, кулолчилик қилиш, маъданлардан металл эритиш имкониятига ҳам эга бўладилар, бу эса уларни ўртоқ бўлишларига, кўчманчиликни тарқ этиб бир жода, муқим яшаб, дехқончилик билан шуғулланишларига сабаб бўлади. Ана энди овчиликдан чорвачиликка, йиғим-теримчиликдан дехқончиликка ўтиш эса пазандаликнинг равнақига катта имкониятлар туғдиради. Оловнинг кашф қилиниши табиатни тобора ўзлаштириб бориш учун катта энергия манбаи сифатида ҳам хизмат қиласи. Олов ёввойи ҳайвонлардан ўзини ҳимоя қилишнинг ҳам ўзига хос қуроли бўлган. Олов туфайли одамлар иссиқ минтақалардан совуқ минтақаларга бориб яшаш имкониятига эга бўладилар.

Одамларга олов ҳамроҳ экан, дараҳтларни кесиб ёқишигина эмас, энергия манбаи бўлган ўрмонларга қараш, дараҳт ўстириш, кейинчалик эса ер ости ёқил-ғилари (кўмир, нефть, газ) ни ковлаб олиш, ёнилғи манбаи электр станциялар қуришни ўрганиб олдилар. Буларнинг ҳаммаси ўз навбатида пазандаликнинг тобо-ра равнақ топишига кенг йўл оча бошлади. Яъни ана шу юқорида атаб ўтилган эмансипация воситаларининг барчаси, масалан чорвачилик билан дехқончилик пазандалик учун масаллиқ манбаи бўлган бўлса, кулолчилик билан темирчилик

эса пазандалик учун идиш-товоқ, қозон ва хар турли асбоб-ускуналарни муҳайё қиласиган бўлди. Ўз-ўзидан маълумки, ўрмончилик (ўтин), кончилик (кўмир, нефть, газ) ва электр станциялар қуриш таом пишириш учун энергия манбаидир.

Чорвачиликнинг келиб чиқиши

Пазандалик оловсиз тараққий эта олмагани каби чорвачилик ва дехқончиликсиз ҳам ривожлана олмас эди. Ўз-ўзидан маълумки, хўжаликнинг бу икки соҳаси па-зандалик учун табиат неъматларидан масаллиқлар етиштириб беришга қаратилгандир. Териб-термачлаш билан машғул бўлган ибтидоий одамлар ёлғиз ўсимлик мевалари, уларнинг тана ва илдизларинигина йифмасдан, айrim секин харакат қиласиган майдада ҳайвонларни (чувалчанг, мидия ва б.) ҳам териб еб юрганлар, албатта. Ибтидоий жамоа тузуми ишлаб чиқарувчи кучларининг ўша даври тараққиёт даражасига кўра бамисоли ҳайвонлар сингари одамлар ҳам ўзлаштирувчи хўжалик олиб борганлар. Яъни табиатдаги барча тайёр» нарсаларни шундайлигича меҳнатсиз олиб яшашга мажбур бўлганлар.

Агар аждодларимиз шу тарзда қолиб кетаверсалар эди, уларнинг ҳайвонлардан ҳеч фарқи қолмаган ва жамият ҳам ривожланмай қолаверган бўлур эди. Узок-узоқларга кўчиб юриб териб-термачилик қилина бергач, бари бир, осонликча ўзлаштириб олинадиган атрофдаги масаллиқлар тугайди. Энди тез югурувчи, учувчи ва сувда сузувлари ҳайвонларни овлаш зарурияти туғилади. Бунинг учун эса қуролдан фойдаланиш керак бўлиб қолади. Қурол ясаш — бу энди меҳнатнинг бошланишидир. Овчилик ва балиқчилик орқали овқат хиллари кўпайди ва нуқул ўсимликдан олинадиган тайёр маҳсулотларга ўрганиб қолишликка барҳам берилди, бу эса ўз навбатида инсон миясининг янада такомиллашув шартларини вужудга келтирди. Витаминдор мевалар, крахмали илдизлар ва дон-дунларга энди оқсилдор гўшт ҳам келиб кўшилди.

Тош даврида одамларнинг турлича группалари оила, уруғларга бирлашиб дарё водийлари, денгиз соҳилларида, шунингдек ҳайвонларга бой ўрмонларда истиқомат қиласиганлар. Ниҳоят шундай бир давр бошланганки, атрофда овланадиган ҳайвонлар ҳам озайиб кетганлиги сабабли уларни ўлдириб юбормасдан тирик тутиш ва чуқур жойларда, тоғ дараларида ходалардан тўйсилган ғовлар ясалиб, уларнинг ичидаги шу ҳайвонларни боқиб урчилига бошланган. Худди мана шу ҳол чорвачиликнинг ибтидоийсидир. Бу давр варварликнинг ўрта босқичи даври бўлиб, у Шарқий ярим шар учун характерлидир.

Ҳайвонларни қўлга ўргатиш ва урчилиш ҳамда катта-катта подалар ташкил қилиш афтидан, орийлар билан семитларга бошқа варварлардан ажралиб чиқишига имкон берган бўлса керак. Европа ва Осиё орийларида ҳайвонларнинг номлари ҳали бир хил, аммо экиб ўстириладиган ўсимликларнинг номлари деярли ҳеч қачон бир хил бўлмаган.

Одамлар асосан ёввойи ҳайвонларни, кўп ҳолларда, умуртқалилар (сут эмизувлар ва қушлар)ни қўлга ўргатишга уринганлар. Ит ва мушуклар эса одамлар яшайдиган манзиллар яқинида нишхўрд овқат топилиши сабабли ўзлари уларга яқинлашаверганлар. Чорвачилик овқат запасини янада кўпайтиради, гўшт, ёғдан ташқари яна сут ва тухум истеъмол қилишига имкон беради. Ҳайвонларнинг терисидан кийим сифатида фойдаланилган. Оловдан фойдаланишни ўрганиб олган одамлар энди иқлими совуқроқ минтақаларда ҳам яшай бошлаганлар.

Чорвачилик меҳнат тақсимотининг келиб чиқишига ҳам сабаб бўлди. Овчилик билан машғул бўлган эркакларнинг зиммасига чорвачилик ҳам тушди, аёллар эса унча оғир бўлмаган ишлар, чунончи сут соғиш, қатиқ ивitiши, гўшт пишириш билан машғул бўлганлар. Чорвачилик пазандаликни янада ривожлантириши билан бирга эмансипация воситаси сифатида дехқончиликнинг равнақ топишига ҳам сабаб бўлди.

Дехқончиликнинг келиб чиқиши

Кишиликтининг илк давларида ёки мөхнат жинсга ва ёшга қараб тақсимланган. Бунда хавфлироқ ва кўпроқ жисмоний куч талаб қиласидан овчилик билан эркаклар шуғулланган бўлсалар, нисбатан енгилроқ териб-термачлаш билан аёллар ва қариялар машғул бўлганлар. Йигиб-териб келинган овқат колдиқлари, илдиз, данак, уруғларни яшаб турган манзиллар атрофига ташлаш натижасида униб чиқиши ибтидоий аёлларда: «буларни экиб кўпайтиrsa бўлар экан-да» деган фикрнинг туғилишига сабаб бўлган бўлиши керак.

Пазандалик билан чамбарчас боғлиқ бўлган, унга ўсимлик масалликлари етказиб берадиган соҳа — дехқончиликни асосан аёллар кашф қилганлар. Фикримизнинг исботи учун ушбу мисолни келтиrsак бўлади. Жанубий Америкада яшовчи арикара номли ҳинду қабилаларида дехқончилик ҳозиргача ҳам аёллар иши ҳисобланиб келинар экан.

Ёввойи бошоқли экинларни муттасил экиб кўпайтириш эрамиздан тақрибан 10000—15000 ийл муқаддам бошланган. Экинни экиб кўпайтириш янги мөхнат қу-ролларининг кашф этилишига сабаб бўлган. Тош болта, чўқмор ўрнига энди бронза кетмон, белкурак ёки омочдан фойдаланила бошланди. Дехқончилик одамларни ўтрок бўлиб яшашларига сабаб бўлди, бу эса маданиятнинг равнақ топишига, бутун бошли қишлоқлар пайдо бўлишига олиб келди. Фақат дон-дунларнигина эмас, балки сабзавотларни, гул мевали ҳамда илдиз мевали ўсимликларни ҳам маданийлаштирилиши натижасида инсон таомномаси борган сари мураккаблаша бошлайди. Илгари ёввойи ҳолда ўсган мевали бута ва дарахтлар энди боғ-роғларни ташкил қила бошлайди. Тарик, арпа, буғдой, макка, шоли каби крахмал берадиган бошоқли донларнинг катта-катта майдонлари пайдо бўла бошлади. Ловия, соя, мош, нўхат, ясмиқ каби оқсил берадиган дуккаклилар, шакар қамиши, қанд лавлагиси, қовун, тарвуз, хурмо каби шириналликка бой ўсимликлар, кунгабоқар, зифир, кунжут, ерёнғоқ, зайдун, пахта ва бошқа ёғ берадиган ўсимликлар, карам, сабзи, шолғом, турп, помидор, пиёз ва бошқа кўпгина витамин, минерал моддалар берадиган сабзавотлар минг йиллар давомида қайта-қайта экилиб сунъий равища, янги-янги навлар олина бошланди. Дехқончиликнинг ибтидоси дастлаб Ғарбий ярим шарда бошланиб, бу ҳам варварликнинг ўрта босқичига тўғри келади. Ҳосилдорликни ошириш, тупроқнинг мелиоратив ҳолатини яхшилаш, янги-янги ўсимликларни маданийлаштириш ва интродукциялаш (озик-овқат берадиган турли ўсимликларнинг ёввойи ҳолда ўсган дастлабки ватанларидан ер шарининг бошқа жойларига ҳам олиб келиб экиш) дехқончиликнинг кейинги равнақидир.

Қоида, усул ва сирлари кўп соҳа

Пазандалик қатор фанларга ҳам алоқаси бор соҳадир. Пазанда таом тайёрлар экан ўзи билган ёки сезмаган ҳолда физика, химия, биология, медицина, микро-биология ва ҳатто психология каби илмларга амал қиласиди. Пазандаликнинг таом тайёрлаш илми технология деб аталади.

Барча санъат ва фан соҳалари ўз қоида ва усуулларига эга бўллади. Пазандалик ҳам қоидаси кўп соҳадир. Энг содда қоидалардан тортиб энг мураккаб, муҳим қоидалар шу қадар кўпки, буларни саронжом-саришта қилиш учун ўнлаб китоблар ёзилиши керак.

Пазандаликда ҳатто энг содда қоидаларга амал қиласлик ҳам тайёрланаётган таомнинг бузилишига сабаб бўлиши мумкин. Мисол учун дуккакли донларни (ловия, мош, нўхот) тузсиз совуқ сувга солиб аста қайнатиб пиширилади, акс ҳолда улар қотиб қолади ва пишмайди, угра, шилпилдоқ, макарон, вермешель, чучвара каби хамир маҳсулотларини қайнаб турган тузли сувга солиб пишириш керак, акс ҳолда улар эзилиб атала бўлиб кетади. Шарақлатиб

қайнатилган гўшт bemaza, милтиратиб қайнатилгани эса totli бўлади ёки ўрвага тузни қайнамасдан олдин ташланса татимайди, суви хўп пишгандан сўнг тузи ростланса, лаззатли бўлади ва ҳоказо.

Таом тайёрлаш технологиясидаги тартиб, қоида ва усуллар асосан икки группага бўлинади: а) олов таъсирисиз тайёрлаш ва б) пишириш. Бунда масаллиқларни пиширишга тайёрлаш тартиб-қоидалари қўйидагилардан иборат бўлиши мумкин: саралаш, чайкаш, ювиш, арчиш, пардозлаш, териш, элаш, сўйиш, юлиш, тозалаш, кесиш, бўлиш, тўғраш, майдалаш, қиймалаш, чопиш, қирқиш, қириш, ивитиш, қориш, ясаш, чўзиш, тузлаш, ачитиш, сиркалаш, қўшиш, аралаштириш, куритиш (офтобда, кўланкада) ва ҳоказо.

Пишириш қоидалари ўзбек пазандалигида беш хил: қовуриш, қайнатиш, буғлаш, тандирда пишириш ва мураккаб комбинацияли усулда пишириш.

Арчиш қоидалари

Масаллиқни пиширишга тайёрлаш ёки хомлигича истеъмолга яроқли қилиш анчагина технологик жараёнлардан иборат бўлади.

Маълумки, арчишининг анчагина қоидалари бор, шулардаа бири мумкин қадар юпқа, кам чиқим қилиб арчишдир. Агар 1 килограмм картошка ёки сабзидан чиқа-диган пўчоқ 150 граммни ташкил этса, шундан атиги 10 грамини чиқитга чиқармасдан арчилса, жамийки ошхоналарда ва хонадонларда пўчоқни камайтириш ҳисобига юзларча тонна масаллиқ иқтисод қилиб қолинган бўларди.

Сабзи, бодринг каби узунчоқ масаллиқлар ичидан бандига қараб юпқа тахтакач усулида; картошка, шолғом каби юмалоқ масаллиқлар бандидан учига қараб спираль шаклда ўткир пичноқ билан арчилади (расмга қаранг).

Иложи борича масаллиқнинг этидан камроқ олиб ташлаш пазандаликда маҳорат ҳисобланади. Пўсти этидан арчилиб, истеъмол этиладиган масаллиқлар ўзи «мана мен» деб туради. Улар: пўчоғи аччиқ (масалан анор), қалин (қовун, тарвуз), дағал (турп, шолғом), лавлаги, картошка ва бошқалар бўлиб, албатта арчилиши керак. Лекин шундай масаллиқлар борки, буларнинг этидан кўра пўчоқ қисмида фойдали моддалар кўп бўлади. Масалан, редисканинг учи, банди ва тивит томирлари олиб ташланиб, яхшилаб ювиб пўчоғи билан ейилса, фойдадан холи эмас. Бодрингни ҳам майдалари пўчоғи билан ейилиб, фақат қари ва сарғайланлари арчилса айни мудда бўларди.

Расмда сабзи таркибидаги фойдали моддалар қандай жойлашганлигини кўр-сатувчи схема берилган. Сабзидаги энг фойдали, яъки организмда А витаминни ҳосил қиласидиган каротин моддаси ўрта эти ва учидан кўра пўчоғи ва банд қисмида кўпроқ жойлашган, чунончи: учida ва ўрта этида бу модда 2,6—3,5 миллиграмм процентни ташкил қиласидиган бўлса, пўчоғи ва банд қисмида 10—13 миллиграмм процентга борар экан. Демак, сабзидан тўла фойдаланиш учун яхшилаб ювиб, арчимай тўғраш зарур, ёки юпқа қилиб қириб ташланса бас, қолаверса сабзининг пўсти нафис ва этидан ажралмаган.

Умуман, этидан маълум хужайралар билан ажралмаган масаллиқларни арчимай ювиб истеъмол қилишни тавсия этамиз. Масалан, олманинг пўчоғи этига мустаҳ-кам бириккан, уни арчимай еган фойдали.

Баъзилар «олманинг пўсти яхши ҳазм бўлмайди, шунинг учун уни арчиш керак» дейдилар. Яхши ҳазм бўлмаслиги тўғри, лекин арчиш хато. Помидор, калампир, узум, гилос, ўрик, олма, олхўри ва бошқа шу каби масаллиқларнинг пўчоқлари ҳам яхши ҳазм бўлмайди. Лекин булар арчимай истеъмол қилинади-ку. Гап шундаки, ўша ўзи ҳазм бўлмайдиган пўчоқлар бошқа овқатларнинг ҳазмланиши учун зарур. Бу масаллиқларнинг пўчоғида, жумладан олма ва нокда ҳам клетчатка деган модда бор. Клетчатка серёғ, сергўшт, оғир ва калорияси баланд

таомларнинг ҳазмланишида бамисоли тегирмон ролини бажаради. Баъзи сабзавот (бодринг, сабзи, помидор, редиска, қалампир) ва меваларнинг (олма, нок, ўрик, олча, гилос, олхўри, олиёр шафтоли, беҳи) пўчоқларнда бу модда кўп бўлади. Ҳазмловчи клетчатка вазифасини қовун, тарвуз ва бошқа полиз экинларининг тивитлари (яъни хужайрасидаги протоплазмани ўраб турган целилёза қатлами) ҳам бажариши мумкин.

Қарангки, масаллиқни пўчоғидан ажратиб ейиш керакми ёки пўчоғи билан ейиш керакми — буни қодир табиатнинг ўзи белгилаб қўйибди. Масалан, ёнфоқ, писта ва бодомнинг пўчоғи ёғочсимон қаттиқ бўлғанлиги учун чақиб мағзи ажратиб ейилади. Мандарин ва апельсиннинг пўчоқлари этидан ажраб туради ва аччиқ бўлғанлиги учун арчиб ейилади. Аммо лимоннинг пўчоғини зинҳор ажратиб ташламаслик керак. Лимончилик билан машхур бўлган Италия, Кавказ ва бошқа жойлардаги халқлар лимоннинг пўстини сира арчиб ташламайдилар, паррак-паррак қилиб кесиб шакарга ботириб чайнашади, ҳамма хузур ана шунда.

Лимонни кесганда зангламайдиган пўлат пичоқдан фойдаланишни маслаҳат берамиз. Зангламайдиган пўлат пичоқлар бу мевадаги аскорбин кислотаси (С белгили витамин) нинг анчагина қисмини ғойиб қилиб юборади. Шунингдек, олмани ҳам арчимасликни келишиб олмоғимиз керак. Ўзингизга маълумки, арчилган олма дарҳол қорайиб кетади. Бунинг маъноси шуки, пичоқ таъсирида унинг хужайралари кесилиб, шарбатидаги темир моддалари ҳаводаги кислород билан реакцияга киришади-да, занглайди. Ундан кўра олмани карс-карс тишлаб еган маъқул. Шунда унинг фойдаси кўп, исрофи кам бўлади.

Тўғраш усуллари

Арчишни ўрганган одам тўғрашни ҳам билиши керак.

Дарвоқе тўғрашнинг таом тайёрлаш технологиясида аҳамияти катта. Чунончи сиз масаллиқни бир хил шаклда тўғрасангиз, овқатнинг кўриниши чиройли бўлади ва масаллик бир текисда пишади.

«Таом ҳар жойда, лаззат бир жойда» деган мақол ҳам таом тайёрловчининг тўғраш маҳоратига ишорадир. Бир хил масаллиқдан икки киши, икки жойда таом тайёрласа, биринчиси лаззатли, иккинчиси bemaza чиқиши мумкин. Бу жуда лаззатли масаллиқ бўлишига қарамай баъзи «пазандалар» тўғрашни хато бажарганлари учун гўштнинг фозини қирқиб қўйишиади. Аслида гўшт баъзи таомлар учун (кабоб, палов, қовурма ва бошқалар) лўнда-лўнда усулда, бодомдай, аникроғи бош бармоқнинг биринчи бўғими катталигига бир хил тўғралади. Энди агар гўшт бўлакларининг бирини катта ёнғоқдай, бирини майда пистадай қилиб тартибсиз тўғралса, таом албатта bemaza чиқади. Сабаби: майда бўлакчалар қовурилганда куйиб жингаги чиқади, катта бўлакларнинг эса сирти пишиб, ичи ҳали хом-хатала бўлади. Бир қозоннинг ўзида куйган гўшт билан чала пишган гўшт мазасининг уйғунлашуви белаззат, бадхўр бўлади.

Тўғрашнинг усуллари жуда кўп, куйида баъзилари билан танишириб ўтамиш:

«Сомонча» усулда тўғраш. Палов, шовла, мастава учун сабзи, салат учун турп ва редиска ана шу усулда тўғралади. Бунда сабзавот таҳта устига қўйилиб, чап қўл билан ушланиб, ўнг қўлдаги ўткир пичоқ ёрдамида аввалига узунасига, юпқа тахтакач қилиб кесиб олинади-да, сўнг қаватлаб «сомонча» қилиб қирқилади. Бунда масаллик бўлаклари гугуртнинг чўпидаи бир хил чиқади. Ҳар бир бўлакнинг узунлиги тахминан 4—5 сантиметр, кўндаланг қирқими эса 3 квадрат миллиметр бўлади.

Кубик шаклида тўғраш. Бу усул «шоди беги», «нўхатча» тўғраш деб ҳам юритилади.

Асосий масаллиқнинг шаклига қараб сабзи, шолғом, картошка, гўшт, думба ёғ ва бошқа масаллиқлар шу усулда тўғралади. Кубик қилиб тўғралганда масалллқ аввалига узунасига, қалинлиги тахминан 1 сантиметр келадиган тахтакачга, гўшт бўлса шапалоқдек қилиб кесиб олинади-да, сўнг бу тахтакачлар яна узунасига эни 1 сантиметр келадиган ва кўндаланг

қирқими 1 квадрат сантиметр келадиган қаламчаларга бўлинади. Қаламчалардан эса 1 куб сантиметр шаклида бўлакчалар кесилади. Буниси майда кубик бўлиб, тахминан нўхатга тенгdir. Ўрта кубик эса 2 куб сантиметр ҳажмидаги бўлакчалардан иборат бўлади. Қатта кубик 3 ёки 4 куб сантиметр шаклида кесилади.

Ҳалқа-ҳалқа қилиб тўғраш. Кўпгина салат, суюқ ош, шўрва, палов, қовурма ва бошқа таомларга асосан пиёз шу усулда тўғралади. Узунчоқ, тухумсимон пиёzlар арчилаш, чап қўл билан муаллақ ушлаб, ўнг қўлдаги ўткир пичоқда пастдан юқорига (агар тахтакачга қўйилса, юқоридан пастга) қараб шилиш асосида «ҳалқа» ёки «яrim ҳалқа» қилиб кесилади. Юмалоқ, шолғомсимон пиёzlар эса тахтага қўйилиб, пичоқни устидан юргизиб кесилади.

Паррак-паррак қилиб тўғраш. Қовуриладиган картошка, салат учун бодринг, шўрвага солинадиган сабзи арчиб тайёрлангандан сўнг тахта устида муаллақ уш-лаб учидан бандига қараб бир хил қалинликдаги «ғил-диракчалар»га кесиб чиқилади. Пиширилган хасип, қази ҳам истеъмол қилиш олдидан ана шу усулда кесилади.

Тилиш. Салат ва баъзи таомлар учун помидор, мурабболар учун олма, беҳи шу усулда кесилади. Ҳандалак, қовун кесиш усулларидан бири ҳам тилиш. Бунда масаллиқнинг бандидан учига қараб бир хил катталиқдаги тилимлар кесилади.

Лўнда-лўнда қилиб тўғраш. Асосан гўшт-ёғ шу усулда, жуда хилма-хил таомлар тайёрлаш учун тўғралади. Бунда масаллиқ бўлакларининг шаклини бир-бирига монанд қилиб тўғраш қийин, лекин ҳажми ва оғирлиги бир хил бўлишига эришиш зарур. Махсулотни тахтага қўйиб, бир чеккасидан бошлаб «лўнда» бўлакларга, яъни юқорида айтилганидек бодомдай ёки бош бармоқнинг биринчи бўғимига ўлчаб кесилаверилади.

Қирқиш. Кўк пиёз, кашнич, укроп ва бошқа ошқўкларни кўндалангига майда тўғраш усули қирқиш деб аталади. Қирқиш чопишга ва қиймалашга ҳам ўхшаб кетади, лекин қирқилган масаллиқ қиймаланганига қараганда хиёл йирикроқ бўлиб, қийма каби бир-бирига ёпишиб кетмаган бўлиши керак.

Қиймалаш (чопиш). Сомса, чучвара, манти, дўлма ва бошқа қиймали таомлар учун асосан гўшт шу усулда тайёрланади. Баъзи сабзавотлар (пиёз, карам) ҳам те-гишли таомларга қиймаланади. Бунинг учун қаттиқ дараҳтлар (ўрик, тут, қайрағоч, чинор) дан кўндаланг арраланган тўнкача ҳамда маҳсус эни энлик оғир ошпичноқ бўлиши шарт. Гўштни чопганда таркибидаги мушак, пай ва ёғ тўқималаридан иборат масса қийма ҳосил бўлади. Қиймаланганди шу қисмлари бир-бирига яхши илашсин учун сув ёки намакоб савалаб турилади. Гўштни мясорубкадан ўтказилганда эса сув саваланмайди, иш анча осонлашади ва қийма ҳам покиза чиқади. «Мясорубканинг қиймаси мазасиз бўлади» деган фикр юради, бу — хато. Аксинча тўнкада қиймаланганди гўшт бемаза бўлади, негаки кўпчилик тўнкани ишлатгандан сўнг ювиб қўймайди, қолаверса, қиймага ёғочнинг қипикчалари ҳам аралашиб кетиши мумкин. Баъзи таомлар учун сабзавотлар ҳам қиймаланади. Чунончи, сомсага, пиёз ва шўрвага — карам. Аммо бу масаллиқларни мясорубкадан ўтказиб бўлмайди ортиқча сели чиқиб кетиб қолади, буларни чопиш керак.

Қириш. Асосан сабзавотлар турли таомлар учун қирилади. Бу мақсадда турли қиргичлардан фойдаланилади. Сомса учун ошқовоқ қирганда эса маҳсус тишли қо-шиқсимон тунука қирғичдан фойдаланган маъқул.

Хуллас шу кўрсатилган қоидаларга амал қила олсангизгина лаззатли таомлар тайёрлаб, ҳузур қиласиз.

Пишириш сирлари

Пишириладиган масаллиқларнинг тури кўп: дон, сабзавот, мева, гўшт, ёғ, балиқ, сут, тухум, ҳамир маҳсулотлари ва ҳоказо. Буларнинг ҳар бири бошқаларига ўзига хос усулда

пиширилади. Шунинг учун ҳам пиширишнинг бир неча хил технологик усуллари келиб чиқсан.

- 1) Қовуриш: а) очиқ қовуриш (кабоб пишириш);
б) ёққа қовуриш (аввал хўп доғланган ёғда масаллиқ қизартириб пиширилади). Бу усул билан тайёрланган таомнинг лаззати яхши, калорияси ортиқ бўлади;
в) жазлаш (озгина ёққа кўп масаллиқ солиб сели чиққач, милдиратиб пишириш).
- 2) Қайнатиб пишириш: а) сувда қайнатиш; б) сутда қайнатиш.

Қайнатиш усулларининг пиширишда аҳамиятлилиги шундаки, қанча кучли олов берилсада, масаллиқ суюқликка ботиб тургани учун ҳароратнинг 100 градусдан ҳеч ошиб кетмаслигини таъминлайди. Бинобарин, инсон организми учун зарур моддалар куйиб кетмайди. Улар эриб суюқликка қўшилади — таом totli bўлади. Бироқ шарақлатиб қайнатиш ярамайди, чунки қаттиқ қайнаганда пиширилаётган маҳсулотнинг сирти қотиб, бағридаги моддалар эритмага айланмай қолади ва натижада қайнатилма таом кўп ҳолда bemaza чиқади. Милдиратиб қайнатилганда эса масаллиқ хил-хил бўлиб, таркибидаги озуқа моддалари яхши эрийди ва foят лаззатли чиқади. Демак, таомни тез ва лаззатли қилиб пишириш кучли олов берилишига боғлиқ бўлмай, маълум технологик усувлардан тўғри фойдалана билишга боғлиқдир.

3) Буғлаш: а) қасқонда буғлаш; б) қозонда димлаш. Бу усулда тайёрланган таомларнинг физиологик аҳамияти foят катта. Улар организмга яхши сингади. Буғлаш ва димлаш идишнинг қопқоғини жипс ёпиқ туришини талаб этгани учун буғ билан бирга ҳавога учиб кетадиган моддалар, шунингдек витаминалар ҳам таом таркибида kўпроқ сақланиб қолади.

Буғлаш пиширишнинг энг осон усулидир. Шунинг учун таом тайёрлашни энди ўрганаётган кишилар дастлаб ушбу усулдан бошласалар айни муддао бўларди. Қасқонда фаҳат мантинигина эмас, кўп хил маҳсулотларни ҳам пиширса бўлади. Сиз бир парча гўшт олиб туз ва зира сепингда, арчилган картошка билан бирга қасқонга kўйинг. Ярим соатдан сўнг лаззатли ва фойдали таом тайёр бўлганини кўрасиз, вақтингиз беҳуда сарф бўлмайди.

4) Тандирда пишириш: а) девор тандирда пишириш, б) ер тандирда пишириш, в) духовкада пишириш. Бу усувлар анча мураккаб бўлиб қўникма ва тажрибакор-лик талаб қиласади. Тандирдаги хамир маҳсулотларига инфрақизил нурлар ва тандир деворининг тапти таъсир қиласади, хамир маҳсулотидан ажраган буғнинг иссиқли-года мураккаб технологик ва химиявий процесс содир бўлади. Шу сабабли тандирда пиширилган сомса ва нонлар шифолик хусусиятларига эга.

5) Мураккаб комбинацияли усулда пиширишга: а) қовуриб қайнатиш, б) қовуриб қайнатиб дамлаш усуллари мисол бўлади. Яъни мураккаб комбинация усулида мавжуд усувларнинг бир нечтаси бирин-кетин бажарилади. Палов тайёрлаш шу мураккаб усулга киради (қовурилади, қайнатилади, дамланади). Қимки палов тайёрлаш усулини яхши эгаллаб олган бўлса, бошқа таомларни ҳам тайёрлаш бемалол қўлидан келади.

II. НОН, ТУЗ, ПАЛОВ ВА ЧОЙ ТАРИХИ

Энг азиз ризқи-рўзимиз

Улуғ табиатшунос олим К. А. Тими裡ев: «...Бўрсилдоққина пишган буғдой нонни синдириб ейилаётганда, мана шу маҳсулот инсоният донолигининг буюк кашфиётларидан бири эканлиги ҳамманинг ҳам эсига келавермайди», — деб ёзган эди. Аслида инсоният бу мўъжизаки кашф қилишга бундан 15 минг йил муқаддам киришган, орадан 6 минг йил ўтгач, яъни 9 минг йил илгари бошоқли ўсимликлар — макка, буғдой, арпа, шоли кабилардан нон тайёрлана бошланган. Унга қадар одамлар нонга бўлган эҳтиёжларини «дараҳт нонлари» ҳисобига қондиришган.

Дараҳтда битган «нонлар»

Илмий номи Артокарпус интегра деб аталған бу ўсимлик жуда қадимдан маълум бўлган нон дараҳтидир. Унинг мевалари шохларида эмас, танасининг йўғон қисмида жойлашган бўлиб, анча йирик — узунлиги 30 дан 90 сантиметргача, айланаси 25 дан 30 сантиметргача, қовунсимон, оғирлиги эса 10 — 15 килограмм келади. Олимлар бунинг таркибини текшириб кўришади: унда крахмал, шакар моддаси ва бир оз мой бор экан. Ушбу дараҳт тропик мамлакатларда, асосан Африкада ўсади. Қадим замонларда инсониятинг дастлабки нони шу бўлганлигига сира шубҳа йуқ.

Ерли аҳоли ҳануз ҳам бу дараҳт мевасидан нон тайёрлаб ейди. Тайёрлаш усули ҳам ибтидоий: чуқурлиги 1 метр, эни эса 1,5 метр ўра қазилади, ўранинг ости ва деворларини тупроқдан муҳофаза қилиш мақсадида банан дараҳтининг барглари билан ёпилади. Нон дараҳтининг етилган мевалари узиб олиниб, бир неча жойидан қозик билан тешиб чиқилади ва ўрага ташлаб қўйилади. Бир неча кун ўтгач, мева ачиб, эзилиб худди хамир-турушни хамирга ўхшаб қолади. Энди бу хамирдан кул-чалар, буханкалар, патирлар ёки батонлар ясаб тандирда, қозонда ёки қўрга қўмиб пиширилади.

Нон тайёрланадиган ўсимликнинг яна бир хили маниок деб аталувчи бута илдизидир. Бундан нон тайёрлаш усули Доминиканда яшовчи аравак қабиласида сақланиб қолган. Бутанинг илдизи ўта заҳарли бўлиб, илон заҳарига teng кучга эга. Шунинг учун бу илдиз ов қуроллари — ёй ўқи ва найза учига суркалади.

Бу илдиздан нон бундай тайёрланади: илдиз кавлаб олингач, майдалаб туйилади ва сув қўшиб хамир қорилади. Хамирни чипта қопга солиб оғзини боғлаб, кунт билан узоқ вақт эзилади, шунда сув ўзи билан заҳарни ювиб чиқиб кетади. Сўнгра хамир қопи билан сопол хумга солиниб, устидан оғир тош бостирилади. Бунда суви яна охиригача силқийди ва бир неча соатдан кейин ачий бошлайди. Ана шу хамирдан олмадек зувалачалар ясаб чўпга илинади-да, худди кабоб пиширгандек лахча чўғ устига тутиб сингдирилади. Авараклар тилида бу нон касобо деб аталиб, уларнинг энг севган ризқиларидан биридир.

Дараҳтда битган «нонлар» қаторига яна ёнғоқ, жийда, дуб ва каштан дараҳтларининг мевалари ҳам киради.

Ибтидоий аждодларимиз бу меваларни нон ўрнида истеъмол қилганлар. Ёнғоқ билан жийдани шундек ўзини, дуб билан каштан меваларини эса офтобда қуритиб, қўрга қўмиб, тош орасига олиб эзиб, талқон қилиб, сўнг сув қўшиб хамир қориб, қўрга қўмиб (қўмач)пишириб еганлар.

Биз еяётган ноннинг таркиби асосан крахмал, оқсили, шакар, мой, минерал моддалар ҳамда витаминлардан иборат. Юқорида санаб ўтилган «дараҳт нонлар» таркибида ҳам улар бор, факат фарқи шундаки, бирида мой (ёнғоқ), бирида шакар (жийда), бирида крахмал (дуб меваси), бирида витаминлар (каштан меваси) кўп бўлади. Жийданинг бир нави «Нон жийда» деб аталиши ҳам бежиз бўлмаса керак. Энг яхши нон-буғдой нони ҳисобланишига сабаб, ана шу юқорида санаб ўтилган моддаларни табиат бу нонда шундай мужассамлаштирганки қунига неча бор есак ҳам кўнгилга тегмайди.

Буғдой нонининг кашф этилиши

Ўз-ўзидан маълумки, агар одамзод дараҳт нонларини териб-термачлаш даврларида истеъмол қила бошлаган бўлса, демак бошоқли донлардан нон тайёрлаш усулини дехқончиликка ўтган даврларида кашф қилган деб тўла айтишимиз мумкин. Кулоллик эса хамир қорадиган идишлар ва нон ёпадиган тандирларни ясаш билан боғлик бўлади.

Бинобарин, Шарқий материк ёинки Шарқий ярим шар — Европа, Осиё, Африкада буғдой, арпа, шоли, тарық, оқ жүхори каби бошоқлы донларнинг аввал ёввойисидан, кейинчалик эса экиб ўстирилганидан фойдаланила бошланган дейиш мумкин. Донларни ун қилиб тортиш эса қўл тегирмони ёрдамида бажарилган. Қолаверса, Шарқий материкдаги турли мамлакатларда кўплаб олиб борилган археологик қазилмалар буни тўла тасдиқлади. Маълумки, бошоқли донлар жуда тўқтутардир, лекин уларни хомлигича еб бўлмайди, албатта пишириб ейиш зарурдир.

Буғдойни ун қилиб, хамир қориб, тандирда ёпиб пишириш ҳам ўз-ўзидан келиб чиқсан эмас, албатта. Аввалига донларни бошоғи билан чўғ устида қовуриб еганлар. Бу одат ҳали ҳам сақланади. Бунга маккажўхорини думбил ҳолатида чўғда қовуриб ейиш усули мисол бўла олади. Кейинчалик донлар бошоқдан ажратиб, тош билан туйилган ёки қўл тегирмонидан ўтказилган. Ана шу унни атала қилиб қайнатиб ейишган — бу ҳам нон. Буғдой, макка ва оқ жўхорини туймасдан қайнатса сира пишмайди, аммо гуручни унга айлантирмай қайнатилса яхшигина бўтқа бўлади, мана шу ҳам нон ўрнига ўтган, хитой, корейс, япон, ява, вьетнам, хинди ва Осиё қитъсида яшовчи бошқа халқларнинг пазандалигида қуруқ ўзи қайнатилган гуручни нон ўрнида бошқа овқатлар билан ейиш одати ҳанузгача давом этади.

Буғдой ёки маккажўхори унини тандирда пиширишни ўрганиб олиш учун ҳам ибтидоий одамлар узоқ тажриба орттиришларига тўғри келган. Аввалига хамир зу-валани чўққа, кўрга кўмиб кўмач қилиб еганлар ёки қизитилган ясси тош, сополга ёпиштириб олов устида пиширганлар. Бироқ бундай тайёрланган нонлар бўрсилдоқ эмас, берч бўлиб, чайналиши ҳам, ҳазм бўлиши ҳам анча қийин бўлади.

Нонларни тандирда пишириш хамиртурушнинг кашф қилиниши билан ҳам боғлиқ. Хамиртурушнинг қандай кашф қилинганлиги тўғрисида ҳеч бир маълумотга эга эмасмиз, шунинг учун тахмин қилишга тўғри келади. Эҳтимол, тоғорада қолиб кетган хамирга тасодифан ачитқи бактерияси тушиб қолгандир. Негаки, ибтидоий одамлар кўзга кўринмайдиган жониворлар — ачитқи бактерияларидан онгли равишда фойдаланган эмаслар. Бироқ хамирнинг ўз-ўзидан қўпайиб, тоғорадан тошиши ўша даврдаги нонвойларни ҳайратга солган бўлиши мумкин. «Нега пуфакчалар пайдо бўляпти?», «Ажабо, худди тирик нарсадай нафас оляпти; кўпаяпти?». Бундай саволларга у даврларда жавоб тополмаганлар, албатта. Ачиған хамирни илоҳийлаштирган ва унга сифинган ёки «тирилган хамирдан» кўрқкан бўлишлари эҳтимолдан ҳоли эмас. Чунки нонни улуғлаш, нон билан қарғаниш одатлари жуда кўп халқларда ҳанузгача сақланиб келади.

Ачиған хамирдан бир зувалачани чўққа ташлаб кўрган ибтидоий нонвой қарайдики, бўрсилдоқ, юмшоқ пишибди, чайналиши осон, бир оз нордон таъми бўлса ҳам мазали. Тасодифий бўлган бу кашфиёт инсоният учун то ҳозиргача ғоят аҳамиятли бўлиб келди ва бундан буён ҳам шундай бўлиб қолаверади.

«Тасодифий» кашфиёт дейишимизнинг боиси шундаки, барча ачитувчи, бижитувчи бактериялар воситаси билан тайёрланадиган вино, сирка, қатиқ, қимиз кабилар ҳам хамиртуруш каби тасодифий кашфиётлардандир. Узоқ ўтмишдан буён бу маҳсулотларни қайта-қайта тайёрлашда аввалгисидан худди хамиртуруш каби бир оз ачитқи олиб қолиб кейингисига кўшиш усули ҳанузгача сақланиб келади.

Нон тайёрлайдиган лой идишлар орасида тандир жуда ибтидоий бўлиб, у деярли ўзгартирилмасдан бизгача етиб келган. Шарқий материкдаги кўпгина мамлакатларда ерга ва деворга куриладиган лой тандирлар ҳозир ҳам мавжуд. Лекин бундай тандирлар ёрдамида нонга бўлган катта талабни қондириб бўлмаганлиги учун, кейинчалик ғиштдан, металлдан ҳам тандирлар ясай бошланди. Эндиликда нон заводларида худди станоклар қатори доим ишлаб турадиган механизациялашган тандирлар мавжуд.

Нон рамзи

Ҳар куни календарь варағини йиртаётіб ундағи мана бундай 0 белгига күзингиз тушади. Шумер иероглифларида бу белги «РА» деб аталған бўлиб, қуёш маъно-сини англатган. Кейинчалик нон ҳам худди шу белги билан ифода этиладиган бўлган. Қуёш ва нонни бир хил рамзий белги билан ифодалаш ҳар иккаласи ҳам ҳаётнинг асосий омили деб билингандигидан бўлса керак, Қуёш бўлмаса нон етиштириб бўлмайди, нон бўлмаса кун кўриб бўлмайди. Шу сабабли қуёшга сифиниш билан бир қаторда нонга ҳам сифиниш келиб чиқкан. Жуда кўп халқларда нон билан қарғаниш, бирон муҳим масалани ҳал қилаётгандаридан ўртага нон қўйиш, нонни оёқ ости қилмаслик, дон экувчи дехқонга, нон ёпувчи нонвойга ҳурмат билан қараш ҳанузгача сақланиб қолган.

Нонни шарга ўхшатиб зувала ясаб, қўрга кўмиб пишириш (кўмач) ёки яримшар шаклида тўғарак қилиб ясаб печкада пишириш (буханка) ёинки доира шаклида ликопчасимон қилиб ясаб тандирга ёпиш усуллари жуда кўп халқларда сақланиб қолганки, бу ҳам НОННИНГ шаклини қуёшга ўхшатишнинг ёрқин мисолларидир. Давлат гербига аҳамият беринг. Буғдойпоя дасталари тонги қуёш заррин нурларини ўраб турибди. Иттифоқдош республикаларнинг давлат гербларида ҳам қуёш нурлари ва буғдой бошоқларини кўрамиз. Албатта, бунинг нон ва қуёшга сифиниш каби ибтидоий одатга сира ҳам алоқаси йўқ.

Бир татим тузу юз оғиз сўз

Туз назарга илинмас нарсадек туюлса-да, аммо ҳар бир таом учун бу асосий масаллиkdir. Ошни гўштсиз тайёрласа бўлади, бироқ тузсиз иш битмайди. Бир чимдим туз бир кося шўрвадаги турли хил масаллиқнинг мазасини рўёбга чиқариб, бир-бирига қўшиб-умумий бир лаззат гаммасини ташкил қиласди.

Шу сабабли ҳам бу неъматни «ош тузи» деб ҳам атаймиз. Ош тузининг формуласини ҳар биримиз мактаб ёшимиздаёқ билиб олганмиз, яъни у икки химиявий модда — натрий билан хлордан таркиб топган. Ош тузидан узоқ вақт давомида истеъмол қилинмай қолинса, одам шишиб кетади, боши айланади, бўшашибади ва бехуш бўлади.

Туз инсон аъзоларидаги барча физиологик жараёнларда ғоят муҳим ўрин тутади. Сўлакда ҳам, меъда ширасида ҳам, сафрода ҳам, хужайралар таркибидаги суюқликда ҳам, қонда ҳам албатта туз бор. Мисол учун қон таркибida туз етарли бўлмаса осматик босим деб аталадиган махсус босим содир бўлмай қолади, натижада хужайралар фаолияти нормал кечмай қолади. Шунингдек юракнинг бир маромда ишлаши учун ҳам қон таркибидаги туз бир меъёрда бўлиши керак.

Сиз ҳар куни, бир ойда, бир йилда, умр бўйи қанча туз истеъмол қилишингизни билгингиз келар. Ўрта ҳисобда биз турли таомлар билан бирга кунда 20 грамм туз еймиз. Бу миқдор бир ойда 600 граммни, бир йилда 7 килограммдан кўпроқни ташкил қиласди.

Ибтидоий одамлар ош тузи нима эканлигини билишмаган, албатта. То ош тузини топиб истеъмол қилишга ўргангуларига қадар денгиз сувидан хўплаш, таркиби тузга бой ўсимликларни чайнаш, гўштни хомлигича ейиш ёки овланган ҳайвонларни бутунлигича ўтга ташлаб пишириш билан кун кечиришган. Бундай қилинганди, тери ва жун таркибидаги туз этга сингиб, ҳар ҳолда таомни бир оз тотли этган бўлиши керак.

Рус сайёхи Н. Миклухо-Маклайнинг ҳикоя қилишича папауслар денгизга ёғоч ташлаб қўяр эканлар, маълум муддат денгизда турган ёғоч шўр сувни шимиб олгандан сўнг уни олиб куритишар ва ёндириб кулини овқатларга қўшар ёки ўзини ейишар эканлар. Шўр кул Янги Гвинеядаги папаусларнинг энг лаззатли таоми ҳисобланар экан.

Инсоният тарихида ош тузининг топилиши, худди олов кашф этилиши каби аҳамиятли

бўлган. Йўқ деганда лаззатли овқатланиш, пазандалик санъатининг равнақи ва инсон сиҳат-саломатлигининг бир чеккаси ана шу бир чимдим тузга боғлиқ-да!

Тузнинг табиий конлари топилгач, одамлар уни олтиндек қадрлайдиган бўлишган. Ҳозир ер шарида туз запаслари жуда ҳам кўплиги аниқланиб, қазиб олиниши осон бўлгани учун у оқиб турган сувдек бекадр. Лекин бир вактлар-чи? Тузнинг қадри жуда баланд бўлган.

Туз номи билан боғлиқ шахарлар

Географик харитага назар солсангиз, ер шарининг турли жойларида туз билан боғлиқ бўлган номларни кўп учратасиз. Булар туздай шарофатли неъматнинг номини абадийлаштириш учун одамзот томонидан барпо қилинган ёдгорликлардир.

Номлар асосан аҳоли яшайдиган обьектларга қўйилган бўлиб, ҳар бирининг ўзига хос тарихи ва афсоналари борки, мазкур китобда булар тўғрисида муфассал тўхталиб ўтирумай, фақат номларни кўрсатиб ўтамиш, холос.

Хиндиистондаги Леванапутра шахрининг номланиш мазмуни ўзбекчада «Туз шаҳри» деганидир.

Россияда: Солигалич, Усольск, Соликамск, Сольвичегородск, Устьсисольск каби бир неча шаҳар ва қишлоқлар борки, булар қадим замонларда туз конлари ат-рофида барпо этилгандир. Фарбий Германия ва Австриядаги Зальцгиттер, Зальцзуген, Зальцбург шаҳарлари ҳам туз номидадир, чунки «зальц» — туз дегани.

Франциянинг энг катта шаҳарларидан бири Марсель шаҳрини олинг. Унинг лугавий маъноси «денгиз тузи» дейилганидир. Америкадаги Солтвил шаҳри ҳам «туз саройи» деган тушунчани англатади.

Ўрта Осиёдаги: Тузкон, Шўртепа, Намаккан (Наманган) ва бошқа географик номларнинг маъноси ўз-ўзидан маълум.

Душанба шаҳаридаги Кўлиоб районига борадиган йўл ёқасида Хўжа Мўмин тоғи бор. Бу узоқдан улкан мақбаранинг юмалоқ гумбазига ўхшаб кўринади. Бу тоғни ерли аҳоли «Кўхи Намак», яъни туз тоғи деб ҳам юритишади. Тепасига чиқиб ҳар хил гиёҳлар билан қопланган, дарз кетган тошларга назар солсангиз, бу тоғ турган-битгани тош тузидан иборат эканлигига ишонч ҳосил қиласиз. Бу ўн миллионлаб тонна бойлик деган сўз, Хўжа Мўмин тогининг этакларида эса шўр сув булоқлар отилиб ётибди.

Туз — муқаддас...

Тузнинг муқаддаслиги турмуш урф-одатлари-ю, диний ақидалар билан чамбарчас боғланиб кетган. Туз ҳатто сиёсий воқеаларга ҳам сабабчи: тарихда «Туз қўзғолонлари», «Туз урушлари», «Туз соликлари» бўлганлиги тўғрисида маълумотлар анчагина.

Славян ва бошқа баъзи халқларда азиз меҳмон ва иш кўрсатган қаҳрамонларни қутлаб «нон-туз» билан пешвоз чиқиб кутиб олиш одати ҳам тузнинг худди нон каби муқаддаслиги билан боғлиқдир.

Арман ва бошқа кўпгина халқлар янги туғилган чақолоқни намакобда чўмилтиришади, бу ҳам тузнинг муқаддас саналишига бир мисол.

Атлантик ва Тинч океанлари оролларида яшовчи қабилалар ўзларини «инсу жинслардан қутқариш учун» «мен туз еганман» деган сўзларни тўхтовсиз қайтараверишар экан.

Узоққа бориб нима қиласиз, Ўзбекистонда туз билан боғлиқ бўлган мақол, тушунча, ранжиш ва ҳатто қарғишлар борки, булар қадимда тузни муқаддас деб билиш ва бу неъматнинг овқатланишда қадр-қиммати кучли бўлганлигидан дарак беради. Чунончи, «бир кун туз ичган жойга, қирқ кун салом қил» (мақол, овқатланмоқ маъносини англатади). «Тузни оқламоқ»,

«Тузни қораламок», «тузимга топширдим сени» (боқиб катта қилганлигига ишора берувчи тушунчалар). «Тузим күр қилсин сени!», «Берган тузимга асло рози эмасман!» (Қарғиши). Агар бирор одамнинг бахти юришмаса: «Шўр пешона экан» деб қўйишади. Жабрланган одамга нисбатан «Шўри қуриб қолибдику!» — дейишади, яъни тузидан — энг асосий бойлигидан ажрабдику, деган маънони билдиради. Агар бирор кимса томонидан яхшилик учун ёмонлик қайтарилса «Тузимни ичиб тузлиғимга тупурди» деган ибора ишлатилади. «Бугун сира туз тотмадим» (қорни очиб овқатланмаганлигига ишора). «Тузлаб ташлабсизларку!» (масаллиқларни жуда кўп ғамлаб олганликка ишора). Бу хил мақол, ибора, ишора, ранжиш ва қарғишлиарнинг туз билан боғлиқлиги бежиз эмас, чунки туз азиз ва лазиз нарса.

Туз — дори

Тузнинг дорилиги тўғрисида Абу Али ибн Синонинг «Ал қонуни фи ал тибб» китобида ажойиб фикрлар бор. Масалан: «баъзи тузларда аччиқлик ва буриштириш хоссаси бор...

...Тузнинг баъзиси уваланадиган, баъзиси қазиб олинадиган, баъзиси эса кристалли оқ туздир. Яна қора нефтли туз ҳам бўлади...

Табиати. Иккинчи даражада иссиқ ва қуруқ.

Туз қанча аччиқ бўлса, шунча иссиқлик бўлади...

...Туз сасишига тўскинлик қиласи. Талоқнинг қалинлашувига фойда қиласи...

...Уваланадиган туз тез тозаловчанроқдир.

Агар уни совуқлик овқатларга аралаштирилса, унинг табиати ўзгаради. Оқ туз елларни ҳайдайди...

...Тузнинг ҳамма тури ҳам қотган хилтларни эритади.

...Оқ туз зеҳнни ўткир қиласи. Туз, айниқса, оқ туз бўшашган тиш милкларини мустаҳкамлайди.

...Туз қора ўтни ҳайдаб чиқаради. Шу сабабли тузни хукна (клизма) қилувчи дориларга киритилади...»

Тузнинг ўзи дизентерия учун энг яхши тузатувчи воситадир.

Халқ табобатида тиш милклари шамоллаб оғриганида тузли қайнатма билан чайқалса, таққа тўхтатадиган дори тайёрланади: катта қошиқда туз, кичик қошиқда қора чой, ярим литр сув обдан қайнатилиб оғизга олиб бир оз турилади, яна хўпланади, токи лўқилламагунча. Лўқиллаш милклардаги капилляр қон томирларининг кенгайшини билдиради, қон юришиб шамоллаш барҳам топади.

Тузли қайнатмадан оёқларга ванна қилинади, бунинг учун икки пақир сувга ярим кг туз солиб қайнатилади, тоби бир оз чиққач 200 г хордал (горчица) солиб аралаштирилади-да, иккала оёқни солиб 30 минут ўтирилса, бодни қайтаради ва ҳ. к.

Иссиқ олов, ёғлиқ палов

Сарлавҳа қилиб қўйилган ана шу халқ иборасини ўқишингиз билан хузурбахш бир манзара — улфатларнинг палов дамлаб ширин сухбат қуриб, дам олиб ўтиргани кўз ўнгингизда намоён бўлади, «Иссиқ олов, ёғлиқ палов» қофияси келиб чуққуннга қадар бу неъмат неча минг йилларни саёҳат қилиб бизгача етиб келдий-кин?

Халқ ушбу таомни жуда шарафлаб: «таомлар шохи», «паловхонтўра», «ош—лукмаи ҳалол», «ўликка едирилса тирилтирадиган ош» каби турли эпитетлар билан атайди. Палов тўғрисида шеърлар ҳам ёзилган, маталлар ҳам бор, халқ достонларида, эртакларида бу таомни кўп учратамиз. Хонадонда бола туғилса ҳам палов, тўй бўлса ҳам палов, ҳатто азада ҳам палоз, азиз меҳмоннинг хурмати учун ҳам палов дамланади. Бирор бирорни уйга таклиф қилса ҳам «чой

куйиб бераман, ош дамлаб бераман», «марҳамат қилинг, бир ошам ошимиз бор», дейди. Тўртта улфат йигилса, дарҳол чойхонада ош ташкил қилишга киришади. Оғир меҳнатни бошлашдан олдин ҳам ош еб олинади, катта иш бажарилгандан сўнг ҳам палов пиширилади. Байрамларда ҳам ҳар бир хонадон палов дамлайди. Шаҳарлардаги одам гавжум жойларда катта қозонларда палов пишириб тортаётганларини кўргансиз. Нега шундай?

Чунки, ҳар бир миллатнинг маданияти, тили, урф-одати, кийимлари ва уй анжомларида ўзига хос хусусиятлари бўлади. Бундай хусусиятлар ўша ҳалқнинг истеъмол қиласидан таомларида ҳам «мана мен» деб кўриниб туради. Миллий ошпазликларда юзлаб, ҳатто минглаб таомлар ижод этилган бўлиб, шулардан баъзилари энг асосий таом, миллий ошхонага хос хусусиятни ўзида яққол акс эттирадиган маҳсус таомлар ҳисобланади. Чунончи русларда «шчи», «блини», украинларда «боршч», «вареники», қозокларда «бесбармок», венгрларда «перкельт», руминларда «мамлига», француздарда «ромтекс», итальянларда «маккарони», кавказликларда «кабаб», сибирликларда «пельмен», араб ҳалқларида «шовурма», хинди ҳалқларида ҳар хил зиравор ва ошқўклар солиб тайёрланган гуручли таомлар ана шу жумлага киради. Худди шунингдек ўзбекларда ҳам палов хилма-хил миллий таомлар орасида маҳсус ва энг шарафлиси ҳисобланади. Сарлавҳадаги «киссиқ олов» ибораси бевосита ўчоқда ёнаётган ўтни билдирамайди, балки мажозий маънода меҳмондўстликдаги қалби кўрликни англатади.

Азиз меҳмонга бўлган хурмат ва палов ошни шарафлаш ушбу таомнинг турли варианtlарини келтириб чиқарган. Бу битта таом эмас, балки турли хилдаги таомлар комплексидан иборат бўлган овқат системасидир. Палов оши тайёрлаш усулиниң (технологияси) мураккаблиги, керакли масалликлар (рецептурасининг) таркибининг бойлиги, ана шу масалликларни тўғраб тайёрлашнинг мукаммаллиги ҳамда турларининг ҳар хиллиги каби омиллар айни таомнинг жуда қадим замонлардан буён ривожланиб, мураккаблашиб, шу билан бирга пишириш усули умумий бир қолипга тушиб келаётганлигини кўрсатади. Ўзбекистоннинг ҳар бир областида палов тайёрлашнинг ўзига хос, бошқа жойлардагидан фарқ қиласидан усувлари ҳам йилдан-йилга такомиллашиб келган. Чунончи, Фарғона аҳолиси паловни самарқандликлардан бўлакчароқ, тошкентликлар тайёрлаган палов эса Бухоро ёки Хоразмда тайёрланадиганидан ўзгачароқ бўлади. Гап шундаки, бунинг сабаби ўша жойларда етиштириладиган масаллиққа, албатта иқтисодий ва иқлимий шароитларга ҳамда ҳалқнинг урф-одатларига боғлиқ. Азалдан шоли экилиб келинадиган Наманганд, Андижон, Фарғона, Марғилон, Кўқон шаҳарлари атро-фидаги сой бўйи қишлоқларида, Сирдарё, Зарафшон ва Амударёнинг воҳа оралаб ўтган ерларида, Самарқанд ва Бухоро каби қадимиш шаҳарларда палов тайёрлашнинг юзлаб усувлари мавжуд бўлган бўлиши керак. Лекин илгари пазандалик ҳақида китоблар ёзилмаганлиги ёки ёзилган бўлса ҳам булар бизгача етиб келмаганлиги, ёхуд тарихнинг тўзонли қатламлари остида абадий қолиб кетганлиги сабабли паловнинг кўпгина турлари бизгача етиб келмаган. Китоб муаллифи палов хилларини Ўзбекистоннинг турли шаҳар ва қишлоқларига саёҳат қилиб 30 йил давомида излади, ақли каймоқ кексалардан сўраб суриштириди, ҳалқ пазандалари орасида юриб ўрганди ва натижада бу таомнинг 20 дан ортиқ турини йифиб 1979 йили «Ўзбек палови» номли китобига кирнтиди.

Палов тарихи гуручдан бошланади

Дон маҳсулотлари орасида гуруч Осиё ҳалқларининг асосий озукаси ҳисобланади, бинобарин, дунё аҳолисининг тенг ярми гуруч билан тириклик қиласиди. Ёввойи шолининг ватани бўлмиш Осиёда бу ўсимлик узок-узоқ ўтмишлардаёқ маданийлаштирилган ва илк бор селекцияга киритилган. Чунки инсоният маданиятига салмоқдор ҳисса қўшган Ўрта Осиё ўлкасида дехқончиликнинг турли жабҳалари келиб чиқкан эди.

Каспийдан Тяншангача, Хиндиқуш ва Эрон тизма тоғларидан то Урал дарёси-ю Фарбий

Сибирь ва Қозогистон яйловлариға чўзилган мана шу ўлка сунъий су-горишга асослангаи энг ҳосилдор дехқончиликнинг ватани бўлган.

Қадимданоқ Амударё, Зарафшон, Сирдарё каби улкан оби ҳаёт соҳилларида, гўзал Фарғона, Тошкент, Самарқанд, Бухоро ва Хоразмниги ибтидоий табиати бағрида дехқончилик кенг тармоқ отган эди. Неолит даврига хос топилдиқлар орасида дон янчадиган тошлар, сопол идишлар сиртидаги похол излари, буғдой ва арпа донининг гулханга тушиб кўмирга айланган қолидиқлари топилган.

Демак бундап сал кам беш минг йил муқаддам асос солинган дехқончиликда шоли ҳам экилган бўлиши керак. Бироқ бу тўғрида ҳочирча аниқ маълумотга эга эмасмиз. Бободехқонлар гарчи шоли етиштирган бўлсалар-да, бироз кейинроқ, сунъий суғориш жорий этилган кезларда бажарган бўлишлари мумкин, негаки серсув майдонларни хоҳлайдиган гуруч ўсимлигига сунъий ишлов бериш анча мураккаб иш. Эҳтимол улар шоликорликда ботқоқлик ва ачима ерлардап фойда-ланишгандир.

Юқорида айтиб ўтилганлардан ташқари дехқончиликнинг келиб чиқиши тўғрисида совет олими М.О.Косвен яратган назария ҳам бор. Шу назарияга асос-ланиб одамзод дастлабки кезларда меҳнат қуроллари етишмаганлигидан ёки булар асосан, ёғоч, суюқ, тошдан ясалган бўлганлиги учун ҳам ибтидоий дехқончилик юмшоқ, ботқоқ ва балчиқ ерларда бошланган бўлиши керак, деган хуносага келишимиз мумкин. Ботқоқ ва балчиқ ерларда олиб бориладиган бу дехқончилик-ни биз бир қатор ҳалқларда ҳануз ҳам учратамиз... бунинг устига шу усул билан экиладиган асосий ўсимлик шолидир. Юқоридаги фикрни тарих фанлари доктори, профессор Я. Ғ. Ғуломовнинг қадимги Ўзбекистонда дехқончиликнинг келиб чиқиши тўғрисидаги фикрлари ҳам тасдиқлайди.

Эҳтимол шоли буғдой сингари қурғоқ ерларга ҳам экилиб фақат ёмғир сувигина унга кифоя бўлгандир, ҳар ҳолда Ўрта Осиёда шоликорлик мавжудлиги тўғрисидаги энг қадимги ёзув манбаси юонон тарихчиси ва географ олими Стробоннинг «Жуғрофия» китобида келтирилган.

Хитой тарихчиси Си-Ма-Сяннинг (эрамиздан аввалги 186—146 йил) «Тарихий ёзишмалар» номли китобида Ўрта Осиёда 138 йилдан то 126 йилга қадар элчи бўлиб турган хитойлик Чжан Цянь келтирган бир далил бор, унда айтилишича:

«Парпия (Ўрта Осиё) мамлакатида аҳоли ўтроқ яшайди ва дехқончилик билан шуғулланади, экишлари гуруч ва буғдой, узумдан шароб ҳам тайёрлайдилар... Иқлими иссик, тупроғи нам ерлардаги давонликлар (фарғоналиклар) ҳам дехқончилик қилишади, ўтроқ, гуруч ва буғдой экишади».

Юқоридаги маълумотларга асосланиб шоли (гуруч) Ўрта Осиёга эрамиздан аввалги V—II аср ўрталарида тарқалган ва у маданий ўсимлик сифатида ўша давр оралиғида экила бошланган дея оламиз.

Шолининг асли ватани қаер?

Бу тўғрида жуда хилма-хил фикрлар бор. Шулардан америкалик ботаник А. Декондаль (1885 йил), Совет табиатшунос олимлари Н. И. Вавилов (1926 йил), Р. Ю. Рожинец (1938 йил), Г. Г. Гушчин билан П. М. Жуковский (1932 йил) ва В. И. Комаров (1938 йил), инглиз олими Баркилл (1933 йил), француз ботаниги Шевалье (1937 ва 1948 йиллар), хиндистонлик табиатшунослардан Рамях билан Гхош (1951 йил), вьетнамлик тарихчи Тао Зюй Ань (1957 йил) ва ботаник Дао Тхе Туан (1960 йил) ёзган асарларида ёввойи шолининг учта ватани мавжудлиги ҳақида фикр юритадилар, яъни Жаиубий Хитой, Хинди-Хитой ва Хиндистон.

Ўрта Осиёга шоли шу давлатларнинг қайси биридан кириб келганлиги масаласида ҳам тарихий фактларга мурожаат қилиб кўрамиз.

Олдиндан айтиш мумкинки, шоли бизга Хинди-Хитойдан келган бўлиши сира ҳам мумкин

эмас, чунки бу давлатдан Ўрта Осиёга узок ўтмишда бевосита йўл ва алоқа бўлмаган.

Эрамиздан аввалги 3000 йилга оид Жайтун маданиятига хос топилдиқлардан маълумки, Ўрта Осиёнинг азалдан кўпроқ Шимоли-Ғарбий Хиндистон билан алоқаси бўлгани тасдиқланади.

Жайтун манзилидан топилган сопол идишлар Хиндистонда топилган шу каби идишларга жуда ўхшаш. Бу фикрни профессор М. Е. Массон ҳам тасдиқлайди, у Шимоли-Ғарбий Хиндистон дехқончилигига Жанубий Туркманистондаги неолит даврининг дехқончилиги таъсир кўрсатган бўлиши керак, деган фикрни илгари су-ради.

Ўрта Шарқ мамлакатлари, шунингдек, Шимолий Хиндистоннинг эрамиздан аввалги III асринга оид ёдгорликларида Ложуворд тошидан ясалган бирмунча нарсалар борки, ушбу тош Ўрта Осиёдан олиб борилган бўлиши керак. Чунки ўша даврларда Ложуворднинг яккаю ягона кони Бадаҳшон (Тожикистон) тоғларида бўлган эди. Ўзбекистон территориясидаги эрамиздан аввалги III—II асрга оид қабр қазилмаларида эса Хинд океани оролларидағина мавжуд бўладиган вулқоний жилвир тошидан ишланган мунчоқ ва тақинчоқлар топилган.

Демак, юқоридаги далиллар Ҳиндистон ва Ўрта Осиё ҳалқлари ўртасида эрамиздан олдинги IV—III асрларда ёк алоқа бўлганлигини кўрсатади. Дехқончилик борасидаги шундай алоқаларда ёввойи шолини олиб келиниб сунъий суғоришнинг илк ватани бизнинг ўлкамизда экилган бўлиши ўз-ўзидан маълум.

Хитой билан эса алоқамиз анча кейин (эрамиздан аввал тахминан II асрда) элчи Чжан Цянь томонидаш «Ипак йўли» очилгандан сўнг йўлга қўйилган. Бу кўпгина тарихий китобларда ёзилган. Мана шунинг ўзидан ҳам маълумки, шоли бизга Хитойдан ўтмаган, чунки бу мамлакат билан алоқа бошлангунга қадар шоликорлик Ўрта Осиёнинг ўзида анча авж олган бўлади.

Шоли Ҳиндистондан келган деган версия эса анча тўғрироқдир. Агар шундай бўлса, у Бақтрия (Афғонистон) ва Ҳиндикуш тоғлари орқали ўтган бўлади. Буни Лингвистик маълумотлар ҳам бир қадар тасдиқлайди. Масалан, қадимги ҳинди санскрит тилида экиладигай гуруч уруғи «шоли» деб аталади. Энди афғон, тожик ва ўзбек тилларида ҳам бу дон «шоли» шаклида бир хил аталади. Яна санскрит тилида гуруч «брише» деб юритиларкан. Худди шу нарса афғон тилида «беренж», тожик тилида «биринч» ва ўзбек тилида «гуруч» деб аталадики, булар ўртасида ғоятда яқин акустик ва транскрипцион ўхшашлик борлиги аниқ сезилиб турибди.

Префоссор С. П. Толстов Ўрта Осиё ҳалқларининг анчагина манзилларида варварлик даврининг қуи босқичига оид қазув ишлари олиб борган эди. 4 ва 5 сонлари билаи белгиланган Жанбас қалья манзилларини олим Келтиминор маданияти деб атади. Ушбу маданият эрамиздан аввалги IV асрнинг охири ва III асрнинг бошларига тўғри келади. Бундаги топилдиқлар орасида ўша даврнинг ўзига хос унча сайқал берилмаган кели (ўғирча) нинг тош сопи эътиборимизни ўзига тортади. Мана шу топилдик ҳам узок ўтмишдаги Ўзбекистон ғаллакорлиги (шоликорлиги) дан бир далолат.

Варварликнинг ўрта босқичига тўғри келган 6 сонли Жанбас қальъада ҳам тошдан ясалган дон янчигичнинг синиқлари топилган. Буни 1945—1946 йилларда ўша жойда илмий ишлар олиб борган профессор Я. Г. Гуломов Суярғон маданияти деб номлади. Суярғоннинг мис ва сопол буюмлари ҳам ўша пайтда дехқончилик анча ривож топғанлигидан далолат беради.

Ўрта Осиёда сунъий суғориш анча кенг ривож топгани туфайли хўжаликнинг бошқа соҳаларида бўлгани каби ғаллакорликдек қийин соҳада ҳам қулларнинг меҳнати асосий бўлиб қолади. Бу даврларда барча дон экинлари билан бир қаторда шоли ҳам анча кўп экилган бўлиши керак.

Эрамизнинг VI асрларидан эътиборан Ўрта Осиёда феодализм даври бошланиб, унинг кўп асрлик тарихи орқали то бизнинг давримизгача етиб келган шоликорлик касбини авлод-аждодларга мерос қолдирган дехқон боболаримиз турли навлардаги шолиларнинг ҳақиқий

селекционерлари ҳисобланадилар.

Маданийлаштирилган ўнларча навлар билан бир қаторда Ўрта Осиёning ушбу жайдари гуручлари: арпа-шоли, буғдой гуруч, қирмизи шоли, хўжа Аҳмат, оқ шоли, девзира, қазаки шоли, ўзбеки шоли, қора қилтириқ ва бирмунча бошқа навлари борки, булар ҳануз ҳам экилади.

Шундай қилиб, Ўрта Осиё бутун Осиё қитъаси тарихида сунъий суғоришга асосланган дехқончиликнинг энг қадимги маркази ҳисобланади. Олтин тупроққа оби ҳаёт сувини бериб, ёввойи шолини маданийлаштириб дурдана гуручга айлантирган унинг инжу яратувчи меҳнаткаш бобокалон дехқонлари ҳам шу ерлиkdir.

Палов ош — ҳалқ ижоди

Хузур қилиб паловни еб ўтириб оғзаки гурунгларда: «Бу неъматни ким ижод қилган экан?»— деган савол туғилиб қолади. Бунда ҳар ким ҳар хил фикрни айтади. Бирорлар: «бу таомни Луқмони Ҳаким ижод қилган», деб тилимиздаги «бир луқма ош», «луқмадан ҳалол», «палов ҳокимлар овқати» каби ибораларга таяниб «исботламоқчи» бўлишади.

Ёки «Тожик пазандалиги» китобининг автори Содик Аминовнинг фикрича, «паловни Афлотун ижод этган» эмиш. Чунки,— дейди у киши,—бу таомнинг «палови Афлотуни мусаллам» деган хили бор. Лекин Содик Аминович паловнинг бу хилини ўз китобларига киритмаганлар ва «Афлотун палови» нинг рецепти ва технологияси ҳақида тўхталиб ўтмаганлар ҳам.

Шуни айтиш керакки, паловни Ўзбекистондан хорижда алоҳида шахс ижод этиб бу ерга олиб келиб тарқатган эмас. Қолаверса бу таомнинг масаллифи хилма-хил эканлиги, уларнинг ҳар бирининг пишиш жараёнини белгилаш, тўғраш усууларини аниқлаш ўша масаллиқларни бир-бирига қўшиб бағоят лаззатли, мураккаб химиявий бирикма ҳосил қилиш, пишириш усулининг мукаммал, пухта эканлиги, палов турининг анча кўплиги ва ҳар бир турдагиси бир-биридан кескин фарқ қилишлiği каби бир қатор омиллар ушбу таом бир кишининг ижоди бўлиши сира-сира мумкин эмаслигини кўрсатиб турибди.

Пазандалик санъат экан, бунда ҳам ижод бўлади. Пазандалиқдаги ижодкорлик худди бошқа санъат жанрларидағи каби ҳалқ ҳаёти, урф-одати, ҳалқ ижодкор-лигидан келиб чиқади ва ҳамма вақт ўша ҳалқ яшаб турган мамлакат ва даврнинг иқтисодий асосларига таянади. Ижодни албатта алоҳида шахслар амалга оширади, аммо лекин ўша шахслар ўз ижодини ҳалқнинг тажрибасидан келтириб чиқармаган бўлса, йўқ деганда, кўпчиликнинг амалий фаолиятига таяниб иш тутмаса, бундай ижоднинг умри қисқа бўлади. Яна ҳар бир ижодкор ўз ижодининг самарасини ҳалққа манзур тушира олиши керак ва ҳалқ уни қўллаши керак. Ҳалқ қўллаб-кувватлайдиган нарса эса омманинг юксак дид-табиати, унинг меҳнати самаралари, ҳаёт кечиришга ва маданиятни олға суришга бўлган интилишларига мос тушмоғи жоиз.

Мана шундай бўлмаса ҳар қанақа ижод, шу жумладан, таомшунослиқдаги ижодкорлик ҳам узок ўтмишдан, то ҳанузгача сақланиб қолмаган бўлур эди. Бинобарин, паловни биз ҳалқ ижодидан келиб чиққан таом дейишга ҳақлимиз. Уни тайёрлаш усули (технологияси) ни ва зарур масаллиқлар (рецептураси) ни мукаммал бир даражага келтиришда турли касб эгаларининг ҳиссалари бор эканлиги ўз-ўзидан маълум бўлиб турибди. Асрлар мобайнida ғаллакор, боғбон, чорвадор, дехқон ҳам, косиб ва пазанда ҳам, уй бекаси-ю, шифокор табиб ҳам, кимёгар ва илми ҳикмат эгаси бўлмиш аллома ва бошқа мутахассислар ҳам ўз амалий фаолиятларининг бир қисмини паловпазликка бағишлилаганлари турган гап. Паловни ҳалқ бирданига ижод этган эмас, балки жуда кўп асрлар давомида бунинг рецепти ва технологиясини мураккаблаштириб борган. Аввалига гуручни қуруқ қайнатиб бунга сабзвотлар ва гўштни қўшиб ейиш одати бўлган бўлиши мумкин. Худди шундай одатни биз Шарқий, Жанубий ва Марказий Осиё ҳалқларининг пазандалигида учратамиз. Корея, Хитой, Япония, Индонезия,

Бирма, Вьетнам, Хиндистон ошхоналарида гуручни қуруқ пишириш ҳанузгача сақланиб қолинган.

Қайнатилган гуручга қўшиб ейиладиган масаллиқларни (гўшт-ёғ, сабзи-пиёз) бирга пишириш Эрон, Афғонистон, Тожикистон ва Ўзбекистон ошхоналарига хос услубдир.

Ёки Европа мамлакатларининг пазандалигини олиб қарайдиган бўлсак, унда ҳам гуруч алоҳида пишириб олиниб, гўшти, балиқли, сабзавотли овқатларга гар-нир қилиб берилади. Аммо ўзбек паловининг мураккаб технологияси ва хилма-хил рецепти барча жаҳон пазандалигидаги гуручли овқатлардан кескин фарқ қиласди. Палов ижодиёти уни овқат тарзида пиширишдан бошланган бўлиши ҳам мумкин (масалан, мастава). Сўнгра бундан ўртacha қуюқликдаги — «шовла», пировардида энг қуюқ овқат — «палов»га келиб тўхталган бўлиши ҳам мантиққа тўғри келади. Мастава-шовла — палов схемасида рецепт ва технология асосан бир хил. Ҳар учала таомда ҳам қозонга аввал ёғ солиниб, пиёз жазлаб, гўшт қовурилади. Сўнг сабзи ва бошқа масаллиқларни пиширилгач гуруч солинади. Фақат фарқ шундаки, маставага сув кўп қуишлиб гуруч оз солинади (суюқ ош), шовлага сув ўртacha қуишлиб гуруч ҳам ўртacha солинади ва илашимли қилиб пиширилади (бўтқа), паловга эса сув озроқ қуишлиб гуруч кўпроқ солинади (титрок дона-дона ош). Маставадан шовлага, шовладан паловга ўтиш қисқа вақтда юз бермаган ва буни айрим кишига хос фаолият деб бўлмайди. Бу халқ ижодидир.

Албатта барча ноз-неъматларнинг сарасига синфий жамиятларда эксплуататор синфлар эга бўлиб олганидек, палов ҳам бора-бора кўпроқ бой хонадонларда тайёрланадиган бўлиб қолди. Бу ҳақда «Ўзбекистон халқлари тарихи» да айтилган фикр жуда қизиқарли: «Ўзбекистоннинг аксарият жойларида меҳмондорчилик пайтидаги севимли ва энг шарафли таом палов ҳисобланган. Бу таомни тайёрлашнинг ўнларча усуллари мавжуд эди. Бой хонадонларда палов деярли ҳар куни, ўртаҳол хонадонларда эса ҳафтада бир марта — жума бозор арафаси (пайшанба куни) кечқурун пиширилган. Қамбағаллар учун эса ғоят ноёб таом ҳисобланган».

Шунга қарамай халқ оммаси энг оғир иқтисодий шароитларда ҳам паловнинг унут бўлиб кетмаслигига ҳаракат қилганлар, чунончи паловпазлик мусобақалари ташкил этиб турилган. Бу тўғрида ўша китобда яна шундай фикрлар бор:

«Оилада овқатни ҳамиша аёллар тайёрлашган, ам-мо... ҳар бир эркак киши палов тайёрлашни ўрганиб олишни ўзи учун мажбурий бир иш деб билган ва бу санъат кўпинча ифтихор ва паловпазлик мусобақаларининг мазмуни бўлиб хизмат қилган».

Паловнинг Ўрта Осиёда ижод этилиб сўнг бошқа жойларга тарқалганлиги тўғрисида мана бу фикр ҳам далолат бериб турибди: «Покистон ва Шимолий Ҳин-дистонда яшовчи бадавлатроқ мусулмои аҳолиси ўртасида Пулао (палов) анча машхур таомдир. Ушбу таом Ўрта Осиёда келиб чиққандир. Буни Ҳиндистонга илк ўрта асрларда мусулмон фотиҳлари тарқатишгандир».

Палов тўғрисидаги фикрлар адабиёт, тарих ва бошқа фан соҳаларига оид манбаларда ҳам бор. Хусусан, ёзувчи В. А. Смирнова-Ракитинанинг «Абу Али Ибн Сино қиссаси» номли китобида X—XI асрлар бўсағасидаги тарихий воқеаларни бадиий баён қилиш билан бирга улуғ табиб яшаган даврда ҳам «юзига зираворлар сепилган... девзира гуручдан пиширилган ва ғоят лаззатли... хушбўй, серёг шохона палов» мавжуудлиги тўғрисида анчагина гаипларни айтади.

Ўтган асрнинг машхур шарқшунос олими венгриялик Герман Вамберининг «Бухоро ва Мавороуннаҳр тарихи...» помли нодир асарида XIV асрда ҳам палов шарафли таом ҳисобланганлиги ва умуман ўша даврдаги дастурхон ноз-неъматларига этнографик нуқтаи назардан алоҳида тўхталиб ушбу фикрлар ёзиб қолдирилган: «Бунингдек хилма-хил таомнома бошқа жойларда сира бўлмаса керак, ғоятда сийрак маълумотларга кўра хукм қилганимизда ҳам уларнинг (ўз-бекларнинг К. М.) энг севимли таомлари қуидагилардир: қовурилган қўй ва от гўштлари, палов, қийма солинган хамир таомлари, мевали тортлар ва ширин нонлар».

XV аср ёдгорлиги «Бобурнома» да ҳам палов тўғрисида анчагина фикрлар айтилган.

Машхур энциклопедист олим ва давлат арбоби Абулфазл Алломийнинг XVI асрга оид ажойиб қомус характеридаги «Ойини Акбарий» номли китобида 35 хил таомни тайёрлаш усули, жумладан, гўшт қийма, девзира гуруч, муҳашшир нўхат ва бошқа масаллиқлардан пишириладиган «қийма палов» тўғрисида фикрлар бор. Ушбу таом Бобурийлар сулоласидан Жамолиддин Акбар хукмронлигига (1556—1605) мавжуд бўлган.

XVII асрда яшаган географ ва тарихчи олим Маҳмуд ибн Вали қаламига мансуб «Бахр ул-асрор» китобида эса Мавороуннахрда ўсадиган дон, сабзавот ва мевалар, уларнинг навлари, экиладиган жойлари, хусусиятлари, озуқали қиммати тўғрисида батафсил баён бор. Бизни қизиқтирган нарса гуруч бўлди. Олим гуручнинг «девзира» аталмиш нави борлиги ва у ғоят серлаззат ва инсон учун жуда фойдали эканлигини айтади.

Ўзбеклар паловни ажойиб неъмат деб билади. Уни исроф қиласлиқ, ҳатто бир дона гуручини ҳам оёқ остига, нопокиза жойларга тушиб қолмаслигига ҳаракат қилиш, гавҳардек асраш халқимизнинг энг яхши одатларидан биридир. Чунки палов таркибиға кирадиган ҳар бир масаллиқ халқнинг мاشақатли меҳнати эвази-га яратилади.

Бу таомнинг ижод этилиши териб-термачлашдан дехқончиликка, ёввойи ҳолда ўсувчи донларни (шолини) маданийлаштириш ва овчиликдан чорвачиликка, ҳайвонларни қўлга ўргатиш, сўнgra яна илдизмевали ўсимликлардан сабзи, пиёз кабиларни ҳайдалган ва суғориладиган ерларга экиб кўпайтиришга ўтиш билан бошланган.

Палов ўзбек пазандалик санъатининг энг юкори чўққисидир. У пишириш-қовуруш, қайнатиш ва дамлаш каби мураккаб технологик жараёнлардан иборат-ки, албатта бу таомни тайёрлашни ўрганиб олган ҳар бир киши бошқа ўнлаб таомларни ҳам бемалол пишириши мумкин.

«Палов ош» этимологияси халқ афсонасида

*Пулингдан бир пулинг қолса, палов е,
Кунингдан бир кунинг қолса, палов е.*

Ўзбек халқининг ушбу матали палов ошнинг ғоят серлаззат тўй ва меҳмондорчиликларда тайёрланадиган шарафли таом эканлигига ишорадир. Чунки палов Ўрта Осиё, асосан, ўзбек ва тоҷик халқларининг миллий таоми ҳисобланиб, жуда қадим замонлардан буён маълум.

Агар паловни ҳар бир хонадон меҳмон келишига атаб ёки маросимлардагина дамланадиган бўлса, ёхуд ўз оила аъзолари учунгина тайёрланса кўпинча бунга фақат ҳафтанинг пайшанба кунларигина тайёргарлик кўриларди. Бунинг сабаби ҳаммани қизиқтиради, лекин ҳеч ким аниқ билмайди. Ёки «палов» сўзи нимани англатади? Фақат ўзбеклардагина эмас, балки дунё халқларининг кўпгина тилларида «палов» маъносини англатадиган сўзлар борки, булар асли қаердан келиб чиқдийкин? Чунончи: Россияда «палов», Фарбий Европа ва Америкада «палов», Ҳиндистанда «пулао» (ҳинди), «плав», (урду), Қозогистон ва Шарқий Туркистонда «палов», Арманистон билан Грузияда «плав», Озарбайжонда «чилав», Хоразмда «чалов, Тожикистонда «ош палов», Ўзбекистонда «палов ош» тарзида талаффуз этиладиган бу таомнииг номи қайси тилга хос?

Балки, ўзбекча «палов ош» термини ўшаларнинг биронтасидан олинмадимикин?

Бу тўғрида ҳеч қандай лингвистик маълумотга эга эмасмиз.

Аммо, гуручнинг ватани бўлмиш Ҳинди-Хитой, Хитойда палов тайёрланмайди. Уларда гуручдан тайёрланадиган хилма-хил таомларнинг номларидан биронтаси «палов» га ўхшаш сўз билан талаффуз этилмайди.

Лекин, урду тилидаги «плав» сўзининг талаффузи ўзбекча «палов» сўзига ўхшаш бўлиб, у ҳам «гуручли ош» ни билдиради.

Қозоғистон ва Шарқий Туркистанда (уйгур тилида) «палав» ибораси билан юритиладиган таом номи заминида ўзбекча «палов» ифодаси ётади ва улар қисман, «палав» деб шовлани ҳам аташади.

Арман ва грузин тилларидағи «плав» термини ҳам гуручдан тайёрланган «қуюқ таом» маъносида юритилади. Булар ўзбек паловини ва бундан анча фарқ қи-ладиган арманча ва грузинча паловни ҳам худди шундай аташади.

Муқаддас номлар, қизиқарли атамалар, кундалик кўп ишлатиладиган терминлар этиологияси илмий ишланмаган бўлса, бундай тушунчаларнинг маъносини халқ ўз оғзаки ижодиётининг афсоналаридан «ҳал қилишга» уринади. Буни лингвистлар «ҳалқ этиологияси» деб аташади.

Халқ орасида «палов ош» атамасининг келиб чиқиши ҳақида бир афсона юради. Бу афсона Абу Али ибн Сино номи билан боғлиқ бўлганлиги учун ҳам қизиқарлидир.

«Қадимда бир шаҳзода гўзалликда тенги йўқ, бироқ камбағал оиласдан бўлган бир қизга ошиқ бўлиб қолади.

Бироқ шаҳзоданинг косиб қизига уйланиши қийин бўлганлигидан ошиқ кўп изтироб чекади. Пировардида у кўкрагини заҳга бериб, бир неча кун овқат танаввул этмай, афгор бўлиб қолади.

Шоҳ Абу Али ибн Синои чақиртириб ўғлининг касаллигини аниқлаш ва даволаш кераклигини буюради.

Йигит ўз дардини ҳеч кимга айтмайди. Лекин улуғ табиб уни синчилаб текширгач, аъзоларида зарур моддалар камайиб кетганлигини билади. Олим очликнинг сабаби ишқ дардига мубтало бўлганликда эканлигини аниқлайди. Ушбу касални тузатишнинг икки йўли бор, Бири — ошиқни маъшуқага қовуштириш, иккинчиси — етти хил масаллиқдан тайёрланган серқувват таом «палов ош» едириш.

Шаҳзода ўз дардини айтмагани ҳолда, унинг касалини исбот қилиш керак, бу — шоҳнинг талаби. Шунда Абу Али ибн Сино шаҳардаги барча маҳаллаларнинг номини биладиган бир мўйсафидни топтириб келишни шоҳдан илтимос қиласди. Бундай одам топтириб келинади.

Табиб унга:

Шаҳар маҳаллаларининг номини бир чеккадан қаттиқ овоз билан санаб чиқасан,— деб буюради, ўзи эса беморнииг томирини ушлаб туради.

Мўйсафид маҳаллалариинг номини атаб-атаб, битта маҳалланинг номига келганида йигитнинг томирида қон айланиш кескин ўзгариб кетганлиги Абу Али ибн Синога маълум бўлади:

— Энди, дейди олим,— ўша маҳаллада яшайдиганларнинг барчасини танийдиган одамни топтиришингизни илтомос қиласдим,

Шоҳ бундай одамни ҳам дарҳол топтиради. Олим унга:

— Ҳамманинг номини қаттиқ овоз билан айтиб турасан,— деб буюрди. Ўзи яна беморнииг томирини ушлади. Исмлар бирма-бир саналиб, бир косибнинг номи аталганда шаҳзода яна ўзгариш иайдо бўлди.

Абу Али ибн Сино шунда очиқ айтди:

— Шаҳзоданинг касаллик сабаби фалон маҳалладаги фалончи косибнинг қизига ошиқ бўлганлигидадир, уни тузатиш учун тўй қилиш керак ва албатта шу бугундан иборат ҳафтада бир марта палов ош едириб туриш керак. Шунда бемор тузалиб, бақувват бўлиб кетади,— деб маслаҳат берган экан».

Эҳтимол, пайшанба куни ош дамлаш ўшандан кейин расм бўлгандир?

Эҳтимол, ошиқ-маъшуқларни қовуштириладиган тўй куни албатта ушбу шарофатли таомни тайёрлаб барчага тортиш ҳам шунга боғлиқдир? Эҳтимол, касалга мадад берган табиб ибн Синонинг илми ҳам: халқ этиологиясида «Мадади Сино» деб аталиб, кейинчалик «Медицина» бўлиб кетгандир?

Албатта бу ҳам фақат бир фараз бўлиб, илмий асосланмаган фактлардир. Ўша афсонанинг давомида айтилишича:

Улуғ ҳаким:

— Касалга палов ош пишириб беринглар,— деганидан кейин, ушбу таом рецепти учун керакли масаллиқларнинг бош ҳарфларидан иборат бундай ёзув қолдирган эмиш:

الواش

(яъни «палов ош»). Бу етти хил масаллиқдан иборат бўлиб, П — пиёз: А—аёз, яъни сабзи ёки беҳи; Л-лаҳм, яъни гўшт; О-олио, яъни ёғ; В - вет, яъни туз; О - об, яъни сув; Ш - шоли, яъни гуруч. Ана шу ҳарфлар жамланса, «Палов ош» тушунчаси ҳосил бўлади.

Шундай хулоса чиқаришга ҳақлимизми, йўқми, бундан қатъи назар мазкур схемани бошқалар ҳам келтиришади, хусусан тожик давлат педагогика институти химия кафедрасининг доценти А. Ражабов «Палов кимёси» номли мақоласида келтиради.

Бунинг аниқ шундай эканлигини тасдиқлайдиган бирон-бир тарихий манба йўқ, албатта, А. Ражабов ҳам худди халқ орасида тарқалган афсонага асосланган бўлиши керак. Бироқ у тожик тилининг хусусиятларига қараб тушунчани «Ош палов» тарзида ифода этади.

Афсона афсоналигича қола турсин, ҳақиқатга кўчганимизда палов ош ана шу етти хил масаллиқдан (пиёз, ёғ, гўшт, сабзи, гуруч, сув, туз) тайёрланади. Эндиликда паловга майиз, нўҳат, қалампир, мурч, зира, зирк ва яна бир қанча масаллиқлар солиб дамланади. Булар асосий эмас, балки қўшимча масаллиқлардир ва буларсиз ҳам палов ош пиширса бўлаверади.

Чой— қувватга бой

«Чой нима?»— деган саволга кўпчилик: «Ичимлиқда» — деб жавоб бериб қўя қолади. Лекин Ўзбекистонда чой оддий ичимлиқкина эмас, балки одамлар ўрта-сидаги муносабатнинг анъанавий элементидир. Бизда чой номи билан боғлиқ бир неча издаҳомлар ва меҳмоннавозликнинг турлари келиб чиқсан бўлиб, бу ичим-ликда гап кўплигидан далолат беради: «Чойхона базми», «Бир пиёла чойга таклиф», «Келинчак қўлидаги чой» ва хоказо. Эрталаб туриб нонуштани чой ичишдан бошлаймиз. Меҳмондорчиликнинг бошланиши ҳам, ўртаси ва охири чой билан. Танишингизни учратсангиз салом-алиқдан сўнг «қани, марҳамат, чой қуиб бераман» деб таклиф қиласиз. Бир ўзингиз, ёки улфатлар билан чойхонага кириб бир чойнак чойни майдалаб ўтириб ҳордик чиқарасиз. Нега шундай? Чунки чой ажиб бир неъматдирки, унинг ранги мусаффо, гўзал, мазаси хуштаъм, ҳиди хушбўй бўлиб ичган кишига чинакам ҳузур бахш этади. Неча бор синаб кўргандирсиз, ахир ҳаво ҳарорати совук бўлганда чой ичсангиз танангизни иситади, иссиқ пайтларда ичилган чой — салқинлатади. Қорин очликда чой ичилса бир оз таскин топилади, овқатдан сўнг ичилган чой ҳазм қилдиради. Барча ичимликлар ичида чанқоқни яхши қондирадигани ҳам чой ҳисобланади. Ташна бўлмасангиз ҳам, шунчаки, бекор ўтириб чой ичсангиз — эрмак, ишдан чарчаб келиб, чой ичсангиз — ҳордик. Уйку босиб келганда чой ичилса киши сергак тортади, уйкудан кейин туриб чой ичилса, чехрани очади. Кўнгил айнишини, бош оғригини чой қолдиради.

Шу сабабдан бўлса керакки, чойни гўдаклардан тортиб, қарияларгача, соғлом кишилардан тортиб хасталаргача — барча ичади.

Чой шундай неъматки, у асабларга ором бериб, кишини бардам ва бақувват қилади. Ўзбек халқида: «Агар чой ичмасанг, қувватни қайдан оласан?»— деган нақл бежиз айтилмаган бўлса керак.

Чойнинг ажойиб хусусиятлари шоирларни ҳам илҳомлантируй қўймаган, у ҳақда анчагина шеълар битилган. XIX асрда бухоролик шоир Шоҳ Ниёз Бухорий «Чойнома» номли достон ҳам ёзган. Чой тўғрисидаги энг мақбул шеърлардан бири ҳинд шоири ва мутафаккири Рабинранат

Тагор қаламига мансуб бўлиб, шундан бир мисол келтирамиз:

*Чиқардир ҳордиқ —доим ичсанг чой,
Чойдир нафосат, куй, газал, чирой.
Чоп азизим, кел, чой ичайлик, чой,
Чойдан ол мадад, чой қувватга бой!*

Чой кимёси ва чой давоси

Чойнинг шифобахшлиги жуда қадим замонлардан буён маълум. Япония ва Хитойда, Ҳиндистон, Шри Ланка ва бошқа давлатларда жуда кўп касалликларни қадимдан чой билан даволаб келинади. Ўзбек халқ табобатида ҳам шамоллаш, ич кетиш, иштаҳасизлик, бош оғриғи, тиш оғриғи каби касалликларни чой билан даволаганлар. Кўз оғриғига қуюқ дамланган қора чойнинг нафи борлиги кўпчиликка маълум, посотли яра-чақаларни ҳам илиқ чой билан ювилса тозалайди. Чунки чойда бактерияларга қарши қирон келтириш хусусияти ҳам бор. Чойнинг хушбўйлиги ҳам, мазалилиги ҳам, шифобахшлиги ҳам унинг таркибидаги химиявий моддаларнинг хилма-хиллиги ва мураккаблигидадир. Олимлар чойда 120 хил модда борлигини аниқлаганлар. Чойда, қайноқ сувда эрийдиган моддалар бор, булар экстрактив моддалар деб аталади ва дамланган қайноқ сувга ўтиб ранг беради. Бу моддалар чой совигандан сўнг идиш тагига чўкиб қолади, суви буғланиб кетса, пиёла тагида қизғиши жигарранг қуйқа ҳосил қиласи.

Замонавий медицинада турли ошқозон-ичак касалликларини танин билан даволашади.

Чойда яна катехин ва эпикатехин деб аталувчи моддалар ҳам бўлиб, булар Р витамини хусусиятига эгадир. Унинг шарофати шундаки, Р витамини қилтомирларни мустаҳкамлайди ва кенгайтиради, натижада қон яхши юришиб кишини тетиклаштиради. Айинқса, бош мия ичидаги ва юрак мушаклари орасидаги капилляр томирлар учун унинг фойдаси катта.

Чойнинг муҳим таркибий қисми бу кофеиндир. Кофеин дастлаб кофе таркибида топилгани учун шундай деб аталади. Кофеин кофе, какао ва чойдагина мавжуд. Бу алкалоид модда ҳали бошқа ўсимликларда кашф қилинганича йўқ. Кофеин кайфиятни чоғ қиласидаги алкалоид бўлиб, у марказий асаб системасини мулойим қўзғатади, натижада мия нейропларининг толикиши барҳам топиб кишининг ақли пешланади. Кофеин билан танин бирикмаси аввало юрак ва бошқа муҳим аъзоларимизнинг физиологик фаолиятини яхшилади.

Чой таркибидаги ифор (эфир) моддаси ичимликнинг оромбахш хушбўй ҳидини таъминлайди, натижада чой ичган кишининг иштаҳаси очилади.

Чой ҳам витаминларга бой неъматлар қаторига, киради. Унда С, В₁ В₂, ва РР витаминлари мавжуддир.

С витамини жуда шифобахш бўлиб, ўпка шамоллаши, кўййутал, бўғма каби оғир касалликлардан тезроқ қутулишга ёрдам беради. Жароҳат, яра ва синган суюкларнинг тезроқ битиб кетишига восита бўлиб, аъзоларимизни чарчашдан сақлайди. Агар ушбу витамин етишмаса кишининг милклари хилвираб, тишлари тўкилиб кетади, яъни у цинга касалига мубтало бўлади.

Асаб системаси билан юрак фаолияти учун В₁ витамини яхши шифодир. Эт ва мушакларнинг бўшашиб кетиши ва қўл ёки оёқлар ҳаракатга келмай шол бўлиб қолишдан сақлайди.

В₂ витамини кўздан тинмай ёш оқиб турадиган касалликдан ва лабларнинг бичилиб кетишидаи асрайди.

РР витамини эса модда алмашинувига ижобий таъсир қиласи ва дармон куриб

кучсизланишдан сақлаб аъзоларимиз фаолиятини яхшилайди, қон томирларимизнинг мўртлашишининг олдини олади. Маълумки замонавий медицинада қон босимиининг ортиши (хафақон ёки гипертония) ҳамда зеҳн пасайиши (атеросклероз) каби оғир касалликларда никотин кислотаси деб ата-лувчи РР витамини билан аскорбин кислотаси деб юритилувчи С витамини бирикмасидан иборат дорилар тавсия этилади. Чойда эса бундай дорилар табиий ҳолда мавжуддир.

Чой тарихи

Чой тўғрисида ёзилган китобларда бу ичимликни ичишни одамлар 3500 йил муқаддам кашф этганлар, дейилади. У дастлаб Хитойда кашф этилган. Унинг номи ҳам хитойча «ча-ийе» деган икки сўздан келиб чиқсан бўлиб «яшил барг» деган маънони англатади.

Чойнинг кашф қилиниши тўғрисида анчагина ривоятлар бор, шулардан ҳақиқатга яқинроғи мана буниси:

Бундан 35 аср муқаддам ўтган Хитой хоқонининг канизларидан бири кечирилмас гуноҳ қилиб қўяди ва ҳомиладор бўлиб қолади. Аёлни ўлимга хукм қилиш гуноҳсиз гўдакни ҳам жазолаш бўларди. Шунинг учун у аёлни бир неча кунлик озиқ-овқат билан таъминлаб, кимсасиз биёбонга ҳайдаб юборадилар. У бир тоғ ёнига келганда ейишга овқати, ичишга суви қолмаган эди. Яшашдан умидини узуб бир бута тагига келиб ётади. У мадорсиз қўлларини бутанинг яшил баргларига узатади — ҳеч бўлмаса ташналикни қондирап-ку, деган умидда уни чайнай бошлайди. Маълум фурсатдан сўнг аёл ўзики бардам ҳис қила бошлайди, тетиклашиб ўрнидан туради. Барглардан анчагина юлиб олиб келган йўлидан орқага қайтади. Шаҳарга келиб уни ўлимдан асрраб қолган ана шу мўжизакор ўсимлик тўғрисида одамларга сўзлаб беради. Биёбонда яшнаб турган ям-яшил баргли бу бута чой ўсимлиги эди. «Ча-ийе» — яшил барг овозаси саройга етиб боради. Хоқон собиқ канизакни саройга келтиришларини буюради. Келган аёлнинг соғлом, тетик кўриниши ва тиниқ юзларига қараб таажжубланади.

— Менинг табибларимга ўша гиёҳни кўрсат, гуноҳингдан ўтдим, — дейди.

Табиблар ўша ўсимликни қидириб топадилар ва унинг хусусиятларини ўрганиб, уни экиб кўпайтиришга киришадилар.

Аввалига чой доривор ўсимлик сифатида қўлланилган, экин майдонлари кенгайгач, кейинчалик у кундалик ичимликка айланган.

Чой ўстириш Хитойдан Японияга ва Ҳиндси-Хитой мамлакатларига тарқайди. Ривоят қилишларича чой Ҳиндистонда ҳам қарийб 3500 йилдан бери маълум экан. Эрамизнинг IV асирида будда динининг раҳнамолари беморларга чой дамлаб ичишни тавсия қилганларни тўғрисида маълумотлар бор.

Араб савдогари Сулаймон IX асрда Ҳиндистонга қилган саёҳатида ўша жойда чойхўрлик жуда авжида эканлигини ёзиб қолдирган.

Европада чой XVI асрга келиб маълум бўлади. Чой тўғрисида 1517 йили дастлаб венецияликлар хабар топганлар. Кўпгина тарихий манбаларга қараганда инглизларга 1598 йилда, португалияликларга 1600 йилда маълум бўлади. Чой тўғрисидаги хабар голландияликларга 1610 йилда, францияликларга 1636 йилда, германияликларга 1667 йилда етиб келади. Португалияга қуруқ чойни Ҳиндистондан олиб келиб сотмоқчи бўлган бир савдогар катта зарап кўради, бо-зорда қанча уни мақтамасин, дамлаб ялиниб-ёлвориб одамларга ичириб кўрмасин, ҳеч ким чойнинг қадрига етмайди.

Голландияда ҳам дастлаб бу ичимликдан юз ўгирганлар. Лекин бир куни қирол табиби Бантено қўпчиликни тўплаб чойнинг фойдалилигини мақтаб узундан-узоқ маъруза ўқигандан сўнггина бу ичимликка нисбатан муносабат ўзгаради. Англияда чой гарчи XVI асрнинг охирида келтирилгаи бўлса ҳам бу ичимликнинг хузурбахшлиги ва дори-дармонлигини исботлаш учун

қарийб юз йил зарур бўлган. Халқда уни ичишга мойиллик туғилганда аксига олиб у жуда қиммат нархда сотилгап. Шу сабабли, чойни қирол хонадони-ю ва бадавлат оиласаргина ичганлар, холос. Германияда XVII асрнинг иккинчи ярмида тарқалган чой тез шухрат қозонади. Ўша даврдаги немис императори инглиз чойфурушларини ўзига ром қилиб олади. Чой савдосидан сира бож олмайди. Натижада Хитой ва Ҳиндистон дехқонларидан арzon-гаров харид қилинган бир неча юзлаб килограмм чойнинг ҳар грамини тиллага сотоверадилар.

Чойни денгиз сувига дамланганини эшигандисиз? Бу воқеа 1773 йилда содир бўлиб «Бостон чойхўрлиги» номи билан тарихда машхур. Ҳиндистондан келтирилган чой Лондонда катта бож тўлаб сотишга мажбур қилингач, чойфурушлар ўз кемаларини Америка томон бурадилар. Бу ерда эса колонизаторлар «чой балосидан» кутулиш учун бутун бошлиқ бир кемадаги 340 яшик чойни «денгизга дамлайдилар», яъни нобуд қиладилар. Шундан сўнг анча вақтгача Америкага ҳам, Англияга ҳам чой келтирилмай қўяди. Натижада чойхўрларнинг ғалаёнлари бошланади. Ахвол шу даражагача бориб етадики, масалани Англия парламентида кўриб чиқилади. Ҳукумат чойфурушлар учун анча имтиёзлар бериб, божни эса кескин камайтиришга қарор қиласди.

Россияга чой 1638 йилда келтирилганлиги тўғрисида аниқ тарихий маълумотлар бор. 4 пуд (64 кг) чойни Монголиядан подшо Михаил Феодоровичнинг элчиси Алексей Стариков олиб келади. Русларга чой жуда маъқул бўлади. Шундан сўнг унинг савдоси авж олдирилади. Санти-Петербург ва Москва шаҳарларида «ўзи қайнар»— самовар идишлар ишлаб чакарила бошлайди. XVIII асрдан эътиборан самоварлар Тула шаҳрида кўплаб чиқарила бошлайди.

Чойга бўлган талабнинг кучайганлиги сабабли уни шу ернинг ўзида ўстириш зарурияти келиб чиқади. Дастреб ёввойи чойнинг кўчати 1818 йили Кримдаги Никитин ботаника боғида ўтқазилган, сўнгра бу ердан 1833 йили бир неча чой кўчат Закавказияга олиб келинади.

1895 йилда проф. А. Н. Краснов билан агроном И. М. Клингер Хитойга борадилар ва чойнинг уругини олиб келиб Батуми шаҳри яқинидаги Чақва деган қишлоқда экадилар. Бироқ тиллага тортиб олинган уруғ атиги 5% ўсимта беради, холос. Маълум бўлишича хитойлар Россияда чойкорлик ривожланиб кетиб «бозорлари касод» бўлишидан чўчишиб уругни сотиш олдидан қайноқ сувга пишиб олган эканлар. А. Н. Краснов билан И. М. Клингер ўша 5% унган чойни 20 йил давомида қайта-қайта экиб кўпайтириб 1915 йилга келиб 500 гектар чой майдони ҳосил қиладилар.

Эндиликда чой Грузияда, Озарбайжонда, Краснодар ўлкасида етиштирилади ва умумий майдони 80.000 гектарни ташкил этади.

Совет ҳокимияти даврида чойкорликка алоҳида эътибор берилади. Чойнинг агротехникаси, мелиорацияси, тупроқшунослиги, агрономияси, селекцияси, меха-низацияси тўғрисида каттакатта китоблар ёзилган, илмий текшириш институти ишлаб турибди. Чой Ўзбекистонга дастреб XIII асрда монголлар истилоси даврида келтирилган. Чой келтириб сотиш онда-сонда, мавсумий характерга эга бўлиб, у ҳам бўлса жуда примитив усулда амалга оширилган. Чунончи чойни қопларга сомон сингари солиб, от ва туяларга ортиб олиб келинади, натижада чой узоқ йўлдаги ҳар хил ўсимликларнинг, шўрхок чўлларнинг қўлансанса ҳидларини ўзига сингдириб олиб айниб қолар эди. У вақтларда чойни ўзга ҳидни ўзига тортмаслиги учун қўрғошин қофозларга ўраб яшикларга солиб ташиш йўқ эди-да.

Кейинчалик чой баргини сигир қаймоғи ва ҳўқиз қонига аралаштириб тахта орасига олиб пресслаш (такта чой) усули келиб чиққач, уни узоқ мамлакатларга элтиш қулай бўлган.

Чойни Монголиядан Ўзбекистонга олиб келиш фоят қимматга тушганлиги учун экспорти тўхтатиб қўйилган. Чойга ўрганган халқ эса ноиложликдан «дала чой» деб аталувчи ўсимликни ва «тош олма» нинг қобигини дамлаб ичиб юрган. То XIX асрнинг ўрталариғача Андижон, Наманган, Қўқон савдогарлари Қашқарга қатнаб «Син-ча-йие» (хитой чойи) олиб келиб сотиб юрганлар.

Тарихдан маълумки XIX асрнинг 60—70-йиллари Ўрта Осиё Россияга қўшилди. Ана шу даврдан эътиборан Ўзбекистоннинг савдо-сотиқ ишлари, Оренбург, Саратов Самара, Қозон, Москва, Тула каби шаҳарлар билан чамбарчас боғланиб кетди. Бу ерга олиб келиб сотиладиган бошқа хил товарлар орасида чой, самовар, чойнак ва пиёла каби чой билан боғлиқ анжомлар ҳам бор эди. XIX асрда чойни Ўзбекистонга Россиядан келтирилганлиги ҳақида аввал эслатиб ўтилган Шоҳ Ниёз Бухорийнинг «Чойнома» достонидан ушбу тўртликка эътибор беринг:

*Хушбўй, мазам томли, рангим каҳрабо тусда,
Шукриллоки, соғу касал ҳимоясиман.
Макбул бўлдим кўп дилларга, хижроним Русдан,
Чун ҳаётнинг жондек ширин сармоясиман.*

Тошкент, Самарқанд ва Кўконда Байзон фамилияли капиталистнинг чой магазинлари очилган. Тўртбурчак тунука қутиларнинг қопқогига «Байзон» деб ёзилган чойлар Ҳиндистондан келтирилиб Россияда қадоқланарди. Ўзбеклар бу чойни «байзан чойи» деб атайдилар, руслар эса «фамильний чай» дейишган. Шундан келиб чиқиб ўзбеклар ҳам «фамил чой» дейдиган бўлишган. Биласизми, тилимиздаги «самовар», «чойнак», «пиёла» сўзлари ҳам русчадан олинган. Чунончи «сам»—ўзи, «о»—сўз боғловчи ҳарф, «вер»—варить —қайнатмоқ бўлиб, «ўзи қайнатадиган» маънони англатади.

«Самовар» Андижон шевасида яна чойхона маъносини ҳам англатади. «Самоварчи»— чой дамлайдиган шахс. «Самовар палов»— чойхонада дамланган ош ва х, к.

«Чойнак» аслида «чай—ник». Маълумки рус тилида «ник» суффикси ичига бирор нарса солинадиган идишни билдиради. Демак, ўзбекча «чойнак» сўзи русча «чайник» сўзидан олинган. «Пиёла» ҳам русчада «пиала». Бу сўз «пить»—ичмоқ феълидан ясалган бўлиб, ичиш учун керак бўладиган идиш маъносини англатади.

Юқоридаги тарихий фактларга асосланиб Ўзбекистон чойхўрлик борасида Россия билан қадимдан алоқадор экан.

III. МАСАЛЛИҚЛАР... МАСАЛЛИҚЛАР... ТАРИХЛАРИ, ТАЪРИФЛАРИ, ТАЪСИРЛАРИ

Минг дардга даво неъмат

Инсоният бундан 9—10 минг йиллар муқаддам ҳайвонларни қўлга ўргата бошлаган. Дастрлаб от, фил, сигир, кейин эса қўй, эчки, эшак, товук, ўрдак, ғоз, курка ва ҳоказолар қўлга ўргатилган. Кейинчалик эса фақат ҳайвон ва қушларгина эмас, ҳатто ҳашаротлар ҳам қўлга ўргатила бошланган. Булардан бири ипак курти, иккинчиси боларидир.

Асалари қайси асрда қўлга ўргатилгани ҳозирча номаълум. Аммо археолог ва геолог олимлар ер шарининг турли жойларида қазув ишлари олиб бориб шуни аниқлаганларки, асалари учламчи даврда ҳам мавжуд экан, бунга тахминан 56 миллион йил бўлган. Одамнинг пайдо бўлганига эса 3 миллион йилдан ортиқроқ вакт ўтди.

Қадимги маданият ёдгорликларига қараб аниқланишича, ибтидоий одам ўрмон ва тоғларга бориб ёввойи асаларининг асалидан баҳраманд бўлиб юрган. Асалнинг ширин шираси уни ўзига ром қилган-да, ахир! Фақат ширасигина эмас, балки унинг шифобахш неъматидан қадимги табиблар ҳам фойдаланишган. Шунинг учун бўлса керак қадимги Миср эхромларининг деворларига нилуфар гули ва унга қараб учиб келаётган асалари суратлари солинган.

Қадимги Ҳиндистонда эса Вишна ва Кришна номли маъбудаларнинг тошга ўйилган

суратлари ёнида албатта асалари ҳам учрайди. Эрамизга қадар 2 мингинчи йилларда Ассурия мамлакатида ўлганларнинг танасини мум билан қоплаб, асалга ботириб қўйишган.

Асаларидан фойдаланиш барча халқларда, жумладан, Ўрта Осиё халқлари, Қадимги Русь, Юнон, Румо ахолиси ўртасида ҳам мавжуд бўлган.

Асалари ва асал тўғрисида ҳар бир мамлакатда китоблар ёзилиб турилган. Асалнинг озукалик ва шифолик қиммати тўғрисида икки оғиз сўз.

Табобат илмининг бобокалони Абу Али ибн Сино асални «иккинчи даражада иссиқ ва курук»,— дейди. «Унда тозаловчи, томирларни очувчи, хўлликларни шимдирувчи қувват бор... Кўз хираланишини кетказади... Асални танглай билан эзиз сўриш ва ғарфара қилиш бўғмаларни тузатади ва бодом безларига фойда қиласди... Асал суви меъдани кучайтиради ва иштаҳани оширади....

Аниқланишича, асалда 70 хил фойдали неъматлар бор экан. Шулардан шакар моддалари — глюкоза ва левулезадир. Бу моддалар асални тўйимли қиласди. Унда витлминлардан А₁, В₁ В₂, В₆, Вс, И, К, С, Е ва бошқалар бўлиб, бу моддалар турли дардларга даво эканлигидан далолат беради. Қолаверса, асалда инсон ҳаётида зўр аҳамиятга эга бўлган ферментлар ҳам бор. Яна бирмунча маъдан моддалар: калий, калтъций, фосфор, кобальт, магний ва бошқалар унда мавжуд. Булар инсон аъзоларига худди женшень каби ижобий таъсир қиласди ва асални узоқ вақт бузилмай туришини ҳам таъминлайди. Халқда — «Сариёф — сасимас, асал — айнимас» деган мақол бор. Бу бежиз айтилмаган экан. Олимлар Миср эҳромларидан бир хум асал топиб олишди. Бу хумнинг ерга кўмилганига 3.300 йил бўлган экан. Буни қарангки, ичидаги асал ҳали ўз хушбўй ҳидини ва ширин мазасини йўқотмаган.

Деҳқончиликда «етти хазина» деган гап бор. Бунга «саккизинчи хазина» қилиб асаларичиликни қўшса бўлади, чунки асални халқ «Минг дардга даво неъмат» деб атайди.

Зайтун ёғининг хосиятлари

Бизда зайтун ўсмайди, у Ўрта денгиз ҳавзасидаги мамлакатлардан келтирилади. Ўсимлик мойлари орасида энг тотлиси бўлган бу ёғнинг ҳам ўз тарихи ва энг муҳими ғоят шифобахш хусусиятлари бор.

Ушбу ёғ Испания, Италия, Франция, Греция, Туркия, Сурия, Ливан, Фаластин, Миср, Жазоир, Марокаш каби мамлакатларда ўсадиган зайтун дарахтининг хом ёки етилган мевасидан сиқиб олинади. Бундай дарахт ёввойи ҳолда ўрмон ҳосил қилиб ўсади ёки маданийлаштирилиб, боғларда парвариш қилиб ўстирилади.

Зайтун ёғини олиш технологияси дастлаб Мисрда бундан таҳминан 2500 йил муқаддам каشف этилган. Фиравн Набуходоноссор даврида зайтун ёғини ишлаб чиқариш технологияси маҳфий тутилган. Мабодо бу сир қўшни мамлакатларга тарқаладиган бўлса, айбор ӯлим жазосига маҳкум этилиб, сирдан воқиф мамлакат устига қўшин тортилган. Урушларга сабаб бўлавергани учун қўшни мамлакатлар ҳам зайтун экишиб парвариш қилишган ва қилич кўтариб келаётган тажовузкорларга қарши меҳнаткаш халқ қилич билан жавоб бермасдан, зайтун дарахтининг шохчасини кўтариб чиқишган: «Бизнинг бошимизни эмас, мана шу инсонни тўйдирадиган муқаддас дарахтни кес! Бу дарахт кесилса биз қуриймиз, биз кесилсанкай зайтун қурийди», дейишган улар. Шу-шу зайтун уруш баҳоначиси бўлмай, балки тинчлик рамзига айланган. Тинчлик мақсадларини кўзлайдиган қадимги дипломатлар ҳам бошларига зайтун шохчасидан чамбарак кийиб олишар экан.

Шу дарахтдан олинган бир томчи ёғнинг шарофати нимада? Аввало бу энг яхши физо, худди сариёфдай тез ҳазм бўладиган, серлаззат озуқа. Уни доф қилмасдан ишлатаверса ҳам бўлаверади. Турли таом totли чиқади, тўғралган сабзавотларнинг юзига савалассангиз яхши салат, палови хушбўй, ўзига нон теккизиб еса ҳам бўлаверади.

Зайтун ёғи қадимда чироқ ёғи вазифасини ҳам ўтаган. Уни бирон идишга солиб пахтадан пилик ясаб хоналарни ёритишган. Силлиқ ва мулойим қилиш учун соч ва баданларга суртишган. Ишлайвериб қадоқ бўлиб кетган қўлларга суртилган.

Зайтун ёғининг турли дардларга даво эканлигини биз Абу Али ибн Сино асарларидан ўқиймиз: «Зайтун ёғиниг ҳамма тури баданни қувватли қилувчи, ҳа-ракатга мойил қилувчи ва ҳароратни сўндирувчиdir... Зайтун ёғи кўп жиҳатдан гул ёғидекдир. Сочни тўкилишдан сақлайди, ҳар куни ишлатилса унинг тез оқари-шини тўхтатади.

Зайтун ёғи сарамас, учук ва эшакемига қарши дори сифатида ҳам ишлатилади, иссиқ яллиғли шишларни йўқотади...

Чиркин яраларни тозалайди... ҳамда жароҳатларнинг малҳамлари таркибиға киради...

Зайтун ёғи бош оғриғига фойда қилишда гул ёғидекдир... ,

Зайтун ёғи билан оғиз чайқалса, қонайдиган милкка фойда қиласи ва қимирлайдиган тишларни мустахкамлайди.

Чаён солиб қўйилган зайдун ёғи қулоқ оғриғига томизиладиган дориларнинг энг қимматлисидир».

Қуёш қуши

Бирор кафтлари орасига тухумни яшириб, Насриддин афандидан сўрабди:

— Топинг? Бу нима?

— Ейдиган нарсами, ўзи?

— Ҳа,

— Ундей бўлса, белгиларини айтинг, топаман,— дебди Насриддин.

— Белгилари шуки,— деб жавоб берибди у шахс,— ўзи юмалоқ, тайланг, ўртаси сариқ, тепаси эса оқ.

— Ҳе бўлди, топдим. Сиз пиёзни ўйиб ўртасига сабзи жойлагансиз,— деган экан афанди.

Ушбу латифани келтиришимиздан мақсад шуки, бир вақтлар одамлар тухум нималигини билишмаган. Тухумнинг мазасини билмагач, товуқ гўшти ҳам ўз-ўзидан ейилмаган.

Қадим замонда Ҳиндистон осмони қора либосга ўралиб, сон-саноқсиз юлдузлар чараклагандан қандайдир бир қушнинг ўткир овози чангальзорларнинг сокинлигини бузиб, мақбараларга урилиб, акс-садо берарди. Шунда одамлар:

— Ана, қуёш қуши сайрайти, ярим кеча бўлибди, инсу-жинслар офтоб ёғдуси устидан ғолиб чиқиб, оламни зулматга чўмдиришгани ва ўзлари ер юзида изғиб юришгани тўғрисида дарак беряпти,— дейишарди.

Сахарда узок-яқинлардан яна ўша «ку—ку—куқ-қуув»,— деган жарангдор овозлар оламни тутиб кетар, гўдакларни ширин уйқусидан уйғотар, дехқонни дала-га, брахманни бутхонасига йўрғалатарди. Тағин одамлар:

— Ана, инсу-жинслар анжуман қурадиган қоронғу зулмат устидан энди қуёш ғолиб чиққанлиги тўғрисида қуш дарак беряпти, демак тонг отибди,-дейишар эди.

Номаълум сайёҳлар Ҳиндистондан ўта туриб, бу қушни Хитойга келтирган эмишлар. Сўнг бундан икки ярим минг йил муқаддам, бу гўзаллик ўлкасига эрон лашкарлари ҳам борган. Саркарда Доро чавандозлари шикордан қайтишларида ўзлари билан олмос, рангли бўёқлар, зираворлар ва бошқа катта бойликлар олиб келадилар, шулар орасида қуёш қушлари ҳам бор эди.

Бу ғоят зебо, кўкраги тилласимон товланувчи, патлари олов ёлқинларига ўхшаш, пешонасида қип-қизил чўғдай тожи бор, думлари тим яшил, гажак, бамисоли ўроқдай эгилган, ёш бола минса оёғи ерга тегмайдиган каттагина бир қуш эди.

Булар эндиликда бутун дунёга тарқаб кетган сершифо гўшт, лазиз тухум, ҳатто юмшоққина

пар берадиган товуқ ва хўрзларнинг ёввойи авлоди бўлган. Уларнинг асли ватани ҳинд ўрмонлари, Хималай тоғининг этаклари ва Малайя ороллариидир.

Табиатшунослар ўша жойларга бориб текширсалар, ёввойи товуқлар ҳануз ҳам бор бўлиб, асосан бутазорлар ва ғаровзорлар орасида ҳаёт кечиришар, у дарахтдан бу дарахтга осонликча учиб ўтиб мева, уруғ, қурт-кумурсқалар билан овқатланар экан. Ёввойи товуқларнинг туси ҳар хил: тим яшил, жигар ранг, сап-сариқ, ола чипор, оппоқ ва қоп-қора бўларкан. Гўштини татиб кўрганларнинг айтишича лахими бизнинг қўлбола товуқларимизнидек бўлмай балки қаттиқ, лаззати камроқ ва ранги қорароқ эмиш.

Қадимги эронликлар юқорида келтирилган қуёш қуши ёруғликнинг қоронгулик билан кураши тўғрисидаги эртаксимон ривоятга паққос ишона қолишибди. Шоҳ ҳар бир хонадон макиён ва айникса, хўрз боқиши ҳамда сўймай ёки ҳаром ўлдирмай парвариш қилиши мажбурий, деб фармон берган экан.

Тахминан икки минг йил муқаддам, қуёш қушларининг овозаси — Ўрта Осиё, Кавказ, Қора денгиз бўйларида ва ҳатто Шимолий Россияда ҳам тарқалганлиги тўғрисида маълумотлар бор.

Эндиликда бутун дунёда товуқ боқмаган халқ йўқ. Етти хазинанинг бири бўлмиш бу уй паррандасидан ер юзидағи барча халқлар баҳраманд бўлишмоқда.

Хозирги товуқлар семизлиги, гўштининг нафислиги, кўплаб йирик тухум туғиши билан ёввойисидан тамомила фарқ қиласди. Олимларнинг ҳисоблашларига қараганда бутун дунёда атиги бир йилгина бирорта товуқ сўйилмай турилса, бирорта тухум товага чақилмай, ҳаммасидан жўжа очириб чиқарилса, Ер шаридаги барча қуруқликни «қуёш қушлари» эгаллаб олиб, одамларга ҳатто қадам қўйгани ҳам жой қолдирмасликлари, бунинг устига ўша муқаддас «қу—қу—қуқ—қуув» овозларидан бирон дақиқа ҳам мижжа қоқтирмасликлари мумкин. «Пиширсанг гўшт бўлади, пиширмасанг қуш бўлади» деган топишмоқ ҳам бежиз айтилмаган. Лекин қадимги ҳинд афсоналарида айтилишича: Тун ўзининг юлдуз гулли қора либосини Ҳиндистон осмонидан ийғишириб олишига муқаддас «қу — қу—қуқ—қуув» овози сабаб бўлган экан. Агар бу қуш сайрамаса тонг ёришмайди, қуёш ўз юзини кўрсатмайди» дейилган. «Қуёш қуши» туфайли биз қуёшдаги баҳраманд бўламиз,—деган тушунча орқали уни кўпайтиришган ва унга сифинишган.

«Ер олмаси»нинг тарихи

В. И. Ленин картошкани «иккинчи нон» деб таърифлаган эди. Дарҳақиқат, бу неъмат таркибидағи озуқа моддаларининг тўқтутарлиги нондан қолишимайди. Картошкада 18 процент крахмал, 2 процент оқсил, 1 процентча шакар моддаси ва бир қанча витаминлар бор.

Мана шундай фойдали, серлассат масаллиқ XVI асрда Жанубий Америкадан Европага келтирилганда уни ҳеч ким истеъмол қилмаган. Картошканинг тарихий йўли билан танишайлик. Ботаника тарихи билан шуғулланувчи олимларнинг келтирган далилларига кўра, картошканинг ватани Чили ва Перу бўлган. Маҳаллий халқ буни тоғ ёнбағирларида ўстирган ва номини «Паппа» деб атаган. Жанубий Американи қамал қилган испанияликлар картошкани дастлаб 1536 йилда Европага олиб келадилар. Лекин бир мамлакатдан иккинчи мамлакатга бу ёввойи ўсимлик сифатидагина ўтиб юради. Италияга тарқалганда уни «тартуфоли» деб атайдилар, шундан «картофель» тушунчаси келиб чиқади. Францияга картошка XVIII асрда ўтади, бу ерда у «Пом де терр» номини олади, маъноси «Ер олмаси» демакдир.

Францияда картошканинг қимматли озуқа ва фойдали шифо эканини дастлаб доришунос олим Пармантье пайқаган. Пармантье картошка тўғрисида китоб ёзди, кўплаб экди ва ундан турли таомлар тайёрлаб кўпчиликни меҳмон қилди. У картошкани кенг тарғибот қилди, ҳатто қиролга ҳам мурожаат қилиб, шу ўсимликни кўплаб экиш зарурлигини айтди. Қирол олимнинг сўзига қулоқ ҳам солмайди, фақат саройга келтирилган картошка гулини чаккасига тақиб олади.

Шу-шу бўлади-ю, картошкани озуқа сифатида эмас, декоратив экин — гул сифатида тувакларда ва гулхоналарда ўстира бошлайдилар. Сарой оқсоқоллари эса камзулларининг соат чўнтакларига доим картошка гулини тақиб юришни одат қилиб оладилар.

Англияда 1565 йилда картошка тарғиботчиси денгизчи Жон Хоукенс деган шахс бўлган. У Перудан Ирландияга анчагина картошка олиб келиб экади. Ж. Хоукенс катта банкет ташкил қилиб, сарой зодагонларини картошкали таомлар билан сийламоқчи бўлади. Бироқ афсуски, ошпаз тушмагур овқатни картошканинг илдиз доналаридан эмас, шундоққина кўкатини ўриб келиб пиширган экан. Ейилишидан олдин ҳамду-санолар ўқилган «таом» дастурхонга келтирилгач, ҳам-ма ҳанг-манг бўлиб қолади. Мехмонлар мезбонга қараб: «Бизни ўзингизга ўхшаб хашакхўр деб фараз килган бўлсангиз керак, йўқ, биз инсонмиз!»— дейишиб чиқиб кетишади. Шундай қилиб узоқ мамлакатларда сафарларда ном қозонган капитан Жон Хоукенс картошкани тарғиб қиласман деб, ўз обрўсини тўкиб қўйган эди.

Яна Францияга қайтайлик. Картошка фидойиси Пармантье қиролга мурожаат қилиб, ҳеч бир иш чиқара олмаганидан кейин илдиз тугунчаларини далага экади. Ҳосил гулга киргандан эътиборан чор томонга милтиқли соқчилар қўйиб қўриқлатаверади, бу ишдан қўшни дехқонлар ҳайрон бўлиб: «У даласига олтин экканмидики, қўриқласа» дейишибади. Ҳар ҳолда шундай одат бор: эҳтиёт қилинган нарсага ўғри ўч бўлади. Соқчилар ухлагач, Пармантье даласидаги картошкани кавлаб олиб кетадилар. Сўнг уни гулханга ташлашади, хашаги купиб, илдиз тугунчалари қўрда пишиб қолади. Эрталаб бир чўпон буни татиб кўрса, хай-хай «ер олмаси»ни емабсиз — оламга келмабсиз!

Шундан сўнг ўзининг оч халқини боқишига боши қотиб юрган подшолар жонига картошга оро беради. Шундан сўнг картошка барча Европа мамлакатларида экила бошлайди.

Россияга дастлабки бир қоп картошкани Голландиядан туриб император Петр I жўнатган эди. Лекин картошка экиш рус дехқонлари ўртасида ҳам жуда секин авж олди. Ўтган асрда дехқонлар картошка экишга қарши ғалаён қилганликлари тарихдан маълум.

Шундай қилиб, бизда картошка бундан 120 йил муқаддам экила бошлаган. Эндиликда картошка экмаган мамлакат йўқ. Картошка тўғрисидаги илмга совет олимлари жуда катта ҳисса қўшдилар. Чунончи, жаҳонда 450 йил давомида картошканинг факат бир хил нави экилиб келинар эди. Аммо 50 йил давомида совет олимлари картошканинг 150 дан ортиқ навини селекция қилдилар.

«Ер олмасининг» қисқача тарихи ва таърифи ана шундай.

Помидор бизга қачон ва қаёқдан келди?

Помидорни «Олтин олма» деб атайдилар, унинг тарихи хам «Ер олмаси»нинг тарихига ўхшаб кетади.

Ҳозирда овқатларимизнинг лаззатли масалликларидан бири бўлган помидорни бундан бир аср илгари ҳеч ким емас эди. Ўша вақтда помидорнинг таркиби бутунлай ўрганилмаган бўлиб, одамлар уни заҳарли мева деб тахмин қилишарди. Европа мамлакатларида бу ўсимликни тувакларга ўтқазиб, гуллар билан бир қаторда парвариш қилганлар. Заҳарлилиги тўғри. Помидорнинг кўк, ҳомдонида тирозин деган модда бўлиб, у ўта заҳарлидир, тузламай емаса заҳарлайди, шунинг учун уни хатто мол ҳам емайди.

Кўпгина манбаларда айтилишича, помидор Жанубий Америкада Перуда тарқалган. Мексикаликлар бу ўсимликни «таматель» деб атаганлар. Испания Перуни босиб олгач, помидор Европага келтирилган. XVI асрда бу ўсимлик Европанинг Ўрта денгиз ҳавзаларидағи мамлакатларга тарқалган. Италияда помидорни «помо — доро», яъни «олтин олма» деб атаганлар. Бу вақтда помидор Европанинг шимолий томонларига тарқалмаган эди. Помидорнинг 1754 йилда манзарали ўсимлик сифатида биринчи марта селекцияга

киритилганлиги тўғрисида маълумотлар бор.

Қейинчалик помидор Греция орқали Туркияга ва бу ердан 1850 йилда Кримга келтирилган. Кримда уни «муҳаббат олмаси» деб атаганлар. Шундан кейин кўп ўтмай бу сабзавот Россиянинг жанубий районларида экила бошлаган ва озуқа сифатида дастлаб шу ерда кўлланилган. Ўтган асрнинг таҳминан 70-йилларидан бошлаб помидор ўсимлиги Россиянинг марказий ва шимолий районларида ҳам ўстирила бошланган, Ўзбекистонда помидор ўстириш Ўрта Осиё Россияга қў-шилгандан кейингина расм бўлди. Бу даврда Ўзбекистондаги солдат ошхоналари, Европача ресторонларда ажойиб мевалар ва сабзавотлардан турли таомлар тайёрланар эди. Бу ерга кўчиб келган рус дехқонлари қулупнай, малина, смородина, қирмиска (кримский) узум ва Россия (российская) гилоси, шунингдек картошка, қанд лавлаги, карам, редиска ва шу каби сабзавотлар қатори помидор ҳам етиштира бошладилар. Бироқ ўша вақтларда помидорни маҳаллий халқ емас эди. Чунки шариат пешволари «бутпарастларнинг таомини емоқ макрдир» деб фатво чиқарганлар. Улар помидорга «одам қонидан пайдо бўлган мева» деб ҳам қараганлар. Аммо помидорнинг ажойиб озуқалиқ сифатини билиб олган маҳаллий аҳоли уни тобора кўпроқ истеъмол қила бошлади. Ўша вақтларда баъзилар помидорни «падижон», яъни «жон ато қилувчи мева» деб атар эдилар. Ҳануз ҳам қариялар помидорни патижон деб атайдилар. Халқда шундай ашула ҳам бор:

*У токчада патинжон, о
Бу токчада патинжон.
Шу вақтнинг қизлари, ё,
Бир-биридан отинча.*

Эндиликда помидорнинг ўнлаб навлари яратилган бўлиб, юзлаб таомларда ишлатилади.

Шолғомнинг шарофати

Рус халқиининг «шолғом» номли эртаги бор, буни барчамиз ёшлигимиздаёқ мароқ билан ўқиганмиз. Дехқонбобо етиштирган шолғом шунча улкан бўлиб етилибди, уни бобо, момо, набираси-ю, кучук, мушук сичқонгacha бирлашиб базур ердан суғуриб олишибди. Шу эртакда андак ҳақиқат бор. Шолғом ҳамма жойда ўсади, лекии у ҳавоси салқинроқ жойларга экилса таҳирлиги йўқ, камтомир, ҳандалакдек катта, ширин, бир қайновда сариёғдек мулойим пишадиган бўлиб етилади. Уни қўрга кўмиб еса ҳам бўлади. Шамоллаганда дори сифатида истеъмол қилса ҳам бўлади. Ўтмишда чоризм ҳукмронлик қилган кезларда рус дехқонларини помешчиклар эксплуатация қилишдаи ташқари серҳосил ерларини тортиб олиб ғоят қашшоқлаштириб қўйган эди. Натижада кўпгина губерниядаги дехқонлар кулба ва қишлоқларини ташлаб чиқиб янги ерлар кидириб, кенг Россия бўйлаб дарбадар юрганликлари тарихдан бизга маълум. Ана шу дарбадарликда ақлли кексалар: «Олдин кетганлар кейин қолғанларга қўприк» деган нақл тўқиганлар. Шунинг учун илгари кетганлар орқада қолғанларга ҳар ҳолда егулик нарса бўлади, деб йўл бўйларига шолғом экиб кетишади. Шолғомдан бошқа экин экиб кетишса ҳам бўларди, бироқ шолғом шундай сабзавотки, уни баҳорда, ёзда ёки кузда экса ҳам кўкараверади, тез етилади ва кўп парвариш талаб эмас. Бизнинг Ўзбекистон ерида шолғом оқ, қизил ва зангори пўчоқли ва сал таҳирроқ етилади. Россия шолғомининг пўчоғи ҳам, эти ҳам сариқ ва таъми ширин, картошкасимон бўлади. Илгари бу хил шолғом бизда экилмас эди, яқин йиллардан буён экила бошланди,

Шолғом айниқса куз, қишиш ва баҳор фаслларида шамоллаш ва грипп касалликларига қарши яхши даводир. Ибн Сино дейдикни: Хар кандай шолғомнинг энг яхиси—семиз гўшт билан қайнатилганидир... Семиз гўшт билан пиширилган шолғом кўкракни ва томоқни юмшатади.

Гүшт билан қайнатилган шолғом кучли озуқа бўлади... Шолғомнинг қайнатмаси бод бўғинларнинг зирқираб оғришига қарши шу ўринга қўйиб боғланса кўп манфаат етади... Шолғомни пишириб ёки хомлигича ейилса кўзга фойда қиласди».

Яқинда олимлар шолғомнинг яна бир шарофатини аниқладилар. У энергия манбаи ҳам экан. Жаҳон энергетика кризиси олимларни турли нарсалардан ёқилғи сифатида фойдаланиш услубини топишга даъват этмоқда. Франциялик олимлар шолғом устида иш олиб бориб шундай хулосага келдиларки, шолғом арzon ёнилғи бериши мумкин экан. Унинг 1000 килограммидан 100—120 литр ёнилғи спирти ажратиб олинади. Бу деган сўз бу ўсимликни кўплаб экиб, ундан олинган спирт билан автомашиналарни юргизиш ва спирт лампалари ясаб электр энергияни ҳам тежаш мумкин.

Ҳар ҳолда шолғомни пазандалиқда ва табобатда қўлланиш инсон учун кўпроқ манфаат беради. Ушбу неъматнинг шифолиги тўғрисида фақат Ибн Синогина эмас, қадимда Ҳасрат исмли табиб ҳам ўзининг «Хусайн тухфаси» номли тиббий достонида қўйидагиларни ёзади:

*Иссиқ бўлар шолғом ким еса тақрор,
Кўрлар шолғом есин, деган масал бор.
Чунки у кўзларга беради қувват,
Хому пишигида бор шундай хислат.
Шишиганда совуқдан қўл ёки оёқ,
Наф қиласди шолғом суркалгани чоқ.*

Захриддин Муҳаммад Бобур саройида табиблик вазифасини ўтаган Юсуфий ал Хиравий (Юсуф табиб) нинг «Яхши нарсаларнинг фойдалари» номли тиббий рисоласи бор. Унда ҳам шолғом, айниқса унинг уруғи кўпгина дардларга даво эканлиги ёзилган:

*Шолғом уругини тушиб-майдалаб,
Асал билан қўшиб қиласанг истеъмол
Ичингни юмишатар, заҳарни кесар,
Белингни бақувват қиласди дарҳол.*

Музқаймоқ тарихи ва таърифи

Ёзниг жазирама кунлари кишига ором берадиган айниқса ёш болалар учун роҳатижон, шифобахш неъмат—морожнийдир. Морожний жуда қадимда, иқлими иссиқ Шарқ мамлакатларида ижод этилган бўлиб, уни Ўрта Осиё ҳалқлари «яхқаймоқ» деб аташган. Эрон ва Ҳиндистонни забт қилган Искандар Зулқарнайн аскарлари ушбу мамлакатларнинг аҳолиси иссиқ кунларда аллақандай «яхлатилган сутни» шимиб юрганликларини қўриб ҳайратда қоладилар. Маълум бўлишича, сут ёки қаймоқка асал, тухум, ваниль ва жавҳарилму қўшиб музлатилар ва маҳсус кўзаларда сақланар экап. Гоҳо мева шарбатларига тоғлардан олиб келинган тоза қор ва қирилган музни қўшиб ҳам тайёрлаганлар. Араблар шу усулда тайёрланган яхна таомни ал-желати деб атаганлар. Музқаймоқ рецепти ва технологиясини македонияликлар Европага олиб келган бўлсалар ҳам, у кенг эътибор қозонмади.Faқат XIII асрда италиялик сайёҳ Марко Пало Шарқ мамлакатларига қилган саёҳатидан кейингина музқаймоқни ғарбий мамлакатларда тайёрлаш авж олиб кетди. Италиялик шакарпаз Проколио Колътелли 1630 йилда Парижга келиб ресторонлардан бирида морожний тайёрлашни жорий қилганлиги тўғрисида маълумотлар бор. Шундан қарийб бир ярим аср ўтгач, яъни 1770 йилда яна бир италиялик қандолатчи Нью-Йоркда морожний тайёрлашни жорий қилган. Орадан 230 йил ўтгач — 1860 йилда бошқа бир италиялик Лондонда морожнийхона очган. Россияда морожний тайёрлаш XIX

асрнинг ўрталариға тўғри келади. Бу ерда морожний тайёрлаш мустақил равишда ижод этилган деган далиллар бор, чунончи россиялик савдогар Иван Излеров 1845 йил музқаймоқнинг янги рецепти ва техно-логиясини кашф қилганлиги учун патент ва мукофот олганлиги солномаларда қайд қилинганд.

Ўзбекистон аҳолиси ҳам музқаймоқ тайёрлашнинг турли хонаки усусларини билган, бироқ Октябрь революциясиға қадар таомшуносликдан маҳсус китоблар ёзилмаганлиги сабабли унинг рецепти ва технологиялари унут бўлиб кетган. Фақат унинг «Роҳатижон» деб аталувчи энг содда хили сақланиб қолган. Унисини ҳам ёлғиз Самарқанд ва Бухоро каби қадимий шаҳарларнинг аҳолиси билади, холос.

«Роҳатижон»нинг бизгача етиб келганлигининг иккита сабаби бор, бири — тайёрланиш жараёниниң жуда оддий эканлиги, иккинчиси—шифобахшлигидир.

Роҳатижон тайёрлаш учун ейишга яроқли музни қириб қиров ҳолига келтирилади ва юзига узум ёки тут шинниси ёки қиём севалаб берилади. Шифолиги шундаки, ёзда дизентерия, ичбуруғ касалига мубтало бўлган киши бир порция роҳатижон еса таққа тўхтатади.

Морожнийни замонавий озиқ-овқат саноати усулида тайёрлаш жуда яхши йўлга қўйилган бўлиб, унинг дунё бўйича олганда юз хилдан ортиқ сортлари бор:

Музқаймоқни гўдаклардан тортиб қарияларгача барча севиб истеъмол этишининг асосий сабаби унинг шифобахшлиги ва тўқ тутарлигидадир. Чунончи бир кило сутли морожнийда — 1370, қаймоқлисида — 1890, пломбирда эса — 2400 катта калория бор. Музқаймоқни оғир операциядан чиқсан касалларга, яъни дағал овқат ейиш мумкин бўлмаган беморларга берилади, ошқозонда яраси борлар, сил касалига мубтало бўлганлар, озиб, абгор бўлиб кетганларга ва кам қонли ки-шиларга ҳам тавсия этилади. Музқаймоқ таркибида 3,5 процентдан 15 процентгача мой, 14 процентдан 25 процентгача шакар бўлиб, қолгани оқсилдан иборатдир. Яна бунда А, В, С, Д ва Е витаминлару фосфор билан кальций жавҳарлари ҳам мавжуд.

Илоҳий ичимлик нима?

1516 йилда Испания Мексикани босиб олади. Бу ўлкада тилла кўп деган хаёлга борган фотихлар бозорларга киришса мексикаликлар савдо-сотиқда тилла пул эмас, балки қандайдир бир дараҳтининг қуритилган мевасидан танга сифатида фойдаланишар экан. Ҳар кимнинг киссасида бир ҳовуч, икки ҳовуч ана шунаقا «мева танга»лар... Нимаики харид қилинадиган бўлинса «куруғ пулдан» санаб бериб кетиша берар эканлар.

Ажабо, бу уруғнинг қандай каромати бор. Уни ҳатто тиллага ҳам алмаштиrsa бўлар экан. Синчиклаб суриштиришса, бу ўзига хос «танга»лар Мексика чан-галзорларида ўсуви шоколад дараҳтининг меваси экан. Одам ўтиб бўлмайдиган қуюқ ўрмонзорларда, қолаверса илон ва йиртқич ҳайвонларнинг маконига бориб ўша дараҳтиниг мевасини териб келиш ғоят мураккаб бўлганлигидан ҳам уни тиллага teng деб билишар экан. Фотихлар суриштириб кўришса мексикаликлар ҳалиги мевани туйишар, сўнг элаки қилиб қайноқ сувга чой каби дамлаб ичишар, унинг номини «чоко-атл», яъни «аччиқ сув» деб аташар экан. Агар шу «аччиқ сувга» асал, шакар, ваниль қўшилса ҳозирги биз еб юрган шоколаднинг мазасини эслатадиган ғоят шифобахш ичимлик ҳосил бўлар экан. Ана шу ичимлиқдан ичган кишининг юзига қон югуриб уни бардам ва бақувват қилган, бир зумда чарчоқни ёзиб юборган киши қанчалик оғир иш бажармасин бари бир ўзини тетик сезаверган.

Испаниялик фотихлар учун бу нарса жуда қўл келади. Босқинчиларнинг каттаси Фернандо Кортес ўз қиролига ёзган мактубида бундай дейди: «Жаноби Олийлари! Биз ацтеклар мамлакатида дараҳтда ўсадиган тилла топдик, мевасини туйиб асал билан қайноқ сувга аралаштириб бир стаканини ичиб олган киши эртадан кечгача тўқ ва бардам юраверар экан. Биз жангдан олдин аскарларингизга ана шундан ичирияпмиз. Бунда қандайдир илоҳий қувват борга

ўхшайди. Бу ичимликнинг номи...! Фернандо Кортес «чокоатл» сўзини испанча талаффузда «шоколаде» деб ёзиб юборган. Ана шундан буён бу дараҳт «шоколад дараҳти» деб юритилади. Ацтек тилининг бир шевасида «какахуатл» дейилар экан, бундан «какао» термини келиб чиқкан.

Ботаника фанининг бобокалони Карл Линнией ўсимликларнинг систематикасини тузганда какао дараҳтига «теоброма» деган ном беради, «теос»—худо, «бромос»—ичимлик, яъни илоҳий ичимлик берадиган дараҳт маъносида. Шу вақтгача бу ичимликнинг сири яшириб келинди. Кўпчилик халқлар чиндан ҳам бунга худо қувват ато қилган деган тушунчанинг қули бўлиб қолавердилар, ҳатто какаога сифиндилар ҳам. Унинг шохчаларини тумор, кўзмунчоқ қилиб бўйинлариға тақиб юрдилар.

Ўтган асрда кимёгарлар какаони анализ қилиб кўрдилар. Таркибида 52 процент ёғ, 20 процент оқсил, 10 процент крахмал, 1,5 процент шакар моддаси борлиги аниқланди. Кишини тўқ тутадиган, қон таркибини яхшилайдиган моддалар ҳам ана шулар. Яна 1,5 процент чехрани очадиган, ҳордик чиқарадиган, чарчатмайдиган модда ҳам бор экан. Бу модда бирмунча дориларга қўшилади, лекин номи ўша даврнинг одатига кўра «тебромин» деб аталган. Бу термин учта сўздан таркиб топган бўлиб, лотинчасига «оллоҳ», «ичимлик», «дори» маъносини англатади.

Албатта, шоколадда ҳам какаода ҳам ҳеч қанақа илоҳий қувват йўқ, унинг қуввати моддийлигидадир. Айниқса шоколад ёғи катта аҳамиятга эга. Бу мой хона ҳароратида қотади, қўлга ушланса ёки оғизда эрийди. Бинобарин, бошқа ёғларга нисбатан қонга тез сўрилади ва узоқ вақт тўқ тутади.

Шоколад билан какаонинг ширинлиги бошқа шираворлар каби кўнгилга урмайди. Таркибдаги оқсил моддаси эса тухум ёки гўштдаги оқсил ўрнини босиши мумкин. Шу сабабли сайёҳлар, геологлар, учувчилар, космонавтлар, кутбни ўзлаштирувчилар дастурхонида шоколад ва какао рациони бўлади.

Бироқ шуниси ҳам борки, бу «илоҳий ичимлик» экан деб какаони кўп ичиб ёки шоколадни кўп еб бўлмайди. Бир қунда бир стакан какао кифоя, у ҳам бўлса куз, қиши ва баҳор ойларида. Ёзниг жазирамасида қонни тез айлантириб юракни ўйнатади, баданни қиздиради. Шоколадни ногоҳонда бир бўлак тангадеккинасини ейилса бас, айниқса ёш болалар хуш кўриб катта бир плиткасини еб қўйишса, баданига қип-қизил тошма тошдириб юборади, «Дорининг ози—соз», деган мақол какао билан шоколадга ҳам тегишлидир.

Қора ичимлик тарихи

Бир стакан кофени хўплаб ўтириб хаёл сурасан киши: «Қачондан буён инсоният кофе ичадиган бўлган, бу ичимлик қаердан келиб чиқкан, унинг инсонга фойдаси қандай, нега кофе деб аталади ва ҳоказо...? Бу саволларга жавоб турли китобларда бор, шуларни жамласак, «қора ичимлик» тарихидан андак воқиф бўламиз.

Кофенинг ажойиб хушбўйлиги ҳар кимни ўзига жалб қиласи, у чой сингари чанқоқни босади, овқатни ҳазм қилдиради, қорин тўйдиради, бош оғригини қол-диради, кишини тетик ва бақувват қиласи.

Кофенинг жаҳонга тарқалишига унинг уйку келтирмаслик хусусияти сабаб бўлган. Чунки кечки сменада ишловчилар, ёзувчилар ва олимлар, посбонлар учун кофе жуда қўл келади. Кофе ўз номини Жанубий Африкадаги Каффа қишлоғидан олган экан. Негаки, дастлаб шу қишлоқнинг Галла номли аҳолиси атроф чан-галзорларда бир хил ёввойи ўсимликнинг қаттиқ мевасини қовуриб туйиб, қайнатиб ичишган. Лекин бу одат қачон бошланганини ҳеч ким билмайди. Феодализм даврига келиб, кофени маданий экин сифатида экишни араблар одат қилишган. Хали ҳам араб мамлакатларида ўстириладиган кофе энг

сифатли ҳисобланиб, европаликлар буни кофе-маккао деб аташади. Чунки дастлабки кофе қопланган қоллар Европага Арабистоннинг Макка шаҳридан жўнатилган эди-да.

Кофени Стамбулда 1454 йилдан, Римда 1642 йилдан, Лондонда 1652 йилдан бошлаб, Парижда эса 1672 йилдан ичишга одатланилганлиги тўғрисида маълумотлар бор. Лондонда XVII асрнинг ўрталарида қурилган қаҳвахона Виргония Каффехаузе ҳануз ҳам бор дейишади.

Парижда 1690 йилга келиб 380 кофехона бўлганлиги маълум, яна шу нарса маълумки, буюк француз мутафаккирлари Жан Жак Руссо ва Франсуа Вольтер ўз асарларининг кўпини ана шу кофехоналарда ёзишган.

Англияда эса, кофега қарши руҳонийлар ғалаён кўтаришган. Улар 1675 йили қирол Карл II га шундай ривоятнома ёзганлар: «Қаҳвахоналар жаҳаннамнинг дар-часидир, кимки кириб кофе ичаркан, қиёматда юзи қозондок қора бўлиб кўринади. Чунки кофе мусулмон ҳабашларнинг қорақонига қора этикларини солиб қайнат-масдан ҳосил қилинган ичимликдир, кимки буни иchar экан, маҳшарда кўп оҳ уради...»

Лекин кўп ўтмай олимлар кофенинг фойдали эканлигини исбот этишгач, ўша руҳонийлар кофедан лаззатланишиб «маҳшарда оҳ уришларини» ҳам эсдан чиқариб юборгандар.

XVII асрнинг врачлари «кофе ақлий қувват ато қиласи» деган фикрни олға ташлайдилар. Физиолог Малешотт бундай ёзади: «Кофе хотирани яхшилайди, би-рор нарсани диққат билан кўриш ёки тинглашни кучайтиради, ижодкорни илҳомлантиради... Умрнинг ярмипи бекорга ўтказадиган уйқуни ҳайдайди».

Францияда кофега аталган поэма, ашула ва кантаталар пайдо бўлади.

Лекин шуписи ёмон бўлганки, кофехўрлар жуда кўпайиб кетиб, Европа ва Америкада бу ичимликка талаб ғоят ошади. Натижада тупроғида кофе ўсадиган мамлакатлар колония қилиб олиниб, аҳолиси оғир эксплуатация остида жуда азоб чекади. Ява, Шри-Ланка, Малгаш республикаси, Африка, Арабистон, Зоир республикаси, Кения, Ямайка, Бразилия, Мексика каби мамлакатларда йилига икки мартадан олинган кофе ҳосили билан ҳам жаҳон талабини қондириб бўлмагач, савдогарлар иммитация ўйлаб чиқарадилар. Иммитация дегани ўхшатма. Ўрнига ўтадиган бошқа маҳсулот деганидир. Чунончи, мўмиёғга талаб қучайганда, капиталистлар асфальтни иммитация қилиб сотишган. Америкада бир вақтлар тухум этишмаганда, тошбақа, тимсоҳ ва ёввойи қушлар тухумидан порошок қилиб сотишган ва ҳоказо. Шунингдек, кофенинг иммитацияси сифатида цикорий ўсимлигининг меваси, дуб ёнғонининг мағзи, ер ёнғоқ ва кора булканинг қаттигини туйиб, элаки қилиб сотилган. Бундай сохта кофе складлари Гамбургда жуда кўп бўлиб, XIX асрга келиб, улар мусодара қилиниб, эгалари фош этилмагунча одамларни лақиллатиб, пулни ҳамёнга ураверишган.

Кофега талаб шунчалик ортиб кетишига сабаб нима? Бу неъматда бош оғригини қолдирадиган дори— кофеин бор. Кофеин дастлаб кофедан, сўнг чойдан олинган. Аммо, бу модда бошқа бирор ўсимлик таркибида мавжудлигини ҳанузгача аниклангани йўқ.

Авя, Айва, Ҳайва

Гап дастурхонимиз кўрки, ажойиб мева бўлган беҳи тўғрисида боради. Тилшунос олимлар Маҳмуд Қошғарий асарида бу мева «авя» шаклида ёзилганини таъкидлашади. Рус, озарбажон ва турк тилида эса «айва» деб юритилади. Абу Али ибн Синонинг «Тиб қонунлари»нинг II китобида ушбу ёзувга кўзимиз тушади: «Беҳи сўзи форсча бўлиб, эски ўзбек тилида «ҳайва» дейилади.»

Қўйида биз ана шу неъматнинг инсонга фойдали томонлари тўғрисида фикр юритамиз.

Беҳи жуда қадимги мева дарахтларидан бўлиб, ватани Эрон, Кавказ, Туркия территориялариидир. Жаҳонга, жумладан Ўрта Осиёга ана шу жойлардан тар-калган. Дехқонлар беҳини 4000 йилдан ҳам кўпроқ давр ичиди экиб, парвариш қилиб келадилар ва мевасидан

баҳраманд бўладилар.

Ўзбекистонда беҳининг 20 нави етиштирилади. Бу мева консерва саноати учун энг яхши хом ашё ҳисобланади. Чунончи ундан қиём тайёрланади, нектар олинади, шарбатини чиқариб, консерва қилинади. Таркибида 75—80 процент сув, 8—15 процент шакар моддаси, 0,2 дан 1,5 процентгача А, Д, С витаминлари, турли органик кислоталар мавжуд. Беҳида яна дубил ва пектин моддалари сероб бўлгани учун у хушбўй ҳидга эга.

Ўз таркибида витаминларнинг кўплиги жиҳатидан беҳи олма, нок ва олчадан афзалроқдир. Кислота (яъни жавҳар) кўплигидан эса лимонга яқин туради.

Табобат илмининг бобакалони Абу Али ибн Сино беҳининг шифобахшлиги тўғрисида қуидагиларни айтиб ўтган: «...чўққа кўмилган беҳи енгилроқ ва фой-далироқ бўлади. У шундай пиширилади, ичини кавлаб уруғи чиқариб ташланади ва ичига асал солиб, устига лой чаплаб қўрга кўмилади.

Беҳи терлашни тўхтатади...

...Беҳининг сиқиб олинган шарбати «тикка нафас олиш» ва астмада фойдалидир. У қон туфлашини ҳам тўхтатади. Уруғи эса томоқ қирилишида фойда қиласи ва ўпка найини юмшатади, шиллиғи ҳам ўпка найини юмшатади.

..Беҳи қусишини тўхтатишда фойда қиласи, чанқовни босади, меъдани кучайтиради. Жуда ҳам камайган иштаҳани кучайтириш учун беҳидан шарбат тайёрланади. Бу шарбат яна меъдани кучайтириб, балгамни ҳам тўхтатади...».

Кўриниб турибдики, беҳи билан анчагина касалликлар даволаб келинган. Беҳидан ўпка, меъда ва бошқа органларни даволашда, гигиена нуқтаи назаридан, устига лой чаплаб, қўрга кўмиш усулидан воз кечамиз-да, ўрнига духовкада ёки қасқонда пишириш усулларини тавсия этамиз. Бунинг учун беҳи яхшилаб ювилади ва ичи ўйиб олиниб «косача» ҳосил қилинади. Ичига хоҳласангиз сарёғ, хоҳласангиз асал ёки янчилган ёнғоқ мағзига шакар аралаштириб, ёхуд бодом мағзи билан кишишнинг гўшт қиймалагичдан ўтказилганини солиб тўлдирасиз. Ҳар бир беҳини ликопчага қўйиб, қасқон лаппагига жойлаштирасиз-да, 35—45 минут давомида буғлаб пиширасиз. Агар газ духовкасида пиширмоқчи бўлсангиз, ликопчага сув қўйиб, духовка патниси устига қўйинг. Тепадан таъсир қиласиган иссиқ ва ликопчадаги сувнинг буғи билан ҳил-ҳил пишади.

Куз ва қиши ойларида паловга беҳи солиб дамлашнинг ҳам катта физиологик аҳамияти бор. Агар тўй паловларига беҳи солиб дамлаш урф бўлса эди, бундан кўпчиликнинг сиҳат-саломатлигига катта наф тегарди.

Беҳи палов, беҳи жаркоп, беҳи димлама ва беҳи мураббоси тўғрисида кўпчилик билса керак. Ҳасрат табиб «Хусайн тухфаси» шеърий рисоласида беҳи тўғрисида шундай ёзади:

*Совуқдир тўртинчи ўринда ҳарон,
Иккинчи ўринда қуруқ бегумон.
Мудом ичса ҳар ким майбехдан* агар
Меъдасига яхши куч-қувват етар.
Сиқилганда юрак ёзилар ундан
Кусқи келса уни қайтарар тандан.*

* Майбех — Беҳи шарбати.

Пиёз — етти дардга ниёз

Кундалик ҳаётда қуюқ-суюқ овқатларга солиб ёки салатлар билан бирга қўшиб кўплаб истеъмол этиб туриладиган пиёзнинг шифобахшлиги тўғрисида рус халқининг мана шундай

ажиб мақоли бор: «Лукот семи недуг»

Баъзи табиатшунослар пиёз Нил дарёсининг бўйларидан келиб чиқсан деб ҳисоблайдилар. Йўқ. Эндиликда аниқ фактлар билан исбот этилишича, пиёзниң ватани Тяншань тоғ ёнбағирлариридир. Бу ерда «Суган тоғ» деган жой ҳам бор, бу жойни Тяншаннинг шарқий томонида яшовчи халқлар «Дзунг-Линъ» деб юритишади, яъни «пиёзли тоғ» деганидир. Тоғ ёнбағри ва текисликларда ёввойи пиёзниң яшил барглари қишин-ёзин гуркираб туради.

Ўрта Осиё халқарида шолғомдай қаттиқ ёввойи пиёздан узум сиркасига ботириб «Пиёзи анзур» деган тамадди тайёрлаш усули ҳозир ҳам бор. Бу ўлкада яшаган ибтидоий одамлар териб-термачлашдан деҳқончиликка ўтиш даврларидаёқ пиёзни Фаргона водийсининг суфориладиган ерларига, Зарафшон ва Амударё қирғоқларидағи жойларга энг яхши сабзавот сифатида экиб маданийлаштиришган. Бу ердан Яқин Шарқ мамлакатлари, улар орқали эса Европага тарқалган. Америка қитъасига эса пиёз Хитой ва Япония орқали ўтган.

Ботаника фанининг тарихи ҳамда қадимий ёдгорликлар, қабр тошлари ва қояларга чизилган жуда кўплаб пиёз суратига қараб фикр юритадиган бўлсак, инсоният бу неъматни беш-олти минг йиллардан буён экиб келганлигининг гувоҳи бўламиз.

Пиёзниң шифобаҳшлигини жаҳоннинг барча халқлари билади. Дарҳақиқат, «Пиёз — етти дардга ниёз»дир. Гап шундаки, пиёз таркибида фитонцид деб аталувчи аччиқ ҳидли модда бор, мана шу модда атиги бир минут фурсат ичида миллиардлаб бактерияларни қириб ташлайди. Мисол учун: ёнғоқдакгина кичик бир пиёзни чайнаб-чайнаб, сўнг сўлаклар текширилганда оғиз бўшлиғида битта ҳам микроб қолмаганлиги аниқланган. Ёки олимлар ўтказган мана бу тажриба ҳам қизиқарли: идишдаги шўрвани заарли микроблар билан заҳарлаб, устига тўғралган пиёз сепиб қўйилган. Маълум вақт ўтгач, оғатли бактериялар кўпайишдан тўхтаб, аста-секин қирила бошлаган, шўрва эса ейишга яроқли бўлиб қолган.

Профессор Б. Н. Токин пиёздаги фитонцид моддаси микробларнига эмас, амёба каби бир ҳужайралиларни, ҳатто бақа, сичқон, каламуш каби хайвонларни ҳам ҳалок қиласи экан, дейди.

Халқ табобатида пиёз анчагина касалликларни даволашда қўлланилиши бизга маълум. Яъни кўрга кўмилган пиёзни пасотли ярага боғлаш, шамоллагандан, грипп-га йўлиқканда пиёзниң сутсимон сувини бурунга томизиб нафас йўлларини очиш ёхуд кўк пиёз қўшилган қатиқ уйқусизликдан халос этиши кабиларни эслатиб ўт-сак, пиёз ҳақиқатан ҳам шифо неъмат эканлигининг гувоҳи бўламиз. Булардан ташқари пиёзниң турли навларидан юқори нафас йўлларининг яллиғланишида, сил, атеросклероз, астма, цинга, овқат ҳазмланишининг бузилиши, гижжаларга қарши курашда ҳам фойдаланилган.

Табобат илмининг бобокалони Абу Али ибн Сино дейдики, «...Пиёз латифлаштирувчи ва парчаловчидир.

Бунда буруштириш, кетказиш ва кучли очиш таъсири бор...

Ейиладиган пиёз турли сувларнинг заарини кетказади. Сасиган сувга пиёз пўчоғи ташлаб кўйилса ҳидини кетказади...

Суви бурунга томизилса, мияни тозалайди. Бошнинг оғирлашганида, қулоқ шанғиллашида, йиринг ва сув пайдо бўлганида қулоққа пиёз сели томизилади.

Пиёз суви кўзни равшан қиласи.

Пиёз селини туз билан бирга қутурган ит тишлаган жойга суртилса фойда қиласи....».

Пиёз сабзавот сифатида шолғомсимон, тухумсимон, кўп ярусли, кўк пиёз (барра), саримсоқ ва лукпор каби турларга бўлинади. Ҳар бири ўз навбатида ўнлаб навларга эга бўлиб, булар турли тупроқ ва об-ҳаво шароитларида ўстирилади.

Пиёзниң кимиёвий таркиби, эндиликда тўла ўрганилган бўлиб, унда кўп миқдорда шакар моддалари, азот, витаминлар (A, B, B₂, C), ҳар турли егулик жавҳарлар, минерал тузлар, фитонцилар, ифори мойлар, ноазот (экстроактив) моддалар ҳамда клетчатка (хужайра) моддаси мавжуд.

Ушбу фойдали моддаларнинг миқдори пиёзнинг нави, ўстириш услуби, тупроқ таркиби, обхаво шароити ва сақлаш методига боғлиқ бўлади.

Ўрта Осиёда экиладиган тухумсимон, шолғомсимон ва ноксимон пиёзларда ва саримсоқда юқорида санаб ўтилган моддаларнинг ҳаммаси тўла бор, чунки бу пиёзлар қуёш радиациясининг максимал фойдали таъсири остида ўсади. Қолаверса С ва В витаминалар саримсоқда, кўк ва лукпор пиёз баргларида икки баробар кўплиги аниқланган.

Пиёзнинг овқатда кўлланилиши жуда кенг бўлиб, уни хомлигича қайнатилган ҳолда, қовуриб ҳамда сабзавотларни тузлаш ва сиркалашда қўшиб истеъмол этилади. Пиёз таомларга лаззат бахш этади, овқатнинг яхши ҳазмланишига восита бўлади, меъда-ширасини кўплаб чикаради, иштаҳа қўзгайди ва аъзоларга ором беради.

Пиёзсиз тайёрланган таом тузсиз овқат каби ўта бемаза бўлар эди. Доим ва кўплаб пиёз еб юриш сихат-саломатликнинг ва ички аъзоларнинг яхши ишлашига гаровдир.

Табиб Муҳаммад Юсуфий «Тибиий рисоласи»да пиёз тўғрисида шундай ёзади:

*Овқатингга ҳар куни сен
ташласанг кўп-кўп пиёз
Пуштга қувват бахши этиб,
дилда ҳиссинг қўзгатар.*

Ҳаким Шоҳобиддин табибининг «Сабзавотлар ҳақида»ги рисоласида ҳам:

*Пиёз кишии пуштин оширап ўғлон,
Жигарга тозалаб берар яхши қон.*

дейилган. Ҳар ҳолда «пиёз — етти дардга ниёз» деган рус халқининг мақоли бежиз айтилмаган экан.

Ошқовоқ — қишининг қовуни

Сершарбат қовун ва тарвуз хазанагидан сўнг резавор истеъмоли ошқовоқقا кўчади. Маълумки, серёғ, сергўшт таомлар билан бирга резавор еб юришнинг ғоят муҳим физиологик аҳамияти борлиги ҳақида ҳурматли шифокорларимиз кўп айтишган. Табобат илмининг бобокалони Абу Али ибн Сино: «Қовун танани тозалайди» деб бежиз езмаган.

Ошқовоқ ҳам, қовун ҳам битта ботаник оиласига мансубдир. Бироқ фарқи шуки, қовун сершарбат, мулойим, пиширмай еса бўладиган, таркиби шакар моддасига бой. Ошқовоқ эса қаттиқ, эти зич, хом еб бўлмайди. Аммо таркибини текширган олимларнинг айтишича, қовундаги шакар моддаси (асосан глюкоза, сахароза ва фруктоза) 6% дан 18% гача бўлса, ошқовоқдаги шакар моддаси 4% дан 12% гачадир.

Оқсил моддаси қовунда ҳам, ошқовоқда ҳам бир хил. Ҳужайра моддаси биринчисида 2 процент бўлса, иккинчисида 1,5 процент. Кўриниб турибдики, улар ўртасида фарқ кам. Минерал моддалар (калий, кальций, фосфор, магний ва ҳоказо) ҳар иккаласида бир хил. Қовунда ҳам, ошқовоқда ҳам А, В₁ В₂, С витаминлари бор. Ҳар ҳолда витаминдорликка келганда ошқовоқда А ва С витаминлари мўлрок.

Ошқовоқда яна аъзоларимиз учун зарур бўлган пектин моддаси ҳам бор экан. Ургуни айтмайсизми, халқ табобатида гижжаларни туширадиган дори сифатида қўлланилганлиги маълум. Бунинг учун тивитларидан тозаланган уруғ намакобда ювилади ва қизитилган қозонга солиб, ковлаб-ковлаб қиздирилади. Осони духовка патнисига солиб қовурилса ҳам бўлаверади. Дорилиги шуки, доим еб юриш билан гижжалардан кутилиш мумкин ва оғиздаги қўланса ҳидни

ҳам йўқотади.

Ошқовоқнинг ўттиздан ортиқ нави мавжуд. Турлари уч хил: емишлик, хашаки ва идиш-асбоб тайёрланадигани. Шу охиргисининг номи қовоқ. Ичи бўш, сирти ёғочсимон қаттиқ бўлганлиги учун уруғлари шилдираб туради. Шаклининг ҳар хиллигидан фойдаланиб аҳоли ундан хурмача, ёғ идиш, чилим, носқовоқ, қошиқ, чўмич, ликоп, тўрқовоқ, чолғу асбоблари (карнай, нофора, дутор) кабилар тайёрлаган. Кейинги йилларда негадир қовоқнинг бу хили экилмаяпти. Идиш ва асбоб кўп ишлаб чиқарилаётгани учун унга эҳтиёж бўлмаса керак.

Ўзбекистонда ошқовоқнинг қуйидаги навлари экилади: дастор, сомса ошқовоқ, чилим ошқовоқ, картошка ошқовоқ, палов кади, А—бешинчи, бодоммазали, витаминли, каратинли, томоша қовоқ (патиссон), қовоқча (кабачка) ва бошқалар. Патиссон билан кабачканинг ёш мевалари консерваланган ҳолда истеъмол қилинади. Бошқа навларининг фақат етилганигина мазалидир. Бундан бизда ҳар хил овқатлар тайёрланади: манти, сомса, сутли суюқ ош, қаймоқ шўрва, ширгуруч, кадибийрон, ошқовоқ яхнаси, ошқовоқ балиш, мошқовоқ, қаймоқли пюре ва ҳоказо. Ҳатто қадимда паловга қўшиб ҳам пиширишган.

Абу Али ибн Сино ошқовоқ тўғрисида ажойиб фикрлар айтган:

«...Ошқовоқни қайнатиб шарбати ичилса, йўтал ва кўкракда пайдо бўлган оғриқни қолдиради...

...Хом (пиширилмаган) ошқовоқдан олинган шарбатни бурунга томизиш билан тиш оғригини тўхтатиш мумкин...

...Ошқовоқ киши ошқозони учун ғоят фойдалидир, У намлантирадиган ва чанқоқни босадиган дорилардан биридир...

...Ошқовоқни қайнатиб, асал билан еса, нафи катта бўлади...»

Табиб Ҳаким Шаҳобиддин «Сабзвотлар ҳакида» номли шеърий асарида ошқовоқ тўғрисида бундай ёзган:

*Совуғу, бод қўзгар танда ошқовоқ,
Совуқ мижозлilar емасин мутлоқ.
Иссиқ мижозларга кўп фойдаэтар
Ҳалқум билан танни яна юмишатар.*

Ошқовоқни ёш гўдаклардан тортиб қарияларгача тез-тез еб туриши керак. Сутга қайнатилган ёки палла-палла қилиб қасқонда буғлаб қаймоқ суртилгани ҳам лаззат бахш этади, ҳам саломатлик ато қиласи. Мана шу овқатлар ҳалқ табобатида ёш организмнинг тўғри ўсишига ва қариган аъзоларнинг фаолиятини чўзишга восита бўладиган бир шифо тарзида истеъмол қилинган.

Эндиликда шифохоналаримизда ҳам ошқовоқ таомлари юрак-томир касалликлари билан оғриганларга дори сифатида едирилмоқда. Бу яна гастрит, ошқозон жароҳати, буйрак хасталиги, йўтал, астма ва томоги пасотлаб бўғма бўлганларга ҳам шифодир.

Қовун ҳам шунаقا. Ҳақиқай миришкор қўли билан етиштирилган тилни тилим-тилим қиласидиган қовун буйракдаги тошни майдалайди. Ошқовоқ эса қишининг қовунидир.

Ҳидсиз саримсоқ

Пиёзбошларга мансуб икки йиллик сабзвот ўсимлиги бўлган саримсоқнинг асли ватани Тяншань тоғларидир. Эндиликда у жаҳон пазандалигига жуда кенг тарқалган, чунки унинг таркибида углеводлар, оқсиллар, ҳужайра моддаси, ифори мой, витаминлар ҳамда минерал моддалар кўпdir. Саримсоқ пиёз таркибида яна фитонцид деган аччиқ модда ҳам бўлганлиги сабабли бу сабзвотни доривор ўсимликка айлантиради-ки, айниқса грипп, ўпка

касалликларида, ошқозон, ичак, буйрак хасталикларида, йирингли яраларни тузатишида халқ табобатида ундан фойдаланиб келинган.

Саримсоқнинг шифолиги тўғрисида Абу Али ибн Сино асарларида ҳам ажойиб фикрлар бор. Захириддин Бобурнинг шахсий табиби Юсуф бин Мухаммад Юсуфийнинг «Тиббий рисоласида» эса саримсоқ ҳақида шундай дейилган:

*Саримсоқ пишириб танавул қилсанг,
Эски йўталларга қилгуси у наф.
Агар нонуштада хомини есанг,
Кориндаги қуртни айлагай у даф.*

Шу қадар фойдали бу неъматни кўпчилик хомлигича ейишни хоҳламайди, чунки унинг ўта қўланса ҳиди бор ва бирмунча вақт оғиздан буруқсиб турди. Бу эса кишининг ўзигагина эмас, балки суҳбатдошининг ҳам ғашига тегади. Пиширилган саримсоқнинг ҳиди анча қирқилса ҳам, барибир батамом йўқолмайди. Масалан, ўзбек пазандачилигида уни лағмонга, шўрвага, паловга солиб пиширилади. Унинг қўланса ҳиди сабабли ўзбек таомларида саримсоқ кам ишлатиладиган бўлиб, қолган. Аммо Япония, Корея, Хитой пазандалигида бу сабзавот жуда кенг қўлланилади ва хомлигича ҳам кўп истеъмол этилади.

Саримсоқнинг қўланса ҳидини пиширгандагина эмас, хомлигига қандай қилиб йўқотиш бир неча асрлардаи буён муаммо бўлиб келарди, жуда кўп уринишлар сира натижа бермасди.

Япониялик селекционер Цузуки Теки 1950 йилдан бошлаб ҳидсиз саримсоқ яратиш устида тинмай иш олиб боради. Бу борада у сунъий танлаш методини ҳам қўллади, пиёзгулдошларнинг бошқа турлари билан чатиштириб кўрди, турли хил ўғитлардан фойдаланиб ўстирди, тупроқнинг таркибини ўзгартирди, вулқоний кулга экиб кўрди ва ҳоказо. Минглаб тажрибалари 30 йил деганда, охири яхши натижа берди. У саримсоқнинг кимёвий таркиби, мазаси — барча фойдали хусусиятларни сақлаган ҳолда, аммо қўланса ҳиди йўқолган бир навини яратди. Бундай нав чой плантацияларида ҳар бир тупнинг қатор ораларига экилганда ҳосил бўлар экан. Чой томири саримсоқ бошидаги, чой барглари саримсоқ баргларидаги қўланса ҳидни батамом нейтраллаштирасди.

Ўзбекистонда чой экилмайди, лекин сиз қуруқ чой ҳам саримсоқ ҳидини йўқотувчи неъмат эканлигини ушбу тажрибада синаб кўришингиз мумкин: бир паррак саримсоқни хомлигича чайнанг ёки қора булка сиртига суртиб енг. Бунинг шарофати катта бўлиб, оғиздаги микробларни қириб ташлайди. Ҳидини йўқотиш учун эса бир дамлам қора чойни оғизга солиб шиминг, кейин чайнанг, лекин ютиб юборманг, сўнгра оғизни чайқанг, вассалом, сассиқ саримсоқ ҳидидан асар ҳам қолмайди. Саримсоқ яхши неъмат, ҳидсизи ундан ҳам яхши.

Паловнинг жони

*Сабзи олиб, сувга солиб, қайнатиб сўнгра уни
Кимки еса асал билан бўлгай аниң тоза хуни.*

Қадимги тиббий китоблардан олинган бу байтда сабзи одамнинг қонини тозаловчи бир неъмат эканлиги айтилади. Пазандалигимизда сабзидан асал ёки шакар қўшиб мураббо тайёрлаш усули ҳам қадимдан маълум. Лекин паловнинг дони гуруч бўлса, қони ёғу, жони эса сабзидир.

Ҳамма ўсимликларнинг ҳам барги яшил бўлади, шу яшил барглар ичидаги сабзиники ўзига хосдир. Чунончи кўз китоб ўқищдан толиқкан бўлса ва хиралаша бошласа сабзи баргига тикилиб ўтирангиз равшанлашади. Сабзи «сабза» сўзидан келиб чиққандир, яъни баргининг

сабза-яшиллигига ишора. Сабзавот тушунчаси эса сабзидан келиб чиқадики, сабзи барча сабзавотлар орасида энг ажойиби ва фойдалиси хисобланади. Сојабонгулдошлар оиласига мансуб бу икки йиллик ўсимликинг ватани Волга дарёсидан тортиб то Ўрта денгиз қирғоқларигача кенг майдон бўлган. Мана 4000 йилдирки инсоният сабзини уруғидан экиб кўпайтириш, яъни маданийлаштиришни ўрганиб олган ва у барча мамлакатларга тарқалган. Ибтидоий термачлаш даврларида яшаган одамлар илдизмевали барча ўсимликларни, жумладан сабзини ердан суғуриб олиб чайнаб кўрганлар, егулик нарса эканлигини аниқлаганлар. Шу ёввойи сап-сариқ томир дармонизларга дори эканлигига фаросатлари етадиган бўлган..

Кейинчалик дехқончилик келиб чиққанида уругини юмшатилган ерга экиб, кўкартириб ёввойисига нисбатан йирикроқ ва мазалироқ бир неъмат яратганлари ажиб бир кашфиёт эди. Териб-термачлашдек кам унум фаолият ўрнига дехқончилик каби серҳосил хўжаликнинг келиб чиқишига эҳтимол ана шу сабзи ва бошқа сабзавотлар сабаб бўлгандир. Кейинчалик ибтидоий дехқонлар фақат сабзи ва сабзавотларнигина эмас, дон-дун, полиз экинлари ўстиришни ва боғроғлар парвариш қилишни ўрганиб оладилар. Улар кўп минг йиллар давомида ерга ишлов бериш, уни ўғитлаш, бегона ўтлардан тозалаш сугориш ва ер ҳайдашда от, хўқиз каби ҳайвонлар кучидан фойдалана оладиган бўладилар.

Дехқонлар хар қандай ёввойи ўсимликларни маданийлаштирганларида худди цирқдаги ваҳший ҳайвон ўргатувчилар каби иш тутадилар, экинни тарбиялайдилар, тупроқнинг ва ҳар бир ўсимликтин одамзотга қанчалик фойда келтиришини аниқлайдилар ва уни хоҳлаганича бошқарадиган бўлиб оладилар. Мисол учун ўша сабзи. Бунинг навлари эндиликда юздан ҳам ортиқдир. Шакли ҳам турлича: узунроқ, юмалоқ, банди йўғон, учи учлик—конуссимон (мирзойи нави), учи тўмтоқ, бандининг йўғонлигига баробар бодринг тахлит (мушак сабзи), ясси юмалоқ шолғомсимон (карател нави) ва ҳ. қ. Ҳажми жиҳатидан ҳам сабзи ҳар хил: унинг эрта баҳорда пишадиган бармоқдай келадиган майда 20—25 граммлиги ҳам бор. Лекин фақат Японияда ўсадиган айланаси косадай, узунлиги бир метрча, оғирлиги 15—20 килограммлари ҳам бор. Улкан сабзи етиштириш тупроққа обдон ишлов бериш ва маҳсус ўғитлашга боғлиқ албатта. Япон сабзисининг агротехникаси қизик: ер 1,5 метр чуқурлиқда ҳайдалади (экскаватор билан чопилади), ўғит сифатида эса чавақ балиқларни янчиб вулқон кулига аралаштириб солинади ва жуда захлатиб экилади.

Сабзининг ранги ҳам турлича: бизда унинг сариқ ва оч қизил ранглиси бўлади, бошқа мамлакатларда редискага ўхшаган оқ сабзи, пушти ва сапсар рангдагилари ҳам бўлади.

Халқимиз сабзини паловнинг жони дейишида албатта жон бор. Унинг химиявий таркибида ўрта хисобда 9—10 процент шакар моддаси, 1 процентгача ҳужайра моддаси (яъни сабзининг скелети) 1—1,5 процентгача азотли моддалар, бирмунча минерал моддалар ҳам мавжуд. Сабзи поливитамили сабзавот хисобланади, унда А витамини 7 процентгача, В —0,07 процентгача, В—0,6 процентгача, РР эса 0,2 процентгача ва анчагина С витамини бор. Қизил рангли сабзида шакар, азотли модда (оқсил), А витамини, тўқ сариқ сабзида эса минерал моддалар, С ва В группасидаги витаминлар кўпроқ бўлади. А витаминининг бир суткалик нормаси ҳар бир кишига 3 миллиграмм ҳисобида тўғри келади. Бу витамин ёғда яхши эрийди. Шу сабабли паловни серсабзи қилиб пишириш унинг шифолигини орттиради. Шифобахш серсабзи тўй паловига, Самарқанд ва Бу-хорода тайёрланадиган тўғрама паловлар мисол бўлади. Тўй паловига сабзи гуруч билан тенгма-тенг миқдорда солинади. Тўғрама паловда эса сабзи ҳам зирвакда пи-ширилади, ҳам алоҳида идишда бутунлигича қайнатилган сабзини сомонча шаклида тўғраб тайёр паловга гарнир қилиб берилади. Яна паловнинг «Мажнун палов» деб аталадиган қадимий хили ҳам бўлиб, буни дамлашда зирвакка сув эмас, сабзидан сиқиб олинган шарбат қуйилади. Ҳар ҳолда паловнинг тез ҳазмланиши ва парҳез хусусиятлари сабзига боғлиқ бўлади. Бу хил паловларни ёш гўдаклардан тортиб қарияларгача ва ҳатто беморлар ҳам истеъмол қилса оғир ботмайди.

Илгари баъзи мурғак гўдакчаларни думба ёғли шўрвада қайнатилган ёки паловда дамланган бутун сабзи докага ўраб сўрдириб бокишган. Қизиғи шундаки, бу одатнинг илмий асоси эндиликда аниқланди. Франциялик олим В. Вильморен узоқ йиллар давомида сабзи ҳақида тадқиқотлар олиб бориб уни «сабзавотлар қироли» деган хulosага келади. Бу неъматнинг таркибида ҳали ўрганилмаган моддалар ҳам бор экан. В. Вильморенning фикрича сабзидаги барча мавжуд моддалар она сути таркибиға тенглаша олар экан. Сабзининг хусусияти ҳақида ибн Сино шундай дейди:

«Сабзи — ер қўки. Ҳиди ва чайнами ёқимлидир. Боғларда ўсадигани Рим петрушкасиға ўхшайди, у мазали ва ҳиди ёқимлидир. Учинчи хилининг пояси кашнич япроғи каби бўлиб, оқ гуллайди. Боши ва меваси укропнинг боши ва мевасиға ўхшаш бўлади. Уруғ дони зира каби серуруғ бўлади. Ундан тайёрланган мураббонинг ҳазми енгилдир. Истисқо хасталигига (сув чечакка) фойда қиласи. Ёввойи сабзининг уруғи ичак оғриқларини босади... Уруғи ва илдизи бўғоз бўлишнинг қийинлигига фойда қиласи».

Халқ табобатида сабзидан анчагина касалликларни даволашда фойдланиб келинади. Чунончи, ёғлиқ гўшт билан қайнатилган сабзи юрак-қонтомир ва ошқозон-ичак касалликларида парҳез қилинади. Сабзи мураббоси сариқ касали ҳамда жигар ва буйрак хасталигига дори бўлади. Сабзи шарбати дармонсизланиш ва камқонликда қўлланилади. Ўзингиз ҳам неча бор синаб кўргансиз: бир дона ҳом сабзи жигилдон қайнашини тўхтатади.

«...Бир туп турп турипти...»

*Турпни кўп егилики танда балғамни даф қилур,
Гар йўтал бўлсанг ўшанга дори бўлгай — наф қилур.*

Мана шу ажойиб сабзавотни етиштириб берган дехқонларимизга минг раҳматки, серсув, нокдаккина турпдан кўп баҳраманд бўламиз. Лекин шу неъматнинг тарихини, химиявий таркибини, шифолик хусусиятларини ҳам билиб қўйишимиз керак.

Турп бутгулдошлар оиласига мансуб икки йиллик, илдизмевали, кўкат ўсимлиги дейишади ботаниклар. Унинг асли ватани Япония бўлиб, тақрибан 300 йил муқаддам Ўрта Осиёга келтириб экиладиган бўлинган. Буни «шарқ турпи», «дунган турпи» деган ном билан атаганлар. Аммо қарийб бир аср илгари у «Марғилон турпи», «Олтиариқ турпи» каби янги номлар олди. Чунки Фарғона водийсининг ана шу ерларининг тупроғи ва суви тури етиштириш учун жуда мос келиб қолган: ҳосили ҳам яхши, энг муҳими таъми лазиз, тахирлиги, ҳам аччиқлиги ҳам мутлақо йўқ бўлиб, нозик эти сувликкина, картиллама, ширин бўлади. Пўчоғи яшил тусда, эти оч яшил, оқиширок, ҳиди унча билинмайди, аммо қирғанда ва қирғанда бу ҳиди сезилади, уни совук сувга ботириб, сўнг ювиб юборилса бу ҳид йўқолиб кетади. Бундай турпни еган киши ҳузур қиласи. Фарғона водийсидан бошқа жойларга экилган турп негадир аччиқ таъм, тахир мазага эга бўлиб, эти ва сирти оқ, дағалроқ ҳиди қўланса бўлади ва кишида иштаҳа қўзғатмайди.

Шарқий Осиёда турпнинг пўсти ҳам, эти ҳам қип-қизил, худди помидорга ўхшаган нави етиштирилади. Унинг оч сариқ ранглиси ҳам бўлади. Шулардан энг сараси япон нави бўлиб, у Сакурадзима оролида етиштирилади ва ҳар бир донаси 20 килограммгача тош босади. Баъзи олимларнинг фикрича турп Ўрта денгиз ҳавзаси, қадимги Греция, Рим ва Мисрда бундан 5000 йил муқаддам ҳам экилганлигини қайд қилишади. Бу фикр ҳам тўғри, лекин у ерларда ўстириладиган ўзига хос мустақил нав бўлиб, пўсти қора, эти оппоқ, мазаси аччиқроқ бўлади. Турпнинг ана шу аччиқлигига ҳам бир манфаат бор. Қора турп Европа мамлакатла-рида ҳанузгача ҳам экилади, химиявий таркибида минерал моддалар, дармондорилар ва бекарор аминокислоталар кўп бўлганлигидан сиқиб олинган суви пешоб ҳайдовчи дори сифатида

аптекаларда сотилади.

Турпнинг тури мамлакатларда ўстириладиган турли навларининг таркиби ҳам турлича бўлади, албатта. Шулардан ўрта ҳисобда олиб қарасак: 86—87 процент сув, 1 —1,5 процент хужайра моддаси, 1,5—2 процент оқсил, 0,5—1 процентгача шакар моддалари, бирмунча минерал тузлар, калий, кальций, фосфор, магний, марганец, темир, микроэлементлардан эса йод ва кобалт бор. А витамини жуда кам, В витамини сира йўқ, аммо С витамини 40 миллиграмм процент бўлиб нақ лимонга тенг ва бодрингдагидан 8 марта кўп. Турп таркибида ферментлар ҳам бўлиб бу неъматни ғоят ҳазмли қиласди. Жуда ёғли овқатлар билан ейилган турп аъзоларимизда модда алмашинувининг бузилишидан сақлайди. Турпнинг ҳидли бўлиши ҳам унинг ёмон сифати ҳисобланмайди. Бу унинг таркибида ифори мойлар борлигидан дарактир. Глюкозоидлар билан бирлашган ифор мойи турпнинг ўзига хос мазасини билдиради.

Албатта турпнинг химиявий таркиби факат бизнинг давримиздагина ўрганилди. Қадимда турп минглаб марта синовдан ўтказилиб у ёки бу дардга даво эканлиги аниқланган. Олимлар ўз фикрларини қўпинча наср билан эмас, назм билан баён этганларки, у хотирада узоқ сақланган. Масалан, «Мажмуи ҳикоят ва тиб» ки-тобида назмий мулоижалар берилган бўлиб, унда турп тўғрисида бундай байтлар бор.

*Гар саримсоқ пишириб турп уруги бирлан киши,
Еса буйрак тошидан бўлмас аниг ҳеч ташвиши.*

Ёки:

*Ҳар кишишинг оғзидан сув оқибон дод айлагай,
Турни туз бирлан қўшиб есинки, озод айлагай.*

Энди Абу Али ибн Синонинг «Тиб қонунларига» мурожаат қилсақ, унда аллома ёзади: «Турпнинг сиқиб олинган суви ва уруфининг ёғи қулоғдаги ел (бод) га жуда фойда қиласди... Суви кўзга томизилса, тозалайди. Турпнинг қайнатилгани эски йўталга ва қўкракда тўпланган куюқ қаймусга фойда қиласди... Турп овқатдан кейин ейилса, ични юмшатади». Ибн Сино турпни заҳарларга қарши дори эканлигини алоҳида таъкидлаб ўтади. «Турп афо илони чаққанда фойда қиласди. Агар турпни қириб чаённинг устига қўйилса, чаён ўлади. Турп суви синаб кўрилганда бу жиҳатдан яна кучлироқ бўлиб чиқди. Турп еган кишини чаён чақиб олса зарари унча бўлмайди». Турпнинг бу хусусияти нимада эканини ибн Сино факат тажриба қилиб билган, бироқ чаённи ундаги қайси модда ўлдиради буни билмаган. Эндиликда Б. П. Токин турп таркибидаги бундай модда фитонцид эканлигини илмий асослаб берди.

Турпнинг ҳосияти жуда кўп. Унинг бошқа томонларини қадимги табиблардан Юсуф бин Мухаммад Юсуфий ҳам синаб кўрган. У ўзининг «Яхши нарсаларнинг фойдалари» номли тиббий рисоласида бундай ёзади:

*Турп есанг йўгалга яхши даводир,
Пешоб равон бўлар, кўз эса равшан.
Белга куч-қувват ато қиласди,
Мум бўлсанг, гўёки бўласан оҳан.*

Саккара, суккар, шакар, сахар...

Кўпгина кашфиётлар сингари қанд ҳам тасодифий кашф қилинган. Одамзод қандсиз яшай олмайди, негаки ширинлик бошқа таомларга нисбатан жуда тез ҳазм бўлиб, қонга яхши

сўрилади. Шунинг учун ҳам ақлий ва жисмоний меҳнат қилувчилар, ёш гўдаклар ҳамда қариялар шириналлик истеъмол қилиб турмасалар, дармонсизланиб қолишлари мумкин.

Баъзи физиологларнинг фикрича, узоқ вақт қанд емаслик ҳатто фикрлаш қобилиятини ҳам сусайтирас экан. «Ундан бўлса, қанд кашф қилингунга қадар одамлар нима еб тирикчилик қилишган?» деган савол туғилади. У пайтда кўпроқ ёввойи ҳолдаги асал ейилган. Турли масаллиқларнинг таркибидаги глюкоза, фруктоза, сахароза крахмал ва бошқа умумий номи карбонсув деб аталувчи моддалар танаввул этилган. Бундай модда ҳамма меваларда: узумда, қовун-тарвуз, нон, гуруч картошка, маккажӯхори, ошқовоқ, лавлаги, кўйингчи, истеъмол этиладиган ўсимлик масаллиқларининг кўпчилигида мавжуддир. Қанд моддаси яна қўқон жўхори ва шакарқамиш поясида ҳам кўп бўлади.

Қанд дастлаб Ҳиндистонда кашф қилинган. Лекин қачон кашф қилинганлиги номаълум. Аммо ҳинд тилида қанд «саккара» деб аталади, шундан ўзбекча «шакар» ва русча «сахар», арабча ва немисча «суккор» атамалари келиб чиқсанлиги юкоридаги фикрнинг далилидир.

Фотих Искандар Зулқарнайн лашкарлари Ҳиндистон тупроғини топтаб юрганларида ҳиндолар қандайдир бир қамишни янчиб, қайнатиб шинни олиб, уни оппоқ қандга айлантиришларининг гувоҳи бўладилар. Аскарлар орасида Теофаст исмли бир ботаник бўлиб, шакарқамишнинг тузилиши, биологияси ва қандай иқлимий шароитларда ўсишини дастлаб қаламга олади. Шундан бошлаб қанд Европага келтирилади. Айниқса, чой, кофе, какао ичиш одат бўлгандан кейин қандга талаб ғоятда ортди.

Ибн Синонинг бу неъмат ҳақида ҳам айтганлари бор: «Суккарқамиш шакари... юмшатувчи, тозаловчи ва юувучи... Тозалаш ва жило беришда шакар асалдан қолишмайди. Шакар эскирган сари латифлиги орта боради... Елимга ўхшатиб қамишдан олинган шакар кўзни тозалайди... Кўкракларни юмшатиб ғижжилашни кетказади... Шакар тиқилмаларни очади»...

Сут ва унинг шифолиги

Сут нима?—деган саволга оддийгина қилиб «эмизувчи ҳайвонлардан соғиб олинадиган оқ рангдаги суюқлик-да»—деб жавоб бериб қўя қолиш мумкин. Ас-лини олганда эса сут инсон организми учун жуда зарурдир. Тўғри, шу оқ суюқликнинг 87% и сувдан иборат, аммо қолган 13% и оқсил, ёғ, шакар, минерал моддалар ҳамда витаминалардан ташкил топган. Инсон организми учун зарур бўлган олтита модда сут таркибида мавжуд. Идишга соғилган сут бир оз тиндириб қўйилса, «бет олади» — широбча ҳосил қиласи. Олимлар ана шу широбчани микроскоп остига қўйиб кузатганларида унда жуда майдар шарчалар мавжудлигини пайқадилар. Бир томчи сутдаги мавжуд юз миллиондан ҳам кўпроқ ана шу доначалар ёғ эканлиги маълум бўлди. Сутни бир оз ачитиб қайнатилса кўкимтир сувга ва паҳтасимон оппоқ парчаларга ажралади. Ана шу парчалар оқсил моддаси бўлиб олимлар буни козеин деб атадилар. Сутда яна альбумин ва глобулин номи билан аталган оқсиллар ҳам бор.

Оқсил — ҳаётимизнинг асоси, бу неъматнинг ўрнини ҳеч нарса боса олмайди. Бир литр сутдаги оқсил саккизта тухум оқсилига баробар келар. Қатиқда гўшт ва балиқдагидан кўпроқ оқсил бор. Сут-қатиқ оқсили нон ва бошқа барча оқсилли масаллиқлардан кўра тез ва осонроқ ҳазм бўлади.

Сутда яна шакар моддаси ҳам борки, буни билиш учун сут зардоби узоқ қайнатилади ва у қуишилб оч жигар ранг тусга кирганда оловдан олиб музлатилади. Маълум муддат ўтгандан кейин у майдар, новвот ранг кристалларга айланади. Мана шу модда сут қанди — лактозадир. Зардоб олимларга кўп моддаларни аниқлашга ёрдам берган. Ҳалиги кристаллга айланган зардобии яна оловга қўйилса уқаланиб куқун ҳолига келади. Анализ қилинса унда бир оз оқсил, ёғ ва шакардан ташқари яна темир, алюминий, магний, кальций, фосфор ва ош тузлари мавжудлиги аниқланган.

Сутнинг бешинчи таркибий қисми витаминалардир. Сут биокимёвий анализ қилинганда таркиби А, В, С, Д витаминаларга бой эканлиги аниқланган. Ёзда яхши кўкатларни еган сигирлар сутидаги витаминалар бундан ҳам кўп бўлади.

Сутнинг олтинчи таркибий қисми — сувга яна қайтамиз. Бунда водопровод суви ёки тоза булоқ сувини тушунмаслик керак. Сут суви энг соф химиявий сув (H_2O) бўлиб, ҳалиги беш хил моддани ўзида ажойиб тарзда синтезлайди. Сут сувисиз биз ўша моддалар мазасини билмаган бўлар эдик.

Сутнинг таркибий қисми ҳали тўла ўрганилган эмас. Аммо одамлар сутни жуда қадим замонлардан буён истеъмол қиласилар. Россияда, Украина, Қозоғистонда, Кавказда, Ўрта Осиёда, Монголияда, Арабистонда, Грецияда, Ҳиндистонда ва бошқа кўпгина чорвачилик билан азалий машғул бўлган мамлакатлар территориясида олиб борилган археологик қазилмалар натижасида топилган сут солинадиган, қатиқ ивитиладиган, пишлоқ тайёрланадиган идишлар ва сут эми-зувчи ҳайвонлар сүякларига қараб сутни одамлар беш минг йил муқаддам ҳам истеъмол қилганлар, деган хуносага келинди. Бизга тариҳдан маълумки, ибтидоий чорвачиликни бошлаган одамлар дастлаб сут эмизувчи ҳайвонларни қўлга ўргатишган. Дастребот, тую, сигир, қўй, эчки, буғу, эшак, фил каби сут эмизувчи ҳайвонларни қўлга ўргатилганда улардан олинадиган сутни кўзлаб эмас, гўшт, ёғ, тери, жунини кўзлаб ҳамда кучидан фойдаланишни кўзлаб иш кўрган бўлишлари керак. Бузофини эмизиб турган сигирни ибтидоий аждодларимиз ҳам эмиб кўрган бўлишлари ва сутнинг нақадар лаззатли ва фойдали неъмат эканлигини билиб олган бўлишлари ҳам мумкин.

Сутнинг шифобахшлик хусусиятини дастлаб бундан 2500 йил муқаддам машҳур грек табиби Гиппократ кашф қилган. Бир зодагон йигитча буйрак касалига гирифтор бўлганида Гиппократ унга «Наҳорда сут ичгин, тушликка ҳам сут ич, кечқурун ҳам сут ич—шифо топасан,— дейди. Аввалига эшак сутнинг сувга аралаштириб ичишни, 10 кун ўтгач факат сигир сути ичишни тавсия қиласди. 1 ойга қолмай касал тузалиб кетади.

Гиппократ ёлғиз буйракнига эмас, асабий касалликларни, ошқозон-ичак, юрак ва қонтомир касалликларини ҳам сут билан даволаган.

Қадимги Мисрда палаж касаллигини эшак сутидан илиқ ванна қилиб тузатишган. Сутнинг шифолигини биз шарқ табобатининг бобокалони Абу Али ибн Сино асарларидан ўқиймиз: «Сут уч хил моддадан таркиб топган: сувлилик, оғиз ва ёғ моддасидан. Сигир сутидаги ёғ моддаси кўп бўлади. Туя сутидаги ёғ ва оғиз моддаси оз ва ўзи жуда суюқ бўлади. Эчки сути эса мўътадиллар. Қўй сути қуюқ ва ёғли, аммо сигир сути ундан ҳам қуюқроқ ва ёғлироқ бўлади. Бия сути эса туя сутига ўхшаш суюқ ва сувли бўлади».

X—XI асрлар бўсағасида яшаган ибн Сино Бухоро атрофида махсус майдонлар танлаб унга турли доривор ўсимликларнинг уруғини септирган ва униб чиққан ўтлар билан сигирларни боқтирган. «Сут берувчи ҳайвон яхши ўтлар билан боқилиши керак»— дейди аллома. Сўнгра «Бўғозлик даври хотинларнинг ҳомиладорлигидан узоқроқ ёки озрок чўзилган ҳайвонларнинг сути ёмон бўлади. Шунинг учун бўғозлик муддати жиҳатидан инсонга яқин турган ҳайвоннинг, масалан, сигирнинг сути энг яхши ҳисобланади». Абу Али ибн Сино сутнинг моҳияти, табиати, хоссалари тўғрисида гапириб унинг инсон озиқланиш аъзоларига, шиш ва тошмаларга, жароҳат ва яраларга, бўғинларга, бош аъзоларига, кўз аъзоларига, нафас аъзоларига шифолиги ҳамда иситма ва заҳарларга қарши даволиги тўғрисида жуда кўп ёзган. Биз булардан факат баъзиларинигина келтириш билан кифояланамиз: «Сут кекса кишиларга уларнинг табиатида ҳўллик (мижоз) ҳосил қилгани учун ва уларда бўладиган қичимани йўқотгани сабабли фойда қиласди. Аммо уларнинг сутни ҳазм қилишларига асал билан ёрдам бериш керак. Сут қўпинча ўз ишини ични суриш ва ичаклардаги чиқиндиларни чиқариб ташлашдан бошлайди... Сутни шакар билаи ичилса, юзнинг рангини, айниқса хотинларни чиройли қиласди... Сут қуруқ мижоздан бўладиган ғамгинлик ва власвасага ҳамда эсда сақлай олмаслик касаллигига (склерозга) яхши

даводир... Қўй сути эса қон туфлашга кўпроқ фойда қиласди. Сут ўпка яраси ва силга қарши ишлатиладиган дорилардандир. У билан оғиз чайқаш ва ғарғара қилиш томоқ оғриққа, томоқ шишига, тилчанинг ва бодомсимон безларнинг шишларига фойда қиласди... Туя сути астма ва нафас қисишига фойда қиласди... Сувли қисми кетгунча қайнатилган сут ични қотиради ва қонли ич кетишини тўхтатади. Туя сути ҳайз қонини ҳайдайди, сигир сутининг айрони эса сафроли ич кетишда фойда қиласди... Қайнатилган қатиқ сафро ва қон аралаш ич кетишини тўхтатади».

Жуда кўп халқларда янги соғилган эчки ва қўй сутлари, сигир сутидан қатиқ ивитиб, туя сутидан қимрон ва бия сутидан қимиз тайёрлаб жуда хилма-хил касалликларни даволаб келинади.

Доривор ўсимликлар едириб боқилган ҳайвон сутига не етсин. Бу унутилган удумни ҳозирда ҳам бир синаб кўриш керакдир, балки. Лекин ҳар ҳолда чўл ва тоғларда ўсган ва қуёш радиациясини ўзига яхши сингдириб фотосинтези нормал бўлган ўсимликларни еган ҳайвонларнинг сути энг шифобахшдир.

Қалампир ва мурч

Таомларимизни хушхўр қиласдиган, иштаҳабахш ана шу зираворлар тўғрисида анчагина китоблар ёзилган бўлиб, илмий ишлар ҳам олиб борилмоқда. Бу асарларнинг кўпида бундай зираворларнинг зааридан кўра кўпроқ фойдали эканлиги тўғрисида маълумотлар бор.

Абу Али ибн Сино узунчоқ қалампирни «дар фулфул» деб атайди. Қалампирни у энг содда дорилар қаторига қўшиб «учинчи даражали иссиқлик ва иккинчи даражали қуруқ нарса» дейди. Қалампир «... Эритувчи ва совукдан бўлган касалларни кетказувчидир... Эчкининг қовурилган жигари сели билан бирга қўшиб истеъмол қилинса шаб кўрлик касалига нафи бор... Ҳазм қилдиради, сингдиради ва меъданни қувватли қиласди».

Абу Али ибн Синонинг қалампир тўғрисида айтган фикрларидан шу нарса аниқ бўладики, айни зиравор албатта дори нарса, бироқ у касал кишига эмас, балки соғлом одамларгагина доридир. Ошқозон ва ичак касалларига чалинганлар, ҳомиладор ва эмизикли аёллар буни вақтинча емай туришлари керак. Аммо шамоллаган одамларни терлатишда қалампирнинг фойдаси зўр.

Келинг, энди мурч билан яқиндан танишайлик. Бунинг учун пича унинг тарихига мурожаат этайлик. Ушбу неъматнинг асли ватани Ҳиндистон, Шри Ланка ва Ява оролларидир. Ўрта асрларда мурч олтин каби қимматбаҳо бўлган.

Географик кашфиётлардан Васко де Гама, Магеллан, Қолумб кабилар фаолиятининг бир чеккаси «Зираворлар ороли» бўлган Ҳиндистонга энг қисқа йўл топиш эканлигини ҳам ҳисобга олайлик-а!

Нима учун мурч шу қадар қимматли? Бу саволимизга ҳам табобат илмининг бобокалони бундай жавоб қиласди:

«...Фулфул—мурч» шифоларнинг шифоси бўлиб, иссиқлиги ва қуруклиги тўртинчи даражададир...

... Мурчда тортиб олиш, сўриш ва тозалаш хусусиятлари бор. Уни майизга қўшиб чайналса, аъзолардаги ҳар қандай шилимшиқ моддани чиқариб юборади, у оғриқни босадиган ва нервларни иситадиган воситалардан ҳисобланади ҳамда тамомила соғлом кишилар учун нафи тегади...

... Сода билан бирга қўлланилган қора мурч баҳак касалини даволайди. Мурч семиз одамни оздириш хусусиятига ҳам эга.

... Асаб ва мушак тўқималарини қиздиришда бунга етадиган дори йўқ...

... Сиркага қўшилган мурчнинг тишларга ҳам фойдаси бор...

... Яланадиган дориларга қўшиб ишлатилган мурч йўтални ва кўкракда пайдо бўладиган

оғриқни қолдиради... Уни асалга қўшиб танглайига босилса, ангинани даволаб, ўпкани ҳам тозалайди.

...Мурч овқат ҳазм бўлишига ёрдам қиласди ва иштаҳани очади: уни янги узилган лавр япроғи билан бирга ичилади. Бу ичакларда пайдо бўладиган санчиқни ва қорин шишиб кетишини тўхтатади. Қора жигар шишиб кетса мурчни сиркага қўшиб ичиш ёки суркаш билан даволанса бўлади...

Демак, қалампир билан мурч зираворгина эмас, балки доривор ҳам экан. Бироқ Абу Али ибн Сино айтганларига асосланиб, ҳар ким ўзича дори тайёрлашини маслаҳат бермаймиз. Негаки, ҳар қандай дорининг ҳар қайси касал учун аниқ меъёри бўлади.

Ўзбек пазандалигида ҳам қалампир билан мурч хушхўр қилувчи масаллик сифатида салатлардан тортиб шўрва, суюқ ошларга, қовурма, палов ва шовлаларгача кенг қўлланилади. Ҳатто янги узилган қизил қалампирни жизза билан чопиб қатирмага ва патирларга солиб пиширилади. Нўхат хўрак, яхна гўшт, каллапоча каби таомларнинг юзига мурч, туз ёки қалампир-туз аралашмаси сепилади.

Халқ табобатида эса қалампир билан мурчдан айрим парҳез таомлар ҳам тайёрланади. Масалан, қокурум —тоби қочиб бўшашган кишиларга майда тўғранГАН пиёз ва қалампир қўшилган қатиқни қайнок сувга ийлаб ичирилади. Қаттиқ шамоллаган одамни терлатиш учун эса памил чой билан бирга мурч дамлаб ичирилади. Айрим жойларда донадор мурчнинг ўзини чойнакка дамлаб асал билан ичадилар. Сира иштҳаси йўқ одам қалампир талқонга беланган сузма ёки қуртоб еса нафи тегади. Туйилган мурч ёки қалампир талқонни янчилган саримсоқ билан бирга доғлаб ёққа қоришириб тайёрланган лозижсон ҳар қандай оғир хамир таомларнинг ҳам тез ҳазмланишига ёрдам беради.

Хуллас, соғлом одамлар учун қалампир билан мурчнинг зааридан кўра фойдаси кўпроқ.

Сирканинг хосиятлари

Овқатларга зиравор сифатида сепиб истеъмол этиладиган бу суюқликнинг тайёрланиши қуидагicha:

Боғда чумчук чўқиган, ари еган, эзилган ва умуман истеъмолга яроқсиз узумларни сирли хумчага шингил-шингили билан солиб борилади ва устини дока билан ёпиб, кўланка жойга бир мавсум тиндириб қўйилади. Идишга пича ачитқи, яъни эски сиркадан қуиб қўйилади. Узум ачиб-бижгиб «қайнай бошлайди»,

Кузга бориб уни эзиб шарбати 3—4 марта сузиладида, тоза шишаларга қуиб, оғзи маҳкам бекитилади. Бу қизил сирка бўлади.

Оқ сирка қуидагicha тайёрланади: ёғоч бочкага бук дараҳтининг қипиқ ва қириндилари солиниб, устидан таркибида сирка ачитувчи бактериялари бўлган сирка суюқлиги қуилади. Микроорганизмлар бочканинг ҳаво тегиб турадиган устки қисмида «фаолият кўрсатадилар». Бочканинг остида эса махсус тешикча бўлиб, тайёр сирка шундан томиб-томиб туради. Бу 6—9 процентли оқ сирка бўлади. 80 процентли сирка эссенциясини эса ҳар хил ёғочлар қипиғидан ҳаво кирмайдиган идишга солиб қиздириб ва бошқа кимёвий| усууллар қўллаб тайёрланади.

Қизил узум сиркаси пазандаликда палов, манти ва бошқа овқатларнинг юзига севалаб ейиш, кабоб гўштини сиркалаш (мариновкалаш) учун ҳамда бадҳазм овқатларнинг тез ҳазм бўлиши учун қўлланилади. Оқ сирка эса консерва саноатида сабзавотларни сиркалаш, сиркалган селёдка балиқ тайёрлаш ишларида қўлланилади.

Шуни ҳам эслатиб ўтиш зарурки, сиркани қўп истеъмол қилишнинг саломатликка зарари бўлади. Шу сабабли, нордонлик даражаси 5,5 процентдан ортиқ бўлган сирка санитария қоидалари бўйича ман қилинади.

Қизил узум сиркасининг зарари йўқ, аксинча ибн Сино таъбири билан айтганда «...сиркани

қон кетишга қарши ичилади ёки қон бадан ташқарисидан оқаётган бўлса, у қуйилади, шунда у қонни тўхтатади, қаерда бўлмасин пайдо бўлган шишии қайтаради, ҳазм қилишга ёрдам беради ва балғамга қаршилик кўрсатади. Сирка сафроли кишилар учун фойдали ва савдоли кишилар учун заарарлидир». Юсуфий табибининг шеър билан ёзилган тиббий рисоласида бундай дейилади:

*Истеъмол қилинса
сиркадан сафро,
Йўқолур ташналик
кам бўлар ҳар он,
Оғриқдан бутунлай
халос қиласди,
Чаён чаққан жойга
суркалган замон.*

* Савдо — қора сафро.

«Мажмуаи ҳикоят ва тиб» китобида ҳам сирка тўғрисида шундай байт бор:

*Қайси аъзони совуқ урган бўлса бўлгай даво.
Сирка-ю каинич сувини суркаса яхии даво.*

Зарчава

Сап-сариқ порошок ҳолдаги бу зиравор Ҳиндистон ва Афғонистонда ўсадиган бир турли бута ўсимлигининг томиридан тайёрланади. Номи форсча «зар» ҳамда «чўба» сўзларидан таркиб топган бўлиб, «олтин чўпак» маъносини англатади. Бута томири қазиб олиниб, яхшилаб ювилади, офтобда қуритилгач, махсус усулда қовурилади, сўнг уни туйиб, элакдан ўтказилади.

Ўзбек пазандалигида зарчава фақат палов гуручини бўяшда таом бўёғи сифатида кўлланилади. Тўйларда, жамоат овқатланиш корхоналарида кўпчилик учун дамланадиган паловнинг кўриниши сап-сариқ, тилла ранг эканлигига аҳамият бергандирсиз. Зарчава порошоги иссиқ сувда ивитилади, гуручни ювиб юборилгач, шу сариқ суюқлик қўйилади, у оппоқ гуручни дарҳол сап-сариқ тусга бўяди.

Ҳиндистонда буни жуда кўп овқатларга, ҳатто ширгуручга ҳам соладилар.

Ибн Сино зарчавани «Уруқ ус-сабагин» деб арабча атамасини келтиради, унинг маъноси бўёқчилар илдизи демакдир. Унда кучли тозалаш хусусияти бор. Уни чайнаш тиш оғриғига фойда қиласди. Зарчаванинг шираси кўзни ўткирлаштиришга, қорачифидаги катаракка ва оқни кетказишга жуда фой қиласди» дейди.

Куб шаклидаги тарвузлар

Тарвуз деганда биз юмалоқ, ичи қизил, эти ширин полиз экинини тушунамиз. Дарвоҷе сиз: «тарвуз нега юмалоқ, нега ширин, нега қизил? Бу хусусиятларнинг тарвузнинг ўзига қандай нафи бор?»—деган саволлар устида ўйлаб кўрганмисиз? Йўқ, албатта. Бундай саволларни олимлар ҳам ўртага ташлашмоқда. Маълумки, тарвузнинг илк ватани Жанубий Африкадаги Қалаҳари сахролари бўлган, ана шу ердан у бошқа жойларга тарқалган. Уларнинг тарқалишига одамлар сабаб бўлган эмас, чунки у даврларда одамзод пайдо бўлмаган эди. Тарқалишига ўша тарвузнинг ўзидағи хусусиятлари сабаб бўлган: ёввойи тарвуз майда, апельсиндек келадиган

бўлиб сахрода шамол турганда узок-узокларга юмалаб кетган ва бирон кесак, тош ва бошқа нарсага урилиб ёрилиб кетган. Тарвузнинг ширин шарбати эса уругини ерга ёпишириб қўйган ва тупроқни намлаган, шамол уни чанг билан кўмган ва униб чиқиши учун имконият туғдирган. Тарвуз қизил бўлганилиги учун қушларни ўзига жалб қилган, қушлар уругини тўйгунча, еб, жигилдонига тўплаб, узок-узокларга олиб бориб тўккан. Шундай қилиб тарвузни ижодкор табиат кенг тарқатган. Кейинчалик одамзод тарвузни бутун Ер шари бўйлаб тарқатди. Селекция қилинавериш натижасида тарвузнинг сирти ва шакли жуда ўзгариб кетади. Чунончи бу неъматнинг яшил, олачипор, йўл-йўл, оқ, қора рангдагилари пайдо бўлади. Шакли ҳам турлича бўлиб кетади, яъни энг кичик тарвуз нави — «солди-пишди» деб аталади ва теннис тўпидан сал йирикроқ бўлади. Энг катта нави «антоновка» деб аталиб, Тожикистон ва Ўзбекистонда етишириладигани то 25 килограммгача тош босади. Тарвузнинг нави қўп, «қўзивой» дегани ҳам бор, буниси қовунсимон узунчоқ бўлади. XX асрда тарвузнинг шакли яна ўзгарди, энди унинг куб шаклидагилари пайдо бўлди. Куб тарвузларни япониялик селекционер Оно Томоюки ижод қилган. Катта-кичиклиги бир хил 25Х 25Х25 сантиметрли, мазаси, этининг қизиллиги ва шарбатлилиги бинойидек. Тарвузнинг куб шаклда бўлишлиги уни узок жойларга ташишда жуда қўл келади. Арава, автомашина ва юқ вагонларига худди қутичаларни тахлагандек устин қатор терилади, ора-орасида бўш жой қолмайди, кулай. Аммо дехқони тушмагур Оно Томоюки мана қўп йил ўтиб кетяпти, бундай тарвузларнинг сирини ҳеч кимга айтмаяпти. Лекин тарвуз билан боғлиқ бир тажрибадан ҳурматли дехқонларимизни хабардор қилмоқчимиз. Ўттизинчи йиллар эди. Андижон районининг Хартум қишлоқ советига қарашли «Маориф» колхозида Ёқубали бобо исмли боғбон, полизчи, маришкор дехқон бўларди. Бобо қовун-тарвуз экарди. У киши қовунни улама қила оладиган нодир дехқон бўлган экан, афсус ўша вақтда у кишининг тажрибаларини бирон-бир кимса оммалаштирганинг. Мана ярим аср ўтиб кетибдики, «қўкча»ни «шакарпалак»ка улай оладиган бошқа миришкор борлиги тўғрисида ҳеч қандай хабар йўқ. Аммо одамларнинг гапига қараганда Ёқубали бобонинг тарвуз билан ўтказган бир тажрибаси бор экан. Тарвуз туғиб катталиги чақалоқнинг калласидай бўлганида палак остидан ўра ковлаб, устига шоҳ-шаббаларни ёниб, ўранинг ичига тарвузни тушуриб тупроқ тортиб қўяр экан. Тарвузнинг палагида ҳозирги тарвузницидай жингалаги бўлади, у киши бандидаги жингалагини ташқарида қолдириб қўмар экан. Вақти келиб пайкални оралар эканда — «мана буниси ҳали хом, буниси эса пишган»—деб ўрани очиб катта тарвузни олиб сўйиб берар экан. Бирам маза, тиш синдирап муздай бўларкан, киши роҳат қилиб ер экан.

— Бобо! Сиз ерга кўмилган тарвузларнинг пишган-пишмаганини қандай биласиз?— деб сўраганларга:

— Жингалагига қарайсан, жингалаги қуриган бўлса, ўшениси нақ пишган бўлади. Жингалаги қуrimаганини узсанг, тарвуз каттагина бўлса ҳам ҳали хом, ичи оч қизил, оқ уруғи кўп чиқади. Бунақаси одамни касал қилади, болам,— дер экан у киши. Баъзан кўмилгап тарвузлар ўрага сифмай қолар, қаттикроқ кесакка теккан жойи ичига букилган, юмшоқроқ тупроққа тўғри келган жойи эса бўртган — одатдагидек юм-юмалоқ эмас, балки бужмак тарвузлар ҳосил бўларкан. Бобо бу ишини бужмак тарвузлар олиш учун қилмас эканлар, албатта, балки жазирамада муздеккина туриши учун шундай қиларканлар, чунки ўша вақтларда холодильниклар йўқ эди-да. Куб тарвузлар тўғрисидаги хабарни ўқиганимдан кейин Ёқубали бобонинг ўша тажрибаларипи эсладим. Тарвузни узмай бирор нарсанинг ичига солиб етиширилса, ўшанинг шаклига киради. Тахминимизча япониялик дехқон тарвузларни куб шаклидаги металл ёки ёғоч, ё пластмасса қутичаларга солиб етиширса керак, ёинки куб шаклида ўралар ковлаб, деворларига фонер ёки тахта қўйиб, тарвузни шунга кўмиб «пиширса» керак.

Албатта, бу мулоҳазалар синаб кўришни талаб қилади. Кимdir бу ишга бир ҳафсала қилиб кўрсин, «интилганга толе ёр»—дейдилар-ку ахир.

Қовун тұғрисида әртаксимон ҳақиқат

Картылама этли, сершарбат хүшбүй қовундан бир тилик еди-ю, дәхқон буванинг ҳордиги чиқди. Сунбула сувидек тиниқ манглай терлари пешонасидан томиб, бир зумда چарчоги унут бўлди. Бува мамнунлигидан ўз-ўзига мақтаниб ҳам кўйди:

«Сенинг томирингга селтира эмас, шакар сепиб парвариш қилганман, жонивор, шакар! Шунинг учун ҳам қанд-у, асалсан-да!

Қовуннинг ташқи кўриниши ҳам бувага зўр нафосат бахш етарди. Табиат унга росмана четан гул солган, улкан тухумдай танасига турли бўёқлар бериб, ажиб мўъжизага айлантирган. Дәхқон бува қовунни силади, ҳидлади, яна бир тилик кесиб, хузур қилди. Беқасам тўн кийган йигитдай қовунжон ҳам жуда эриб кетди, у тилга кириб, бувага қаратса ҳазиломуз оҳангда ашула бошлади:

*Танда тўрларим бор менинг,
Турли гулларим бор менинг,
Кесди пичоқ бағримни эй,
Қандай гуноҳим бор менинг?*

Шундан сўнг сухбат авжига чиқди.

— Сенинг «гуноҳинг» асаллигингда-да, Қовунжон.

— Тўғри айтасиз, буважон, ахир менинг таркибимда глюкоза, сахароза, фруктоза деб аталувчи қанд моддаларидан 17—18 процентча бор.

— Қовунжон! Асли сен қаерликсан?—деди бува. Масалан, тарвуз Африкадан, картошка билан помидор Жанубий Америкадан дунёга тарқалган, сен-чи?

— Менми? Асли Ўрта Осиёданман, лекин баъзи олимлар мени дунёга Эрондан ёки Ҳиндистондан тарқалган дейишади, бу хато, буважон.

— Ҳиндистонда сени Заҳириддин Муҳаммад Бобур соғиниб байт ёзганини биласанми?

— Ҳа, албатта, эсимда, Бобур XVI асрда Ҳиндистонда подшолик қилар эди, у она Ватани — Андижонни кўп кўмсайди. Оқар сувлари-ю, ишкомдаги узумлари ва полизлардаги қовунлари кўз ўнгидан ўтаверади. Шунда у мен тўғримда ушбу байтни тўқиб йиғлай-ди:

*Қовун бирлан узумнинг ҳажрида кўнглимда ҳар жу,
Оқар сувнинг фироқинда кўзимдан кўп оқар сув.*

Шундан сўнг чопарлар Асакага келиб, мени унинг ҳузурига олиб борадилар. Бобур мендан еб ҳузур қилади, уруғимнинг бир донасини ҳам исроф қилмасдан экишларнни буюради. Шундай қилиб, мен Ҳиндистонга бориб қолганман, буважон. Бу ерга Эрон, Румо ва Фаранг мамлакатларидан сайёхлар келиб тураг эди. Улар мени ўз элларига олиб кетадилар.

— Қовунжон! агар сир бўлмаса, бир воқеани сўрайман. Қандай қилиб Рим папаси билан император Клавдий Альбини ўлдирганингни сўзлаб берчи.

Қовун пайкалда дурустроқ ўрнашиб олди, бир оз ўй сўргандай жиддийлашди, сўнг деди:

— Бунинг ҳеч қандай сири йўқ бува. Тарихий рисолаларда ҳам ёзилган. Румо императори Клавдий Альби жуда мечкай одам экан, бир ўтиришда ўнта қовунни еворса бўладими, кечасига бориб қорни ноғорадек шишиб кетдн. Тонг ёришганда ёрилиб ўлди,. қолди. Хўш менда нима айб? Қовун ейишни ҳам меъёри бор-да.

Яна бир мечкай — Рим папаси, исми эсимда йўқ, ёш бола минса оёғи ерга тегмайдиган қовундан иккитасини еб олди. Шарбати лабини-лабига ёпишириб кўйди. Юраги ўртаб, совуқ сувни ичаверди, шундап сўнг, ўша бутхонасининг ичидаги жаҳаннамга жўнади. Қарасам иш чатоқ бўладиганга ўхшаб қолди. Бу мамлакатдан Фарғистонга кетдим. Ўша вақтларда кироли

Генрих IV исмли одам экан. Бу ҳам ширин қовундан тўйганча еб, орқасидан вино ичувди, касал бўлиб қолди. Дарғазаб ўчини кимдан олишини билмай юрди. Бир куни чор атрофга чопар чоптирибди. Нима дейсан, қирол барча қовун эккан дехқонларни қовун-повуни билан Парижнинг марказин майдонига йигилишларига фармон берганмиш.

Ўша майдонга тўпландик... Кўкракларига салб таққан, этаклари ер супуриб юргап поплар, чучвара шапкали ва қора либосли судьялар, атрофда найза ва ойболта кўтарган аскарлар... Ўртада дехқонлар қовунлари қўлларида маъюс турибдилар. Ана қиролнинг тўрт отли файтони келиб тўхтади. Генрих IV тахтга чиқиб ўтириди. Ҳамма сукутда. Нима бўлар экан, энди... Қирол попларга қаратса: «Қовунга лаънати малъун ўқинглар!»—деб буюрди. Поплар зикрга тушиб жавраб кетишиди. Сўнгра судьяларга қараб: «Сўроқ килинглар!» — деди. Судьялар дехқонлардан нима учун қовун экканликларини суриштира бошладилар ва ҳаммаларини гуноҳкор деб эълон қилдилар.

«Жазоланглар!» деган буйруқ эшитилди. Аскарлар дарҳол «ишига» киришиб кетишиди. Улар бечора дехқонларнинг каллаларини танларидан жудо қилиб, ҳар битта дехқон калласига биттадан қовунни жуфтлаб ҳандаққа ташлай бошлади. Генрих эса: «Қовун экканларнинг жазоси шу бўлади»—деди.

Энди мен бу мамлакатда ҳам қола олмадим.

— Қаерга кетдинг ўшанда? — сўради бува тўкилган уруғларни биттадан тераркан.

— Қаерга бўларди, буважон, ўз ватанимга-да. Бу ерда ҳурматим жойида, уруғ-авлодларим ҳам кўп: шакарпалак, қирқма, кўкча, ҳандалак, қўзи калла, тоғора қовун, амири, тошбости, жўро қанд, бешак, босволди, оқ уруғ, эски чопон, қора қовун, умир боқий — хуллас 200 дан ҳам кўпроқмизда, эй.

— Қовунжон! Минг йил муқаддам табобат илмининг бобокалони Абу Али ибн Сино сени дори деб мақтаганини биласанми?

— Бундан хабарим йўқ экан, буважон.

— Юр кетдиқ, буни сенга китобдан қўрсатаман,— дея қовунни авайлаб қўлтиқлаб олди ва тўғри колхоз қутубхонасига борди. Жовондан ибн Синонинг болишдек келадиган «Тиб қонунлари» китобининг II томини олди, хатчўп қистирилган бетини очиб ўқиб берди:

«Қовуннинг эти етилтирувчи ва тозаловчиидир. Терини ҳам тозалайди, айниқса уруғи ва ичидағи эти юздаги сепкил доғ ва бошнинг кепаклашишида суркалса фойда қиласди. Пўчоғини манглайга ёпиштирилса, кўзга тушадиган назлаларга жуда яхши тўсқинлик қиласди. Қовуннинг озуқалиги яхши ҳазмланганда ҳосил бўладиган ҳилти аъзоларга мувофиқдир. Буни бошқа таомдан кейин ейиш керак». Агар сени экканлар селитра солишимаса борми, ўша ибн Сино айтгандай даволигингча қолаверасан. Кўп яша, навларииг йўқолмасин!

Қовуннинг юзига табассум югурди.

— Сизнинг ҳам, буважон, умрингиз боқий бўлсин! Шу тобда радиодан Fafur Гуломнинг ушбу шеъри янграб кетди:

*Тилими тилимни минг тилим қилган,
Қирқмалар боғлади юкни қовгага,
Асалжон Шакаров паспорти билан,
Бебилет жўнайди, дўстга совгага.*

Масалликлар... имтиҳон топширади

Хурматли дехқонлар етиштирган хилма-хил масалликлар — ошпаз ва уй бекаси учун тайёрланадиган масаллиқ. Бироқ текширувчи олим учун эса булар илмий материалdir. Чунончи: гўшт, сут, тухум, сабзи, пиёз, дон-дун, узум, олча, шафтоли ва бошқа барча егулик

нарсалар... Бу масаллиқлар дастурхонга қўйилса, ҳамма ҳузур қилиб ейди, аммо олим уларга савол ташлайди: «Эй, нозу неъмат, насли насабинг нима?», «Қайси моддалардан таркиб топгансан?», «Бағрингда одамларга инъом қилинадиган қандай озуқа ва қанча қувват-бор?» «Инсонга нечук фойда келтирасан?» ва ҳоказо.

Масаллиқлар шу қўйилган саволларга жавоб бериш учун ўзига хос имтиҳондан ўтадилар — печда қиздирилади, ҳовончада туйилади, тарозиларда тортилади, микроскоплар орқали бағри-бағрига мўраланади. Ана шундан сўнг ноз-неъматларнинг тузилиши, аҳамияти, инсонни тўйдидиши ва сиҳат-саломат олиб юришидаги хислатлари рўёбга чиқади.

Ярим аср мобайнида олимлар дастурхонимиздаги анчагина «зим-зиё ғаниматлар» билан танишиб олишга муваффақ бўлдилар. Буни қарангки, ана шу ғаниматлар туфайли биз оғир дардлардан ҳалос бўлиб юрарканмиз, болаларимизнинг тез ўсишларига восита бўларкан, меҳнат қобилиятимиз йўқолмас экан, бош миямиздан тортиб асаб толаларигача соғлом бўлишимиз ҳам ана шу узоқ асрлардан бери «киши билмас» деб келинган озиқ-овқатлар таркибидаги алланечук нарсаларга боғлик бўларкан.

Тарихга мурожаат қиласайлик. Сайёҳлар, айниқса шимолий мамлакатларга борган йўловчилик еган овқатларида аллақандай бир модданинг етишмаслигидан ҳалок бўладилар. Чунончи: Шимолдаги Янги Ер оролига борган капитан Баренц ана шундай ҳалок бўлганди. Капитан Седовни айтмайсизми, Арктика музларида совукдан эмас, балки ейдиган таомларидаги махфий моддаларнинг етишмаслигидан ҳалок бўлган. Бутун бошлиқ нароҳоддаги одамларнинг барчаси қирилиб кетганлигига ҳам мисоллар кўп.

Узоқ сафарга чиқсан матрослар ҳеч оч қолмай, тузланган гўшт, консервалар, ёғ, дон-дун, нон еб турган бўлсалар ҳам цинга касалига мубтало бўладилар. Кимки кўк пиёз, саримсоқ, лимон топиб еган бўлса, тузалиб кетган-у, насиб қилмаганлари ҳалок бўлаверган. Цингани апа шу масаллиқлар тузатишини олимлар сезган бўлсалар ҳам, лекин уларнинг таркибидаги қайси модда дори-дармонлик вазифасини ўтаяпти, ҳеч ким билмасдп. Фақат 1912 йилда полъшалик биокимёгар олим Қазимир Функ ана шу номаълум модда нима эканлигини кашф қилишга муваффақ бўлади. Бунинг, учун у кўк пиёз, лимон, саримсоқ, қорағот каби масаллиқлардан имтиҳон олади. Синов «беш» баҳо билан якунланади. Ўша масаллиқларнинг насл-насаби турлича бўлишига қарамай, таркибида бир хил модда бор экан. Инсон аъзоларига дармон берадиган, касалларга дорилик вазифасини ўтайдиган бу моддани олим лотинча ҳаёт амини витамин деб атади ва С ҳарфи билан белгилади.

Қадимги ўзбек олимлари ва ҳалқ табиблари бундай моддани очмаган бўлсалар ҳам дармон бўлувчи неъмат масаллиқларда бўлади, деб тахмин қилганлар. Кишини тўқ тутишдан ташқари масаллиқлар таркибида силлани қуритмайдиган, бардам тутадиган нарса ана шу дармон бўлувчи модда дер эди улар. Буни витамин тўғрисидаги дастлабки фикр десак ҳам бўлаверади. Узоқ вақтгача олимлар Хитой, Япония, Индонезия, Вьетнам ва бошқа гуруч кўп истемол этиладиган мамлакатларда «бери-бери», деб аталувчи касалнинг келиб чиқиш сабабини билмай келардилар, «Бери-бери» касалига чалинган кишиларни безгак сингари қалтироқ босади, танаси абгор бўлиб кетади, оёқлари чалмасиб юра олмай қоладилар. Кўпчиликнинг ёстигини қуритган бу қасалликнинг сабаби оқланган гуруч эканлиги аниқланганда, ҳамма ҳайратда қолади. Ҳа гуруч нечоғли пардозлаб оқланса, шунча ёмон бўлар экан. Гуруч кепаги билан бирга энг зарур ва ажойиб-ғанимат «В» витамин елпиб юборилар экан-у, организм ушбу витаминни муттасил олмай турса — «бери-бери»га чалинар экан. Буни ҳам Қазимир Функ аниқлаган.

Ўтган асрнинг 80-йилларида яшаб ижод қилган олим Николай Дунин фаолияти ҳақида гапирмай иложимиз йўқ. У сичқонлар устида тажриба олиб борганда ажаб бир фактга аҳамият беради. Сут ичириб боқилган сичқонлар яхши ўсиб соғлом юришган. Аммо, сут таркибига ўхшаш: оқсил, мой, шакар, турли минерал тузлар аралашмасидан иборат емиш едирилган сичқонлар эса бирин-кетин ўла бошлаган. Олим бундан шундай хулоса чиқаради: демак, сутда

оқсил, мой, шакар, сув ва тузлардан ташқари яна қандайдир модда бўлиши керак, ана шу модданинг озгинаси ҳам ҳаёт учун катта нафи тегади. Бу ҳам витамин мавжудлигига ишора эди.

Ҳозирги даврда ҳар турли масаллиқлар таркибида 30 дан ортиқ витамин борлиги аниқланган, шулардан энг аҳамиятлilари лотин ҳарфлари билан белгиланган: А, В, В₁, В₂ В₆, В₁₂ РР, С, Д, Е, Н, К кабилардир.

Синчков олимлар ўзларининг олижаноб ишларини шу кунларда ҳам давом эттироқдалар, улар сабзавот ва мева сирларини изчилик билан ўрганмоқдалар. Биз буни «имтиҳон» деб атадик. Мана, ана шундай ўзига хос имтиҳондан бир намуна: катта лаборатория. Сабзавот ва мевалар жамул-жам. Олимлар ўз креслоларида савлат тўхиб ўтиришибди. Ассистент эълон қиласди: алфавит бўйича бугун номи «С» ҳарфи билан бошланадиган масаллиқлар синовдан ўтказилили.

Мақсад: «С» витамин мавжудлигини текшириш. Марҳамат, учтадан кираверинглар!»

Профессор сўрайди:

- Ислам ва фамилиянги?
- Сабзивой Мирзой.
- Смородина Красная.
- Саримсоқбой Пиёзов.

Раислик қилувчи сўрайди: «Ким тайёр?»

Оқ халатли олимлар олдига ранги заъфарон бўлиб кетган бўлса ҳам ўзини дадил тутиб минбарга Сабзивой чиқди. Келишган қоматини ростлаб гапира кетди: «Соябонгулдошлар оиласидан бўламан. Ибтидоий ота-боболаримнинг ватани Волга бўйларидан то Ўрта денгиз ҳавзаларигача майдон бўлган дейишади. Мени инсоният 4000 йилдан бўён маза қилиб еб келяпти. Валерия, Карател, Мирзой, Мушак, Нант, Геранда каби анчагина опа-сингил ва оғанииларим бор. Биз икки йиллик сабзавот қаторига кирамиз. 1930 йилда франциялик олим В. Вильморен бизни ёввойи сабзидан тарқалганимизни исбот қилиб берган. Албатта, биз дарҳол егулик ҳолатига келган емасмиз, Раҳмат, деҳқонларгаки, улар бизни минг-минг йиллар тарбиялаб маданийлик даражасига кўтаришиди. Энди шаклими ҳам, лаззатимиз ҳам ҳар хил. Чунончи: синчалоқдек келадигаи Карател укамдан тортиб бўйи бир метр, эни косадай келадиган Япон сабзи деган акам ҳам бор. Рангимиз сариққина эмас, қизил, оқ, яшил, ҳатто зангори ҳам бўлиши мумкин.

Профессор: «Таркибингиз тўғрисида маълумот беринг!»

Сабзи доска ёпига бориб бўрни қўлига олди-да, жадвал туза бошлади: қурук модда — 11 процент, шакар — 6,5 процент, хужайра моддаси -1 процент, азотли моддалар, жумладан оқсил — 1,5 процент, А витамин (бу модда менда жуда кўп) —7 процент. В₁—0,007 процент, В₂—0,006 процент, С—5 процент, РР—0,2 процент. Яна бирмунча минерал тузлар ҳам мавжуд. Шунинг учун мен ҳам ўзбек паловнинг жониман, шарбатимни сиқиб ичганларнинг қони кўпаяди, қириб еса жигилдон қайнашини босаман. Шабқўрликка ҳам шифо бўламан. Қўйингчи, менинг таркибимдаги моддалар она сути таркибига teng. Шу сабабдан бўлса керак, паловга бутунлигимча солиб дамлаб докага ўраб сутдан қолган болаларга эмдиришади. Сувимни сиқиб эммайдигап болаларга эмдиришади. Бу ишимга франциялик олимлар «тасанно сенга» дедилар (мақтанчоқлик бўлмасин-ку) ва менга «сабзанотлар қироли» деб ном қўйишиди. Ўзбек тилидаги «Сабзавот» сўзи ҳам «сабзи» дан келиб чиқсан дейишади. Шу билан гапим тамом.

Профессор: «Раҳмат, биз Сизга бир оғиздан «аъло» баҳо қўйдик!»

Ҳар битта мева, ҳар бир сабзавотни ана шундай имтиҳон топширтиларсан, болишдек бир китоб бўлар эди. Сизларни зериктирмайликда, бошқа масаллиқлардан қайсилари имтиҳондан муваффакиятли ўтганлигини қисқа хабар қилиб қўя қолайлик.

Таркибидаги фойдали моддаларнинг кўплиги ҳамда витаминларга сероблиги жиҳатидан рўйхатдаги: 1. Анорхон Кувеева. 2. Анжирали Кадота. 3. Бехиниса Чиллаки қизи. 4.

Бодрингжон Яшангов. 5. Гилосхон Қўқонова. 6. Дўланаой Нордонова. 7. Ёнгоқбек Дўрмоний. 8. Жийданиса Чилонова. 9. Карамхон Ўзакова. 10. Рартошечка Лорх. 11. Лавлагихон Қандова. 12. Лимонашвили Грузинов. 13. Мандаринян Армянов. 14. Наъматакхон Атиргулова. 15. Олмаой Наманганова. 16. Олхўрихон Эслингейм. 17. Помидорпошша Юсупова. 18. Редискахон Майская. 19. Саримсоқвой Пиёзов. 20. Смородина Красная. 21. Смородина Черная. 22. Тарвузвой Қўзибоев. 23. Турпхўжа Марғилоний. 24. Узумжон Ҳусаиний. 25. Шафталихон Олёрова. 26. Ўрикпошша Қандакова. 27. Қовунбой Қўкчаев. 28. Қовоқбой Кадибоев каби азаматларнинг барчаси аъло баҳоларга имтиҳон топширдилар ва лабораториянинг «Имтиёзли дипломини» олишга мушарраф бўлдилар.

IV. АНТИҚА ТАОМЛАР, ЛЕКИН ДИД БОРАСИДА БАҲС ЭТИЛМАЙДИ

Севимли таом деб...

Бразилияда қирол ҳукмронлик қилган даврдан буён шундай бир латифа айтилиб келинар экан.

Саройга узоқдан чопар келиб, дарвозабонларга:

— Мени дарҳол жаноби олийларининг ҳузурига киритинглар, муҳим хабар бор, — дейди. Ичкарига кириб, зиналардан, заллардан югуриб кетаётганида уни соқчилар ушлаб қоладилар.

— Жаноби олийларининг ҳузурига ҳозир кириш мумкин эмас, у киши ҳузур қилиб севимли таом танаввул этмоқдалар!

— Қириб айтинг, муҳим хабар бор, бу — олампаноҳнинг ҳаёт-мамотига тааллуқлидир!

Қиролнинг маҳрами ичкарига кириб қайтиб чиқади ва дейди:

— Илтимосингизни бажо келтиролмаганим учун ғоят афсусланаман, капитан, жаноби олийлари итапоа таомини танаввул этаётгандарида у кишига ҳеч ким ва ҳеч нарса халақит бермаслиги зарурлигини яна бор уқтиридилар.

— Афсус.

Овқатдан сўнг капитан қирол қабулхонасига киради ва хабарни етказади:

— Жаноби олийлари! Шум хабар келтирганим учун бир қошиқ қонимдан кечасиз, деган умиддаман, ўғлингиз Фердинандо салтанатга қарши исён кўтарди.

Қирол власасага тушади, у зодагонларни чақиришиб, шошилинч тадбир қўра бошласа ҳам фурсат қўлдан кетган эди. Қирол дастурхонидан идиш-товоқларни йиғишириб олгунга қадар ўтган вақт ичida Фердинандо тарафдорлари саройни ишғол қилган эдилар. Қиролни қамоққа олиб кетаётгандарида у қичқирди:

— Ошпазга айтиб қўйинглар, эртага нонуштада менга итапоа юборсин!

Ушбу таомни деб салтанатдан айрилган қирол ўғлидан итапоа тайёрловчи ошпазни хизматкор қилиб беришни сўрайди. Қиролнинг тақдирини ҳал қилган ўша итапоа денгиз қисқиҷбақасидан тайёрланадиган пудунг бўлиб, Рио-де-Жанейро аҳолиси ҳам бир вақтлар ўтган ўша қиролни калака қилиб: «Биз итапоа еяётганимизда, ҳеч ким халақит бермаслиги керак», — деб қўйишади.

* * *

Қадимги Рим лашкарбошилардан бири Лукулла узоқ вақт давом этган урушларда чарчаб уйига қайтиб келади. Энди у ҳеч бир урушда қатнашмасликка ва қолган умрини меҳмондорчилик майшатларида ўтказишга қарор қиласиди. Лукулла ҳар куни уйига меҳмон чақирап ва ҳар гал ҳар хил алачи, каламири, пиза аля неаполитана каби ноёб таомлар тайёрлатар

ва мириқиб танаввул этарди.

Бора-бора унинг ҳарбий қаҳрамонлари унутилиб, Лукулла меҳмонинавозлика ва маишатпарастликда «шухрат қозона боради». Қунлардан бирида у сардина балиғидан зайдун ёғига қовуриб тайёрланганалачи таомини хузур қилиб еб ўтирганида душман ҳужум қилганини түғрисида хабар келади. Лукулла пинагини ҳам бузмайди ва меҳмонларга мурожаат қилиб: — Жаноблар, алачини емасдан уруш қилиб бўладими?—дейди. ? Қочиб қолиш ёки бирор бошқа тадбир кўрилса бўлар эди, лекин Лукулла севимли таомини деб, барча меҳмонлар билан бирга аср олинади.

Ўшандан буён неча минг йиллар ўтиб кетди, бироқ Неаполитан аҳолиси ўртасида ушбу ҳазил-мутоиба ҳамон хукм суради. Меҳмондорчилик дастурхонига алаки таоми қўйилди дейилгунча барча: «Аввал алачини хузур қилиб еб олайлик, ундан кейин Лукулладек ҳалок бўлсак ҳам армонимиз йўқ»,— дейишади.

* * *

Севимли таом танаввули энг муҳим ишдан ҳам зарур эканлиги ҳақида тарихда яна бир мисол бор. Ўша қадимги Римда Дентет исмли лашкарбоши бўлган. У кўп жангларда жонбозлик кўрсатиб машҳур бўлган. Мамлакат идораси, раҳбарлик ишлари патрицийлар қўлида, Дентет эса плибейлардан, бироқ унинг қаҳрамонлиги саркарда қилиб тайинланишига сабаб бўлади. Плибей қуллардан келиб чиққани учун саркарда бўлса ҳам ғоят содда ҳаёт кечиради. Бир куни шолғомни қўрга қўмиб еб ўтирган экан (бу унинг энг севимли таоми бўлган). Рим билан жанг қилаётган самнитлардан сулҳ тузиш учун Дентет хузурига элчилар келади. Шу сулҳ тузилмаса уруш давом этиб турибди, қанчадан-қанча бошлар кесилмоқда. Йўқ, Дентет пинак бузмайди, у гулхан олдида бемалол қўрни титкилаб ўтириб, бир неча шолғомни пишириб, арчиб тузга теккизиб еб бўлгандан сўнггина ҳайрон бўлиб кутиб турган элчилар билан музокара бошлайди. Лекин Дентёт тўрт дона шолғомни деб 400 та бошнинг кесилишига сабабчи бўлади.

* * *

Севимли таомини деб бутун бошлиқ армиянинг мағлубиятга учраганига тарихда яна битта мисол бор.

Воқеа XIV асрда содир бўлади. Люксембург графлиги Герман графлиги билан уруш олиб борар эди. Ғалаба қозонишларига оз қолган, яна бир ҳужумга ўтилса, вассалом, Люксембург графлигининг қўмондони юқ тўла араваларда, ҳар бир солдатнинг елкасидаги қаппайган ҳалталарда ўқ-дори кўп деб ишонган ҳолда ўз режасини тузган эди.

Аскарларнинг аксарияти Бруссель шаҳридан тўпланган бўлиб, бу ерликларнинг энг севган таоми товуқ гўшти ҳисобланарди.

Долзарб пайт, команда эшитилади:

— Запасдаги ўқ-дорилар ишга солинсин! Ҳужумга ўтилсин!

Халталар, аравалардаги яшиклар очилганда ўқ-дори қаёқда дейсиз... Бутунлигича қайнатиб, қизартириб қовурилган товуқ гўштлари билан тўла эди. Маълум бўлишича ғалабага ишонган брусселлик уй бекалари ва пазандалар солдатларни фронтга жўнатаётганларида ана шу лаззатли таомни сийлов қилган эканлар.

- Ҳужумгаа!! — деб иккинчи команда берилганда, солдатлардан бири:

— Ўқ бўлмаса нимани отаман?— деб қичқиради. У товуқнинг бир оғини ажратиб олиб ея бошлайди.

Яна бир солдат:

— Оғайнилар, ўзи ҳам овқат вақти бўлиб қолди, шекилли — дейди-да дарахтга суюниб олиб

танаввулга киришади.

Зираворларнинг хиди анқиб турган, лаҳими юмшоқкина, сирти қоврак қилиб қовурилган бу таом барчанинг оғзидан сув очади. Ҳаккам-дуккам, тўртта-бешталашиб ўтириб олишган солдатлар балойи нафсларини ором олдира бошлайдилар.

Кузатиб турган душман томон дарҳол ҳужумга ўтади. Зеро германлар озчиликни ташкил қиласалар-да, брусселликларни асирга олишга муваффақ бўладилар. Кимдир буларни «Эй товуқхўрларей!» — деб калака қиласди. Шу-шу, мана 600 йил ўтиб кетибди-ю, севимли таомини деб таслим бўлган брусселликлар «товуқхўрлар» деган камситув лақабидан ҳанузгача халос бўлолмай юрадилар.

Палағда тухум ва тўнка замбуруғидан овқат

Гонгконгда қайси ресторон бўлмасин шундай таомлар албатта тайёрланади ва шинавандалар буни севиб истеъмол қилишади.

Ёзувчи Ванда Васильевская Корней Чуковский билан ўша томонларга саёҳат қилганида шундай таомдан тотиб қўрганини айтади. «Бу овқатнинг хиди палағда тухумга, мазаси пишлокқа ўхшайди» деб ёзади автор.

Бундай тухумни тайёрлаш усулини биз бошқа манбалардан топиб олдик. Чунончи Ф. И. Васильев ўзининг «Двести пятьдесят блюд китайской кухни» номли китобида ёзишича: «Бу ўрдак тухумининг консерваси бўлиб, сун хуа данъ» деб аталади. Тайёрлаш усули: тут ёғочи ва соя хашаги куйдириб, кули олинади. Ўчирилган оҳак, сода, туз, чой баргининг сели — барчаси аралаштирилиб, қуюқ масса (лой) тайёрланади. Ювилган ўрдак тухумларининг сиртига 2—3 см қалинликда ана шу масса суркалади. Сўнгра шоли қипифига беланади ва бочкага солиб, қопқоғи беркитилган ҳолда 80—100 кун сакланади. Саклаш даврида тухум ириб, оқи сарифига аралашади, намлиги анча буғланиб, жигар ранг тусга киради. Бундай тухумдан яхна ва иссиқ овқатлар тайёрланади. Ўша китобда тўнка замбуруғидан овқат тайёрлаш усули ҳам баён қилинган. Бундай замбуруғ сян гу деб аталиб, кузда дехқонлар ўрмонга бориб, дуб ва каштан тўнкаларининг ёнбошига 3—5 см чуқурликда болта уриб, ёриқ оралигига вақт-вақти билан сув қуийб туришар экан. 1—2 ой ўтгач, ёриқ ораларидан бир хил замбуруғ ўсиб чиқаркан. Замбуруғ катта бўлгач, териб олиб, офтобда қуритилар ва овқат пишириш олдидан 30—40 минут қайноқ сувга ботириб қўйилса, шишиб оғирлиги уч баробар ортиб кетар экан. Шундай қўзиқоринни ийланган тухумга ботириб, зигир ёғида қовурилса, ғоят серлассат ва тўқтутар таом ҳосил бўлади. Мазаси гўштдан қолишмайди. Дарвоҷе жуда кўп халқлар замбуруғни «ернинг гўшти» деб атashади. Ўзбеклар ҳам замбуруғнинг бир тури—сморчкини — «қўзиқорин» деб атashади. Лаборатория анализи маълумотларига кўра ҳам замбуруғ таркиби гўшт таркибига яқин экан.

«Ер билан осмон»

Германиянинг Рейн обlastida ўзига хос бир таомнинг номи «Ди Эрде унд дер Химмел», яъни «Ер ва Осмон» деб аталади. «Ер» бу картошка, чунки у ерда тупроқда ўсади, «осмон» эса олма, чунки у тепада, ҳавода ўсади.

Шу иккала масаллиқнинг бирикмасидан «Ер билан осмон» овқати ҳосил бўлади. Буни тайёрлаш жуда оддий: картошка билан олма тенгма-тeng олиниб арчилади ва тилик қилиб кесилади. Ҳар икки масаллиқ алоҳида алоҳида идишларда бир оз сув билан димлаб пиширилади. Картошкани иссиғида эзив, олмани эса сим элакдан ўтказиб, пюре тайёрланади. Картошкага туз, олмага эса шакар сепиб таъми ростлантач, ҳар иккаласи аралаштирилиб, бир хил масса ҳосил бўлгунча ийланади. Сарифни доғлаб пиёз қовурилади, буни ҳам пюрега аралаштирилади. Сосискани қайнок сувга солиб, картиллама бўлганда олиб, ёнбошига ўша «Ер билан осмон»

пюресидан гарнир қилиб берилади.

Қурбақачилик соҳалари

Агар биз чорвачилик, паррандачилик, балиқчилик каби ишлаб чиқариш соҳалари тўғрисида гапирадиган бўлсақ, бу ҳамма учун тушунарли — гап озиқ-овқат саноати учун масаллик етишириб берадиган соҳалар устида кетади. Энди агар жаҳонда қурбақачилик... ҳа ўша, кўл ва ариқчалардаги «вакир-вукур»лардан озиқ-овқат мақсадида фойдаланилдиган соҳалар борлигини айтсақ, ҳайрон бўлишингиз мумкин. Сирасини айтганда териб-термачлаш ва овчилик билан машғул бўлган ибтидоий одамлар балиқлар билан бирга қурбақаларни ҳам тутишиб луқмаи ҳалол сифатида пақкос тушира беришган. Исботи шуки: Бразилия ўрмонларида то ҳанузгача ибтидоий жамоа тузумида яшаб келаётган бир қабила борлиги аниқланган, ўшаларнинг энг севимли таоми қурбақа экан. Қурбақа жуда дори нарса, уни бир вақтлар ўзбеклар ҳам еган. Ҳалқ табобатида чиллашир деб аталувчи бир касаллик бўлиб, бунда одам ўта озғинлаб териси суюгига ёпишиб, куйган косовдек бўлиб қолади. Ана шу касалликнинг энг яхши парҳези — қурбақа шўрва ҳисобланган. Абу Али ибн Синонинг ёзишича: «Агар қурбақани туз ва зайдун ёғи билан қайнатиб, шўрваси ичилса, бу мохов ва газандаларнинг чаққанига қарши даво бўлади». Қурбақа ўзи ювош, беозор жонивор, у ҳашаротларни тутиб ейди, сувни йод моддаси билан бойитиб одамларга анча фойда етказади. Йод моддаси бўлмаган сувни муттасил ичиб юрган киши бўқоқ касалига мубтало бўлиши мумкин. Хуллас қурбақа табиий санитарлардан бири, яна у сувни тоза ва муздек туришида ҳам аҳамиятлидир. Масалан, илгари холодильниклар бўлмаган кезларда одамлар эрталаб кўзаларга сув солиб ичига биттаиккита қурбақа солиб қўйганлар, жазирама иссиқ кунлари сув то кечгача муздеккина сақланган ва пашша, ўргимчак, чумоли, ари каби ҳашаротлардан ҳам муҳофаза бўлган.

Хўш, қурбақани ҳозирги замон одамлари ҳам ейдими? Бу саволга «ҳа» деб жавоб берамиз, чунки мисоллар анча кўп. Хитой, Япон ва бошқа Шарқий ва Жанубий Осиё ҳалқлари уни азалдан еб келади. Италия ва Францияда эса қурбақа гўштидан тайёрланган таомлар жуда ноёб, нафис ва серлаззат ҳисобланади, шунинг учун қурбақа таомлар ресторонларда тайёрланади ва тўй дастурхонига ҳам қўйилади. Анча йилдирки, «Польска» журналининг хабар қилишича Польшадан Италияга ҳар йили 3 тоннадан қурбақа гўшти етказиб бериш тўғрисида битим тузилган.

«Правда» газетасининг 1981 йил 2 январь сонида босилган А. Кузнецовнинг мақоласида ҳам қизиқ факт бор: унинг ёзишича, жаҳонда қурбақанинг 2000 дан ортиқ тури бўлиб, ҳаммасини овқатга ишлатса бўлаверар экан, Шулардан, Филлипин оролларидағи шолипоялардагина яшайдиган «сакровчи қўтослар» деб аталувчи тури энг лаззатлиси ҳисобланар экан. Бу турдаги қурбақалар биздагилардан анча катта бўлиб, узунлиги 1 қарич, семизгина, ҳар бири 200 граммдан гўшт қилар экан. Ўша мақолада айтилишича: «Филлипин» Дейли экспресс-газетаси», «сакровчи қўтослар» шоликор деҳқонлар учун қўшимча даромад бўлишлиги, кенг майдонлардаги шолипояларда қўпайтирилиши ва бу масаллиқ экспорт қилишда муҳим ўрин эгаллаши тўғрисида ёзган. «Лусан оролидаги Шимолий Илокас провинциясида серлаззат қурбақа гўшти етиширадиган ферма ҳам ишлаб турганлиги» тўғрисида хабар бор ўша газетада.

Маълумки, мусулмон дини аҳолига анчагина масалликларни истеъмол этишни чеклаб қўйган, шу жумладан қурбақа ҳам «ҳаром» ҳисобланади. Лекин очлик нималарга мажбур қилмайди, дейсиз, «Известия» газетасининг 1974 йил, 14 январь сонида босилган бир хабарда айтилишича: «Шимолий Эрондаги Паҳлавий портига 12 километр яқин жойда қурбақа гўштидан консерва тайёрлайдиган завод қуриб битказилган. Заводнинг проектда кўрсатилган қуввати йилига 200 тонна консерва ишлаб чиқаришга мўлжалланган: Ушбу завод яқинидаги 8 гектар майдонни эгаллаган кўлда зарур ҳом ашё етказиб туриласди». Завод ишга тушмасдан 2

йил олдий бир неча Европа мамлакатлари унинг чиқарилажак маҳсулотига пул тўлаб қўйишган. Эндиликда қурбақа консервалари хорижий Узок Шарқ ва Жанубий Осиё мамлакатларига ҳам экспорт қилинмоқда. Ана кўрдингизми, гўшт масаллиқлари етказиб берадиган чорвачилик, паррандачилик, балиқчилик каби хўжалик соҳаларидан ташқари яна қурбақачилнк соҳаси ҳам бор жаҳонда.

Қовурилган калтакесаклар

Калтакесак кўринишидан анча хунук бир махлук, уни ейиш мумкин деса, сесканиб кетасан киши. Бироқ, Гватемаладаги индеецлар калтакесакни хузур қилиб ейишар экан. Буни ўша томонларга турист бўлиб борган немис пазандаси Ханс Киоблоҳ ўз кўзи билан кўриб ҳикоя қиласди: «Гватемала шаҳридаги катта бозор... Одамларнинг ола-була, ранго-ранг кийимлари кўзни қамаштиради, ҳошияси кенг шляпаликлар жуда кўп: бунда белларига қандайдир тропик ўсимлигининг катта-катта япроқларини ёки похолларини юбка сифатида боғлаб олган, белидан юқориси эса, яланғоч эркак ва аёллар ҳам учрайди. Тропиканинг ҳамма неъматлари шу бозорда: ананаслару бананлар, апельсинлару лимонлар, яна биз билмаган турли мевалар, анвойи зираворлар билан бир қаторда, қизил ловия билан маккажўхорини кўплаб харид қилишар экан. Бозор ғовур-ғувури ичида чинқироқ бир овоз тинмай таралар эди. Таржимоннинг тушунтиришича бу «чўл балиғи» сотувчисининг овози экан.

— Қизиқ чўлда балиқ нима қиласди?

— Калтакесаклар... — деди у қулимсираб.

Бориб қарасак, пақир ўчоқ устидаги товада доғланган ёғ. Бир қаричли калтакесакларни тилимлаб тузлаб қўйибди. Пазанданинг қўли-қўлига тегмайди, «жаз» этиб ҳар иккала томонини қизартириб, хўрандаларга узатиб туриб, яна ўша чинқироқ овозда: «кең қолинг, чўлнинг луқмаи ҳалолига». — деб қичқиравди. Бу гватемалаликлар учун энг ноёб таом ҳисобланар экан, буни хузур қилиб еяётган одамларнинг юзидан ҳам сезиш мумкин эди...

Бу ҳикояни ўқиб мен унча ажабланмадим. Негаки келтакесак, илон, тошбақа ва бошқа судралувчи ҳайвонлар ибтидоий масаллиқлардан ҳисобланади. Ҳатто XV асрларда ҳам илонни «ўрмон балиғи» номи билан аташиб, Франция ва Италияда ейишгани тўғрисида маълумотлар бор.

Австралияда судралиб юрувчи ҳайвонларни ҳануз овқатга ишлатишади. Айниқса, уларнинг энг яхши кўрган таомларидан бири — тимсоҳ гўштидир. Қийма қилиб қовуриб, қайнатиб нақ ўзини ейишади ва бошқа овқатларга қўшиб пиширишади.

Мельбурн ва Сидней шаҳарларида фақат тимсоҳ гўштидан турли таомлар тайёрлайдиган маҳсус ресторанлар бор. Тимсоҳдан консервалар ҳам тайёрлашади. Еб кўрганларнинг гувоҳлик беришича тимсоҳ гўшти балиқ ва товук гўштларининг муштараклигидаги мазага эга бўлган ўзига хос нафис ва лазиз эмиш.

Таомнинг номи «бумиранг»

Австралия континентида қуёш ёғдуси жуда кўп, аммо оқин сув жуда кам. Шунинг учун бу қитъанинг асосий аҳолиси аборегенлар турли ёввойи ўсимликларнинг мевалари ҳамда кўпдан-кўп ҳайвонларни овлаб тирикчилик қилганлар. Уларнинг узоқдаги ҳайвонга қўл билан отадиган, агар тегмаса овчининг ёнига яна қайтиб келадиган сұяқдан ҳилолсимон қилиб ясалган куроллари бор, номи — бумиранг. Аборегенлар ўсимлик масаллиқларидан қўра кўпроқ гўшт еганлар. Улар таом тайёрлаш учун олов ёқаётганларида шундай сифинар эканлар: «Гулхан, гулхан! Тезроқ ёнгин, мен гўшт пишириб олмоқчиман». Ибтидоий тасаввурларига қўра гўшт эмас, бошқа нарса пиширмоқчиман, деса олов ёнмас эмиш. Аборегенларнинг катта бир парча

қовурилган гүштдан иборат таоми, ов қуроллари, яъни «бумиранг» номи билан аталади. Ушбу қитъани Англия мустамлака қилиб олгандан сўнг, бу ерда асосан қўйчилик ва чорвачиликнинг бошқа соҳалари ривожлана бошлаган.

Австралияниг миллий таоми нима? деб сўрасангиз, европадан бориб қолган киши ҳам, австралиялик ҳам «бумиранг» деб жавоб беради. Эндиликда улар ёлғиз қовурилган гүштнигина эмас, бошқа таомларни, ширинликларни, жумладан тортни ҳам «бумиранг» деб аташади. Чунки қадимда ерли аҳолига овқат топиш имконини бергаи яккаю ягона ов қуроли бумиранг бўлганлигидан у ҳам гўшт, ҳам нон маъносида юритилади.

Лаган стадионидаги матадорлар (тореадорлар)

Маълумки, Испания ва Португалиядаги катта стадионларда хўқизларни қизил матога ром қилиш, елкасига ханжар санчиш, ўткир шохли ғазабланган хўқизлар даврасида ўзларини бемалол тута оладиган чаққон, жасоратли, мардонавор спортчиларни матадорлар деб аташади. Ўйин тугагач матадорлар учун ўзлари ғолиб чиқсан хўқиз гўштидан кабоб тайёrlab лаганга чиройли қилиб тузаб келтирадилар. Матадорлар эса овқатдан олдин: «Стадион лаган даражасида кичрайиб бизнинг дастурхонимизга келди, биз эса матадорлигимизча қолдик» деб ҳазил-мutoиба қиласидилар. Ушбу таомнинг номи «Лаган стадионидаги матадорлар» деб аталади. Бунда хўқиз ўрнига қовурилган сон гўшти, қизил матони помидор ва гармдори акс эттиради. Ҳайвон елкасига санчилган ханжар вазифасини эса пичноқ билан вилка адо этади.

«Товуқнинг чап оёғи»

Парижда «Товуқнинг чап оёғи» номли маҳсус кафе бор. Нега энди чап оёғи? — дерсиз. Нодир пазандаларнинг фикрича, товук дам олганда ўнг оёғида тик туриб, чап оёғини йиғиб оладиган бўлгани учун чап сонининг гўшти ўнг сониникига қараганда нафисроқ ва бинобарин лаззатлироқ бўлар эмиш. Ўша кафеда доим одам гавжум. Лекин ширакайф хўрандаларнинг ҳаммаси ҳам оёқнинг ўнг ёки чап эканлигини ажратса олмайди. Бунинг аҳамияти йўқ, барibir. Савдо авжи қизиган вақтларда ўнг-чапига қарамай пишириб бераверадилар. Пиширилиши ҳам ғайри оддий, ғалати: хўранда ўтирган столида маҳсус кичкина электр плиткаларда хушбўй ҳидини таратиб қовурадилар. Мабодо бирон бир хўранда унга ҳозирланган таом товуқнинг чап оёғидан эмас, ўнг оёғидан эканлигини сезиб қолиб эътиroz билдиргудай бўлса, маҳсус тайёргарликдан ўтган гўзал ва хушмуомала офи-циаиткалар ҳозиру нозир. Унда сиз бундай диалогнинг гувоҳи бўласиз.

— Ахир, мен товуқнинг чап оёғини буюрган эдимку?! Бу эса ўнг оёқ!!

— Мисье, ҳаммаси тўғри, Сиз ҳақлисиз — дейди официантка хушмуомалалик билан. Факат иккимиз бир нарсани аниклаб олмоғимиз даркор.

— Хўш, хоним?—деди мулойим тортган хўранда.

— Гап шундаки, Мисье, товук тириклигига қайси томонга қараб турган. Агар у сўйилмасдан олдин менга қараб турган бўлса, унда бу унинг ўнг оёғи. Албатта қуш тириклигига Сиз томонга қараб мунтазир эди, демак бу унинг чап сони. Сизга ош бўлсин, Мисье!

Умумий илжайишдан сўнг эътиrozга ўрин қолмайди. Пазандаларнинг эса қўли қўлига тегмайди, ўнгу чапига қарамай жазиллатаверишади.

Кафе номини «Товуқнинг чап оёғи» деб аталишининг ўзи хўрандаларни қизиқтириши ва қўплаб жалб қилишга қаратилган рекламадан иборат ва демак, лақиллатишдан ҳам.

Шилиқ қурт — ноёб таом

Зах ерларда, кўкатларнинг орасида усти чиганоқ, ўзи қизил бир кесим хом гўштга ўхшаган шилиқ қуртни кўргандирсиз, буни «гўшт кетди» деб ҳам аташади. Ана шу умурткасиз жонивор Францияда гастрономларда сотилади. Ундан шўрва, қовурма тайёрлайдилар, қиймалаб чучвара, котлет пиширадилар ва юзларча таомларга қўшадилар.

Шилиқ қурт солиб тайёрланган ҳар қандай овқат французлар учун ноёб таом ҳисобланади, азиз меҳмонларга аatab ёки тўй ва байрам дастурхонига қўйилади. Ушбу масаллиқка бўлган талаб шу қадар ортиб кетибдик, ҳар йили 17 тонна моллюска ейиладиган бўлибди. Электрон машинаси орқали олинган маълумотларга кўра 1985 йилга бориб, бу мамлакатда барча шилиқ қурт еб бўлиниб, «Қизил китоб»га ёзилиш хавфи туғилар экан. Ана шунинг учун Экслан Прованс вилоятида зоолог Жан Кауффер ва пазанда Ив Дубле номли икки киши пул жамғаришиб, шилиқ қуртни кўпайтирадиган ферма ташкил этишган. Ушбу ноёб масаллиқни етиштириш учун унча кўп маблағ сарфланмайди, яъни озуқа жамғаришнинг, маҳсус хоналар қуришнинг, парвариш қилувчи ходимлар бўлишнинг сира ҳожати йўқ. Ажратилган зах ерда ўстган ёввойи қўкатлар орасида яшаётган шилиқ қурт тез ва кўп урчиди. Ўша ўзига хос ферма яrim гектар ерни ташкил қиласи, бу майдондан ҳар йили 10—12 бош сигир вазнига тенг келадиган шилиқ қурт гўшти ҳосил қилиш мумкин экан. Суяксизлигини айтмайсизми! Пазандабоплиги ҳам чакки эмас, чиганоғи кертиб ташланиб кесилса бас — нақ тўғралган гўштнинг ўзгинаси-да!

Балиқхўрлик

Нақл қилишларича, қадимги грек файласуфларидаи Демонакс денгиз саёҳатига чиқмоқчи бўлибди. Энди сафарга жўнайман деб турганида қаттиқ шамол ва бўрон бошланибди. Шу топ дўстларидан бири Демонаксга мурожаат қилиб: «сафардан воз кечсанг бўларди, ахир кеманг ҳалокатга учраши ва ўзинг балиқларга ем бўлишинг мумкин», — деганида файласуф: «Нега энди балиқлар мени емас эканлар, ахир ҳаётимда мен қанчадан қанча балиқни еб юборганманку!» деб жавоб берган экан.

Дарвоқе грек пазандалигида балиқ таомлари асосий ўринни эгаллади. Греция қирғоқларини денгиз ювиб турди, жуда кўп ороллари бор, атрофи сув, ичи тўла балиқ. Шунинг учун пазандалари: «грекча шўрва пишириш учун ҳам сув, ҳам балиқ керак бўлади» дейишади.

Умрида сира ҳам гўшт емай, фақатгина балиқхўрлик билан тирикчилик қилувчи кишилар жуда кўп бу ерда.

Қошиғини ҳам еса бўлади

Мексикада яшовчи ерли ахоли — индеецлар жуда қадим замонлардан буён маккажўхори унидан юпқа нон тайерлашни давом эттириб келади, Мексикани босиб олган испанияликлар XVI асрда бу нонни Европага олиб келганлар, ҳозир у Испания ва Португалияда ҳам тайёрланади ва тортильяс деб юритилади. Тортильяс нонини ейишдан ташқари яна қошиқ ўрнида ҳам ишлатилади: бир бурда синдириб курак симон букиб олиб пиширилган гуруч, нўхот ёки салат, винегрет каби овқатларни ейишда фойдаланилади. Бу ҳали қошиқ келиб чиқмасдан илгари пайдо бўлган «қошиқ» нондир.

Шундай нонлар Қавказда ҳам бор. Арман пазандалигида жуда юпқа ёйиб, тандирда пишириладиган нон бор, номи лаваш. Бу ҳам қошиқ вазифасини ўтайди ва унга пишлок ўраб ҳам ейилади. Озарбайжон пазандалигида палов тайёрлаганларида қазмаф деб аталувчи юпқа нон ҳам пиширадилар. Паловни ана шу қазмағдан бир бурдасини куракча қилиб олиб ейилади.

Ўзбек ва тожик пазандалигида ҳам юпқа ёйиб, тандирда 1—2 минут сергитиб олинадиган нон бор, номи — чевати ёки чапоти. Бу нон ҳам ҳар хил овқатларни ёки бир бурдасига пишган

гўшт ёки кабоб жазини ўраб ейилган.

Бизда мураббо, ҳолвайтар, қатиқ, қаймоқ, асал, эритилган сариёғ кабиларга кичик бир бурда нон теккизиб ялаш одати бор. Овқатланишдаги бу одат жуда ибтидоий бўлиб, бу ҳам қошиқ ижод қилингунга қадар ноннинг ўзини «қошиқ қилиб» ейишга мисол бўла олади. Ҳиндистондаги дехқонлар овқатланганларида ҳануз ҳам қошиқдан фойдаланишмайди, қўлда ёки қуюқ-суюқ овқатларни танаввул этганда қошиқ ўрнида бир бўлак нондан фойдаланишади.

Пашшанинг ўлигими ёки кишишишми?

Ҳамма соҳаларда бўлгани каби пазандалик ҳам тасодифларга тўла. Баъзан ҳеч хаёлга келмаган нарсаларни бир тасодиф ярқ этиб ақлга киритади-қўяди. Фандаги қўпгина кашфиётлар ҳам тасодифлар билан боғлиқлигини биласиз. Шунингдек хамирга кишишиш солиб пишириладиган булочка ҳам бир тасодиф таъсирида келиб чиқсан. Революцияга қадар Москвадаги кондитер ва гастрономия масалликлари савдоси капиталист Елисеев тасарруфида эди. У харидорларни ўзига кўплаб жалб этиш учун магазин биносини чунон ҳам безайдики, аста қўяверинг. Бу магазин биноси М. Горький кўчасида ҳануз ҳам бор. Лекин магазиннинг безаги ўз ўлига, харидорни сотилаётган сифатсиз масаллиқ ҳам безитиб юбориши мумкин. Шундай бўлади ҳам: бир куни «Елисеевкага» бир харидор кириб булочка сотиб олади ва шу ернинг ўзида синдириб ея бошласа, ичидан бир неча ўлик пашша чиқади. Ранжиган харидор бошқаларга кўрсатади ва қаттиқ овоз билан мурожаат қиласди.

— Одамлар! Елисеевнинг хашаматига ишонманглар, у мана бундақа пашша қўшилган булочкалар сотиб бойияётган экан!

Ҳаммани ола-ғовур босади, барча харид қилинган нарсалар эгасига қайтарила бошлайди. Шунда Елисеев пештахта устига чиқади-да, ҳалиги булоchkани қўлига олиб пашша ўлигини битталаб териб чайнай бошлайди.

— Одамлар! Бу харидоримиз яхши пайқамаганга ўхшайди, бу пашша эмас, қора кишишиш, биз бугундан эътиборан магазинимизда кишишили булочкалар сотаяпмиз. Мабодо бошқа булочкаларга кишишиш тушмаган бўлса, мен кондитерни уришиб қўяман. Эртага ғарч кишишили булочкаларга яна марҳамат қиласверинглар!

Харидорларнинг безишидан чўчиган Елисеев кечқурун кондитерни ўз уйига таклиф этиб, маҳфий топшириқ берган: «майзли булоchkанинг рецепт ва технологиясини ишлаб, эрталаб магазинга чиқарилсин!»

Афсусли жойи шундаки, бир кечада мураккаб технологиядаги майизли булочка ижодкорининг номи тарихда қолмайди, лекин москваликлар Елисеевни онда-сонда бўлса ҳам ҳамон эслашади.

Пиллапўчоқ тамаддиси

Маълумки, ипак курти пилласини ўраб бўлгач, ичида қолиб, ғумбакка айланади. Фабрикаларда пилла дошқозонларда қайнатилиб, ипаги ғалтакларга ўраб олингач, ичидан тушиб қолган жуда қўланса ҳидли жигар ранг тусдаги ғумбаклар чиқади. Буни ўзбекчасига пилла-пўчоқ деб аталади.

Пиллапўчоқ кўмиб ташланади, ерга ўғит қилинади ёки товукларга едирилади. Ажабо, Хитой вилоятларидан бирида буни одамлар ер эканлар. Офтобда қуритилиб, қозонда қовурилгандан сўнг курс-курс қилиб ейишаверади. Меҳмон дастурхонига қўйилган пилла-пўчоқ қовурмаси ноёб таом сифатида қабул қилинади.

Овқатнинг лаззати пишлоқ билан...

Гап Голландия пазандалиги устида боради. Негаки, бу мамлакат пишлоқ тайёрлашда жаҳонда асосий ўринни эгаллайди. Машхур «голланд сири»ни биламиз. Яна сирти қип-қизил ичи олтин сарик «эдам» навли сир эса голланд пазандалигининг рамзи ҳисобланади. «Гауде» навли сир ҳам Голландияда кашф этилган, хуллас ўнлаб турлари мавжуд.

Барча мамлакатларда пишлоқ десерт овқат сифатида истеъмол қилинади, яъни асосий овқатдан олдин ёки кейин бир оздан тамадди қилиш — десерт дейилади. Лекин Голландияда пишлоқ барча овқатларнинг асосий компоненти сифатида истеъмол қилинади. Яъни салатда ҳам сир, шўрвада ҳам сир, гўшт билан сир, сабзавот билан сир, балиқ билан сир, хамир билан сир, қовурилган сир, қайнатилган сир, димланган сир, кирилган сир, эритилган сир, барча овқатлар таркибида сир — пишлоқ...

Пазандаликдаги «Гўзалнинг чиройи қўзи билан, овқатнинг лаззати тузи билан» деган машхур мақолни ҳам голландиялик пазандалар. «Овқатнинг лаззати сир билан» деб ўзгартириб айтишади.

Ширинлик шайдолари

Муқаддас Елена оролининг аҳолиси учун энг шарафли ва биринчи ўринга қўйиб истеъмол қиласидан таоми асал ва қанд ҳисобланади. Ширинликхўрлиқда булардан ҳам шведлар устун туришади. Статистика маълумотларига қўра ҳар бир швед йилига 47 кг қанд еяр экан. Қанд, конфет, ҳар хил мурабболарни ўзини ейишдан ташқари барча таомларига ҳам қўшишади. Ҳатто жигардан тайёрланган паштетга, сирка ва бошка зираворлар солиб тузланган балиққа ҳам шакар сепиб ейишади. Турли хил нонларни ҳам қанд қўшиб тайёрлашади. Швецияда яна шакар қўшиб тайёрланган колбаса ҳам бор, буни кесиб дастурхонга тортганда мевадан қайнатилган ширин компот билан келтирадилар. Шведларнинг энг шарафли ва севимли оши чўчқа ёғида тайёрланган ловияли қора шўрвадир, бунга ҳам пича шакар сепишади. Ушбу шўрвани дастурхонга тортишда бруслника қиёми солиб тайёрланган блин билан бирга берадилар. Ичига асал солиб қайнатилган балиқни айтмайсизми!

Бизда, масалан, помидор ва бодрингга туз сепиб ейилади, уларда помидорга шакар сепилиб, бодринг эса қиёмга ёки асалга ботириб истеъмол этилади. Еб қўрганларнинг айтишларига қараганда асалга теккизиб ейилган бодрингнинг мазаси тарвузга ўхшар эмиш.

Қат-қат таом

Мана шу ғоят лаззатли ва энг ноёб таом қўчманчи араб қабилаларининг пазандалигига хос бўлиб, у фақат катта тўй ва байрамларда тайёрланади. Уни тайёрлашда қабиладаги қассоб ва пазандаларнинг барчаси иштирок этиб, кечкурун салқин тушганда бошлашса, эртасига эрталаб пишади. Аввалига бир тужа сўйилади, териси шилиниб ички аъзолари олиб ташлангач, бўйни, икки сони ва кураги ажратилиб тузлаб қўйилади. Таомга туянинг фақат танаси керак бўлади. Тананинг ичи ва сиртига тузга қўшиб туйилган ҳар хил зираворлар сепиб, ишқаланади. Битта қўй ҳам сўйилади, ич маҳсулотлари олиб ташлангач, тўртала оёқлари ҳам танадан ажратилади. Тананинг ичи ва ташқи тамонларига эса ҳалигидай туз ва зираворлар аралашмасидан сепиб ишқаланади. 10 та товук ҳам сўйилиб, патлари юлингач, ичак-чавоғидан тозаланади, ювилади, туз ва зираворлар сепилади. Қатталиги бир қарич келадиган балиқлардан ҳам 10 та олиниб тангачалари қирилиб, ичи олиб ташлангач, ювилади, бунга ҳам туз ва зираворлар сепилади. 20 дона тухумни қайнатиб, қаттиққина қилиб пиширилади, пўсти арчилади. Ана энди ҳар бир балиқнинг ичига иккитадан тухум жойлаб, доғланган ёғда қизартириб олинади. Сўнгра қовурилган балиқларни товуқларнинг ичига солиб тикилади ва милтиратиб қайнаётган шўрвада

пиширилади. Тайёр тавуқларни эса ҳалиги қўйнинг танасига жойлаб, ора-орасига кесилган думба, жигар ва бўйрак солиб тикилади, буғлаб пиширилади. Бунинг учун қозонга сув қуиб, ёғоч панжара-теглик ўрнатилади, қўй танасини панжара устига жойлаб, қопқоғи жипс ёпилган суст оловда димланади. Тахминан 1—1,5 соатларда қўй танасининг бутун буғламаси тайёр бўлади. Энди буни аста олиб, тайёрлаб қўйилган түя танасининг ичига солинади. Туяни ҳам катта дошқозондаги ёғоч панжара устига қўйиб, остига сув қуиб, қопқоғи жипс ёпилади ва буғланади. Тахминан 3 соатларда түя танаси ҳам бутунлигича хил-хил бўлиб пишади. Қат-қат таомни катта меш устига олиб бир оз тоби чиқарилгандан сўнг қабила оқсоқоли уни моҳирлик билан тилимлайди, Ҳозир бўлғанларнинг ҳар бирига түя, қўй, товуқ балиқ гўштларидан ва тухумдан майдалаб тақсимлайди. Товуқ қайнатилганда қўй ва түя буғланганда ҳосил бўлган шўрвалар аралаштириб юборилиб алоҳида тортилади. Қат-қат таомни тайёрлаш давомида ҳар турли ашулалар янграб, рақслар ижро этиб турилади. Танавулдан сўнг тантаналар яна давом этади.

Тўйдирмаса ҳам митти балиқ яхши

Филиппин оролларида яшовчи ҳалқларнинг энг севимли ноёб таоми митти балиқлардир. 10—15 киши бирга ов қилганда кечгача атиги 20—30 грамм балиқ тутади. Овчилар чаққон, чидамли ва ўткир кўзли одамлар бўлиб, матробларини қалин докадан ясайдилар ва денгиз қирғогида эртадан то кечгача сузиб «диндака пигмей» ва «мистихтюс люzon» деб аталувчи балиқчаларни қидирадилар. Балиқчаларнинг катталиги чумолидай бўлиб, танаси тиниқ сув рангидан бўлади, овчилар буларни бир жуфт қопқора кўзларидан топиб оладилар.

Ушбу балиқчаларни қовуриб ёки бирон бошқа усул билан пиширишганда ҳеч нарса қолмаслиги аниқ. Шунинг учун мазахўраклар митти балиқчаларни маҳсус қисқичларда илиб олиб тилларининг тагига ташлар эканлар, лукмаи ҳалоллар тупиклар ичра сузиб, оғиз бўшлигини анча қитиқлаб кўпгина сўлак ҳосил қилгандан сўнг, кўзларини юмиб аста ютиб хузур қиларканлар.

Сув қандаласи ҳам овқат

Ушбу жониворни мексикаликлар ва америкаликлар «бармоқхўр» деб атashади. Жануби-Шарқий Осиё мамлакатларида бу ҳашаротни жуда хуш кўриб ейишади. Овловчилар сув остига шўнғиб тухумларини елкасига олиб очириш учун бир жойда жилмай турган сув қандалларини кўплаб териб бозорларда сотадилар, пазандалар эса бундан шўрва қайнатадилар. Офтобда куритилганини қусурлатиб ейиш учун дастурхонга тортадилар. Сув қандаласининг ўзига хос ҳиди бу ерлик аҳолига жуда манзур тушгани учун ҳам уни зиравор сифатида кўпгина таомларга кўшиб юборадилар.

Тошбақа таом

Тинч, Атлантика ва Хинд океанлари қирғоқларида жойлашган мамлакатларда ва шу океанлардаги оролларда яшовчи ҳалқларнинг кўпи денгиз тошбақаларини ейди. Сузувчи тошбақалар анча катта бўлиб, ҳар бири 50 килограммдан тортиб то 500 килограммгача гўшт қиласиди.

Янги Зеландияда тошбақа пиширишнинг ибтидоий усули ҳанузгача сақланиб қолган. Тутилган тошбақанинг ҳажмига қараб ерда чуқур ковладилар, чукурга тошбақани тўнтариб ётқизадилар, устига шох-шаббалар ташлаб гулхан ёқадилар, бир соатлардан сўнг кулни очиб ташлаб қарабсизки, тошбақанинг қорин томонидаги косаси куйиб, осонликча кесиб ташлаш

мумкин бўлиб қолади. Тўнтарилган сирт косасида эса гўшти ўз селига ҳил-ҳил пишади.

Қизиги шундаки, ҳали холодильниклар йўқ, консервалар кашф этилмаган, аммо масаллиқни узоқ сақлаш-зарурати туғилган пайтда дengizchilarning узоқ сафарларида тошбақалар жуда асқотган. Буни пиширган ва еган кишиларнинг гувоҳлик беришича шу жонивор гўшти кийик гўштига ўхшаб кетар, аммо сели анча кўпроқ бўлиб, нафислиги товуқ гўштига teng келар экан. Мазасига келганимизда эса ҳар иккала гўштнинг уйғунлашган лаззатига монанд эмиш. Бунга ишонса бўлади, негаки тошбақа жуда беозор ҳайвон, қуруқликда яшайдиганлари турли доривор ўсимликларни ейди ёки худди қушлар каби чигиртка, ўргимчак, қўнғиз ва бошқа умуртқасиз курт-қумурсқаларни еб тириклик қиласди. Денгизларда яшайдиган тошбақалар эса балиқлар нимани еса булар ҳам шуни ейди. Кўриниб турибдики, тошбақаларнинг озиқланиши гўштининг луқмаи ҳалоллигидан далолат бериб турибди. Тошбақа гўштини асосан дengizchilar ва дengiz бўйларида истиқомат қилувчи ҳалқлар жуда нафис ва ноёб таом сифатида истеъмол этадилар. Олис океанлар исканжасида адашиб қолган, егулик нарсаси тугаган ва ҳатто балиқ тутишга ҳам имкони қолмаган ҳолларда дengizchilarга кўплаб ғамлаб олинган тошбақалар асқотган. Пароход палубалари ва трюмларига оёғини осмонга қилиб тўнтариб қўйилган тошбақалар ҳафталақ ҳатто ойлаб типирчилаб ётаверган. Худди мана шу тирик консервалардан пароход пазандалари хоҳлаган овқатни тайёрлай берганлар.

Эндиликда гўштдан, балиқдан ва мевалардан тайёрланадиган консерваларнинг ижод этилганига атиги бир аср бўлди холос, холодильникнинг кашф қилинганига эса 50 йил ҳам бўлгани йўқ. Аммо тирик консервалардан фойдаланиш 300 йилдан буён давом этади. Шунча давр ичida бу тансиқ таом юз минглаб дengizchilarни очлиқ оғатидан сақлаб қолган.

Яқиндагина Тинч океанда адашиб қолган Австралияning елканли кемасидаги 200 чамаси одамларнинг ҳаётини тирик консервалар сақлаб қолди.

Чигирткахўрлик

Индонезия ва Бирмада кўпгина антиқа таомлардан бири чигирткахўрликдир. Улфатлар оқшом пайтида боғ, дала ёки ўрмон четига йиғилишиб давра қуриб ўтиришади, ўртага гулхан ёқишади. Чор атрофдаги чигирткалар ловуллаган олов томон учиб кела бошлайди. Ҳар бир иштирокчи ўз ўлжасини ўтирган ерида тутиб чўпакка иладида, чўққа тутиб кабоб қиласди ва мазза қилиб тушираверади.

Чигирткахўрлик ҳар хил латифалар айтиш ва ширин сухбат билан алла маҳалгача давом этади, барча тўйгач, секин туриб тарқалишади. Чигиртка шундай таом эканки, унинг хўрандалари қадимда ҳам бўлган экан. Масалан, юон тарихчиси Геродотнинг қолдирган маълумотига кўра Осиёда яшовчи баъзи қабилалар, масалан, насамонлар чигиртка еганлар. Улар ҳашаротни тутгач чўпга илиб офтобда қуритишган, сўнгра талқон қилиб каф отишган ёки сутга қориб ейишган экан.

Чигиртка жуда тез кўпаядиган очофат ҳашарот бўлиб, қишлоқ хўжалиги учун катта зарар келтиради. Унинг галалари учганда қуёш нурларини булатдай тўсиши мумкин. Ерга қўнгандан ҳар қандай экинни ҳам қийратади, ҳатто қуриган қамишларни ҳам еб ташлайди. Бу ҳашарот Саудия Арабистони ва Эрон дехқончилигига ғоят катта путур етказадики, дехқонларга егулик ҳеч нарса қолдирмайдиган йиллар ҳам бўлади. Ана шундай вақтларда одамлар чигиртканинг ўзини ейишга мажбур бўладилар. Москвалик журналист В. Песков «Ҳайвонот оламида» телевизион кўрсатуви орқали. (10 январь 1981 йил) хикоя қилишича, Арабистонда қовурилган чигирткани тотиб қўрган. «Одамлар еяётганликлари учун мен ҳам бир донасини чайнаб қўрдим. Мазаси япасқи, биз ейдиган овқатларга сира ўхшамайди, лекин буни паллоҳлар (дехқонлар) ноиложликдан ер эканлар, шуни англадим»,— деди у.

Авторлар коллективининг «Этнография питания народов стран зарубежной Азии» номли

китобида айтилишича: «Овқат етишмовчиликдан бедуинларнинг жуда камбағал қисми чигиртка, калтакесак, илон, барча ёввойи ҳайвонларни, ҳатто тулкини ҳам ейдилар. Энг севиб ейдиганлари чигиртка бўлиб, бу ҳашарот қишлоқлар устидан булутдай учиб ўтади. Минг-минглаб ҳашарот буталарга қўниб, шудринг тушганда қимир этмай тураверади. Беудинлар буни ҳовуч-ҳовучлаб териб, катта қопларга соладилар. Сўнгра чукур, эни энсизроқ хандак қазишиб ичига олов ёқадилар. Олов ўчгандан сўнг қўрга чигирткаларни тўкишади (шундай қилингандан чигиртка яхши қовурилади). Чигиртгани ёққа қовуриб ҳам ейишади. Бундан ташқари ҳашаротни офтобда қуритишади, сўнгра дарҳол талқон қилиб олишади ёки узун ипларга чизишади. Чигиртка талқонидан бўтқа пиширишади».

Хомлигича ея беришади

Масаллиқлар борки, уларни хомлигича ейиш мумкин, лекин бир хилларини пиширмасдан еб бўлмайди. Масалан, помидор, бодринг, редиска, турп каби сабзавотларни ва мева-чевани хомлигича ея берамиз, бироқ картошка, шолғом, ошқовоқ, лавлаги, гуруч, нўхат, гўшт, балиқ ва бошқа масаллиқлар борки, буларни хомлигича сира еб бўлмайди.

Пазандалик — пиширмоқлик деган сўздан олинган, лекин Африка чангальзорларида бир хил элатлар бор, булар ҳатто гўшти ҳам хомлигича паққос тушира беради. Бизда тундра эскимос, чукчи, лавраветян, алиэт халқлари ошпазлигига ҳам энг ноёб таом ҳом балиқ хисобланади. Қишида янги тутилган балиқни тозалаб шундоққина далага олиб чиқилса бас, бир пастда тошдаккина бўлиб музлайди. Ана шуни оштахта устига қўйиб, тўқмоқ билан уриб яхидан туширишади-да, туз сепиб ея беришади. Ёзда бўлса ҳом балиқ гўштига пича сирка ва пиёз аралаштиrsa, ажиб таом ҳосил бўлар эмиш.

Энди Перу халқининг пазандалигига мурожаат қиласлиқ. Бу мамлакатда денгиз сатҳидан 4 минг метр баландликда Титикака деб аталмиш тоғ қўли бор. Бу қўлга ёлғиз алпинистларгина чиқа олади, чунки Титикакада йилнинг 10 ойи қаҳратон қиши, 2 ойи эса ёз. Ёз бўлганда ҳам жазирама ёз бўлади. Ана шу пайтларда офтобнинг тафтида улкан дошқозондай қайнаб кетган кўлдаги балиқлар ўзини қирғоққа тап-тап ота бошлияди, Алпинистлар ҳам худди шу пайтларда Титикака соҳилларида хозир бўладилар. Улар қирғоқларда питирлаб ётган балиқларни bemalol йиғиб келиб, чёрвиче деган таом тайёрайдилар. Балиқни тозалаб бошидан думига қаратса чувалчангсимон тасмаларга кесиб чиқадилар ва хомлигича лимон шарбатига ботириб, пиёз ва помидорга қўшиб танаввул қиласлилар. Парижнинг энг машҳур ресторанларида устрица деб аталмиш денгиз молюскаларининг бир тури албатта бўлади.

Мазакхўраклар заказ берганда официант тирик устрицани ликопга солиб олиб келади, садафини тарс ёриб ўртасидан чиққан шилиқ молюсканинг устига сирка се-пади-да хўрандага узатади, у олиб оғзига солади, ютганида томоғидан ўтаётуб «чий-чий» деса хузур қиласли, агар бундай товуш чиқмаса — ўлик экан, деб пул тўламайди! Ҳа, қоидаси шунақа бўлгандан кейин биз нима дея оламиш. Эсда тутайлик, дид табиатига келганда баҳс очилмайди деб келишиб олганмиз-ку.

Ёвғонхўрлар

Дунёда турли хислатдаги одамлар бўлади, шуларнинг бир хилли ёвғонхўрлардир. Бундай одамлар ҳайвонот масаллигининг асло яқинига йўлашмайди. Диндорликлариданми, кўнгли бўшликданми, ғоят даражада таъсирчанликлариданми ҳар ҳолда жонивор нарсани ўлдириб ейиш «одобдан эмас», деган андишага борадилар. Гўшт, тухум, сут, балиқ каби серлаззат таомлардан урларини маҳрум қилиб юришади. Буларнинг егани ўсимлик овқат бўлгани сабабли ундей кишиларни лотинча вегетаранлар (ўсимлик еювчилар) деб аташадиган бўлишган.

Ёвғонхўр кишиларнинг аъзоларида овқат ҳазмланиш жараёни қандай кечар экан, деган масала олимларни анча вактлардан буён қизиқтириб келади. Аввало, бу муаммони ўтган асрда италиялик олимлар ҳал қилишган. Жанубий Италияда яшовчи бир қисм аҳоли қадимий даврлардан буён ҳеч ҳам гўшт емас экан. Булар асосан зоғора уни, сабзи-пиёз, мева-чева-ю, зайдун дараҳтининг ёғини ер эканлар, холос. Сут, тухум, пишлок, балиқ емаганлари учун уларнинг истеъмолидаги ўсимлик овқатлар ҳам тўла ҳазм бўлмаслиги аниқланган.

Бу аҳолига тажриба учун ҳар куни 100 граммдан 15 мартағина гўшт едирилганда аъзоларидаги ҳазмланиш ва овқатнинг ичакдан сурилиб қонга ўтказилиши яхшидан бошлапти. Гўшт миқдори 200 граммга орттирилганда эса натижа илгаргидагидан ҳам яхши бўлган. Аниқланишича гўштнинг 97,5 фоизи танага сингиб кетар экан.

Афтидан, «этники этга, шўрваси бетга», деган ҳалқ мақоли илмий жиҳатдан ҳам тўғри чиқиб қолди.

Шунга қарамай, ҳануз ҳам ёвғонхўрлар жуда кўп ва уларнинг аксарияти асаб қасалликлари билан оғрийди. Шу сабабли Лондондаги «Миддлсекс госпиталь» қасалхонасининг шифокорлари ёвғонхўрларнинг аъзоларини текшириб яна бир карра шундай хулосага келдиларки, ёлғиз ердан кўкариб чикқан нарса билангина тирикчилик қиласидаги кишилар танасида (ошқозон, ичак ва жигарда) аста-секин ҳаётга қобиллик издан чиқа борар экан. Бинобарин, нерв системаси ҳам бузилишига сабаб бўлар экан.

Шунинг учун англиялик докторлар ҳаммага гўшт ейишни тавсия қилишади. Агар бу маслаҳатга ҳам такаббурлик қилувчилар топилиб қолса, бундайларнинг баданига сигир ва қўй жигарларидан эзиз олинган сел укол орқали юборилади. Йўқса, киши асабийлашади ва меҳнат қобилияти пасаяди. Қийналиб укол олгандан кўра, бир парча гўштни ҳузур қилиб ея қолган маъқул эмасми?

Қалдирғоч уясидан шўрва

Бундай таом Хитой пазандалигига хос Ф. И. Васильевнинг «Двести пятьдесят блюд китайской кухни» номли китобида (Москва Госторгиздат, 1959 йил, 184-бетда) бу таомнинг рецепти берилган. Бу таомнинг ташқи кўриниши бир оз сарғишроқ, ёғсиз бульон. Мазаси товуқ ва балиқ қайнатмаларининг ўйғунлашмасига ўхшаш, ҳар хил зираворларнинг ҳиди анқиб туради. Шу шўрва билан бирга қайнатилган қалдирғоч уяси алоҳида ликопчада берилади. Буни илк бор тотиган киши ё ютолмай, ё тупуролмай хуноб бўлади, анча бадхўр, лекин хитойликлар учун бу шўрва жуда лаззатли ва ноёб таом ҳисобланар экан. Қалдирғоч уяси деганда биз хас-чўп ва лойдан ясалган уяни тушунамиз. Йўқ, бу бошқачароқ уя. Хайнанъ ва Тайванъ оролларининг тоғли соҳилларида денгиз қалдирғочларининг бир тури яшайди, бу қалдирғоч ўз инини денгиз қирғоққа улоқтирган балиқларнинг лахм гўшти ва булдурифидан қуради. Қалдирғочнинг сўлаги теккан балиқ гўшти сира айнимайдиган ўзига хос «консерва» бўлиб қоларкан. Овчилар ана шу уяни йиғиб келишади. Энди бундан шўрва тайёрлаш пазандаларнинг маҳоратига боғлиқ. Уяни қайноқ сувга 4—5 соат ботириб қўйишади, сув совиса яна янгилаб туришади. Уя бўртиб юмшоқ бўлиб қолганда махсус мўйчинак билан ифлосланган жойлари тозаланади, яна иссиқ сувда ишқор (барий гидрат оксиди) билан ювилади. Сўнгра ишқорни кетказиши учун яна ювиб товуқ шўрвага солиб пиширилади.

Ўтинни ҳам ювиб...

Хинди斯顿да аҳоли паст, ўрта ва олий табақаларга бўлинади. Ана шу ўрта ва олий табақадагиларнинг хонадон ошхонасига ёт кишининг қадам қўйиши мутлақо ман этилади. Ўчоғ бошини сигир тезаги аралаштирилган лой билан ёки суюқ тезакнинг ўзи билан сувшади. Мол

тезаги уларнинг тушунчасича энг покиза нарса ҳисобланар экан. Шундай сувалган ўчоқда пишган овқат ҳам энг тоза ҳисобланар экан. Мободо ошхонага паст табақадаги одам, ё мусулмон, ё христиан ёки европаликдан бирон киши тасодифан кириб қолгудек бўлса иш тамом: пиширилаётган овқат ҳаром бўлди деб, тўкиб ташлашади. Қайта овқат тайёрлаганида эса барча масаллиқларни неча бор ювиб сўнг таом тайёрлашади. Бу-ку майли-я, ўчоққа қаланадиган ўтинни ҳам ювиб офтобда қуритиб, сўнг ўт қалашади. Бу асосан гонди деб аталувчи халқнинг индуизм динидаги раджалари ошхонасида содир бўлади.

Офтоби нон ва қалампир сомса

Жаҳонда факат Панжоб пазандалигигагина хос офтобда нон пишириш усули бор. Пхурвали деб аталувчи ушбу ноннинг хамири жуда суюқ қилиб, гуруч унидан қорилади. Шу хамирни оқ сурпга юпқа қилиб суркаб офтобга ёйиб қўйишади. Бирор соатлардан сўнг хамир қотиб матодан ажралганда олиб дастурхонга тортадилар. Ушбу нонни панжобликлар суюқ ошларга тўғраб истеъмол этадилар. Жаҳонда энг аччиқ сомса ҳам Панжобда бўлади. Хамиртурушиз хамирдан жилд ёйиб худди биздагидек уч бурчак сомса тушишади. Номи ҳам ўзбекчасига ўхшаш сомоса. Фақат қиймаси аччиқ қалампирнинг кўк ва қизилидан чопиб тайёрланади. Бунга туздан бошқа масаллиқ қўшилмайди.

Офтоби нонни тайёрлаш осон, ўзи ҳам қусурмачак, шўрвага тўғраса бўртади. Аччиқсомса эса панжобликлар учун жуда хушхўр туюлади. Тасаввур қилинг: уйқудан туриб ёки чарчаб, чанқаб келиб бир чойнак аччиқ чой ичганимиздан кейин қандай сермалиб кетамиз, танамиз яйрайди, майнин тер чиқиб, шаббода юргандек салқинлаб ҳузур қиламиз. Қалампир сомсанинг ҳам панжобликларга ана шундай ижобий таъсири бор.

Қон ҳам овқат

XIII асрда италиялик машҳур сайёҳ Марко Поло қолдирган маълумотларга қараганда монголлар ва тибетликлар жуда қадим замонлардан буён ҳайвоннинг хом ва пиширилган қонини овқат сифатида истеъмол қиласар эканлар.

Монгол босқинчилари узоқ походларда отларнинг қонини ичиб тириклилек қилганлар. Отнинг оёқларини боғлаб, ерга ағанатиб, бўйнидаги венасига тиф уриб, қонини идишга оқизиб олганлар ёки кесилган жойга оғзини тутиб қонни сўрганлар. Бунда ҳар гал отдан 300 грамгача қон олинса отга зарари бўлмас экан ва у шу йўқотган қонини 7—10 кунда тиклаб олар экан. 300 грамм қон эса бир кишига бир маҳал овқат учун кифоя қилган. Монгол аскарлари миниб юрадиган отларидан ташқари яна қонини ичиб юришга мўлжаллаб бир нечта от олиб юришган.

Тибетликлар одатда сигир ва қўтос қонини ичганлар. Буни улар иситиб, ёг ва пишлоқ қўшиб истеъмол қилганлар. Ёки қонни ичакка қуйиб хасип пиширганлар. Бундай хасипга бир неча турдаги ҳайвонларнинг қони омухта қилиб қўйилган, нчига яна гўшт, пиёз, саримсоқ, туз ва қалампир аралашмасидан тайёрланган қийма ҳам қўшилган.

Ивиб лахта-лахта жигарсимон бўлиб қолган қонни қовуриб ейишган ва яна сомса ҳам пиширишган.

Монголларда кийик қони ўпка касалига дори ҳисобланар экан. Кийик сўйиладиган пайт барча касаллар тўпланишади ва буларга иссиқ қон улашилиб шифо топтирилади.

Ит гўштининг шўрваси

Ит гўштини Шарқий ва Жанубий-Шарқий Осиёда истеъмол қиласилар. Жанубий Қореяда, Хитойнинг баъзи вилоятларида, Бирмада, Лаосда, Вьетнамда, Таиландда шундай бир тоифа

одамлар борки, булар учун ит гүшти луқмаи ҳалол ҳисобланади. Масалан, бирмада нага, мару, ака; Лаосда мао, ламен, кхму; Вьетнамда вьет, стенг, сенданг, мног; Таиландда лава деб аталувчи қабилалар борки, буларда ит гүшти ейиш азалий одат. Этнографларнинг маълумотига қараганда ит гүшти истеъмоли Жануби-Шарқий Осиё ҳалқлари маданияти билан Осиёнинг ички районларида яшовчи итдан чорвага қўриқчи сифатида фойдаланувчи ҳалқлар маданияти билан мураккаб алоқадорлик натижасида келиб чиқкан бўлиши мумкин. Сўнгра ит гүшти ейиш диний маросимлар билан боғлиқдир. Чунончи Вьетнамдаги мног қабиласида киши 50 ёшга тўлганда ўз шахсий рухини шод этмоқ учун итни сўйиб шўрва қайнатар, бошқаларга бошқа қисмини улашиб туғилган кунини нишонловчи ит калласини еяр экан. Табиий оғатларда ҳам ит сўйиб қурбонлик қилиш одатлари келиб чиқкан. Баъзи жойларда эса ит гүштини ейиш ҳеч қандай диний маросимлар билан боғлиқ бўлмасдан шундай одатдаги ҳол ҳисобланади. Бу эса ўша жойда яшовчи ҳалқнинг хўжалик маданий типи қандайлигига боғлиқ бўлади. Эҳтимол бир табиий оғатда чорва бутунлай қирилиб кетгану итлар қолган. Итдан бошқа егулик ҳайвон бўлмаса, начора. Қолаверса, итни боқиши кўпам маблағ сарфламайди ва у кўп урчидиган жонивор ва ҳ. к. Хуллас ит гүшти истеъмолинииг анчагина сабаблари бор.

Бадбўйу, бадхўр...

Тибетликларда бир овқат бор. Молни сўйиб қорнини тўкиб ташлаб, ювиб ичига ичаги, жигари, буйраги, ўпкаси, юрагини тўғраб солиб бижгитадилар, ҳатто бир-икки ҳафтагача ҳам бижгитаверадилар. Масаллиқ қанча кўп вақт сасиб турса ва узок-узоқлардан унинг бадбўй ҳиди таралиб турса, бу энг ноёб ва лазиз таом ҳисобланар экан. Бу масаллиқдан улар шўрва тайёрлашади ёки арпа дони билан суюқ ош пиширишади. Яна бир овқати от ва сигир туёқларини узок қайнатиб, қора елим ҳолига келганда ейишаверади. ЁКИ ҳайвон суякларини майдалаб, тегирмонда ун қилиб тортиб атала пишириб ейдилар. Буку майли-я, харом ўлиб бир неча кун жийиб кетган ҳайвон гүштидан ҳам овқат пишираверадилар.

Агар шу овқатларни бошқа одамлар еса, касал бўлибгина қолмай, ҳатто ўлиб қолиши ҳам мумкин. Аммо тибетликлар бунга ўрганиб қолган, одатланган, организми шунга мослашган. Уларнинг аъзолари ана шу сасиган ва ўлган ҳайвоннинг гүштидаги ғоятда хавфли микробларга ҳам бардошлидир. Агар улар ана шундай овқатлардан вақти-вақти билан еб турмасалар, хумориси тутади. Ахир уларнинг кўнгли шуни тусагандан кейин биз нима ҳам дея олар эдик.

Еб бўлмайдиган масаллиқ йўқ

Африка, Австралия ва Янги Зеландияда истиқомат қилувчи ерли аҳолининг бир тоифаси ўрмонларга боради-да, дараҳтдан капалак ва қуртларни териб туз-пуз сепмасдан ея беради. Японияда энг севимли овқат денгиз саккизоёқларининг гүштидир. Ахир ёмғири чувалчангни нима деган гап. Шуни ҳам териб, ичидаги лойини ситиб ташлаб пиёз, саримсоқ тўғраб, туз ва зираворлар сепиб аралаштирилса, бинойидек қийма. Ана шундан чучвара туккан пазандалар бор. Ёки ипак қуртининг пилла ичидан олинган ғумбагини -қовуриб, қурсиллатиб еб юришади. Сичқон, каламуш, мушук ва кучуклардан ҳам овқат пиширадилар. Чунончи Ҳиндистонда бирхор, кхария, мариа, гонд, сантал деб аталувчи майда миллатлар кўп. Булар ит, мушук, каламуш, бақа, илон, акраб, шилиқтурт кабиларни бемалол истеъмол қила берадилар, бу ҳайвонларнинг гүштлари бозорларда ҳам сотилади. Айниқса санталлар учун ов бўлмайдиган ҳайвон йўқ. Вихорлар эса факат маймун гүштини емас эканлар. Сабаби: маймунлар бу ҳалқ учун муқаддас тотем ҳисобланиб, унга сифинишар ва «бу бизнинг ота-боболаримиз» деб тушунгандиларнида экан. Бошқа ҳайвонларнинг барчаси егулик. Паща қуртини маҳсус боқиб семиртириб, сўнг қовуриб, азиз меҳмон дастурхонига ноёб таом сифатида тортганларини

эшитганмисиз? Бу энди Хитой пазандалигига хосдир. Нақл қилишларича, «Хитойларда еб бўлмайдиган нарса фақат тўрттагина бўлиб, учиб юрувчилардан — самолёт, сузиб юрувчилардан — пароход, судралиб юрувчилардан — танк, тўрт оёқлилардан эса столдир. Булардан бошқасини пиширса ва еса бўлаверади.

Хуллас, «пишира олмайдиган пазанда бўлиши мумкин аммо еб бўлмайдиган масаллик йўқдир». Яна бир мақол: «Ҳар ким ўзи севган ошини ошайди». Шу мақоллар амри билан қараганимизда кимлар нималарни ейишга одатланган эканлар, ўшалар шундан лаззатланади, маза қиласди. Биз эса дид, лаззат ва маза масаласида баҳс очмаймиз.

V. ПАЗАНДАЛИК РАВНАҚИГА ҲИССА ҚЎШГАН КИШИЛАР

Пифагор тамаддиси

Карамнинг ватани Европанинг ғарбий, қадимги иберийлар яшаган ҳозирги Испания территорияси бўлганлигини кўпчилик биологлар тасдиқлашади. Карамнинг дастлабки номи «ашча» бўлиб, русча «шчи» таомнинг номи шундан келиб чиқкан экан. Карам кейинчалик Юнонистон ва Мисрга ҳам тарқалган.

Қадимги рим ва лотин тилида бу сабзвотинн «капута», яъни калла деб аташган. Ҳақиқатан ҳам бир-бирига киришиб кетган карам баргларининг қабариқ, тарам-тарамлиги мияни эслатиб турса, катта юмалоқ карам каллага ўхшайди. Ўзбекчада «бош карам» дейилишида ҳам ўзига хос бир маъно бўлса керак. Карам бош органларига фойда эканлиги тўғрисида табобат илмининг бобоколони Абу Али ибн Сино бундай ёзган: «Карамнинг қайнатмаси ва уруғи масти бўлишни кечиктиради, бошнинг қасмоғига фойда қиласди, карам шираси бурунга юборилса мияни тозалайди».

Қарамни турли дардларга даво деб билганликлари учун қадимги мисрликлар овқатидан олдин ҳам, кейин ҳам дастурхонга қайнатилган карам қўйишарди.

Бундан икки минг йил муқаддам яшаган Рим давлат арбобаридан бири Қатон эса: «Қарам сабзвотлар ичиде энг сарасидир. Уни хомлигича ҳам, пишириб ҳам еябер. Агар хомлигича ейдиган бўлсанг, сиркага ботириб е, шунда у яхши ҳазм бўлади ва соғлом таомга айланади. Ҳар гал овқатдан олдин ва овқатдан кейин оз-оздан карам еб туришнинг кишига катта нафи бор»,— деб ёзган эди.

Римликлар учун карам таомгина эмас, шифобахш неъмат ҳисобланган. Уйқусизликка мубтало бўлганларга карам ейиш тавсия этилади, заҳарланганларга ҳам карам едирилади. Мастиларни хушёр қилиш учун ҳам карам берилган, бош оғриса ҳам карам еб шифо топишган. Мастилиги ўтиб кетган кишига шўрқарам сувидан бир пиёла ичириб юборилса, дарҳол ёзилиб кетади. Лекин карам каби шифобахш сабзвотдаги барча фойдали неъматларни ғойиб қилиб юбормасдан антиқа тамадди тайёрлаш усулини дастлаб буюк математик олим Пифагор кашф қилган. Пифагорнинг моҳир пазандалиги шундаки, у карамнинг яшил баргларини олиб ташлаб, ўзаги билан бирга 2—4 ёки 6 паллага бўлган, буни тузли сувга солиб милтиратиб қайнатган гоҳо юзига сепиб, ҳозирги бизнинг мантиқасқонга ўхшаш идишда буғлаб пиширган. Пишиш муддати 1 соат. Сўнgra ликопчаларга солиб юзига сариёғ ёки қаймоқ суркаб дастурхонга тортган.

Ўз даврида «Пифагор тамаддиси» номи билан аталган ушбу таом шу қадар универсалки, уни хоҳлаган хасталикда парҳез сифатида қўлланиш мумкин. Агар соғлом одам ҳар куни кечки овқат пайтида ўша тамаддидан еб ётса, эрталаб ўзини жуда енгил ҳис қиласди, кишини ўта семириб кетищдан асрайди.

Пифагорнинг ўзи карам истеъмолидан кўрган тансиҳатлиги тўғрисида анча фикрлар ёзиб

қолдирган. Жумладан: «карам шундай бир сабзавот эканки, у кишини доим тетик, руҳини шодон қилиб кайфиятини ростлайди»,— дейди олим.

Лағмондан макарон келиб чиқишига Марко Поло сабабчи!

Турли қуюқ, суюқ таомлар тайёрланганда қозонни обод қиласынан хамир маҳсулоти макарон итальянча «маккаре» сүзидан олинган бўлиб, «хамир қормоқ» деган маънени англатади. Шу сабабли уни италья миллий масаллиғи деб юритилади. Ҳатто макаронни фабрикада ишлаб чиқаришни биринчи маротаба жорий қилган кишига Римда ҳайкал ўрнатилганлиги тўғрисида ҳам дарак бор. Макарон итальянларнинг энг севимли овқати ҳисобланади. Макарон жуда қадим даврларда яшаган пазандаларнинг маҳорати билан кашф этилган бўлиб, бироқ унинг ватани Италия эмас, балки Ўрта Осиё ва Хитойдир.

XIII асрда венециялик савдогар ва саёҳатчи Марко Поло Крим, Яқин ва Ўрта Шарқ мамлакатлари орқали то Бухорогача келиб савдо-сотиқ қилиб юради. Марко Полони кўпроқ бу мамлакатларнинг тарихи, жуғрофияси, халқининг тили, турмуши ва урф-одатлари қизиқтиради. XIII асрнинг 70-йилларида саёҳатчи Бухорой Шарифнинг гавжум бозорида «лағмон» деган ажойиб таом танаввул қиласи. Хамирдан чилвир қилиб чўзилган ва ғоят маҳорат билан лаззатли қилиб тайёрланган ушбу таомнинг рецептни Марконинг ён дафтарига тушади. Марко Помир орқали Қашқарга кириб боради, йўл-йўлакай бўлгани каби уйгур элида ҳам лағмон жуда сероб эканлигининг гувоҳи бўлади. Бундан Гоби саҳроси орқали Шимоли-Шарқий Хитойга етганида лағмоннинг конига бориб қолганини билади. Лағмон қадимги Хитой тилида «Лага мян», яъни «хамирдан ясалган илон таом» деган маънени англатади. Марко Поло уни итальянча «вермичели» деб таржима қилди. Маъноси «хамирчувалчанг» демакдир. Лағмонки тайёрлаб кўришга ҳаракат қилган саёҳатчи важуси (қайласини) пиширишни ўрганиб олган бўлса-да, хамир чўзишни ҳеч ҳам эплай олмайди. Ҳақиқий лағмонпазлар ҳам 5—6 йил шогирдликдан сўнггина бу ҳунарни эгаллай олади-да.

Марко Поло лағмонни Италияга олиб кетмоқчи бўлади. Бунинг учун хамирни сал йўғонроқ, бамисоли қаламдай қилиб чўздиради ва ҳар бир хамирчилвирнинг ичига ингичка сим ўtkазиб қуритиб олади.

Саёҳатчи 1295 йилда Венецияга қайтиб келганда қимматбаҳо шарқ моллари орасида авайлаб жойлаштирилган бир бойлам қуруқ лағмон ҳам бор эди.

Ичи кавак қуруқ лағмонни итальянлар «макарони»—қорилган хамир дейишларида қам жон бор, чунки лағмоннинг хамири ҳам, макароннинг хамири ҳам узок ишлаб, пишитилиб қаттиқ қилиб қорилади. Итальянча макароннинг баъзи сортлари хамирига тухум, ёғ қўшиб тайёрланади, лағмоннинг хамирига ҳам баъзан тухум чақилади. Айниқса, ўзбекча кесма лағмонга албатта тухум қўшилади. Қоида бўйича итальянлар макароннинг узун калава қилиб ўралган хилини тайёрлайдилар ва пиширганда синдирмай пиширадилар ва бунисини улар спагетти, яъни каноп деб атайдиган бўладилар. Лағмон ҳам узун чилвир қилиб чўзилади ва пиширишда узилиб кетмаслигига эътибор берилади. Хитойда лағмонни икки дона чўпга ўраб узмай ейиш, Италияда ҳам макаронни вилкага ўраб узмай ейиш санъат ҳисобланади. Ўрта Осиё ва Хитойда лағмоннинг қайласини зигир ёққа қовурилган пиёз, саримсок, гўшт, помидор, карам, турп билан тайёрлаб, юзига кашнич,райхон, мурч ва сирка сепилади. Италияда қам макаронли таомларнинг сардагини зайдун ёғида қовурилган пиёз саримсок, гўшт, помидор ёки лимон, қўзиқорин билан тайёрлаб, юзига петрушка, райхон, лавр япроги, сирка ва мурч сепишади.

Одатда лағмон хамири тузли сувда алоҳида пишириб олиниб, совук сувда ювилади ёки бирбирига ёпишиб қолмаслиги учун юзига ёғ суртилади. Сўнгра қайлага аралаштирилади. Италияликлар ҳам макаронни тузли сувда алоҳида пишириб олиб, ювишади ёки диркиллаб

турсин учун ёғ суртишади, шундан сўнг тайёрланган сардакка аралаштириб ейишади. Мана шу ўхшашликлар ҳам макароннинг бобоси лағмон эканлигидан дарак беради.

Бинобарин, макарон, вермишель ва спагетти каби хамир таомларнинг лағмондан келиб чикишига Марко Поло сабабчи бўлган. Шунинг учун бу сиймони биз машхур географ олим, сайёх дебгина билмасдан, балки Осиё ва Европа каби икки катта қитъя ошпазлигини бир-бирига яқинлаштиришга воситачи бўлган буюк пазанда ҳамdir деб биламиз.

Колумб пиширган ловия хўрак

Куба қирғокларидаги денгиз бухталаридан бирида тошга ўйилган ёзув бор: «1492 йил 28 октябрь Христофор Колумб Американи кашф қилишидан олдин биринчи қадамини худди мана шу ерга босган эди».

Бухтадан сўнг «Гран Альмиранте» қишлоқ хўжалик артелининг ловиязорлари бошланиб кетади. Маҳаллий аҳоли: «Колумб фақат Американигина эмас, балки ловия пишириш усулини ҳам кашф қилган» дейишади.

Дарвоқе, Колумб бу ерга келиб тушганда ҳеч ҳам егулик нарсаси қолмаган ва ўз ҳамроҳларини қандай қилиб тўйдириш ҳақида бош қотиради.

Маҳаллий аҳолидан алланарсаларга бир неча тухум ва пича ёғ алмаштириб олади. Атрофга қараса ёввойи ловиязорлар ястаниб ётибди. Шундан анчасини тердириб олади, кўзокларидан ажратиб сувда қайнатади, пишгач, сувини тўкиб ташлайди, ловияга туз сепиб тухум чақади, ёввойи ошкўклардан ҳам солиб яхшилаб аралаштиради. Сўнгра доғланган ёққа солиб қовуради, тухум қотиши билан дастурхонга тортади.

Ҳай-ҳай,-ҳай,! Ҳамма ҳузур қилиб ейди, ерли аҳолига ҳам пича-пича улашилади. Ўшандан буён қарийб аср ўтиб кетди, аммо бу таом «Колумбнинг ловия хўраги» номи билан ҳанузгача тайёрланиб келинади. Дарҳақиқат, Христофор Колумб буюк географ сайёҳгина эмас, таом кашфиётиси — пазанда ҳамdir. Ўша таомнинг лаззатидан баҳраманд бўлгингиз келса, янги ловиядан бир ҳовучини олиб, совуқ сувга солиб қайнатинг, сувини сирқитинг. Товага икки қошиқ сариёф солинг, пишган ловияни солиб 2 дона тухум чақиб аралаштириб қовуринг, таъба кўра туз ва қирқилган укроп ёки петрушка сепинг. Тухуми қотганда оловдан олиб танаввул этиб кўрсангиз, буюк сайёхнинг зўр пазанда эканлигига иқрор бўласиз.

Ф. Аппер — консерва кашфиётчиси

1907 йили англиялик қутб тадқиқотчиларидан Скотбилан Шеклтондан ташкил топган экспедиция Антрактидага маҳсус идишларда гўшт, дудланган балиқ, нўхат шўрва ҳамда манго мевасининг шарбатидан олиб бориб қолдиришган ва 1957 йили ўша масаллиқлар Англияга олиб келиниб, истеъмол қилиб қўрилганда мутлақо айнимаганлиги аниқланади. Бу озиқ-овқат маҳсулотларини узоқ муддат сақлашда бир тажриба эдн. Узоқ муддат сақлаш консервалаш дейилади. Маълумки «консерва» «консерватория» ҳамда «консерватор» сўzlари лотинчадан олинган бўлиб маъноси битта. «Консерва»— масаллиқни ўз ҳолича сақлаш. «Консерватория — талантни сақлаб қоладиган олий музика мактаби «Консерватор—сиёсий ҳолатни реакционлигича сақлаб қолувчи ташкилот ёки шахс.

Аслида масаллиқни консерва қилиб сақлаш тарихи 1800 йилдан бошланади ва у парижлик пазанда Француа Аппер номи билан боғлиқ. Пазанда хом ва пиширилган масаллиқларнинг мазасини ҳамда таркибини ўзгартирмай узоқ вақт сақлаш мумкин эмасмикан деган фикр устида 4 йил бош қотиради ва анчагина тажрибалар ўтказади. У шишаларга ва банкаларга пиширилган гўшт, шўрва, мева солиб қайнатади, жипслабbekitadi. Француа Аппер шиша оғзига тиқиладиган пўқакни ҳаво кирмайдиган қилиб bekitiш учун маҳсус елим тайёрлашни ҳам

кашф қилған. Сақланған масаллиқлар 8 ойдан кейин очиб қўрилса, сира айнимаганлигини аниқлади. Аппер ўз тажрибаларини давом эттираверади ва масаллиқларни қалайлаб кавшарланған тунука идишларда ҳаво кирмайдиган қилиб бекитиб сақлаш қулай эканлигини аниқлади. Ниҳоят 1804 йилда Парижда шундай масаллиқларни тайёрлайдиган фабрика ҳамда шиша ва тунука идишларга солиб сақланған консерва дўкони очади.

1810 йили эса Француа Аппернинг «Ўсимлик ва ҳайвонот масаллиқларини узоқ вақтга консервалаш санъати» номли китоби нашр этилади. Франция армиясининг таъминот бўлими Француа Аппернинг фаолияти билан қизиқади. Ахир армияни узоқ походларда ҳамда йилнинг хоҳлаган фаслида озиқ-овқат билан муттасил таъминлаш учун консервалар жуда қўл келади-да. Шунингдек у стратегик аҳамиятга ҳам эга. Қолаверса, тўкин-сочин йиллари кўплаб консерва тайёрлаб олиб, очарчилик йиллари истеъмол қилинса қандай яхши. Йўқ деганда, ёз неъматларини қишиғаниматларига айлантиришнинг ўзи катта бир кашфиёт эди. Ўша 1810 йили Франция ҳукумати бу кашфиётнинг катта аҳамияти ва истиқболи бор эканлигини англайди. Пазанда Француа Апперга бир йўла 12 минг франк олтин пую билан бирга «Инсониятнинг валий неъматчиси» деган юксак унвон ҳам беради.

Дарҳақиқат консерва тайёрлаш усули ажойиб кашфиётлардан бири бўлди, эндиликда у кундалик турмушимизга жуда сингиб кетган. Ўша вақтларда Францияда кўплаб консерва заводлари қурила бошлайди, сўнгра бошқа мамлакатларда ҳам бундай заводлар пайдо бўлади. Эндиликда Ер юзидаги ҳар қандай бошқа саноати ривожланмаган иқтисодий қолок ва кичик мамлакатда ҳам консерва заводи борлигини ҳисобга олсан, бу кашфиётнинг ғоят аҳамиятли эканлиги кўзга яққол ташланади. Консервани ҳатто хонадонларда ҳам тайёрлаш эндиликда жуда авж олиб кетди. Сабзавотлар, мевалар ва уларнинг шарбатларини ёзда консервалаб олиб, қишиға ҳузур қилиб истеъмол этиш қанчадан-қанча одамларнинг саломатлигини сақлашга восита бўлмоқда, ахир. Ҳатто бизнинг давримизда келиб чиққан ушбу «Ёз неъмати — қишиғанимати» деган мақол ҳам консерва шарофатига айтилгандир. Консерва мева ҳамда сабзавотлар ўсмайдиган жойларда, балиқ ва гўшт этиштириш имкони бўлмаган ўлкаларда, узоқ сафарларда, экспедицияларда, ҳатто космосни ўзлаштиришда инсон учун энг зарур таом бўлғанлиги учун ҳам қадрлидир. Эндиликда барча мамлакатларнинг таомшунос олимлари, пазандалари ва уй бекалари ҳам турли масаллиқлардан турлича усусларда консервалар тайёрлашни кашф қилмоқдалар. Шу билан инсониятнинг валий неъматчиси Француа Аппер кашфиёти ўз йўлига катта аҳамиятлилигини тан олишимиз билан бирга, яна шуни баён қилишимиз зарурдирки, масаллиқларни узоқ вақт сақлаш борасида инсоният пазандалик санъати келиб чиққан ибтидоий жамоа тузумидан буён бош қотириб келади ва анчагина натижаларга эришган. Чунончи сутдан қатиқ ивittiш, сузма қилиш ва қуртоб тайёрлаш, гўштни тузлаб сақлаш, шабадада қоқлаш, қовурдок пишириб сақлаш, қази қилиш — буларнинг бари консервалашдир. Шунингдек мевалардан қоқи тайёрлаш (туршак, олма қоқи, майиз, олча ёки олхўри шарбатидан қоракат тайёрлашлар), сабзавотларни тузлаш (шўр карам, шўр помидор, шўр бодринг ва ҳоказо мевалардан мураббо пишириш ҳам ва бошқалар) консервалаш турларидир. Бинобарин, жаҳондаги барча пазандалар масаллиқларни узоқроқ муддатга сақлашнинг бир неча муҳитлари мавжудлигини аниқлаганлар. Булар а) иссиқлик муҳити: олов ёки қуёш ёрдамида қуритиб сақлаш, б) совуқлик муҳити: музлатиб сақлаш, в) шўр муҳит: тузлаб сақлаш, г) нордон муҳит: сиркалаб сақлаш, д) аччиқ муҳит: масаллиқларга қалампир, мурч ва майдаланган саримсоқ сепиб сақлаш, с) ширин муҳит: меваларга шакар қўшиб қайнатиб (мурабболар) сақлаш, ж) ҳавосиз муҳит: масаллиқлар сақланадиган идиш (жой) вакуумдан иборат бўлса ҳам микроорганизмлар ривожланмайди, и) соф ҳаволи муҳит: ҳавоси тоза, беғубор, чангиз кислород ва аzonга бой жойларда (масалан тоғли жойларда) ҳам масаллиқларни анча узоқ сақлаш мумкин.

Қизифи шундаки, Ф. Энгельс масаллиқни узоқ сақлаш усулини ихтиrolар қаторига қўшади.

У ўзининг «Табиат диалектикаси» асарида эрамизга қадар 200 йилдан то эрамизнинг XVI асртагача ўтган давр ичида қилинган кашфиётларнинг рўйхатини келтиради. Шулар орасида XIII асрнинг иккинчи ярмида кашф этилган «балиқ тузлаш»ни ҳам келтириб, бу худди соат, дурбин ва компас каби ихтиrolар сингари аҳамиятли эканлигига ишора қилади. Зотан бу жуда тўғри, чунки узоқ сафарларга борган денгизчилар ва сайёҳлар учун соат, дурбин, компас қанчалик зарур бўлса, озиқ-овқатни бузмай узоқ сақлаш ҳам шу қадар зарурдир.

«Қуёш гули» мойини ижод қилган шахс

Қуёш гули — бу кунгабоқардир. Ўрта Осиёга буни ўтган асрда рус дехқонлари тарқатишган. XVI асрда бу ўсимликни Мексикадан Европага олиб келиб экишганлиги тўғрисида манбалар бор. Лекин у вақтда кунгабоқар пистасидан мой олишни ҳеч ким билмасди. Уни гул сифатида экишар ва номини ажойиб аташар эди: «Мексиканинг қуёш гули» ёки «ердан кўкариб чиқсан қуёш». Ҳақиқатан ҳам бу гул улкан диска ҳосил килиб атрофига жойлашган сапсариқ тож барглари шамолда ҳилпираса бамисоли ёниб турган оловни ёки қуёшни эслатади. Ўзи ҳам доим қуёшга қараб ўсади, эрталаб кун чиқишига қараса, кечга томон кун ботарга қайрилади. Ўзбекча номи ҳам ўзига жуда мос — кунгабоқар. Маккажўхори «дала маликаси» бўлса, кунгабоқар «ўсимликлар шоҳидир». 1794 йилда академик Н. Севергин «Наботот шоҳи» номли китобини кунгабоқарга бағишилаган. Ўша китобда ёзилишича: ушбу ўсимлик яра-чақага дори бўлади, пистасии тўтиқушлар хуш кўради. Ундан ёғ олиш ҳам мумкин. Қовурилган пистани чақсангиз кофенинг таъмини беради дейилади.

Лекин кунгабоқардан ёғ олиш 1835 йилда кашф этилган. У Воронеж губернясининг Алексеевка қишлоғида яшовчи крепостной дехқон К. Бочкарев номи билан боғлиқ. Кашфиёт тасодифий содир бўлади: бола-чақаларини боқа олмай қолган бу бечора дехқонда озгина лавлаги-ю, гулхонага экиб кўйилган кунгабоқардан бошқа ҳеч нарса йўқ эди. Пистани битталаб чақса сира тўйдирмайди, қоринни баттар очиради. Шундан егулик бир нарса тайёрласа бўлмасмикан, деган хаёlda ҳовончага солиб янчаверади, янчаверади. Янчаверади. Қарасаки, гарчча мой ҳосил бўляпти. Энди Бочкарев лавлагини қиради, шарбатига ҳалиги майдан аралаштиради, тотиб кўрса холва таъмини бериб турибди, лаззати ҳам соз.

Ана шундан эътиборан «куёш гули»нинг пистасидан ёғ олиш урф бўлиб кетади. 1860 йилга келиб ўша Алексеевка қишлоғининг ўзида 120 та ёғ жувоз ишлаб тургани тарихий манбалардан бизга маълум.

Эндиликда писта минглаб гектар ерларга, экилиб, миллионлаб тонна ёғ олинади. Писта ёғи таомларда жуда кенг қўлланилади, уни доғ қилмасдан ишлатиш тавсия қилинади, сал қизиса бас, акс ҳолда куйиб ғози кетиб қолади. Писта ёғига гўшт, балиқ ва картошка қовурилса жуда лаззатли чиқади.

Тунука қутиларда келадиган холвасини егандирсиз, албатта. Мана шу неъмат ҳам «куёш гули»нинг мойидан тайёрланади. Бу мойдан яна аъло сифат маргарин олинади. Станок, машина ва ҳар турли аппаратларнинг нозик деталларини ҳам шу ёғда мойланади.

Ўчмайдиган бўёқлар, рангдор локлар ҳам писта мойидан тайёрланади. Хушбўй ироқи совун таркибида ҳам шу мой бор. Кунгабоқар гултожи баргларидан хинин деган дори тайёрланади. Ушбу дори туфайли бизнинг мамлакатимизда безгак касали тамомила тутатилган.

Саводсиз бир дехқоннинг чорасизликдан қилган хатти-ҳаракати катта бир кашфиётга сабаб бўлган. Ҳаммасидан ҳам муҳими К. Бочкаревни биз пазандаликнинг ривожланишига улкан ҳисса қўшган бир сиймо сифатила ҳурмат қиласиз.

Жан-жак Руесо салат ва нозик қўлларнинг қадрига етган

Болгария атиргуллар мамлакати, бу ўлкада атир ва гул мойи олиш учун териладиган гулларни фақат нозик қўлли қизларга ишониб топширишар экан. Сабаби дайсизми?

Сабаби шундаки, дағал бармоқлар атиргулларнинг нозик тожибаргларига теккан ҳамон эзид, таркибидаги ифор мойини буғлантириб юборар экан. Тажриба кўрсатади: эркаклар терган гулдан 2 процент мой олинса, қизлар терган гулдан 3 процент олинар экан. Бу ҳам бир гап. Лекин, Жан-жак Руссо нозик қўлларнинг аҳамиятини XVIII асрдаёқ тушунган ва қадрига етган экан.

Машхур француз мутафаккири демократ ва маърифатпарвар олим Жан-жак Руссонинг пазандаликнинг миридан сиригача тушунган одам эканлигини кўпчилик билмаса керак. Умуман Францияда ўтган алломаларнинг барчаси ҳалқ пазандалигига бефарқ қарашмаган, иложи борича ўз ҳиссаларини қўшишга ҳаракат қилишган. Файласуф Вольтер, ёзувчи А. Дюма ва бошқалар... Аммо ҳозир гап Руссо тўғрисида.

Руссо — салат ижодкорларидан биридир. «Салат» Французча сўз бўлиб, «тўғраб юзига туз сепилган сабзавот» маъносини англатади. Руссо помидордан салат тайёрлаган, бу таомни еганлар унга қойил қолишиган. Шундай салатни бир қиз ҳозирлаганди, Руссо татиб кўриб ўзи тайёрлаган салат билан бунинг ўртасида фарқ борлигини сезган. Нега десангиз, нозик қўллар помидорни ишлаганди хужайраларига сира зарап етказмай, ўткир пичноқ билан тўғраган-да.

Эркак киши қўли ёки қиз бола қўли билан тўғралган сабзавотнинг фарқини «манман» деган пазанда ҳам ажратса олмайди, бироқ Руссо бу нозик ишнинг фарқини билган. Нозик қўллар тайёрлаган салат чинакам лаззатли бўлишини ҳаммага уқтирган.

Ҳа, нозик қўллар тайёрлаган салатга нима етсин! Сиз салат тайёрлаётганингизда помидорни эзид юборманг, пиёз билан қўшиб мижғиламанг. Шунда салат тотли бўлади, айниқса нозик аёл қўлларидан тайёрланган салат айниқса тотли чиқади.

Композитор — пазанда

Францияда таом тайёрлаш ва овқатланиш катта санъат ҳисобланади. Пазандалик бобида кўплаб китоблар нашр этган мамлакат ҳам, пазандалик санъатини юксак даражага кўтара олган ҳам Франция мамлакатидир. Бу ерда пазандаларга ҳатто профессор унвони ҳам берилади. Олим Брайя-Саверенанинг «Лаззат психологияси» номли асарида айтилишича, француз таомларидан киши ҳар куни бир хилидан истеъмол қилиб борса, умрининг охиригача еб тугатмаган бўлар экан. Қолаверса у ерда яна янги-янги таомлар ижод этилмоқда.

Бу мамлакатда барча таом ижод этади, ҳатто кўпгина композиторлар ҳам пазандаликда шуҳрат топган. Чунки салатларни операларнинг номлари билан ата-шади: «Аида», «Кармен», «Флория Tosca», «Мильон» ва ҳоказо.

Вагно исмли оддий бир ошпаз эса таомларга тузган рецептларини шеърий усулда баён қилган ва музикага солиб куйлаган. Демак, Вагно ошпазгина эмас, шоир ва композитор ҳамдир. Композитор — пазандалар хақида биз Франциядагина эмас, Италияда ҳам эшитганмиз. Кўплаб опера ва ажойиб симфониялар бастакори Россинини дунёда танимаган одам йўқ, аммо у фақат композитор бўлибгина қолмай, таомларнинг бастакори эканлигини кўпчилик билмайди. Шунинг учун эътиборингизга Россини ижод қилган таомлардан биттасини ҳавола қиласиз, унинг номи «Турне до Россини» деб аталади.

Мол гўштининг лаҳм қисмидан олиб, катта-кичиклиги ва қалинлиги шапалоқдек-шапалоқдек қилиб кесилади. Икки юзига майин туз сепиб, додланган ёғда кизартириб қовуриб олинади. Нондан ҳам худди шун-дай бўлак кесиб, бу ҳам қовурилади. Нон устига гўштни қўйиб, гўштнинг устига жигардан тайёрланган паштет суртилади. Сўнг нон-гўшт-жигар паштетли овқатни ликопчанинг ўртасига қўйиб, чиройли қилиб кесилган помидор ва лимон бўлакчалари ҳамда петрушка барглари билан безатиб дастурхонга тортилади.

2 порциялисига 300 грамма лаҳм гўшт, 200 грамм оқ нон, 50 грамм паштет, 2 дона помидор, 0,5 дона лимон, 2 шоҳ петрушка, 50 грамм мой (қовуриш учун), туз ва зираворлар таъбга кўра солинади. Ушбу-таомни Россияни гастролларга борганда тайёрлаган ва дўстларини меҳмон қилиган. Шунинг учун ҳам таом «России саёҳати» — «Турне до России» деб аталадиган бўлган. Италия пазандалигига ҳануз ҳам бу таом тайёрланади.

Кавказ кабобининг шуҳратини А. Дюма кўтарган

Машҳур француз ёзувчиси Александр Дюма моҳир пазанда ҳам бўлган экан. У «Пазандалик энциклопедияси» номли катта китоби билан француз ошпазлигининг классик даражага кўтарилишига улкан ҳисса қўшгандир.

1858 йилда А. Дюма Кавказга саёҳат қиласи ва бу ерда кабоб еб кўриб, жуда лол қолади, Кавказча кабоб пишириш усулини ўрганади ва Францияга қайтгач, газеталарда эълон қилиб, ҳаммага ўргатади. Мана кавказча кабобининг Александр Дюма ёзиб қолдирган рецепт: Қўй гўшти, энг яхши лаҳм қисмидан олинади, уни катта-кичиклигини бир хил қилиб ёнғоқдай-ёнғоқдай бўлакларга кесилади, сўнг мўнди кўзага солиб сиркаланади. Сиркалаш учун узум сиркаси, чопилган пиёз, туйилган қалампир, кашнич уруғи (кореандр) туз ва лимон шарбатидан фойдаланилади. Оловни ёқиб, писта кўмир ҳозирланади. Энди гўштни кўздан олиб, металл ёки ёғоч сихларга иласиз, ора-орасига пиёз ҳалқаларини ҳам теринг. Гўштнинг ҳамма томонини қизартириб қовуринг, бунинг учун сих чўф устида айлантириб турилади.

Агар кабоб ўткир таъмли бўлсин десангиз, гўштни 15 минут эмас, балки бир неча соат сиркалантиринг. Айтайлик, металл сих нималигини билмайсиз. Бу милтиқ шомполига ўхшашиб сим, хонаси келиб қолса шомполдан фойдалансангиз ҳам бўлаверади. Масалан, менинг ўзим карабинимнинг шомполида кабоб пишириб ейман. Бу янги хизматидан милтифим камситилаётган бўлса ҳам, лекин унинг обрўйига заррача путур етганий йўқ.»

Шундай қилиб, ўтган асрнинг 50—60 йилларида Кавказ кабоби Францияда шуҳрат қозонади. Милтиги бор ҳамма киши кабобхўр ҳисобланадиган бўлади, солдатларни айтмайсизми, улар тушликка ҳам боришмай шамполга гўшт илиб, жазиллатгани, жазиллатган. Кавказча кабобининг сихи бир метр келадиган узун бўлади ва унинг номи — француза «Шампур» бўлиб, «милтиқ тозалайдиган сим» деган маънони англатади.

А. Дюма сабаб бўлиб, бу кабоб Франциядан Италияга, Испанияга ва ундан Америкага ҳам тарқалади.

Пазандалик — ҳажвия воситаси

Улуғ рус ёзувчиси Владимир Федорович Одоевский ҳам музикашунос, ҳам кимёгар, ҳам пазанда бўлганлигини кўпчилик билмаса керак.

Ўтган асрнинг қирқинчи йилларида чиқадиган «Литературная газета»да В. Ф. Одоевскийнинг деярли ҳар куни эртак, ҳикоя, фельетон ва повестлари билан бир қапорда «Пазандалик маҳорати» туркумидаги мақолалари ҳам босилиб турган. Ўша мақолаларига Владимир Феодорович ўз фамилиясини қўймасдан, балки «Ошхонашунослик ҳамда яна бирмунча бошқа илмларнинг доктори, профессор Пуфф» деган антиқа тахаллус ишлатган.

«Пазандалик маҳорати» туркумидаги В. Ф. Одоевский гўшт, тухум ва ошкўкларни сақлаш усуллари, сабзавот ва мевалардан консерва тайёрлаш коидалари ҳамда рус ҳалқининг унутилган таомларини тиклаш борасида жуда қизиқарли маслаҳатларни баён этади. Қизифи шундаки, ёзувчи пазандалиқдан ҳажвия воситаси сифатида ғоят усталик билан фойдаланган.

Мана ўқинг: «Қаҳратон қишида қўзиқорин, мева ҳамда ошкўклардан исгеъмол этганингизни кўриб бирон хоним — Рубинами, Палинами, Виордами — буниси бизга барибир,— қўзи куйиб,

хасад қилса, сиз унга қарат: «Вой тентакча-ей, сен ҳали профессор Пуфф жанобларининг маслаҳатларини ўқимадингми?—денг; «Вақтида шиша ва қопқоқ билан бирга арzon сабзавотлардан ғамлаб қўймаганмидинг?»—денг. Барча билиб қўйсинки, қопқоғи жипс ёпиладиган шиша банкада таомни узоқ муддат саклаш ва узоқ элларга элтиш мумкин. Консерваланган гўштни Сибирга ва Камчаткага элтса бўлади. Жанубдаги мевани шимолга келтириш мумкин. Ана ўшандა савдогар Милютин дўконида нукул Франция меваларигина эмас, Москванинг ўз ананаслари ҳам топиладиган бўларди» деб ёзади автор.

Барча фанлар доктори, профессор жаноби Пуффнинг «Филологик тадқиқотлари туркумидаги мақолаларида рус миллий таомларининг этимологияси баён қилинади ва унтилигтан таомлар атайлаб халқнинг эсига солинади: «Ахир борган сари овқатлар унтиляпти, кулчалардан фақат кулябка қолди. Ота-боболаримиз еган ватрушкалар, пироглар қани? Булар ер юзида йўқ, агар улар осмонда, калити худода бўлса, билмадим. Пишлок солинган пирог, буюртма қўймоқ, юмшоққина оқ булочка, гўштили пирожки, сарочинча сўқ ош каби серлаззат ва ноёб таомларни тотиб кўрган ёки булар ўзи нималигини айтиб берадиган бирон кимса топилмаса керак, деб ўйлайман»,— ёзади В. Ф. Одоевский.

Юзаки қараганда ёзувчи унтилиб кетаётган миллий таомларни тиклаш устида ғамхўрлик қилаётгандек туюлса-да, бироқ очарчиликнинг асосий сабабчиси бўлган чоризмга қарши ҳажвия тифини ўхталади. Ҳамма ўқийдиган катта бир газетада қизиқарли мунозарани бошлаб қўйган доктор Пуфф бир неча ойгача жимиб қолади, ҳеч қандай мақола ёзмай қўяди, газетхонлардан тушган саволлар босилаверади. лекин улар жавобсиз қолаверади.

Бу атайнин ўйланган танқидий услугб бўлиб, саволларни ҳам газетхонлар номидан В. Ф. Одоевскийнинг ўзи беради. Мисол учун: «Бузоқча буйрагини қовуриш қоидалари қандай?» қабилида саволлар жўрттага берилади. Нега десангиз, оддий халқ ўша пайтларда бузоқча буйраги тугул бир қадоқ картошкага ҳам зор яшар эди.

Бу билан машҳур сатиригимиз «Россияда ноёб таомларнинг хиллари қўпу, бироқ масаллик етишмайди, бунга мавжуд социал тузум айбдор» демоқчи бўлади.

Бирорлар тилидан таом тайёрлаш борасида ёзилган саволлар жуда кўпайиб кетгандан сўнг В. Ф. Одоевскийнинг ўзи жавоб қиласди. Лекин энди у профессор Пуфф бўлиб эмас, ўша докторнинг шогирди — аспирант Скормишев бўлиб жавоб қиласди.

Скормишев ёзади: «Хурматли жаноблар! Сизлардан бетўхтон келаётган саволлар ҳаддан зиёда кўпайиб кетди, жавоб бермаслик, газета шаънига ҳам тўғри келмайди. Аммо пазандалик ва бошка илмларнинг доктори, профессор Пуфф жаноблари йўқолиб қолди. Хурматли домламнинг одати ўзи шунаقا: масалликлар камайиб, қимматлашди дегунча қаёққадир ғойиб бўлади. Пазандалик маҳорати осмонида ёруғ юлдуз бўлган бу сиймо қаёққа учди экан, ўзим ҳам роса қидиряпман.

Баъзи маълумотларга кўра доктор Пуфф таомшунослик илмини тарқ этганмиш. Бузоқ буйрагидан русча таом тайёрлашни ўргатадиган олим ўз илмини тарқ этиб, ғойиб бўлган экан, саволларингизга жавоб беришни мен ўз зиммамга оламан. Лекин рус миллий овқатлари унтилиб кетгани учун мен улар тўғрисида лом-мим дея олмайман. Ҳа, майли ранжиманглар, бузоқ гўштидан русча таом тайёрлаш унтилигтан экан, неополитанча тайёрлаш усули мавжуд-ку, ахир. Мана ўша таомни тайёрлаш қоидалари» — деб бузоқча гўштидан неополитанча таом тайёрлаш усулини баён қиласди.

Гап шундаки, бундай таом камбағал меҳнаткашлар учун анқога шафи эди, уни фақат бойлар кирадиган ресторонлардагина катта пул эвазига буюртма қилинарди.

«Скормишев» тахаллусининг ўзида ҳам бир гап бор, бу русча «Скормить» феълидан олинган бўлиб, «едириб қўймоқ», «ҳаммасини едириб тамом қилмоқ» маъноларини англатади.

В. Ф. Одоевский, одамлар бир-бирларидан турмуш шароитлари, ҳатто едирган овқатлари билан ҳам фарқ қилганликларини авомга аста-секин уқтира бориб, унинг кўзини очишни ўз

олдига мақсад қилиб қўйғанлиги мақолаларидан шундоққина сезилиб турибди.

Ресторанларда нуқул чет эл таомлари, оддий халқ овқатланадиган ошхоналарда эса русча таомлар ҳаддан ташқари дидсизлик билан, бузиб, bemaza тайёрланаётганини бу тариқа уқтиради: «Янги йил дастурхони атрофида ҳар нарсани ўз номи билан аташингизни истардим. Ошхоналарда содир бўлаётган бемаънигарчиликларнинг сабаби шундаки, ликопчангизга қовурилган болтани солиб бериб, бу бифштекс, дейишади, жингаги чиқиб қовурилган ноннинг куйгани-бисквит, яласки хўрда— бурдани эса иловасин гўшидан тайёрланган тамадди деб мақташади. Начора, одат шундака: порахўрни — корчалон, ёлғончини — нияти холис, риёкор билан мунофиқни — ахлоқли одам дейишганидан кейин буёғи нима бўларди».

Доктор Пуфф жанобларининг «Пазандалик маҳорати» туркумидаги мақолаларга қарши бир «душман» ҳам пайдо бўлиб қолади. Бу аллақандай магистр Кнуф номли шахс бўлиб, профессор Пуфф жанобларига қаратса газетада ушбу очиқ хатни чоп эттиради. «Сиз жаноб Пуфф, ўз илмингиз билан замондошларнинг қорнини тўйғазиши зиммангизга олган экансиз, у ҳолда марҳамат қилингда, ҳадеб қийма бийрону, лақقا балиқлардан гапириб одамларни қийнагандан кўра, парча нонга зор бечоралар шу топда нима ейишлари кераклигидан гапиринг!

Жаноби Пуфф! Илмингизни қашшоқларга ҳам нафи борми ўзи? Сиз ўз мақолаларингизда: «Соф ҳаво иштаҳани карнай қиласди», деган масалани исботлаб ўтирибсиз, ха ундан кўра, инсон билан ҳайвон бир кулбада яшаб, бир хил овқатни ошояпти, мана шунинг сабабини тушунтириб беролмайсизми?!».

Бу ҳам улуғ ёзувчининг ҳажвий усувларидан бири бўлиб, доктор Пуфф ва аспирант Скормишев каби магистр Кнуф ҳам В. Ф. Одоевскийнинг ўзгинаси. Буни ҳажвчининг услубидан ҳамда пазандаликни восита қилиб кўзланган мақсадни бемалол англашиб олса бўлади.

Пазандаликни ҳажвияга восита қилиб олмоқ учун В. Ф. Одоевский чиндан ҳам таомшунослик илмини пухта эгаллаган, халқ таомларини тўплаган, тайёрлаш усувларини тажриба қилиб кўрган. Буни жазлаш тўғрисида юритган мулоҳазаларидан билса бўлади: «Жазлаш — масаллиқнинг сиртидаги намлики қуритиш демакдир. Шўрвага мўлжаллаб майда тўғралган сабзавотлар ёғда жазланиб, сўнг қайнатилганда эзилиб кетмайди». Бундай тўғри хуносага келиш учун ёзувчи ошпазлик соҳасида жуда кўп тажрибалар ўтказган бўлиши керак. Владимир Фёдорович кимё фанига ҳам ихлос қўйган киши эди. У ўзининг уйидаги кимё лабораториясида масаллиқлар таркибини текшириш борасида анча тажрибалар ўтказган, бу тўғрида ҳам ишонарли маълумотлар бор.

Жаҳон пазандалигининг академиги

Сирасини олганда бундай кутубхона биронта давлатда йўқ, гап шахсий кутубхона устида боради. Лекин шу одамга қойилманки, умрининг ҳаммасини пазандаликка бағишилабди. Ўзи ҳам ошпазликка оид 12 та китоб ёзибди, умумий ҳажми 220 босма қофоз.

Ҳаммаси бўлиб 3000 та китобдан иборат каттагина пазандалик кутубхонасининг эгаси ким? У киши Цюрих шаҳридаги «Цум шмиден» қаҳвахонасининг қандолатчиси Ш. Шремли деган кишидир.

Ш. Шремли ўзи ижод этган таомларга поэтик номлар қўйишга ҳам уста. У ижод қилган печеньелардан бир хили «Нилуфар гултожи» деб аталади. Мана ўша печеньени тайёрлаш усули: маска ёғини шакарга яхшилаб қориштиргандан сўнг, бунга қовурилган ва янчилган бодом мағзини ва пича сода қўшиб, хўп аралаштирилади. Кейин шу хамирни пешхонга олиб, диаметри 3—4 сантиметр келадиган чилвир қилиб чўзилади ва 2 соат давомида холодильник музхонасида совитилади. Кейин олиб паррак-паррак қилиб кесилади-да, қиздирилган духовкада 5—7 минут давомида пиширилади. Ҳар бир печенье юзини эритилган шоколад томчилари билан безатилади.

Масаллиқ: 500 грамм ун, 350 грамм шакар, 250 грамм маска ёғи, 2 дона тухум, 250 грамм бодом мағзи, 1 чой қошиғида сода керак бўлади.

Биз учун қизиғи шундаки, Ш. Шремли биттагина эмас, юзлаб таомларни ижод этган ва минглаб пазандалик китобларини тўплаган шахсdir. Жаҳондаги барча халқлар 6 мингга яқин тилда гаплашади. Пазанданинг кутубхонасидаги китоблар 1753 тилда ёзилгандир. Бу кодир асарларни у кўпгина мамлакатларга қилган саёҳатларида ва бирорлар орқали олдириб тўплаган. Ш. Шремли китобни бебаҳо бойлик деб ҳисоблаганлигидан сотувчи айтган нархига савдолашиб ўтирмай харид қиласберган. Ана шу 3000 томни у полкаларга териб чанг бостириб қўймай таржимонлар ёллаб ўрганиб чиқсан. Шунинг учун биз муҳтарам Шарл Шремлини кичик бир қаҳвахонанинг оддий бир қандолатчисигина эмас, балки жаҳон пазандалигининг академиги деб биламиз.

Ресторан тарихи ва таърифи

Жамоат овқатланиши муассасалари — чойхона, ошхона, буфет, тамаддихона, кафе кабилардан иборат бўлиб, шулар орасида муҳим ўрин тутадигани рестораннинг юқорида санаб ўтилган овқатхоналардан фарқи шундаки, бу жойда овқатланиш дам олиш, музика тинглаш билан қўшиб олиб борилади. Яна ресторанда таомни буюртма (заказ) бериб тайёрлатиш имкони бўлади, банкет, юбилей, тўй уюштириладиган ҳамда меҳмонни уйга таклиф қилишнинг иложи бўлмаган кезларда олиб кирадиган жойдир.

Рестораннинг келиб чиқиши XVIII асрда яшаган франциялик пазанда Буланже фаолияти билан боғлиқдир. Бу бундай бўлган: пазанда ўзига қарашли кичик бир ошхонани қайта ремонт қилиб кенгайтиради, залга устига мармар тахталар қопланган столлар қўяди, юмшоқ ўриндиқларни эса ҳар бир стол атрофига тўрттадан жойлаштиради. Илгари ошхона ўртасида усти ғадир-будир тахтали узун стол, дастурхон ҳам солинмас, икки томонига қўйилган шалоқ скамейкада одамлар бир-бирларига тирсаги тегиб, қисилиб ўтириб овқатланар ёки тўнтарилган бочка устида еб кетаверар эдилар. Энди эса анча қулайлик яратилади.

Ҳар бир ўриндиқ учун биттадан ликопча қўйилади. Ликопча Францияда 1498 йилда пайдо бўлиб, ундан фақат Людовик XII саройида уюштириладиган зиёфатлардагина фойдаланилар эди. Буланже ликопча ёнига биттадан вилка ҳам қўяди. Вилка Францияда XVI асрда пайдо бўлган бўлса ҳам, ундан ёлғиз зодагон оилалар фойдаланар, оддий халқ эса овқатни қўлда ер эди. Пазанда вилка билан бирга учи тўмтоқ пичноқ ҳам қўяди. Бундай пичноқ ишлатишни ўша XVIII асрда Буланже жорий қиласади.

Ҳар бир столнинг ўртасига ва деразаларга тувакда гуллар ҳам қўяди. Аҳамиятлиси шундаки, кираверишга у лотин тилида шундай эълон осиб қўяди. Эркин таржима қилсак маъноси бундай: «Хўрандалар! Барчангиз менинг ошхонамга келаверинглар. Кимнингки ошқозони ишламаса мен реставрация қилиб тузатаман ва кучини тиклайман! Пазанада Буланже».

Ана шу эълон барчанинг эътиборини ўзига тортади. Бу ерга ошқозони касалларгина эмас, бекорчиликдан безор бўлганлар ҳам, қизиқсинганлар ҳам, шинам жойда овқатланиш хузурбахш эканини англаганлар ҳам келаверади. Пазанда ҳам ваъдасига вафо қиласиганлардаи экан, ким қандай таом буюртма берса, тайёрлаб бераверади. Тез орада Буланженинг довруғи ортади, унинг ошхонасини одамлар ҳалиги эълондаги «реставрация» сўзи билан атайдилар, яъни французча талаффузда «реставрацион» бўлади. Кейинчалик бу сўз «ресторант» тарзида, бора-бора ўзгариб «ресторан» деб аталашиб бўлиб кетади.

Бошқа мамлакатларда ташкил этилган шундай овқатхоналар ҳам ресторан деб атала бошлайди. XIX асрга келиб Парижда ўнлаб ва бошқа йирик шаҳарларда ҳам қўплаб ресторанлар очилади. Ресторанлар айниқса меҳмонхоналар қошида бўлиши урфга айланади.

XVIII асрдан то XX асргача Франциянинг ўзида ва бошқа Европа мамлакатларида ташкил

қилинган ресторанларда ҳар хил ўзига хосликлар жорий этилади. Масалан, Швецарияда ресторанга киришнинг ўзи бир тантанаворликдан иборат бўлсин учун эшик ёнига хўрандаларни хушмуомалалик саломи билан кутиб оловчи ва хайр-хўшни куюқ қилиб яна ташриф буюришларини илтимос қилувчи дарвозабон қўйилади. Бундай дарвозабонлар ресторанга киравчилар сонининг кўпайишига сабаб бўлганлиги туфайли кейинчалик Германия, Италия, Англия, Россия ва бошқа мамлакатлардаги ресторанларга дарвозабон қўйиладиган бўлади, уларни швецарлар (яъни швецарияликлар) деб атайдиган бўлади. Швецар-дарвозабонликка соқоли кўкрагига тушадиган нуроний чоллар танланади. Уларга бамисоли генераллар формасини эслатувчи маҳсус кийимлар кийдирилади. Ахир генерал формасидаги кекса бир киши ташриф буюрувчиларнинг барчасига бирма-бир бош эгиб салом билан кийимларини олиб гардеробга илиб, чиқиб кетаётганларида хушомадгўйлик билан кийинтириб турса қандай яхши, нақадар ёқимли!

Италияда очилган ресторанларда яна бир ўзгача янгилик жорий қилинади: ташриф буюрувчиларни залда музика билан кутиб олинади ва овқатланиш давомида классик опералардан куйлар янграб туради.

Россия ресторанларида жорий этилган ўзига хослик шундан иборат бўладики, бу ерда деразаларга қўлда тўқилган ҳар хил тўр пардалар, деворларга эса табиат манзараларини акс эттирувчи суратлар осиб шинам қилинади. Англияда эса пазандалар Ҳиндистон, Хитой ва Франциядан келтирилган.

Кўриниб турибдики, ресторан ишига Европадаги мамлакатлар ўз ҳиссаларини қўшганлар. Ана шу турли хусусиятлар муштарак ҳолда очилган ресторанлар Америкада ҳам пайдо бўлади. Бу ерда ресторан ишига киритилган янгилик шундан иборат бўладики, столлар атрофи ўралиб маҳсус кабиналарга айлантирилади. Зотан ташриф буюрувчиларнинг фахш мақсадларига ҳам имкон туғдириш учун шундай қилинади.

Албатта ресторан хизматидан асосан пулдор эксплуататор синфларгина фойдаланган. Дарвоқе, ресторанларда атир сепиш одати ҳам бор. Бу одат қаердан келиб чиққанлиги маълум эмас, аммо ресторанга кириш худди театрга боргандек покиза кийиниб келишни талаб қиласди. Бироқ бу жойга пули бор қиморбоз, юлғич, ўғри шахслар ҳам кириб қолган, соқолини қирдирмаган, уст-боши япасқи, танасидан қўлансанда ҳид келиб турадиган бундай шахслар чиқиб кетаётганларида швецар уларнинг уст-бошларига атир сепиб қўяди. Маъноси: «Яна ташриф буюрмоқчи бўлсангиз, ўзингизга эътибор бериброк келинг!» дегани бўлган. Эвазига чойчақа бериш эса шундай муҳтарам швецарни гадой деб ҳақорат қилишга тенг бўлган. Афсуски, буни эндилиқда атир сепадиганлар ҳам, сепдирувчилар ҳам билишмайди. Бу одат ҳақоратнинг нозиклаштирилган шаклидир.

Швецарларга «чойчақа бериш» каби ярамас одат XIX аср ўрталарида келиб чиқкан. Буни бойваччалар, манмансираган шахслар, осонликча пул топувчилар, ўзларини бошқалар наздида «сахий» деб кўрсатмоқчи бўлиб шундай аҳмоқона йўл тутганлар: «Чойчақа бериш» билан баъзи ахлоқи бузук кимсалар гўзал рақкоса, хонанда ва официанткаларнинг эътиборини қозонишмоқчи бўлганлар.

Бизнинг давримизда бундай мудҳиш сарқитнинг олдини олиш ресторан ишининг муҳим вазифаларидан биридир. Эндилиқда рестораннинг вазифаси бутунлай ўзгача. Бу жой меҳнаткашларга холис хизмат қиласди, лаззатли таомлар тортиқ қиласди оромгоҳдир. Бунга Фарбий Европа мамлакатлари ва Америка Кўшма Штатлари ўз ҳиссасини қўшган бўлсада, ресторанни дастлаб ихтиро этган Буланжени биз пазандалик ривожига катта ҳисса қўшган киши сифатида хурмат қиласмиз.

Лавлагидан қанд олиш — К. Кирхов кашфиёти

Инсониятнинг қандга бўлган талаби айниқса XVIII асрга келиб сира қондириб бўлмайдиган даражада ортди. Шакар қамиши дунёнинг фақат тропик мамлакатларидағина ўсади. Нима қилиш керак? Таркибида қанд бор ўсимликлар кўп, лекин улардан қандни ажратиб олиш ғоят қимматга тушади.

Лавлагидан қанд олиш айни муддао бўлди. Илдизмевали бу сабзавотдан инсоният икки минг йилдан бўён экиб фойдаланиб келади, бироқ ундан қанд олиш мумкинлиги ҳеч кимкинг хаёлига ҳам келмаган.

1747 йили петербурглик доришунос Константин Кирхов аптека учун зарур бўлган гумми арабик танқислигидан жуда боши қотиб юрарди. Дориларга қўшиладиган бу нарса араб мамлакатларида ўсадиган маҳсус дараҳтнинг елими эди. Бундай елим ғоят камчил ва қимматбаҳо бўлганлигидан К. Кирхов кимёвий йўл билан уни ҳосил қилиш устида кўп ишлар олиб боради. Бир куни у лавлагини қириб шарбатини ажратиб унга бир оз олтингургут қўшиб қайнатади, қўйилсин учун яна бир оз крахмал ҳам қўшади... Қайнаётган модда тиник тортади, суви ва кислотаси буғланиб қуиля бошлайди ва худди араб елимига ўхшаб қолади. Қирхов ўйлади: «Буни дориларга қўшсам, одамларга берсам, бирон кори ҳол бўлиб қолмасин яна? Авлал ўзим тотиб кўрайчи... Тотиб кўрса асал, асал! Шундай қилиб лавлагидан қуюқ шинни олиш усулини кашф қилганлигига доричининг ўзи ҳам лол қолади. Чунки шакарқамиш ўスマйдиган мамлакатларда қанд ишлаб чиқариш учун асосий хом ашё энди лавлаги бўлиб қолиши катта кашфиёт эди. Бу кашфиёти учун Петербург фанлар академияси Константин Кирховга академик унвони беради. Тез орада Россияда дастлабки қанд заводи ташкил этилади. Бундай завод аввалига Тула губернисининг Алябьев қишлоғидаги кичик бир саройда жойлашган эди.

1792 йилда Москва университетининг профессори Биндгейм лавлагидан қанд тайёрлаш технологияси тўғрисида китоб ёзди. Шундан сўнг қанд заводларининг сони йигирмага етади. Кашфиётдан бир аср кейин — 1848 йили қанд заводларининг сони 340 тага етди. Ўша кезларда лавлаги таркибида шакар моддаси 4—6 процентгача бўлган экан. Кейинчалик селекционер олимларнинг маҳорати билан лавлагининг ширадорлиги 7, 8, 10, 15 процентгача ортирилган.

Ҳозир бизнинг мамлакатимизда қанд ишлаб чиқариладиган лавлагининг шакар моддаси 24—25 процентга боради. Гектаридан олинадиган ҳосил бўйича ҳам, дунёда рекорд натижа ҳам бизнинг мамлакатимизда — 1500 центнер! Бу хом ашёдан 260 центнер шакар олиш мумкин.

Кефир ижодкори — Ирина хоним

Ўтган асрда Осетия элатида сутдан тайёрланадиган ичимлик мавжуд бўлиб, унинг номини кайф деб атар эдилар. Дарҳақиқат ичганда кишига хузур-ҳаловат бағишлийдиган ушбу неъматни 1883 йили ялталик врач В. Димитриев текшириб кўриб: «шифобахш ва анчагина касалликларни даволашда кўллаш мумкин» деган хulosага келади. Бошқа врачлар ҳам: «кайф ичимлиги иштаҳа очадиган, чанқоқни босадиган, буйрак, ошқозон ва ичак хасталиклариға дори» эканлигини тасдиқлашди.

Аммо осетинлар кайфни қандай тайёрлаш керак, деган саволга жавоб бермас, «узумини енгу, боғини суриштирманг» қабилида иш тутиб, унинг технологиясини сир сақлар эдилар.

1908 йили Бутун Россия врачлар жамиятидан сут саноатининг монополисти Н. Бландовга мурожаатнома келиб, унда Москва касалхоналари учун кайф ичимлиги тайёрлаб бериб турилишини илтимос қилинган эди. Н. Бландовнинг Кисловодск атрофида ўн иккита сут тайёрлов пунктлари ва пишлоқ заводлари бор эди. Кайф ичимлигининг технологиясини аниқлаш иши ўша заводлардан бирининг ходими Ирина Сахаровага топширилади. Бу вақтда Ирина 20 ёшларда бўлиб, Рязандаги чорвачилик ва сут хўжалиги мактабини тамомлаган ва Кисловодскка ишга янги келган эди.

Топшириқ олган куниәк Сахарова завод мутасаддиси Васильев билан бирга тоқقا Осетин князи Бек Мирзаникига меҳмонга боради. Карсунка овулида меҳмонларни шарқона илтифот билан қабул қиласидилар, қўйлар сўйиб хўп сийлайдилар, бироқ гап кайф ичимлигига келиб тақалганда тоғликлар лом-лим демайдилар, тилла эвазига сўралган кайф ачитқисини турли баҳоналар билан бермайдилар. Тарвузи қўлтиғидан тушган Сахарова билан Васильев извошга ўтириб маъюс қайтар эдилар. Тўсатдан извошни қандайдир отликлар қуршаб олади. Хаш-паш дегунча нозанин Ирина ўзини тоғ даралар орасида қушдай учиб бораётган чавандоз хибсида кўради ва хушидан кетиб қолади...

...Тонгда у ўзига келса, қандайдир кулбада ётибди. Тошбақа нусха бир кампир унга далда берарди:

— Йиғлама, тентак қиз, князимизга малика бўласан! Кампир кўзада муздек, юракни яшнатадиган ичимлик келтириб қўяди.

— Кайф деган ичимлик шуми? — сўради Ирина. — Ҳа, болам.

— Қандай тайёрланади?

"Кампир жавоб ўрнига муғобирона илжаяди ва гапни бошқа томонга буради.

Шу орада Васильев полициячилар билан бирга Иринани қутқаришга келиб қолади. Бир неча кундан сўнг эса князь Бекмирза ўз қилмишлари учун судга чақиртирилади.

— Балки кечиравсиз, дейишади овул оқсоқоллари. Иринани ўртага олиб, — ахир у сизга сира зарар етказгани йўқ-ку!

— Балки кечиравман, — деди қиз ҳам, — аммо шартим бор: князга айтинглар, у менга кайф ачитқисидан ўн қадоқча берсин.

Қамалишдан кўра, сир очиш афзаллигини сезган князъ рози бўлади.

...Мана ўша ачитқи Ирина қўлида. Шифил қуруқ, буғдойсимон дона-дона, ювуқсиз соначнинг бадбўй ҳиди бурқсийди? Ачитқи қўлга киритилди-ю, бироқ тайёрлаш усули ҳамон номаълум. Нима қилмоқ керак? Ҳўрлик дарвозасидан қайтган бўлса ҳам Ирина ўзини баҳтиёр сезарди.

— Барibir топаман, — деди у ўзига-ўзи, — аввало ачитқини бадбўй ҳиддан ҳалос этиш керак.

Ачитқи ювиб қўрилди, яна, яна ювилди. Доналар чигитдек бўрта бошлади. Сутга ташлаб қўрилса, қатиқ ивиди, аммо уни оғизга солиб бўлмайдиган даражада бадбўй чиқди. Яна ювиш, яна тажриба... бир ҳафтагача мижжа қоқмаган Ирина натижага эришгандек бўлди. Хушхўр чалоп олинди. Дарҳол микроскоп остига! Ҳаммаси покиза, нодаркор микроорганизмлар йўқ. Энди қанча сутга қанча ачитқи зарурлиги аниқланса бас.

Оддий қатиққа 4 процент ачитқи солинади, бунга-чи? Қетма-кет ўтказилган тажрибалардан сўнг энг яхши норма икки ярим процент деган хулосага келинди. Ниҳоят, Ирина тайёрлаган кайф ичимлигига баҳо бериладиган кун ҳам келди. Тўгарак стол атрофида синчков чашначилар... Оғзи кенг шишаларда ивитилган махсус қатиқ стаканларга қуйилиб, узатиб турилиди. Чашначилар бир-бир хўплашади-ю, тамшаниб ўйга ботишади, дафтарчаларига қандайдир белгилар битишади. Яхши нарса ҳамиша яхши бўлади-да. Ўн нафар чашначи бир оғиздан «аъло» баҳо қўйишади. Бирори бундай таклиф ҳам киритади: кайф ичимлигининг тайёрлаш усули маҳфий тутилгани ҳолда Ирина Сахарова матонати билан янги технология жорий қилинганилиги учун ҳам бу нематни «кайф Ирина» қисқаси (кефир) — деб аталсин.

Шу-шу бўлди-ю, 1909 йилда кефир дунёга келади.

«Алифбе» печенъелар

Инглиз пазандалигига кекс, пирожний, вафли ҳамда печенъелар анъанавий таомлар ҳисобланади. Шуларнинг ҳар бирининг келиб чиқиши тўғрисида турлича ривоятлар юради. XIX

аср ўрталарида инглизлар орасида саводсизлар кўп бўлган. Саводлиликни ошириш масаласини қирол ҳузурида ёки парламентда кўриб чиқиш ҳеч кимнинг хаёлига ҳам келмаган. Мактаблар кам, кексаларга ҳам савод ўргатиш эса амри маҳол. Лекин Жонатон Керр исмли бир пазанда инглиз алифбесидаги ҳарфларга ўхшаган печеньелар ижод қиласди ва ҳарф — печеньелар тайёрлайдиган машинани ҳам кашф қиласди. У ўз олдига, шу печеньелар одамларни ҳарф танишга ўргатади, деган мақсадни қўяди. Натижа ёмон бўлмайди. Ҳарф ўрганишга мойили бор одамлар кўпайганлиги ушбу хил печеньеларга бўлган талабнинг ортиб кетганлиги билан ифодаланган. Масалан, 1840 йилда Жонатон Керр 500 тонна алфавит печенье тайёрлаб сотганлиги тўғрисидаги хабар оғиздан-оғизга ўтиб бизгача етиб келган. Жонатон Керр бир томондан жуда бойиб кетган бўлса, иккинчи томондан эса маърифатпарварликда XIX аср Англиясидаги ғоят катта бир муаммони ҳал этган пазанда ҳисобланади.

Мика! Сиз ўзи кимсиз?

Асримизнинг 20-йилларида Юgosлавияда Мика Алас исмли бир ажойиб шахс ўтган. Мика ким? — деб сўрасангиз, бирор уни Белград университетида 50 йил математикадан дарс берган профессор, 250 илмий асарнинг муаллифи деб жавоб беради. Яна бирор бу саволга Мика Аласнинг машҳур скрипкаси бўлганини, ҳалқ ашуларапининг яхши билағони эканлигини айтади.

Яна бирор Микани балиқчи дейди. Унинг асли фамилияси Петрович бўлган. «Алас» — балиқчи дегани, — унинг тахаллуси. Бу тахаллусга у Сава ва Дунай дарёларида студентлик давридан бошлаб ҳафтада бир марта балиқчилик қилгани, ўз қайифи, тўру қармоғи ва ҳаваскор балиқчилардан бригадаси бўлгани учун эришган. Ҳатто мутахассис балиқчилар ҳам Мика Аласдан балиқни қачон, қаерларда, қанақасини тутиб олиш мумкинлигини маслаҳат сўраб юришган.

Тўртинчи шахс зўр бериб Миканинг пазанда бўлганлигини уқтиради.

Юgosлавиянинг энг ноёб ва ажиб лаззатли таоми «аласа чорба» (балиқ шўрваси) Миканинг ижодига мансубдир. У ўзи овлаб келган балиқларини яхшилаб тозалаб, кавшарланган катта мис қозонда пиширар, зираворлар солганда атрофни ажиб иштаҳа баҳш этувчи ҳид тутиб кетар экан. Мика «аласа чорба»нинг милтиллатиб кайнашига монанд камон тортиб скрипкада куй чалиб, меҳмонларни кутиб олар экан. Ҳатто чет эл дипломатлари ва баъзи ҳукумат аъзолари ҳам «аласа чорба» дегустациясига таклиф этилишни ўзлари учун шараф деб билганлар. Баъзан бундай меҳмондорчиликка 500 гача одам йиғилиб, катта тантана билан давом этган.

Мика Алас ана шунаقا. Математик, музикачи, балиқчи бўлиши билан бирга пазандаликка ҳам катта ҳисса қўшган одам бўлган.

Еленахоним хизматлари

Елена Ивановна оддий уй бекаси, Курск шаҳрининг архитектори И. П. Молоховецнинг рафиқаси. Хизматлари шундаки, Елена хоним рус ҳалқининг пазандалиги тўғрисида дастлабки китоб ёзган. 1981 йили «Ёш уй бекаларига тухфа» деб номланган ана шу китоб нашр этилганига роса 120 йил тўлган эди. Автор кўп йиллар давомида бепоён Россиянинг барча губерняларига шахсий экспедициялар уюштиради, юзлаб шаҳар ва қишлоқларда, минглаб одамлар билан сухбатлар қуради. У айниқса, уй бекалари, дехқонлар, боғбонлар, чорвадорлар, ошхона ва тамаддихоналарнинг мутахассислари, зодагон оиласаларнинг хизматкорлари (губернаткалар, кухаркалар, экономиклар) дан ҳалқ пазандалигига оид жуда кўп қимматли материаллар тўплайди.

Маълумки, Россиянинг узок ўтмишидан то шу китоб ёзилган 1861 йилга қадар тарихда

қанчадан қанча урушлар, босқинчиликлар каби ижтимоий оғатлар билан бирга қурғоқчиликлар ва ҳосилсизликлар каби табиий оғатлар күп бўлган. Мана шу оғатлар пазандаликка салбий таъсир етказади, халқ ижодига мансуб кўплаб таомлар узоқ вақтлар ҳукм сурган масаллиқсизликлар натижасида тайёрланмай қолиб, унтутилиб кетади. Айниқса, пазандаликдан китоблар ёзилмаган бўлса бундай унтутилиш давом этаверади. Кўплаб ноёб, серлаззат, шифобахш таомларнинг рецептси ва тайёрлаш усуслари зимзиё бўлади. Пазандаликда сир тутиш усули бўлганлигидан эса талантли ошпазлар, нонвойлар, қандолатчилар ва ш. к. мутахассисларнинг вафотидан сўнг ҳам халқ қўпгина анвойи таомлар тайёрлаш усусларидан маҳрум бўлиб қолади.

Елена Ивановна Молоховецнинг хизматлари шундаки, у ана шу унутларга биринчи бўлиб чек қўяди. Ўз саёҳатлари давомида одамлардан кимнинг эсида пазандаликка оид нимаики сақланиб қолган бўлса дафтарига ёзиб юради. Узлуксиз тажрибалар ўтказиш давомида юзлаб таомларнинг рецептси ва тайёрлаш усулини қайта тиклади. 10 йил машақкатли меҳнатлари давомида автор рус халқининг 8000 хил таоми бор эканлигини аниқлайди.

Бунча маълумот қалинлиги бир қарич келадиган иккита китобга жо бўлади (муболаға эмас, ҳар бир томи минг варакдан). Еленанинг хизматлари яна шундаки, у ўз китоблари билан рус пазандалигини шу вақтгача классик деб ҳисобланиб келинаётган Хитой ва Француз пазандаликлари қаторига қўша олади. Бошқа халқларнинг пазандалиги бу даражага етиши учун жуда кўплаб китоблар ёзилиши керак. Аммо Еленахоним ўзининг биринчи китобидаёқ бунга эриша олган сиймо. «ЁШ уй бекаларига тухфа» китобининг аҳамиятлилигини яна шу фактдан ҳам англаш мумкинки, бир аср ичida (1861 — 1961) ҳар 3—4 йилда бир мартадан 29 марта нашр этилган. Ўша китобнинг дастлабки нашри Москвадаги Салтиков-Шчедрин номидаги кутубхонада нодир асар сифатида сақланмоқда.

Елена Ивановна Молоховецнинг бу китоби жаҳон пазандалиги тарихида ўзига хос катта тўнтариш ясади, десак ҳам муболаға бўлмас. Негаки, анъанага кўра ҳозир ҳам бутун дунёдаги врачлар дори-дармон рецептларини лотин тилида ёзадилар, шунга ўхшаш бир вақтлар пазандалар ҳам таомларнинг рецептларини факат француз тилидагина ёзар эдилар. Е. И. Молоховец ўз китобини рус тилида ёзди. Шундан сўнг барча миллий ошпазликдаги китоблардаги рецептлар ҳам ўз она тилларида ёзиладиган бўлади. Бу ҳол пазандалик сирларидан барчанинг бемалол баҳраманд бўла олиши имкониятини келтириб чиқаради. Яъни «пазандалик—пазандалар учун» деган нотўғри фикрга барҳам берилиб, «пазандалик халқ учун» деган шоир ғалаба қиласди. Бунинг сабаби шундаки, автор ушбу китобни халқ билан бирга ёзади: барча материални халқдан тўплади, халқнинг урф-одати, тилини яхши ўрганди, халқ пазандалигидаги услубларга беистисно риоя қиласди. Барча таомларни ўз уй лаборатория-ошхонасида тайёрлаб тажрибада синаб, системага солиб, ўз олимлик назаридан ўтказиб ана шу таомлар коллекциясини бебаҳо бойлик, пазандалик санъатининг дурдоналари сифатида китоб сандиқласига жойлаб халқнинг ўзига қайтариб беради.

Сосиска ижодкорининг тақдири

Ўтган асрда германиялик Паул Шульц исмли қассоб иш қидириб Америкага бориб қолади. У узоқ вақт касбига лойик иш тополмай хуноб бўлиб юрганда газеталардаги бир эълон унинг эътиборини тортади: «Чикаго шахридаги катта күшхонада вакант жой бор» дейилган эди унда. Шульцнинг бахти кулгандай бўлди. Мана энди у ўз севган ҳунари билан машғул бўлиши мумкин, лекин ҳаёт кечириш жуда оғир, ойликка яшаш қийин, ишга келиб ҳар минутда ҳайдалиб кетиш хавфи ҳам бор эди, албатта. Бошқа яна бирор ҳунар орттирасаммикан, деб ўйлаб юради, бироқ қандай қилиб? У ҳар куни бир кулочча аччиқ ичак олиб кетар ва арендага олган япаски кулбасида шуни пишириб, қовуриб еб тирикчилик қилиб юради. Бир куни аччиқ ичакка

қийма солиб хасип тайёрлайди, бинойидек.

Күшхонада минглаб сўйилаётган ҳайвонларнинг узундан-узун аччиқ ичакларининг озгина қисмидан музыка асбобларига тор ясалар эди, қолгани хандакка улоқтирилар, итларга берилар эди. П. Шульц ўз тажрибаларини давом эттираверади. Қиймага янчилган пиёз, саримсоқ қўшиб тайёрлайди. Қалампирмунчоқ, лавр япроғи қайнатмаларидан ҳам қўшиб кўради. Қиймага яна таомларга қўшиладиган селитра ҳам солиб тажриба ўтказади. У ўзи ижод қилган хасипни «сосиска» деб атайди. Мол гўштидан, қўй гўштидан, чўчқа гўштидан тайёрлаб кўради. Энг яхши сосиска кичкина чўчқачаларнинг гўштидан тайёрлангани бўлиб чиқади. Автори уни «сутли сосиска» деб номлади. Билмаганлар ҳануз ҳам сутли сосискага сут қўшилса керак деб ўйлашади, йўқ, ундаи эмас, балки «сут эмиб турган чўчқа боласининг гўштидан тайёрланган» деган маънени англаатади. Хуллас, П. Шульц сосисканинг жуда хушхўр ва картиллама хилини кашф қиласди. Буниси селитра, саримсоқ ва ҳар хил зираворлар аралаштириб тайёрланган қиймани аччиқ ичакка қуиб калта-калта қилиб боғлаб буғда пиширилади. У ўз кашфиётiga она шахри Франкфурт номини ҳам беради. Аммо содда қассоби тушмагур пазандалик соҳасида қилган ушбу ажойиб кашфиётини сир тутиши зарурлигини англамай қолади. У ким қўринса унга майда хушхўр колбасачалар тайёрлаш рецептини ва технологиясини оғзаки айтиб юради, тажрибада пишириб ўргатаверади. Натижада капиталистик рақобат бу камбағалнинг бошига ҳам бало бўлади. Сосиска тайёрлаш технологиясига патентни бошқа корчалонлар олиб бойиб кетишиади. Чикаго, Сан Франциско, Вашингтон, Нью-Йорк ва бошқа шаҳарларда кўплаб сосискахоналар очилади. Фалакнинг гардиши билан П. Шульцни қүшхонадан ҳайдаб юборишиади. Қариган чоғида бор-йўғидан ажраган бу ғарид бирорта сосискахонага ишга киришга умид боғлар эди. Унга ваъда ҳам қилдилар, бироқ «эртага келинг», «индинга келинг» деган бюрократлик жонига теккач, очлик азобидан изтироб чеккан бу кашфиётчи сосискахоналарнинг бирига бориб остонасига бош қўяди-ю э воҳ, жон беради!

Одамийлик юзасидан шуни айтишимиз керакки, юз йилдан бўён жаҳон мамлакатларида тайёрланган сосискалар неча миллион километрни ташкил қиласкан? Буни ҳисоблаб бўлмайди, албатта, лекин ана шу беҳисоб неъматнинг ижодкори Паул Шульц эканлиги ва бу таом «Франкфурт сосискаси» номи билан жаҳоннинг турли мамлакатларида ҳамон сотилаётганлигининг ўзи ушбу таом ижодкорига бўлган хурматимиз далолатидир.

Замонамизнинг энг ижодкор пазандаси

Ҳар бир ошпаз тайёрлаётган таомларини рисоладагидек пиширишга интилса чакки бўлмайди, албатта, бироқ бу касб. Агар пазанда ўз тажрибалари, маҳорати ва фантазиясига таяниб тайёрланаётган ҳар бир таомга қандайдир фойдали ўзгартиришлар киритса, ёхуд янгича овқат пишириш усулини ва рецептини кашф этса, буниси — ижод бўлади. Пазандалик — санъат экан, у ижодсиз равнақ топа олмайди. Шу сабабли биз, ёлғиз мутахассис ошпазлардагина эмас, ҳатто кундалик таом тайёрлаётган ҳар бир уй бекасида ҳам қандайдир янгиликлар борлигини, пишириш ишига ижодий ёндашаётганликларини доим кузатиб борамиз. Худди шу ҳол янги-янги таомларнинг келиб чиқишига сабаб бўлади.

Ҳозир ҳикоя қилмоқчи бўлган пазанданинг бошқалардан фарқи шундаки, у ўз ижодини илмга асослаб юқори даражада олиб боради, яъни новаторлиги билан ажралиб туради. Бу киши таом ижодкорлиги тўғрисида диссертация ёқлаб, фан кандидати деган илмий даражага сазовор бўлган, Москвадаги Г. В. Плеханов номли Халқ хўжалиги институтининг доценти Владимир Михайловдир. Унинг тавсиялари аср-асрлардан бўён тайёрланиб келинаётган юзларча таомларнинг технологиясини тамомила ўзгартиришга қаратилади. Зероки, у киши анъанавий эски технология барчага бирдай мақбул бўлса-да, барибир камчиликлари борлигини аниқлайди. Яъни кўп қовуриш, узоқ қайнатиш давомида масаллиқлардаги анчагина фойдали неъматлар

бехуда ғойиб бўлаётганини, тайёрлаш жараёнида узоқ вақт ҳамда ортиқча иссиқлик энергияси сарфланаётганлигини исботлаб беради. Масалан, асрлардан буён рус пазандалигида боршч тайёрлаш учун ҳар гал 3 соат вақт сарфланиб келинарди. В. Михайлов ижод этган технология бўйича бу таомни 30 минутда пишириш мумкин экан. Чунончи, гўшт қайнатилган шўрвага майда тўғралган карам, лавлаги, сабзи, картошка, помидор, пиёз ва ошқўкларни бирданига солиб қопқоғи жипс ёпилган ҳолда 10—15 минут давомида бир қайнатиб олинади-да, шу ҳолда очмасдан 15—20 минут димлаб қўйилади. Шунда таом ҳалиги 10—15 минут қайнатиш давомида масаллиқлар бағрида тўпланган (яъни аккумуляция қилинган) иссиқлик ҳисобига батамом пишиб етилади. Буни узоқ қайнатишнинг ва кўп кутишнинг ҳожати йўқ, қолаверса, қопқоғи жипс ёпилган идишдан зарур неъматлар: витаминалар, жавҳарлар, сабзавотларнинг хушбўй ҳиди (ифорлар) буғ билан бехуда учиб кетмайди, натижада шундай бир лаззат гаммаси ҳосил бўладики, буни ўша-ўша масаллиқлардан тайёрланган бўлинса-да, мутлақо янги таом рўйхатига киритиш мумкин. ЁКИ яна бир мисол: гўштни ҳил-ҳил қилиб пиширишнинг анъанавий усулида камида 2 соат вақт ва шунга кўра энергия ҳам сарфланар эди. В. Михайлов бехуда сарфланаётган энергия билан вақтни тежаш учун ҳамда гўшт каби муҳим оқсилли масаллиқдаги тўйимли ва лаззатли моддаларни тўла сақлаб қолиш учун уни «антрикот усулида» пиширишни тавсия қиласдан, яъни 5 минут пишириб, 5 минут оловини ўчириб димлаш. Ушбу операцияни 4 маротаба қайтариш зарур, шунда 40 минут сарфланади, охирида яна 15—20 минут димланади — ҳаммаси бўлиб 60 минутда гўшт жуда юмшаб ипир-ипир бўлиб пишади, экстрактив моддалари, оқсил компонентлари, минерал тузлари тўла сақланиб, ажиб бир лаззат қасб қиласдан. Биз В. Михайлов ижодидан фақат иккитагина мисол олдик, холос, аслида у юзлаб таомларнинг технологиясини ана шундай мантиқий ўзгартиради, бу кашфиётлар СССР Халқ Хўжалиги Ютуқлари Виставкасининг олтин медалига сазовор бўлган. В. Михайлов ижодда назариячигина эмас, амалиётчи ҳамдир. У ўз маҳоратини Алушта ва Ялта шаҳарларидаги курорт ва санаторийларда намойиш этиб хўрандалар, мутахассис диетологлар ҳамда овқатланиш физиологияси билан шуғулланувчи врачларнинг олқишиларига сазовор бўлган. Пазанда мавжуд таомларнинг технологиясини ўзгартиришдан ташқари кўплаб янги рецепслар тузади ва илгари сира ишлатилмаган масаллиқлардан бир неча хилини таомномага киритади. Унинг чой дамлашдаги тавсиялари ҳам қизик: қуруқ чой билан бирга ялпиз, райхон, кашнич, укроп, исмалоқ каби кўкатлардан сиқиб олинган селини қўшиб дамланса, шифолиги янада ошишини исботлайди ва бундай дори ичимликни у «балзамий чой» деб атайди.

Биз хонадонларда ҳам, жамоат овқатланиши корхоналарида ҳам сабзи, лавлаги, редиска баргларини ва карам ўзагини ҳар доим ташлаб юборамиз. В. Михайлов булардан аъло сифат таомлар тайёрлаш мумкинлигини кашф этади. Мисол учун редиска баргини яхшилаб ювиб, бир қайнатиб ёки қасқонда буғлаб, сўнг сариёққа қувурилса (жазланса), мазали гарнир ҳосил бўлар экан. Ёки далаларда, тоғларда ва ўрмонларда турли гиёхлар мавжудки, одамлар булардан доридармон сифатидагина фойдаланиб келарди. Ижодкор пазандамиз эса ўша гиёхларнинг кўпини, хусусан зубтурум (бўзчи, отқулоқ), сариқчой (зверобой), қичитқон (чалақан, крапива), ола буға (шўра) кабиларни овқат сифатида бемалол ишлатиш мумкинлигини кашф қиласди. Ижодкор пазанда инсон таомномасини бойитишда шундай бир тўғри йўлдан борадики, Ғарб табобатининг отахони Гиппократнинг ушбу гапларини беихтиёр эслайсан киши: «Барча озиқлантирувчи моддалар шифолик хусусиятларига эга бўлмоғи даркор ва биз қўлланаётган шифо воситаларининг барчаси албатта озука моддаларидан иборат бўлмоғи керак». Шундай қилиб Владимир Михайловнинг «таом — дори, дори — таом» формуласи асосида узоқ йиллар мобайнида олиб борган назарий ва амалий изланишлари СССР Медицина Академияси Овқатланиш институтининг кўзга кўринган олимлари томонидан маъқулланди. Янги технологиядаги ана шу таомлар барча касалхона, дам олиш уйлари, санаторий ва курорт ошхоналарида тайёрлашга тавсия этилди.

Пазандалик соҳасидаги бу ижодни фандаги катта кашфиётга қиёс қилгулик, чунки бу ёлғиз вақт, энергия ҳамда масаллиқлардаги фойдалари моддаларни тежабгина қолмасдан, балки бебаҳо бойлик — инсон сиҳат-саломатлигини сақлаш ва мустаҳкамлашга бағоят катта ҳисса қўшади.

Пазандалик гроссмейстери

Бу одам ҳали ёш йигит. У Москвадаги «Арагви» ресторанида ишлайди, исми-шарифлари Владимир Александрович Гудков. «Неделя» газетасининг мухбирлари В. Назаров билан Э. Церковер бу ошпаздан:

— Неча хил таомни биласиз?—деб сўрашганда у
— Тўрт юз хил,— деб жавоб берган.

Бироқ ҳамкасларининг фикрига қараганда у бундан анча кўпроқ таом тайёрлаш усулини билар экан. Чунончи, «Мосресторантрест» бошлиғи В. Г. Горшунининг айтишича, В. А. Гудков «Катта пазандалик» китобидаги барча таомларнинг моҳир устаси экан. Ўша китобда эса 8000 хил таом тайёрлаш усули ёзилган.

В. Г. Горшунинга ҳам савол беришган:

— Бизда пазандаларнинг энг юксак унвони қанақа?

— «Уста пазанда», холос, лекин «Ошпазлик гроссмейстери» деган унвон таъсис этилса-ю, дастлаб бу унвон билан Владимир Гудковни табриклишни истардим, дейди у. Негаки у уста Бутунниттифоқ пазандаларининг ҳар йили уюштирилиб туриладиган конкурсларида доим «чемпион» бўлиб чиқади, қолаверса унинг номи чет элларда ҳам машҳур.

Монреал шаҳрида бўлиб ўтган «ЭКСПО—67» да 8 ой ошпазлик қилиб икки томлик китобга тенг келадиган «таҳсинлар дафтари» олиб келади. Рус ошпазлигидан баҳраманд бўлиш мақсадида Жаклин Кеннеди ўз болалари билан В. Гудковга таом заказ берган.

Прага, Пловдив, Хельсинки, Схевенген, Токио, Дехли ва бошқа шаҳарларда ўтказилган пазандалик виставкаларида у алоҳида маҳорат кўрсатган.

Осако шаҳрида бўлиб ўтган «ЭКСПО—70» халқаро виставкасида В. Гудков шундай таом тайёрлаганки, банкет қатнашчилари пазандани ўринларидан туриб олқишилаганлар.

Мосвага Жавоҳарлал Неру ташриф буюрганида В. Гудков ҳиндча «Тандурий-чикен» таомини тайёрлаб беради. Мехмон таомдан танаввул этар экан, буни ҳинд ошпази тайёрлаган,— дейди. Унга Владимир Гудковни таништирганларнда унинг қўлини сиқиб лол қолади.

Бир куни София Лорен бу лаззатшунос пазандани ёнига чақириб, орқасига шундай сўзлар ёзилган ўз фотосуратини тақдим этади, «В. Г. Сизга раҳмат. Рус пазандалигига оғарин!».

VI. ЖАҲОН ПАЗАНДАЛИГИДАН ЛАВҲАЛАР

Табиий қозонлар

Китоб бошида биз «Пазандалик санъати оловнинг кашф қилинишидан бошланади» деган эдик. Олов ибтидоий даврнинг қуий босқичида кашф қилинган бўлиб, бу тош даври эди, одамзод ҳали металлардан фойдаланишни билмас, бинобарин, овқат пиширадиган бронза, темир, чўян, мис алюмин идишлар мутлақо йўқ эди. Шунинг учун дастлабки қозон тошдан ясалган, чунончи «дош қозон» тушунчаси шунга ишора. Катта харсанг тошнинг теппаси чуқурча қилиб ўйилган, остидан эса олов ёқадиган қилиб ўчоқ қазиганлар. Тилимиздаги «қозон» атамаси ана шу «қозган» маъносини англатади. Манти ва бошқа таомларни буғда пиширишга мўлжалланган идиш — «қасқон» деб юритилади, бу ҳам «қозган» ва «қозон» тушунчалари билан боғлиқдир.

Қозонни тошдан қазиши усули бошлангунга қадар дастлабки пазандалар таомни олов устида қовуриб (кабоб сингари), құрга күмиб (күмоч каби) пиширганлар ёки табиий қозонлардан фойдаланғанлар. Табиий қозон деганимизда гейзер сувли булоқтар, вулқон (лава) иссиқлигидан фойдаланиш ёинки гулхан ёқилган хандақ кабилар тушунилади. Бундай ибтидоий овқат пишириш усулларининг батызи халқларда ҳанузгача сақланиб келаёттанининг шохидимиз. Масалан: Янги Зеландиядаги Маори қабиласи олов ёқмасдан овқат пиширади. Бу қабила тоғ этакларида яшайди. Сойларда балиқ шу қадар күпки, уларни құлда тутиб олиш мумкин. Ён бошида иссиқ булоқ қайнаб чиқади. Балиқ булоққа ташланса бас, у ҳил-ҳил пишади. Балиқ күпроқ ташланса борми, булоқ ёғлиққина шұrvага айланиши мумкин. Биз «табиий қозон» деб атаган ана шу булоқларда тошбақа ва ёввойи құшларнинг тухумидан тортиб, ҳар хил сабзавотларни ҳам пишириб ейишаверади.

Австралия ўрмонларида яшовчи ерли аҳолининг «табиий қозони» бошқачароқ: лахча чүф устига қалин күкат түшалади, күкат устига тозаланған балиқни териб, устидан яна күкат түшалади ва тепасига ҳам чүф түқилади. Бундай таомни еб күрганларнинг айтишларича, балиқ худди духовкада пишгандек қовурилар эмиш.

Янги Гвинеядаги папаусларнинг «табиий қозонига» келганды бу ҳам үзига хос. Балиқми, бир парча гүштми ёки нима овлаб олинган бўлса, шунинг устига туз ва зираворлар сепиб банан барига ўрашади. Ерда қозон шаклида зовур ковлаб, остига қизитилган тош ташланади, тошнинг устига эса баргга ўралган гүштни кўйиб, тепасига яна қизитилган тош териб, тупроқ тортишади, энди бемалол бошқа иш билан машғул бўлавериш мумкин. Тахминан уч соатлардан кейин бу «табиий қозон» титкилаб очилса, ана лаззату, мана лаззат, зираворларнинг ва банан баргининг атрофига таратган хушбўй хиди кишига ҳузур бахш этади.

Табиий қозоннинг бир намунаси Ўзбекистонда ҳам сақланган бўлиб, у асосан Қашқадарё ва Сурхондарё областларининг тоғли районларида пишириладиган тандирий баррадир. Ёнбағир жойдан сомса тандирга ўхшатиб ўра қазилади, остидан хаво кириб олов ёнишига ёрдам берсин учун билак сиққудек тешик очилади. Ўранинг ичи гуваласимон тошлар билан айлантириб уриб чиқилади. Ўрага арча ўтини ёқиб тошни роса қизитгандан сўнг тўпланган лахча чүф устига арчанинг яшил барглари ташланади-да сўйиб тайёрланган кўзини симга илиб осиб ўра усти ёпилиб, бир неча соат давомида димлаб пиширилади. Ана энди бу таомни есангиз...

Табиий қозоннинг яна бир үзига хос хилини биз Қозогистонлик олим Содик Қасмановнинг 1977 йили Олмаотада нашр этилган «Қозоқ миллий таомлари» китобидан ўқиймиз. У «кўмма» номи билан бир неча таомни пишириш усулини таниширади, яъни кўй кўмма, сувама кўмма, қорин кўмма, тандир кўмма ва бошқа. Кўмма деб умуман ҳеч қандай идиш ишлатмасдан гўшт, жигар, буйрак, картошка, маккажўхори, тухум, хамир каби масаллиқларни чўққа кўмиб пиширишга айтилади. Булар асосан қадимда кўчманчи бўлган чорвадор халқларга хос таомлардир.

С. Қасмановнинг ёзишича: «Кўй кўмманинг бир тури қозоқча (силама комбе) сувалган кўмма деб аталади. Уни қоидаси билан пиширганда ҳайвоннинг териси шилинмайди, сүяклари чопилмайди. Қорнини ёриб ичак-чавоги, юрак-ўпкаси, жигар-бағри олиниб, яхши тозаланиб, гўштининг қалин жойлари тилиниб туз, мурч, янчилган саримсоқ билан ишқалаб тана ичига солинади ва тикилади-да жун томонидан қуюқ лой билан су-валади. Шундан сўнг танани қиздирилган ўрага солиб устидан кучли олов ёқилади. Иссиқлик тафтидан пишган тери буғланиб лой чапланган жунни ажратади, тери эса гўшт билан бирга қолади. Жун лойга ёпишиб үзига хос идишга айланади. Пишган гўштни бошқа идишга олишнинг ҳожати йўқ. Уни шу табиий қозоннинг ичидан олиб ея берса бўлади».

Скандинавия мамлакатларида қадимги даврларда викинг деб номланған халқлар яшаган. Ана шулардан товуқ пиширишнинг ибтидоий усули шведларга мерос бўлиб қолган. Товуқни сўйгач, ичак-чавоги олиб ташланади, ювилади ва туз сепилади, пати юлинманди. Соз тупроқдан

лой қорилиб товуқнинг устига чапланади, бу бамисоли гуваладек бўлади. Сўнг у бундай усулда пиширилади: ердан ўчоқ ковланади, ўчоқ устига пўғонроқ симданми ёки ингичкароқ темирданми қўйиб панжара хосил қилинади. Металл панжара устига муштдай-муштдай келадиган тошлардан терилади, унинг устига лой чапланган товуқни қўйилади, атрофига ва устига яна тошлар терилади. Ана энди остидан олов ёқилади, аланга тошлар орасидан ўтиб ёнади. Тахминан бир соат ёнгандан сўнг тошлар олиб ташланаб гувала аста синдирилиб, орасидан буғланиб турган селликкина товуқ гўшти ажратиб олинади. Патлари ва териси лойга ёпишганлиги учун осон ажрайди. Худди шундай усулда карп, сазан балиқларини пишириш мумкин. Балиқ ичига сельдрей, укроп каби ошкўклардан ва нордон мевалардан солса яхши бўлади. Буни 15 минутча пиширилса бас.

Қадимги чорвадор туркманларнинг табиий қозони ҳам ўзига хос бўлгап. Қўй ёки мол сўйиб қорнини олиб фақат бир жойидап пичоқ уриб ичидагини тўкиб ташланади ва ағдариб ювилади. Қитир томони ташқарига ва силлиқ томони ичкарига қилиб тайёрланган қориннинг ичига эса гўшт, пиёз ва пича сув қўйиб, зираворлар ва туз сепилади ва оғзига мол оёғининг найсимон суяги боғланади.

Қумни обдан қиздириб, қорин шунга кўмилади, найсимон суяқ қумдан чиқариб қўйилади, чунки қориндаги сув қайнаганда буғ шундан чиқиб туради, йўқса тарс ёрилиб кетиши мумкин. Ана энди кўмма қорин устига шох-шаббаларни ташлаб олов ёқилади, 1,5—2 соатлардан сўнг таом тайёр бўлади.

Курдлардаги табиий қозонда тайёрланадиган овқат қуллама деб аталади, буни фақат эркаклар пиширадилар. Қўйни сўйиб, этини майдалаб, ўз терисига ўрайдилар. Хандак қазиб ичиди олов ёқадилар, аланга -ўчиб қўр қолганда ҳалиги пўстакка ўралган гўшти солиб тупроқ ташлаб кўмадилар-да, устидан гулхан ёқадилар. З соатлардан кейин таом тайёр бўлади.

Қадимги кўчманчи монголлардаги табиий қозон яна ўзгача: кичикроқ тана (қўй, эчки) ни сўйиб териси шилинмайди, калласи ва ички аъзолари олиб ташланади. Сўнгра қорин бўшлиғига қизитилган тошларни солиб пиширишган. ЁКИ тананинг чор атрофига тош қоплаб устидан гулхан ёқиб пиширишган.

Рамзий масаллиқлар

Кундалик таомларимизда ишлатиладиган жуда кўп масаллиқлар орасида айрим зиравор, ошкўқ, сабзавот, мева, дон-дун ва бошқа хиллари борки, булар турли халқларда бирон-бир воқеа, нарса ёки ҳодисалар рамзи ҳисобланган. Чунончи, бир хил масаллиқлар борки, мукофот рамзи, яна бир хил масаллиқлар муҳаббат рамзи ёки айрилиқ мусибат рамзи, яна ўзгачалари меҳмондўстлик рамзи, яна тўқчилик, узоқ умр, маъмурчилик рамзи бўлганлари ҳам бор.

Лавр япроги. Қўланса ҳид тарқатадиган гўштлардан шўрва пиширганда лавр япрогисиз иш битмайди, чунончи балчиқ ҳиди анқиб турадиган чўчка, ўрдак ва балиқ гўштини фақат шу барг хушхўр ва хушбўй қиласи.

Тропик ва субтропик минтақаларда ўсадиган шу дарахтнинг барги ва шохчалари қадимги Грецияда мукофот рамзи ҳисобланган. Лаврдан тайёрланган чамбар Олимпия ўйинларида ғолиб чиқканларнинг бўйнига илиб қўйилган. Бу одат кейинчалик Франция, Италия ва Испанияда тарқалиб, лавр япроғининг чамбари машҳур олимлар, рассомлар, шоирлар ва бошқа алломаларнинг бошларига кийдирилган. «Лауреат» сўзи ана шундан келиб чиқкан. Ҳозирги тинчлик учун курашчилар мукофотининг лауреатларига, Ленин ва Давлат мукофотларининг лауреатларига тақдим этиладиган медалларга ҳам лавр япроғининг рамзи туширилгандир.

Зайтун. Ушбу дарахт Ўрта денгиз ҳавзасидаги мамлакатларда ўсади, ҳам мева, ҳам мой беради. Худди сарви каби бир неча йил давомида ям-яшил гуркираб ўсиб тураверадиган шу дарахт ҳар доим ёшлиқ, узоқ умр кўришлик рамзи ҳисобланади. Қадимда унинг новдаларидан

тўқилган чамбар физқультура ва спорт ғолиблари ва олимпиада чемпионларн бўйинларга тақиб қўйилган. 1980 йили Москвада бўлиб ўтган 12-олимпиада ғолибларига берилган медалларда ҳам зайдун шохчасининг рамзи бор.

Нақш олма. Олманинг бу нави жуда чиройли, қип-қизил бўлиб нафис, хушбўй ҳиди ҳам бор. Ўзбекистоннинг барча областларида айниқса Фарғона водийсидаги боғларда кўп этиширилади. Эрта пишади ва асосан десерт мева сифатида истеъмол қилинади.

Ана шу олма қадимда муҳаббат рамзи ҳисобланган: севишганлар бир-бирларига гул тақдим этганлари каби нақш олма ҳам тақдим этганлар ёки бир-бирларига қараб олма отганлар. Йигит ва қиз ўртасида олма отиши революцияга қадар Хоразмда мавжуд бўлганлигини ёзувчи ва олим Жуманиёз Шарипов ўзининг «Хоразм» романида тасвиirlab берган. Шунингдек, бу одат Фарғона водийсида ҳам бўлган: севган қиз йигитга олма отади, йигит ҳам қизга олма отади, бу билан улар бир-бирларига бўлган самимий муҳаббатларини изҳор қиласидилар.

Помидор. Бу неъматнинг тарихи ва қачондан буён истеъмол этилиши, ўзбек пазандачилигига қачон кириб келганлигини ушбу китобнинг тегишли жойида айтиб ўтдик. Помидорнинг ошпазлигимизда жуда кенг қўлланилиши, мустақил ва ёрдамчи масаллик вазифасини ўташи, юзлаб таомларга қўшилишини ҳамма ҳам билади.

Қизиги шундаки, бу неъмат ҳам бир вақтлар муҳаббат рамзи ҳисобланган. Қип-қизил, оловдай товланувчи помидор XIX аср бошларида Кримдаги Боғча-сарой шаҳрининг гулхоналарида манзарали ўсимлик бамисоли гул каби тувакларда ўстирилган. Ёшлар эса чўғдек мевасини узуб олиб, ўз севгилиларига тақдим этишган. Ўша кезларда Кримда уни помидор эмас, балки «муҳаббат олмаси» деб аташган, лекин таомларга ишлатишмаган.

Сельдrey. Барглари қайчи-қайчи, худди кашнич баргини эслатадиган, бироқ кашничдан каттароқ ва баландроқ ўсадиган бу ошкўқ лағмон қайласи ва шўрваларга солиб пиширилади, салатларнинг юзи безатилади.

Қадимда эса Миср ва Юнонистонда сельдrey барглари билан спортда, илм-маърифатда ва мушоираларда ғолиб чиқсан кишиларнинг юзи безатилган, бошларига сельдrey чамбарлари тақишиган. Сельдрайни муқаддас деб билган юонон ва римликлар унинг рамзини ганчга ўйиб иморатларнинг пештоқига ва устунларнинг плястрларига ёпишириганлар. Архитектурадаги сельдrey баргининг кунгурадор қолипи бошқа мамлакатлардаги ганчкорлар томонидан ҳам қўлланган.

Пиёз. Овқатга гўшт солиб пиширинг-у, аммо пиёз солманг—бемаза бўлади. Пиёзниг ажойиб хусусиятлари ва тарихи тўғрисида китобимизнинг тегишли ерларида айтиб ўтдик. Пиёзниг гўзаллик ва ботирлик рамзи ҳақида икки оғиз сўз. Пиёзниг асли ватани Тяншань тоғларидир, бироқ баъзи олимлар пиёз Мисрдан келиб чиқсан дейишиади. Бундай фикр хато бўлса ҳам ҳар ҳолда қадимги Мисрда пиёзни гўзаллик рамзи ва муқаддас масаллик деб ҳисоблашган. Миср дехқонлари (паллаҳлар) нинг кўзига пиёз бамисоли ой бўлиб кўринар экан. Уни «ерда битган ой» деб аташган ва кўзига яхши, чиройли, иффатли одам бўлиб кўринган кишига бир бош пиёз тақдим этишар экан. Тўхтант ўзбекларда ҳам шундай нақл бор-ку! «Топган гул келтирур, топмаган бир бош пиёз...» Маъноси: меҳмонга боргандга совғасиз келган кишига нисбатан «мезбонни хуш кўриб хонадонига қадам ранжида қиласиди» дегани бўлади.

Ўрта асрларда Германия ва Швейцарияда пиёзни жангда жонбозлик кўрсатган рицарларнинг бўйнига худди медальон каби осиб қўйилган. «Пиёз куни» қаҳрамонлик байрами ҳисобланган. Немисларда ҳанузгача давом этиб келаётган цвибултаг (цибул — пиёз, таг — кун) бундан далолат беради. Тарихдан маълумки швейцарияликлар эрамизнинг 640- йилида сакслар устидан ғалаба қозонадилар, шу ғалабани ҳануз ҳам нишонлайдилар. Ҳар йили 1 мартда эркаклар бош кийимларига пиёз қадаб кўчага чиқадилар, чунки пиёз қаҳрамонлик рамзи-да.

Сабзи. Палов ошимизнинг жони бўлган сабзини қадимий Африкада тилланинг рамзи деб ҳисоблагаглар. Эртакларда айтилишича: «Ўрмонларда афсонавий бўйи бир қарич одамлар —

гномлар яшар эмиш. Кимда ким сабзини тиллага айлантироқчи бўлса кечқурун пиширилган сабзини ўрмонга олиб бориб қўйсин. Пишган сабзи гномларнинг энг севимли таоми ҳисобланган. Майда одамчалар уни ҳузур қилиб ейишиб эвазига тилла қолдириб кетишади. Эрталаб бориб сабзи солинган идишдаги тиллани олиб келавериш мумкин эмиш». То ўрта асрларгача шу эртакка ишонувчилар бўлган. Улар сабзини пишириб ўрмонга олиб бориб қўйғанлар, лекин афсус эвазига ҳеч қандай тилла қайтариб олмаганлар. Шундай бўлса-да кўп халқларда сабзининг сариқлигини тиллага нисбат қилиш сақланиб қолган. Мисол учун ўзбек халқининг «Ер остида олтин қозиқ» топишмоғи ҳам сабзини билдиради.

Петрушка. Ушбу ошкўкни ҳам ҳаммамиз биламиз — соябонгулдошлар оиласига мансуб кўкат ўсимлигидир. У таомларимизни хушхўр, хушбўй қилишда, витаминларга бойитишда, салатлар тайёрлашда, помидор ва бодринг тузлашда ишлатилади. Бироқ, қадимда бу ошкўк мусибат ёки масхарабозлик рамзи бўлган.

Эрамиздан илгариги даврларда кимсаси вафот этган ёки бирон бошқа сабабдан асаблари изтиробга келган мисрлик ва юононлик петрушкадан чамбар ясад бошига кийиб кўчага чиқкан, шу билан бошқаларга ўзининг ғамнок эканлигини англатган. Кейинчалик бу одат Европага ҳам тарқалган. Лекин бу ерда у масхарабозлик рамзи ҳисобланган.

Рус халқи маталлари орасида: «никакой петрушки» деган ибора бор. Маъноси: баъзи қитмир одамга бирон ишни бажариш топширилганда шу ибора айтилиб ишқал чиқарилмасин, деган фикр англатилади. Сўнгра рус халқ қўғирчоқ театрда масхарабозликда бош ролни бажарувчи қўғирчоқ қаҳрамоннинг номи ҳам Пет-рушка эканлиги шу фикрга бир далолат бўлади.

Укроп. Барглари майда чачала, худди бурган баргини эслатадиган бу ўсимлик ҳам соябонгулдошлар оиласидан. ЁШ, майда 10—15 сантиметр танаси ва барглари таомларни хушбўй ва хушхўр қилишда, ўсиб бир метрдан ортган танаси, барги ва тул, соябонлари эса сабзавотларни тузлашда ишлатилади.

Укропнинг асли ўзбекча номи шивит деб аталади, Хоразмда шивитни эзид сувига қорилган хамирдан лағмоннинг бир тури бўлган «шивит оши» тайёрланади. Самарқандда эса қирқилган шивитга чакки (сузма, қатик) аралаштирилиб, узоқ муддат ачитиб хушхўр ва ҳазми таом тамадди «Чивот» тайёрланади. Шивитни чопиб қуюқ ва суюқ таомлар юзига соламиз ҳамда салатларнинг юзини безаймиз. Аммо қадим замонларда шивит уят рамзи ҳисобланган. Масалан, бирон одамнинг ножӯя иш қилганлиги билиниб қолса, унинг юзига шивит барглари ёпиштирилиб, аҳоли ўртасида сазойи қилинган. Тилимизда сақланиб қолган «юзи шивит бўлди» деган ибора ҳам «роса уятга қолди» деган маънени англатади. Яна «шивир-шивир гаплашди» деган ибора ҳам бор, аслида «шивит-шивит гаплашди»-дир. Маъноси бир-бирининг қулоғига уят калима айтишди, дегани бўлади.

Лавлаги. Бу сабзавот қизил ва оқ—икки хил бўлиб, қизилча (лавлаги) шўрваларга солиб пиширилади, винегрет тайёрланади, оқи эса шакарнинг хом ашёси— қанд лавлагидир. Худди мана шу ажойиб неъмат қадимги Эронда бевафолик, жудолик ва жанжал рамзи ҳисобланган. Қўйди-чиқди бўлмоқчи эр ёки хотин уйининг тўрига бир неча ёввойи лавлаги олиб келиб ташлаган. Маъноси: энди бизни ҳеч ким яраштира олмайди, деган бўлган. Жанжаллашиб қолган қўни-қўшни ёки муҳолифнинг хонадонига бир бош лавлаги ташлаб кетиши жуда қаттиқ ҳақоратга тенг ҳисобланган.

Шуниси қизиқки, бу одат Шимолда—англо-саксларда ҳам бўлган экан. Масалан, бирон йигит бирон қизга хуштор бўлади-ю, уйланмоқни кўзлаб совчи юборади, уларнинг одатича йигитнинг ўзи келиб, ота-онасидан қизнинг «қўлини сўрайди». Ҳар иккала томон ўртасидаги келишиш ёки келишмаганликни гап-сўз билан эмас, дастурхон устига қўйилган таом ҳал қиласи, чунончи бизда совчилар келтирган патир нон бўлажак қудалар хонадонида ўртада уштилса, демак бу розилик алломати, уштилмаса, майл йўқлигини билдиргани каби англо-

саксларда дастурхонга малинадан пиширилган кисель келтирилса, демак иш битадиган, ҳамма рози — тўйга ҳаракат қилавериши мумкин, деган маънони англатган. Энди, борди-ю, дастурхонга қайнатилган қизил лавлагини келтириб қўйишса — иш тамом, йигит индамай жуфтакни ростлайверсин, акс ҳолда уни туртиб-суртиб кузатиб қўювчилар ҳам тайёр турган бўлади. Ўзбек тилидаги «роса лавлагиси чиқди» деган ибора тўғрисида ҳам ўйлаб кўриш керак, чунки бунинг маъноси ҳам «юзи қизарди, уятга қолди» деган фикрни англатади.

Маккажўхори. Ушбу дон ўсимлигининг думбил сўтларидан олиб чўғда қовуриб есангиз ҳам, сувда қайнатсангиз ҳам лаззатлидир. Думбил донларини пичоқда қириб, сутга солиб қайнатилса, қаймоқ мазали суюқош ҳосил бўлади. Макканинг етилган ва қуритилган донидан парҳез масаллик — маний крупаси тайёрланади, унидан қирилган ошқовоқ қўшиб зофора тўғралган пиёз қўшиб патрак деб аталувчи нонлар ёпиш усули ўзбек пазандалигида қадимдан маълум.

Маккажўхорининг ватани Мексика бўлиб, бу неъмат тахминан тўрт аср муқаддам Европага келтирилиб экилган. Ўрта Осиёга эса «Макка шахрига ҳажга борганлар олиб келган» —деган ривоят ҳам юради. Бу тўғрими ё нотўғрими аниқ билмаймиз. Ҳар ҳолда номининг маккажўхори эканлигига ишора қилиб шундай дейишса керак.

Марказий ва Жанубий Америкада яшаган қадимги майя, ацтек ва инк қабилалари учун маккажўхори асосий озуқа бўлиб, уларнинг ҳаёти ва фаровонлиги ана шу доннинг ҳосилига боғлиқ эди. Табиат инжиқликларини енгишга ожиз бўлган ўша қабилалар маккани химоя қиласидиган, ҳосилини кўпайтирадиган Синтеал номли худо тўғрисида афсона тўқийдилар ва унга сифинадилар. Маккажўхори ўсимлигини эса одамнинг — ёш йигит ёки қиз рамзи деб билганлар. Испан ёзувчиси Логфелло америкалик ҳиндилар орасида юриб, то ҳанузгача куйланиб келаётган «Гайавата қўшиғи»ни ёзиб олган. Унда маккажўхори Мондамин исмли йигит образида куйланади. Мазмуни бундай:

«Бошида ҳилпираб турган тож патлари бор, соchlари майин тилла ранг, либоси ям-яшил э, Мондамин, Мондамин!

Барваста қомати даламиз кўрки, ёзи билан сенга эгилиб таъзим қиласиз, эй муқаддас маис (маис-жўхори). Мондамин, Мондамин!

Гайавата сени шундай атайди, инсоннинг асл дўстисан ўзинг, куз келганда қаҳрабо донинг сариқ тобланар, уни бўйнимизга маржон қиласиз, эй азиз, Мондамин, Мондамин!»

Қадимда ўзбек деҳқонлари баъзи жойларда маккани «Жўхори полвон»—эркак киши рамзи деб ҳисоблашган, баъзи жойларда эса қомати келишган, бола кучоқлаган, бошида тожи бор аёл образида тасаввур этишган. Ҳануз ҳам биз маккани «дала маликаси» деган эпитет билан атаймиз, донини эса қаҳрабо дон деймиз.

Гуруч. Паловни гуручсиз тасаввур қилиб бўлмайди. Бу неъмат Ўрта Осиёдагина эмас, жаҳоннинг энг катта қитъаси, дунё аҳолисинииг энг кўп қисми яшайдиган Осиё ҳалқларининг асосий овқати ҳисобланади. Гуручнинг ватани Хитой, Ҳинди-Хитой ва Ҳиндистон ҳисобланади.

Гап рамзий масалликлар устида борар экан, гуручга teng келадигани йўқ. Ҳиндистонда гуруч тўқчилик рамзи ҳисобланади. Никоҳдан сўнг келинчак яланг оёқлари билан гуруч ўюмини кечиб ўтади ва гуруч худоси — Деви Сирига сифинади. Шундай қилинса, гўё оила ўз бола-чақалари билан доим тўқ яшайдиган бўлармиш.

Японияда ҳам гуруч маъмурчилик ва узоқ умр кўриш рамзи ҳисобланади. Шу сабабли янги уйланганларга гуруч унидан маҳсус ёпилган нон едиришиб, будда худосига сифинтиришади. Шундай қилинса, гўё келин-куёв маъмурчиликда узоқ умр кўриб яшашар эмиш.

Ява оролларининг аҳолиси учун ҳам гуруч тўқчилик рамзидир. Бунда янги туғилган чақалоққа она кўкрагини эмизмасдан туриб, илохий овқат ҳисобланган қайнатма гуручдан бир чимдим ютқизишади. Шундай қилинса, гўё бола то умрининг охиригача ҳеч оч қолмай яшар

ЭМИШ.

Тайланд тилида «пада» сўзи «шоли» ва «шоли» экиладиган дала» (шолипоя) маъносida келар экан.

Вьетнамда гуруч марварид рамзидир. Улар: «Марварид денгизда бўлади, аммо экин майдонини сувга кўллатиб меҳнат қилсанг марварид ўсаверади,—деган нақлни кўп айтишади.

Қизиғи шундаки, ўзбекларда хам гуруч қадимда ана шундай рамзий масаллик бўлган. Тилимизда сақланган «марварид дон» деган эпитет гуручни англатади. Дехқонлар бир-бирларига яхши ният билан: — Уйингиз гуручга тўлсин!—деб хитоб қилганлар. Бу ҳол гуручнинг тўқчилик рамзи эканлигини англатган.

Янги уйланганда палов ош дамлаш одати ҳам тўқчилик рамзи эканини билдиради, қолаверса, «тўй» сўзининг маъноси «тўймоқ» ни билдиради. Балки палов энг тўқ тутар таом бўлганлигидан хам шундайдир.

Сут-қатиқ. Сутнинг таркибини ўрганган олимлар уни инсон қонига тенг деган хулосага келганлар. Сут тўйимли озуқа, энг яхши шифо неъматdir. Сутни узокроқ сақлашнинг энг қадимги усули қатиқ ивitiшдир. Бунда сутдаги зарур моддалар яхши сақланиб қолади.

Сут-қатиқ Ер куррасининг турли жойларида яшайдиган халқларда меҳмондўстлик рамзи ҳисобланади.

Оман мамлакатининг Дафар шаҳри аҳолиси ўртасида шундай одат бор: азиз меҳмонни кутиб олаётган мезбонлар меҳмон яқин келганда уни даврага олиб, ҳар бири уч мартадан ўпишади, сўнг назокат билан бир коса түя сути узатишади. Меҳмон сутдан танаввул этгач, ҳамма хурсанд бўлади ва меҳмондорчилик кўнгилли ўтишига ишонч ҳосил қилишади. Монголияда азиз меҳмон келиши билан унга бир коса түя, бия, қўй, эчки ёки сигир сути тутиб мулоzимат қилишади. Ана шундан кейин уни тўкин дастурхонга таклиф этишади. Дастурхонда албатта бия сутининг қатиғи — қимиз ёки түя сутининг қатиғи — қимрон бўлади.

Бу одат Қозогистонда ҳам бор: меҳмон дастурхонининг кўрки қимиз ва қимрон ҳисобланади. Қозоқ миллий пазандалигига қимизнинг 9 хили тайёрланади.

Меҳмон дастурхонига атаб тайёрланадиган сут-қатиқ таомларининг хили эса 50 дан ортиқ.

Кения республикасида меҳмондўстлик рамзи қатиқ, ҳисобланади. Бирон-бир кимсаси сафардан қайтаётган бўлса ёки бошқа жойдан меҳмон келишини кутаётгангаларида вокзалдами, аэропортдами дарҳол қатиқ ичиришади.

Келган меҳмонга қатиқ ичириш одати бизда „Наманган аҳолиси ўртасида қадимдан урф.

Хўш, нима учун турли жойларда сут-қатиқ меҳмондўстлик рамзи? Бу саволга ҳали ҳеч ким жавоб берган эмас. Эҳтимол бунга сутнинг шифобахш неъмат эканлиги сабабdir. Балки унинг оқ ранги шунга ундарки, кўп халқларда оқ ранг яхшилик, баҳт-саодат, хотиржамлик рамзи ҳисобланади, қора ранг эса бунинг акси. Меҳмонга «Оқ йўл» тилаганда ҳам сут ранги кўзда тутилади ва мижозий маънода сафар бехатар бўлишилгини англатади.

Яна эҳтимол, меҳмонга сут ичириш орқали қадрдон, бир онадан туғилган ака-ука, опасингилдек бўлдиқ, деган маъно англатилади. Ҳар ҳолда сут-қатиқ кўп халқларда меҳмондўстлик рамзи ҳисобланади.

Калла гўшти, тўш ва жигар. Қозоқ ва қирғиз халқларида қўй сўйилса каллани бутун пишириб меҳмонлар орасида ёши ва мартабаси улуғ, оқсоқол киши дастурхонига хурмат рамзи сифатида қўйилади. Қозоқ пазандалигига буни «бас табақ», яъни пеш дастурхон деб юритилади ёки «сий табақ», яъни сийлов дастурхони деб атайдилар. Бунда калла гўшти, биқин бўлиши шарт. Тўйларда «келин табақ» деб аталувчи дастурхон ҳам бўлиб, асосий масаллиғи севгининг рамзи пиширилган тўш ва юрақдан иборат бўлади. «Қиз табақ» дастурхонида эса буйрак ҳамда қақажонликнинг рамзи сифатида пиширилган тил қўйилади. «Қудаларнинг табағи» га эса қариндош бўлганликнинг рамзи сифатида жигар, тез-тез келиб турсинлар маъносida пайчоқлар ва қайнатилган иликли сон гўшти тортилади.

Ўзбек, тожик, туркман, қирғиз ва қозоқларда «жигар»—«жигарим» (қозоқча: бовур, яъни бағир маъносида), «жигар бағир», «жигарчилик» иборалари. Қариндошликтини, бир туқсанликни, ака-укаликтини билдириши ҳам жигар — қариндошликтини эканлигидан далолат беради.

Қозоқ халқ аиъаналаридаги қудалар дастурхонига иликли сон, калла-почча ва жигар тузаш ўзбекларда ҳам бўлган ва ҳозирда онда-сонда амалга оширилади. Бироқ куёвнавкарлар дастурхонига тўй куни келин томон— қайнота, қайнона, қўйнинг тўшини пишириб келтирилиши севги ва қариндош бўлганлик рамзи сифатида қилинади. Қизиги шундаки, калла гўшти оила бошлиғи, кекса ёки қария кишини ҳурмат қилиш рамзи эканлиги фақат биздагина эмас, Польшада ҳам бор экан. Лекин бунда дастурхонга қўй калласи ўрнига балиқнинг боши тортилар экан. Ёзувчи Леопольд Компарт ўз ҳикояларининг бирида ушбу детални келтиради: «Уй бекаси Дебрахоним катта лагандаги пиширилган балиқ келтириб дастурхонга қўйди. Ёш Робинер таомга қўл чўзган эди, хоним унинг олдидаги ликопчани олиб карп бошини солди-да, оила бошлиғи отанинг қархисига қўйди. Карп балиғининг калласи қадимий полякларда кексалар ҳурматининг рамзи ҳисобланган ва уни дастурхон атрофида тўпланганлар орасида энг ҳурматлиси ва ёши улуғи танаввул этиши жоиз бўлган». Ўзбек, қозоқ, қирғиз ва тожикларда куёв дастурхонига тўш қўйиш одатига ўхшаш таомил испанларда ҳам бор экан, фарқи шундаки, қўйнинг тўши ўрнига қайнота ва қайнона ўз куёв боласига хўрознинг тўшини пишириб юборар эканлар. Бу одат ҳам қариндош бўлганликни билдирап экан.

Тухум. Араблар овқатланишида тухум асосий масаллиқлардан биридир. Шу билан бирга товуқ тухуми куч-қувват рамзи ҳам ҳисобланади. Силласи қуриган киши бир неча дона тухумни пишириб, арчиб шайхга олиб келади. Диндор тухумга турли оятларни битиб беради, шундай тухумни еган киши дарҳол куч-қувватга тўлар эмиш.

Бошқа бир одатга кўра, хотини ўлган эркак бир йилгача уйланмаслиги керак, агар у олдинроқ уйланиб қўйса ўлган хотиннинг синглиси ёки бирор аёл қариндоши қабристонга бориб, товуқ тухумини кўмар экан. Шундай қилинса, гўё уялганидан марҳуманинг кўзлари чаноғидан чиқмай ётар эмиш.

Қадимда ўзбеклар, тожикларда тухум ували-жували бўлишлик рамзи ҳисобланган. Келиннинг онаси тўй куни куёвнавкарлар дастурхонига тухум пишириб келтириши ана шу рамздан нишона. Тожикларда янги фарзанд кўрган оиласига яқин кишилари тухум пишириб бориб қутлайдилар.

Юрак. Юқорида кўриб ўтганимиздек қўй ва сигир юраги Ўрта Осиё чорвадор халқларида севги рамзи ҳисобланган. Бедуинларда отнинг юрагини пишириб еган одам «қаҳрамон бўлади» деган тушунча бор, аксинча қуш, айниқса майда илвасинларнинг юрагини ейишга улар салбий қарайдилар. Барча араб кўчманчилари орасида қуш юраги кўрқоқлик ва журъатсизлик рамзи ҳисобланар экан. Кўрқоқ, ҳадиксировчи одамга қаратади: «Қуш юрагини еганмисан!?", «Хе, чумчук юрак!»— дейишар экан.

Бизда: «Чумчук пир эгса, юрагинг шиф этади» ёки «Юраги отрай» деган иборалариининг айтилишига ҳам бир сабаб бўлса керак, албатта.

Масаллиқ «пуллар»

Металл танга-чақалар ва қофоз пуллар зарб этилгунга қадар турли мамлакатларда бозор-ўчар, олди сотди ишлари овқатларга солинадиган масаллиқлар воситаси билан амалга оширилган. Буни биз тарихий китоблардан, археологик қазилмалардан, сайёҳларнинг эсдаликларидан, халқ оғзаки ижодидан ҳамда тилимизда сақланган атама ва иборалардан билиб оламиз. Мол айирбошлаш, сотиш ва харид қилишда ҳар жойда ҳар хил масаллиқлар фақат баҳо эталонигина эмас, ҳатто оғирлик ўлчови сифатида ҳам қўлланилган. Мисол учун Абу Али ибн Сино, Абу Райхон Беруний ва бошқа ўрта осиёлик олимларнинг асарларида дори-дармонларни

қадоқловчи ўлчов сифатида данак (ўрик данаги), жавза (ёнғоқ), бавза (бодом), шиъара (арпа дони), нүқот (нұхат), бокилло (ловия), аруза (гуруч) каби масаллиқлар қадоқ тош вазифасинн ўтаганлигини билиб оламиз. Бироқ масаллиқларнинг пул вазифасини ўтаганлигі тұғрисида анчагина материаллар бор, пазандалик ишқибозлари учун бу маълумотлар ҳам қизиқарли бўлиши мумкин.

Балиқ «пуллар». Археолог олимлар қадимти Новгород шаҳрининг тарихини ўрганиш мақсадида қазув ишлари олиб бораётганларида қайин дарахтининг пўстлоғига ёзилган аллақандай хатларни топиб оладилар. Топилма XIII асрға оид бўлиб ўша даврда қофоз ва металл пуллар муомалага киритилган бўлишига қарамай қадимги удумга кўра бозорларда нарх-навони белгиловчи эталон сифатида лосось балиғидан фойдаланилган экан. Балиқ «пул» тез айнийдиган бўлгани учун, айниқса ёз пайтларида, бозорга бориб, шур балиқ бериб, хоҳлаган нарсани харид қилиш мумкин бўлган. Исландияда ҳам хўжаликнинг асосий тармоғи балиқчилик ҳисобланади. Қадим даврларда балиқ овининг машаққатли эканлиги масаллиқнинг қадрини ошириб юборган. Шу сабабли бу мамлакатда ўртача катталиқдаги треска балиғи «пул» бирлиги вазифасини ўтаган.

Мурч «пуллар» Ўрта асрларда Цейлон, Ява оролларига ва Хиндистон мамлакатига қатнаб юрган савдогарларни «пул қопи» деб эмас, балки «мурч қопи» деб атаганлар. Чунки ўша кезларда мурч тилла каби қадрли бўлган ва бир қоп мурчга эга бўлган киши бой ҳисобланган. Мурч дони бозорларда танга вазифасини ўтаган бўлиб, кимга нима керак бўлса мурчдан санаб бериб, олиб кетаверган. Мурч «пуллар» қадимда Перу ва Боливияда ҳам амалда бўлганлиги тұғрисида маълумотлар бор. Мурчнинг бу қадар қадрланишининг сабаби бу неъмат таомларга лаззат ато қилувчи зираворгина эмас, балки терлатувчи, овқат ҳазмини тезлатувчи ва ҳар хил микробларга қирон келтирувчи дори ҳамdir.

Какао «пул». Мексикада то XVI асрғача ловия ҳамда какао дони «пул» вазифасини ўтаган. Бунинг сабаби: ловия тұқтутар оқсил манбай ҳамда буйрак касалига доридир. Какао эса қон айланишини яхшилайды, уйқуни очади, бош оғригини қолдиради ва кишига қандайдир кучкүват бағищлайды.

Хурмо «пул». Бир вақтлар араб сахроларида кўчманчилар учун пул вазифасини хурмо меваси ўтаган. Сувсиз сахроларда ўсадиган бирдан-бир мева ҳам шу бўлганлигидан унинг қадри баланд бўлган.

Чой «пул». Монголияда ўрта асрларда бир бўлак тахта чойга битта қўй ёки эчки, ёхуд 2 та тери ё битта кигиз алмаштириш мумкин бўлган. Бу холни Марко Поло ўз саёхатномасида қайд қилиб ўтади.

Туз «пуллар». Улуғ рус олими М. В. Ломоносов асарларида туз тұғрисида қизиқарли фактлар айтиб ўтилади. Шулардан бири: Эфиопияда муштдай-муштдай тўрт бўлак тузга битта кулни алмаштириш мумкинлиги айтилади. Бу воқеа олим яшаган XVIII асрнинг ўрталарига тўғри келади. Тузнинг пул вазифасини ўтаганлигини академик А. Е. Ферсман ҳам тасдиқлайди. Унинг ёзишича Африка қитъасининг туз танқис жойларида бир ҳовуч тузга бир ҳовуч тилла алмаштириш мумкин бўлган, яъни бу воқеа бундан бир аср муқаддам содир бўлган. Ўша кезларда Африкага борган саёхатчиларнинг айтишича, туз пул вазифасини ўташи билан бирга туздан пул ясалганлиги тұғрисида ҳам ёзишади. Яъни тузнинг катта кристалларидан эни 5, узунлиги эса 65 сантиметр, оғирлиги 640 грамм келадиган тахтакач кирқиб олиб тўртга бўлинадиган қилиб тайёрланар экан. Мана шундай туз «пуллар» бозорларда харид вазифасини ўтаган, кимга нима керак бўлса бутунлигича ёки бир бўлагини «кирт» этказиб синдириб бериб, олиб кетаверар эканлар. Марко Поло XIII асрда туз «пуллар»нинг қандай тайёрланишларини Хитойга бориб ўз қўзи билат кўрган. Танга тайёрлаш учун сувли идишга туз солиб эрита берар эканлар, намакоб жуда қуиилиб туз эримайдиган бўлганда оловга қўйиб қайнатилар экан. У қайнаб, қуиилиб бамисоли хамир ҳолатига келганда, ёнғоқдай-ёнғоқдай зувалачалар ясад устига

император муҳрини босиб, ясси дискалар ҳосил қилинар, сўнгра буларни обдан қизитилган ғиштлар юзасига териб маҳсус ўчоқларда қовурилган. Шундан сўнг бу туз «пуллар» худди металл тангалардай жиринглайдиган ва синмайдиган бўлар экан.

Қаттиқ нон «пул». Аляскани кашф қилиш даврида у ерга борган саёҳатчиларнинг маълумотларига қараганда бозордаги олди-сотди муомаласида пул вазифасини қаттиқ нон ўтаётганлигини кўриб ҳайрон қолишади. Номаълум катталиқда қилиб кесилиб, печкада қуритилиб сухари қилинар эканда, бунга хоҳлаган нарсани алмаштириб ола берар эканлар.

Пишлок «пул». Масаллиқ «пуллар» факат ўтмишдагина эмас, бизнинг асримизда ҳам мавжуддир. Масалан, Бутан мамлакатида. Бу Ҳимолай тоғларининг шарқида жойлашган кичкина қироллик бўлиб, бозорларида пишлок пул вазифасини ўтайди. Эндиликда маҳаллий тик-чунг деб аталувчи металл тангалар ва Хинд рушияси жорий этилган бўлишига қарамай, олди-сотди ишларида маълум катталиқда кесилган пишлокқа ҳам нарса харид қилиш мумкин ёки қофоз пулнинг қайтимига сотувчи бир бўлак пишлок берса, харидор рози бўлиб кетаверади.

Гуруч, буғдой, майиз, қуртоб, нон «пуллар». Яна ўрта асрларга қайтамиз, бу энди Ўрта Осиё, хусусан қадимги Ўзбекистонга тааллуқли. Маълумки илгари бу ўлкада босқинчиликлар ва ўзаро урушлар кўп бўлиб турган, хон ва султонлар тез-тез янгиланиб турган. Мана шу воқеалар пул курсининг пастлаб ёки юқорилаб кетишига сабаб бўлган. Шу сабабли баъзи чекка қишлоқ бозорларида пул эталони вазифасини гуруч, буғдой, майиз каби масаллиқлар ўтаган. Мисол учун бирор бирордан зарб қилинган пулдан қарз олди дейлик, - бунда томонлар шу пайтда бозорда гуруч ёки майизнинг баҳоси неча пул эканлигини аниқ билиб келишиб олганлар. Яъни қарз берилган пайтда 1 қадоқ гуруч 2 танга, 1 қадоқ майиз эса 1 танга дейлик. Берилган қарз 100 танга бўлса, бунга 50 қадоқ гуруч ёки 100 қадоқ майиз харид қилиш мумкин. Энди «маълум вақт ўтиб пулнинг курси ўзгариб қолади ва I қадоқ гуруч 10 тангага чиқиб қегади. Бинобарин, қарздор судхўрга гуруч ёки майизнинг шу пайтдаги баҳоси қанча бўлса ўшанча пул қайтаришга мажбур бўлган, яъни 500 танга. Гуруч ва майиз тортиб бериб бошқа нарсалар олиш ҳам урф бўлган, чунончи 2 қадоқ гуруч ёки 4 қадоқ майизга 1 қадоқ гўшт каби. ЁКИ тарозининг бир палласига майиз, бир палласига эса буғдой солиб алмаштирилган. Ёинки бирор бирордан буғдой қарз олган бўлса, танга пул ёки майиз бериб қарзидан халос бўлган. Тилимизда ҳануз ҳам «Майиздек қилиб санаб бердим-ку!», деган ибора юради. Буни қарз берган айтса: «сен мендан қарздорсан» дегани бўлади, энди агар қарздор айтса: «сен билан ора очик, қарзни тўллаганман» деган маънени анлатади.

Яна «Қуртобдек санадик» деган ибора ҳам бор. Бунинг маъноси бир вақтлар сузмадан ёнғоқ катталигига қилиб юмалатиб офтобда қуритилган қуртоблар ҳам майда чака вазифасини ўтаганлигидан бир далолатдир. Чунончи баққолдан бирон нарса харид қилинса, зарб қилинган пулга сотилган, аммо кўпинча қайтимига баққоллар танга-чақа ўрнига бир неча дона қуртоб бериб харидорни рози қилишган. Қизик, бу ҳолни Бутандаги қайтимига пишлок бериш одати билан солиштириб кўринг.

Революцияга кадар Ўзбекистон қишлоқларида натурал хўжалик ҳукм сурган. Шунда одамлар ўзига керакли масаллиқни бошқа бирон масаллиққа айирбошлашган. Масалан, 10 дона анжирни 50 дона бодрингга, 1 бош узумни 1 дона нонга ва ҳ. к. Дарвоҷе қадимги Ўзбекистоннинг баъзи жойларида мардикорнинг иш ҳақига нон билан тўлов берилганлиги ҳам маълум. Ишнинг оғир-енгиллигига қараб 1 донадан 10 донагача нон берилишига келишиб олинган. Бу одат йўқолиб кетган бўлса ҳам тилимизда «нон топиш» ибораси ҳануз ҳам сақланиб келади: «Бу бола нонини топадиган бўлиб қолди» (вояга етиб қўлидан бирон иш келадиган бўлганлигини анлатади). «Нони доим бутун» (кишининг хунарга эга эканлигини анлатади).

«Уйга битта ҳам нон олиб келмайди» (дангаса, ишламасдан санқиб юради, деган маънода). Ушбу иборалар ноннинг меҳнатга тўлов вазифасини ўтаганлигидан келиб чиққанлигидан ва нон асосий овқат, азиз неъмат эканлигидан далолат беради. Факат нонгина эмас, буғдой ҳам тўлов

вазифасини ўтаганлигини этнографияга оид асарлардан билиб оламиз. Масалан, кулоллар бозорга коса, лаган, кўза, хум каби идишларни олиб бориб пулга ҳам сотар ва буғдойга ҳам алмаштирганлар. Эталони идишнинг сифими ҳисобланган. Қимга қандай идиш керак бўлса (косами, хумми) ўшани буғдойга тўлдириб тўккан дон кулолники, идиш эса харидорники бўлиб қолган.

Одамлар ўз меҳнат маҳсулотларини, шу жумладан масаллиқларни қиймат сифатида бирбири билан айирбошлиш ёки таққослаб иш қўришларининг сабаби нимада экан? Ушбу саволимизга ҳам марксизм илмида жавоб бор. Буюк К. Маркс ўзининг «Капитал» асарида бундай дейди: «Кишилар айирбошлиш чоғида ўзларининг турли маҳсулотларини қиймат сифатида бир-бирига тенглаштиришлари билан ўзларининг турли хилдаги меҳнатларини киши меҳнати сифатида бир-бирига кенглаштирган бўладилар. Улар буни англамасалар ҳам, лекин шундай қиласидар».

Демак, нарсанинг баҳоси меҳнат билан ўлчаниб, қиймати эса икки шахс ўртасидаги ҳар бирининг ўзига зарур бўлган маҳсулотлар пардасига ўралган муносабатдан иборат бўлар экан. Бинобарин, турли даврларда ва турли халқларда масаллиқлардан пул сифатида фойдаланиш ана шу К. Маркс кашф этган қонуният таъсирида содир бўлганлиги ана энди биз учун равшандир.

Одамлар номи билан аталган таомлар

Пазандаликда жойларнинг номига қўйилган таомлар жуда қўп, мисол учун москвача пирог, киевча котлет, сибирча чучвара, кавказча кабоб, фаргонача палов, тошкентча норин ва ҳ. қ. Агар чет мамлакатларни оладиган бўлсак, мамлакат, шаҳар номлари билан аталадиган овқатлар мингларча. Бизни қизиқтиргани одамлар номи билан аталадиган таомлардир. Сиз «бифштекс», «бифс-трогонов», «Сандвичи», «Катерина печеньеси», «Россини салати», «Мика Чорба», «Шодибени палови» каби таомлар номини эшитган ва танаввул қилган бўлишингиз мумкин, лекин нега бундай аталган деб ўйлаб кўрмагансиз албатта. Буни ҳам билиб қўйган яхши. Одамлар номи билан аталишининг асосан икки принципи бор, биринчидан айни таомни тайёрлаган пазанда бошқалариникидан кескин фарқ қиласиган янги ёки оригинал таом ижод қиласидар. Иккинчидан эса бир тасодиф туфайли таом бирор кимсанинг номи билан аталадиган бўлиб қолади.

Бифштекс, «биф» дегани инглиз тилида мол гўштини англатади. «Штекс», бу немис пазандасининг исми. Штексга қадар ҳеч ким бундай таом тайёрламаган. У мол гўштининг талиқ қисмидан қалинлигини 2—2,5 см келадиган шапалоқдай бўлак кесиб олиб тўқмоқлаб юмалоқ ёки тухумсимон шаклга келтиради, юзига туз ва зираворлар сепиб сариёғда қовуради. Хўранданинг буюртма беришига қараб уч хил усулда қовуради. 1) чала қовурилган бифштекс—7 минут. 2) Ўртача қовурилган бифштекс—10 минут. 3) Тўла қовурилган бифштекс—12 минут.

Бифстрогонов. Ўтган асрда москвалик машҳур пазандалардан бири Строгонов ижод қиласидар. У мол гўштининг сон қисмидан қалинлиги 2 см келадиган парчалар кесиб олади-да тўқмоқлаб нафислигини 5—7 мм га келтиради. Сўнгра гўшт бўлакларини кўндалангига қараб сомонча усулда, бамисоли норинга тўғрагандек қилиб тўғрайди. Бунинг юзига туз ва Зираворлар сепиб сариёғда қовуради ва қаймоқли сардак билан димлайди. Ён бошига каврак қилиб қовурилган картошкадан гарнир қилиб беради.

Катерина печеньеси. Магазинларга кирганда печенье харид қиласиганда кўрган бўлишингиз керак. Юрак нусха қилиб ясалгандарни ҳам бўлади. Бу ўтган асрда яшаган польшалик нонвой Жозеф ижодига мансубдир. Унинг Қатерина исмли маъшуқаси бўлиб фалакнинг гардишидан булар қовуша олмайдилар, шунда йигит юрак нусха печенье ижод этиб, унга Катеринанинг номини беради.

Россини салати. Шу китобнинг «Пазандалик равнақига ажиб қисса қўшган кишилар»

номли бобида айтиб ўтилганидек, ушбу салат италиялик композитор Rossini ижодига мансуб бўлиб, «Турне де Rossini» деб аталади.

Мика чорба ёки аласа чорба. Бу тўғрида ҳам ўша бобда муттасил ёзилган, яъни бу юgoslavиялик математика профессори Мика Алас ижод этган балиқ шўрвадир.

Шодибеки палови. Революцияга қадар Андижон шаҳрининг Тупроқхона маҳалласида истиқомат қилувчи Шодибек пазанда ижод этган паловдир. Тупроқхона маҳалласи азалдан ўзига хос ошпазлар яшайдиган жой бўлган. Улар доим бир-бирлари билан тайёрлашда мусобақалашиб туришган, натижада таомларнинг оригинал хиллари ижод этилган.

Маълумки, паловга сабзи ҳамма вақт сомонча усуlda тўғралади. Шодибек пазанда сабзини кубик, яъни «нўхотча» қилиб тўғраб палов дамлайди ва бу ошга нўхат ва беҳи ҳам солади. Пазандаликнинг қоидасига кўра одатда пишириладиган масаллиқларнинг барчаси бир-бирига монанд қилиб тўғралиши керак. Шунга амал қилган Шодибек паловида сабзи ҳам, нўхат ҳам, беҳи ҳам бир хил қатталиқда ва ранги ҳам сарик бир-бирига монанд бўлиб, бу ош жуда чиройли кўринишга ва ажиб лаззатта эга бўлади.

Сандвичи. Сандвич ҳам одамнинг исми, лекин у ижодкор ошпаз эмас, қиморбоз бўлган. Париж қаҳвахоналарининг бирида эрталабдан то яrim кечагача қиморбозликка муккасидан кетган бу кимса ўтакетган зиқна, бировга бир тийинни ҳам ўтказмайдиган, ҳатто овқатланганда ҳам бошқаларга ҳеч илтифот қилмайдиган қизғанчиқ бўлган экан.

Бир куни карта ўйнаб ўтириб, гўшт еяётса бошқа қиморбозлар унинг таомидан тотиб кўришибди. Сандвич катта ғавғо кўтарибди. Эртасига у гўшт эмас, куруқ ноннинг ўзини ебди, индинига ҳам, ҳар куни уч маҳал ошпаз унга икки бўлак нон келтириб берар экан. Куруқ ноннинг ўзи билан қандай тирикчилик қилаётганини сирини ҳеч ким англай олмабди. Кунлардан бирида ўша ошпаз «Сандвичи, Сандвичи!» —деб қичқириб, бир хил таом сатаётганини ҳамма эшишибди. Бориб қарашса, икки бўлак нафис кесилган нон орасига олинган зираворлар сепиб пиширилган гўштдан иборат таом экан. Шунда ошпаз айтган: «Буни менга Сандвич ўргатди. У иккита картанинг орасига нулни қистириб менга ишора берганда, мен унга икка бўлак нон орасига гўштни қистириб олиб келиб берар эдим».

Бундай таом ҳозир ҳам бор. Буфетларга кирганда пишган тухум, ёки сосиска, ё гўшт, ёхуд котлетни хамирга ўраб пиширилган овқатни кўргандирсиз, ўшанинг номи сандвичdir. Пирожки, сомсалар шундан сўнг ижод этилган.

Кайзер қўймоғи. Германия императори Фриц Иосиф Кайзер бир куни ўрмонда ов қилиб юриб адашиб қолади. Юриб елиб ўрмон четига чиққанда ўрмончининг кулбасига дуч келади. Очликдан силласи қуриган Кайзер кулбага кира солиб:

— Егулик ниманг бор? — деб сўрайди. Ўрмончининг хотини қўймоқ пишириб, тўғрамчилаb энди болаларининг олдига кўйиб турган экан.

— Мана бундан бошқа ҳеч нарса йўқ — дейди-да Кайзерга узатади.

Оч қолган ҳукмдор хузур қилиб ейди ва эртасига саройдагиларга ўрмончиникида антиқа таом еганини айтиб мақтанади. Ўрмончи аёlinи саройга чақиририб келадилар ва ўша овқатдан тайёрлашни буюрадилар. Аёл қўпгина қўймоқ пиширади ва қирол менга нишхўрд берган эканда, деб ўйламасин учун барча бутун қўймоқларни бурдалаб-бурдалаб дастурхонга тортади. Шу-шу бўлади, ҳануз ҳам немисларда дастурхонга бутун эмас, тўғралган қўймоқ тортадилар ва буни улар «Кайзер қўймоғи» деб атайдилар.

Мана уни тайёрлаш усули: Сут, тухум, шакар ва ун қўшиб суюқ хамир қилинади. Товада ёғни доғлаб устидан хамирги қуйиб остки томони қизаргунча қовурилади, сўнг ағдариб иккинчи томони ҳам қизартирилади. Кейин иккита вилка ёрдамида қўймоқ бурда-бурда қилиниб қусур-қусур бўлгунча қовурилади.

Келин танлашга восита бўлган таомлар

Палов ош. Маълумки, ҳар бир халқда ота-онани, қариндош-уругни, ёру биродарни, ҳамкасларни, уйига меҳмон бўлиб келган азиз одамларни сийлайдиган шарафли ва анъанавий таомлари бўлади. Бизда ана шундай таом палов ош ҳисобланади. Палов тайёрлаш технологияси ва рецепти бўйича энг мураккаб таомdir. Агар бўлажак келин ушбу таомни тайёрлашни билар экан, демак 20—25 хил таомни бемалол тайёрлай олади, деган хуоса чиқади. Илгари совчи бўлиб келганларга атаб дамланадиган паловни бўлажак келинчак пиширган, токи совчилар бу қизнинг расомадли, чаққон, пазанда эканлигини ҳисобга олсинлар.

Блин. Рус халқида қадимда келин танлашга восита бўлган таом блин ҳисобланган. Тухум чақиб ийланган суюқ хамирдан товада нафис ва тўгарак шаклда пишириладиган ушбу чалпак қўёшнинг рамзи ҳисобланган. Христианликдан анча илгари кишилар қўёшга сажда қиласидиган байрамларида, айниқса ёшлар тўпланишиб блинхўрлик меҳмондорчиликлари уюштирилган. Мана шу издиҳом қаллиқ танлашга ҳам восита бўлган.

Боршч. Украиналарда энг шарафли таом бу боршч ҳисобланади. Энди бўлажак келин нечоғли гўзал бўлмасин, унинг боршчни қандай тайёрлай билиши ҳам ҳисобга олинган.

Келган совчиларга боршчни бўлажак келинчак пиширган. Бу таомни кўпни кўрган одамларга мазур қилиш учун қиз уқувли, расомадли, пазанда бўлиши зарурдир.

Чой. Маълумки, Ҳиндистонда жуда қадим замонлардан буён чой ўстириб келинади. Ҳинд чойлари ҳануз ҳам жаҳонга машҳурлигининг гувоҳимиз. Ҳиндлар чойни муқаддас неъмат деб биладилар, унга атаб ривоятлар, ҳикоятлар, шеърлар тўқилган. Ҳинд мутафаккири, шоири ва давлат арбоби Рабинранат Тагор чарчаб, асабийлашиб турганда рафиқаси дамлаб берган чойни ичиб туриб илҳоми жўшиб кетади-да, чойни улуғлаб шеър ёзди. Бу шеър ушбу китобдаги «Чой—кувватга бой» номли мақолада келтирилган.

Чой ҳиндлар учун ичимликина эмас, овқат ҳамдир. Бир пиёла чойдаги қувват бир бурда нонга teng эканлиги ҳисоблаб чиқилган. Яна чойга улар сут, қаймоқ, ёғ, асал ва бошқа масаллиқлар қўшиб дамлайдиларки, бундай чой дарҳақиқат ичимлик эмас, таомга айланади.

Чой дамлашнинг Ҳиндистонда ўнларча усули бўлиб, Дехлида ўзгача, Калькуттада бошқача, Мадрасда бўлакча, қўйингки ҳар бир вилоятнинг ўзига хос чой дамлаш қоидалари бор. Ана энди бўлажак келинчакка чой дамлаш қоидарини билиш шарт қилиб қўйилади.

Вермишель шўрва. Италияда макарон, вермишелдан тайёрланадиган таомлар энг шарафли таомлар ҳисобланади. Ушбу масаллиқларнинг ўнларча навлари бўлиб, юзларча таомлар пиширилади, қизларни оилада ёки маҳсус мактабда вермишель ва макарон таомлари тайёрлашга ўргатишади ва гувоҳномалар беришади. Ана энди никоҳга борганларида қиз ўз гувоҳномасини қўрсатиши шарт. Агар бундай гувоҳнома бўлмаса никоҳдан ўтказилмайди.

Қимиз. Қимизни барча қадими чорвадор халқлар: қозоқлар, кирғизлар, туркманлар ва бошқаларда аёллар ҳам, эркаклар ҳам тайёрлайверади. Монголларда эса бияни соғиб қимиз ивитиши асосан аёллар иши, айниқса турмушга чиқадиган қизлар қимиз тайёрлашни билиб олмоқлари зарур бўлган.

Маккажўхори таомлари. Шимолий ва Жанубий Америка қитъаларининг қадими ёдгорликларини қолдириб кетган ацтек ва майя қабилаларида бўлажак уй бекаси маис (маккажўхори) дан ўнлаб таом тайёрлашни ўрганиб олмоғи шарт бўлган.

Олмали рулет. Австрияда келинни стudeal номли таомни тайёрлай билишларига қараб танлар эканлар. Бу олма солиб тайёрланадиган рулет бўлиб, унинг хамири шундай қорилиши ва ёйилиши зарурки, ранги ва нафислиги Вена қизларининг танасига монанд бўлсин.

Хурмо ҳолва. Арабларда хурмо энг муҳим озиқалардан бири ҳисобланади. Дастурхонда доим янги, қоқи қилинган ёки пиширилган хурмо бўлиши шарт. Хурмони данагини олиб ташлаб янчиб, қовурилган ун ва бошқа масаллиқлар қўшиб ҳолва тайёрлайдилар. Бундай ҳолвани оилада аёллар тайёрлайдилар, шунинг учун турмушга чиқадиган қиз ўз онасига

ва бошқа хотинларга хурмо ҳолва тайёрлаш бўйича имтиҳон топширади. Ун қўшиб тайёрланган хурмо ҳолва фақат ғизогина эмас, унинг арабларда анъанавий аҳамияти ҳам бор: келинчакни янги хонадонга кузатиб келаётган дугоналари қўлларида хурмо ва буғдой дони олиб келадилар ёки келинчак қадам ранжида қиласидаги хонадон дарвозаси ёнига қўзага тўлдирилган хурмо ёки хурмо ҳолва қўйиб кутиб оладилар. Ҳатто ётогидаги кўрпа устига ҳам бир сиқим буғдой сепиб, бир нечта хурмо ташлаб қўядилар. Накл қилишларича мана шу одат келинчакка катта баҳт келтирас эмиш. Арабларнинг фикрича хурмодан 100 хил таом тайёрлашни билган уй бекаси энг яхши хотин ҳисобланар экан.

Бетел. Бетел овқат эмас, лекин таом ҳазмини енгиллаштирадиган сақич бўлиб, тропик мамлакатларда ёввойи ҳолда ўсувчи қалампир барги, ёввойи чой, арека хурмосининг меваси, тамаки барги, турли зираворлар ва пича ўчирилган оҳак қўшиб тайёрланади. Бетел чайнаб юрилса, 15 минут давомида киши кайфиятини яхшилай-ди, овқат тез ҳазмланади ва ошқозонда кислота кўп бўлса ҳам, оз бўлса ҳам нормал ҳолига келтиради. Бетелга қўшилган гиёҳларда алкалоидлар бўлиб, оҳак уларни рўёбга чиқаради.

Бетел чайнаш Ҳиндистонда, Вьетнамда, Хитойда, Ме-лонезияда ва барча Шарқий Осиё мамлакатларида урф.

Қизифи шундаки, бетел ҳам Ҳинди-Хитойда келин танлашга восита бўлар экан. Қиз бирон йигитга турмушга чиқмоқчи бўлса унга бетел совға этар экан, бу қизнинг розилик аломати бўлиб, тўйга тайёргарлик кўра бериш мумкин. Вьетнам фольклорида бетел қалампири билан арека хурмоси бирлиги муҳаббат рамзи ҳисобланар экан. Ривоятларга қараганда чўғдай муҳаббатли икки ёш бир-бирига етишолмай ҳалок бўладилар. Йигит қабридан арека хурмоси униб чиқади, қиз қабридан эса бетел қалампири ўсиб хурмога чирмашиб мевалари бир-бирига етишади. Шундай қилиб бетел ҳам муҳаббат рамзи ва келин танлашга восита бўладиган неъматдир.

Қуймоқ билан сардак. Францияда келин бўлмиш қиз қуймоқ билан сардак тайёрлашни билиши шарт. Қуймоқ бу тухумни товага чақиб қовуриш. Юзаки қараганда жуда осон бир таом, лекин уни тайёрлаш ғоят масъулиятли: а) серёғ бўлмасин, б) товага чақилган тухум орасига ҳаво кириб пуфак бўлсин, в) сариғи ийланиб кетмасин, г) сира куймасин, д) қақирмачоқ бўлиб кетмасин ва ҳ. к. Сардак пиширишга келганимизда, бу ҳам мураккаб «Францияда қанча одам бўлса, сардакнинг хили ҳам шунча» деган тушунча бор. Бинобарин қиз турмуш қуришдан олдин ўз рецепти ва технологияси асосида янги хил сардак ижод қила олса, энг яхши келин ҳисобланади.

Мураббо ва морожний. Австралия қитъасида тропик мевалар кўп ўсади. Шунинг учун бўлажак уй бекалари ўзларининг пазандалик маҳоратларига шакарни ҳамроҳ қилиб, анвойи мевалардан мурабболар ва морожнийлар тайёрлашни ўрганиб олишлари зарур.

Жаҳондаги турли халқларнинг урф-одатларидан келтирилган ана шу мисоллар пазандаликнинг турмушни мустаҳкамлашда ғоят аҳамиятли эканини кўрсатиб турибди. Уй бекаси пазанда бўлса у албатта покиза, чаққон, омилкор, расамадли, борида тежайдиган, йўғида йўндирадиган, уқувли ва меҳмондўст бўлади. Аёлнинг бундай хусусиятлари эркакнинг муҳаббатини янада кучайтиради. Пазанда бўлишлик оила аъзоларининг лаззатли овқатланиб, сиҳат-саломат юришларида ҳам аҳамияти каттадир.

Ана шунинг учун қизларнинг арзанда бўлмай, балки пазанда бўлиб тарбияланишлари уларнинг оилада баҳтли бўлишларига сабаб бўлади.

СҮНГИ СЎЗ

Хурматли китобхон! Мана китобни ўқиб ҳам бўлдингиз, эътибор бергандирсиз, баъзи

сарлавҳалар остида ёзилғанлар махсус ишланған илмий мақолаларга үхшаб кетади, баъзилари — шунчаки хабар. Бир хил жойлари ҳикоя таҳлит, бадиийликка яқинроқ, бошқа жойлари эса кичик бир лавҳа, холос.

Гап шундаки, ушбу китоб учун зарур фактларни автор узоқ йиллар тўплаб вақти ҳам, жойи ҳам турлича бўлган шароитларда ёзган.

Мазкур китобдан асосий мақсад жаҳон пазандалигига икир-чикир ё мураккаб томонлари борми, буларни баҳоли қудрат ўрганиб, шулар орасидан энг қизиқ фактлар, воқеалар, ҳодисалар, урф ва одатлар олиниб битта китобга жойлаш, ана шулар орқали сизга бир оз билим бериб, мароқ ҳам ато қилиш эди.

Бунга автор эриша олдими ёки йўқми, бу ҳақда ўз фикр-мулоҳазаларингизни нашриётга ёзиб юборарсиз деган умиддамиз.

ФОЙДАЛАНИЛГАН АДАБИЁТЛАР

- Абу Али ибн Сино. Тиб қонунлари, II китоб, ЎзССР ФАН нашриёти, 1956 й. Аль Джахиз.
Китоб аль-бухана (книга о скупых), Изд-во «Наука», М. 1965 г.
- Альхасов А. Азербайжон хўраклари. Госиздат. Азерб. ССР. Б., 1954 й.
- Аминов С. А. Таомхон точки Душанбе, Тожнистон давлат нашриёти, 1959 йил.
- Армянская кулинария. Госторгиздат, М., 1960 й.
- Ахматжанов Ю. А Татар хальк ашлари. Тат. китоб нашриёти, К. 1960 й. Бертельс Е. Э. Авиценна и персидская литература. Изд-во «Наука» М., 1960 год.
- Бичурин Н. Я. Собрание сведений о народах обитавших в Средней Азии в древние времена. Изд. АНСССР, Москва, 1958 й.
- Борубаев Т. Кыргиз даами. «Қирғизистан» нашриёти, Ф. 1984 й.
- Вамбери Г. История Бухари и Трансокеании. Издание Я. А. Исакова, С.Петербург, 1873 г.
- Верзилин Н. Растения в жизни человека Госдетиздат. Ленинград, 1954 й. «Вестник древней истории» № 1 за 1957 г. «Вестник древней истории» № 3 за 1948 г.
- Wir Kochen gut. Verlag fur die Trau. Leipzig – Berlin, 1956 j
- Васильев Ф. И. Двести пятьдесят блюд китайской кухни. М. Госторгиздат, 1959.
- Гиергиевский М. И. и Шемякинский О. С. — Страви украинской кухни, изд-во «Технической литературы». Киев, 1956 г.
- Gunter Linde, Heinz Knobloch. Dorbu chut . Bratislava 1970 j.
- Гюктер Л. и Хайнс К. Приятного аппетита. Изд-во «Пищевая промышленность». М. 1973 г.
- Зайцев В. Б. — Рассказы о рисе. Изд во «Колос» М. 1980 год,
- Ивашура Л. И. Сут ва ҳаёт. «Ўзбекистон» нашриёти, Т., 1977 йил «Известия АН УзССР», 1955 г. № 2.
- Инаятуллах Қанбу. Бехаре донеш. Изд-во «Восточная литература», М., 1966 год.
- «История народов Узбекистана» т. I, Изд-во АНУзССР. 1950 год.
- История народов Узбекистана, т. II, Изд-во АН УзССР, 1953 г.
- История УзССР т. 1. — Изд. АН УзССР, 1955 г.
- Иойриш Н. Г. Пчела и медицина, Изд-во «Медицина», Т., 1966 год.
- Калила ва Димна. Бадиий адабиёт нашриёти, Т., 1966 йил.
- Қасиманов С. Қазақтыш улттиқ тағамдари. «Қайнар» нашриёти, А. а. 1977 йил.
- Қобуснома. «Ўқитувчи» нашриёти. Т., 1968 йил.
- Коллектив авторов. Этнография питания народов стран зарубежной Азии. М. Изд-во «Наука», 1981 г.
- Косвен М. О. Очерки истории первобытной культуры. Москва, «Госполитиздат», 1953 г.
- «Литературная газета» двухлетняя (1842—1844 гг.) подшивка. Фундаментальная библиотека К-иевского Государственного Университета им. Т. Г. Шевченко.
- Мадьяр Э. Кулинарное искусство и венгерская кухня. Изд-во «Парония» Будапешт, 1955 г.
- Махмудов К. Ўзбек таомлари. Учинчи тўлдирилган нашри, Тошкент, «Ўзбекистон» нашриёти, 1970 й.
- Махмудов К. Ўзбек овқатларида ишлатиладиган мева ва сабзавотлар. Бирлашган нашриёт. Т., 1958 й.
- Махмудов К. Узбекский плов. Изд-во «Узбекистан» Т., 1979 год.
- Махмудов К. Нон. журн. «Гулистон» № 5, 1967.
- Махмудов К. Пазанда — таом олим. «Фан ва турмуш» № 3, 1967 йил. Махмудов К. Пул ўрнига масаллиқ. «Фан ва турмуш» № 11, 1985 й.
- Мудрость веков. (Древняя таджикская медицина о сохранении здоровья). Изд-во «Ирфон» Д. 1981 год.

- «Новый мир». № 9, за 1956 год.
- Петровский К. С. Основы рационального питания. Изд-во «Знание», М., 1966 год.
- Покровский А. А. Беседы о питании. Изд-во «Экономика», М., 1964 г.
- Санда Марин. Кулинарное искусство и Румынская кухня. Техиздат. Бухарест, 1958 г.
- Смирнова — Ракитина В. А. Абу Али ибн Сино қиссаси. Т., «Ёш гвардия» нашриёти, 1966 й.
- Сўз кўрки — мақол. «ЁШ гвардия» нашриёти. Т., 1970 йил.
- Титюнник А. И., Новоженов Ю. М. Советская национальная и зарубежная кухня. Изд-во. «Внешняя школа». М., 1977 год.
- Токаров С. П. Этнография народов СССР. Изд-во «Иаука», М., 1958 год.
- Ҳасанов Х. Ўрта Осиёлик географ сайдёнлар, Т., «Ўзбекистон» нашриёти, 1964 й.
- Ҳикматуллаев Х. Ибн Синонинг «Юрак дорилари» рисоласи. «Фан» нашриёти, Т., 1966 йил.
- Франке Г., Хаммер К. и Ханальт П. Плоды земли. Изд-во «Мир», М., 1979 год.
- Частний П. М. Национальные блюда казахстана. Госиздат КазССР, Алма-ата, 1962 юд.
- Шилов П. И. и Яковлев Т. Н. Справочник по витаминам. "Медгиз", М. 1960год.,
- Югославская кухня. Изд-во «Югославия», Белград, 1963 г.
- Юсуф Хос Хожиб. Қутадғу билик. «Фан» нашриёти, Т., 1971 йил.

МУНДАРИЖА

Муаллифдан

I. Пазандалик санъати

Пазандалик таърифи

Оловнинг кашф қилиниши

Чорвачиликнинг келиб чиқиши

Дехқончиликнинг келиб чиқиши

Қоида, усул ва сирлари кўп соҳа

Арчиш қоидалари

Тўғраш усуллари

Пишириш сирлари

II. Нон, туз, палов ва чой тарихи

Энг азиз ризқи-рўзимиз

Дараҳтда битган нонлар

Буғдой нониниг кашф этилиши

Нон рамзи

Бир татим тузу, юз оғиз сўз

Туз номи билан боғлиқ шаҳарлар

Туз — муқаддас

Туз —дори

Иссиқ олов, ёғлиқ палов

Палов тарихи гуручдан бошланади

Шолининг асли ватани қаер?

Палов ош — халқ ижоди

«Палов ош»—этимологияси халқ афсонасида

Чой — қувватга бой

Чой кимёси ва чой давоси

Чой тарихи

III. Масалликлар. масалликлар. тарихлари таърифлари, таъсирлари

Минг дардга даъво неъмат

Зайтун ёғининг хосиятлари

Қуёш қуши

«Ер олмаси»нинг тарихи

Помидор бизга қачон ва қаёқдан келди?

Шолғомнинг шарофати

Музқаймоқ тарихи ва таърифи

Илоҳий ичимлик нима?

Қора ичимлик тарихи

Авя, Айва, ҳайва

Пиёз — етти дардга ниёз

Ошқовоқ — қишининг қовуни

Хидсиз саримсоқ

Паловнинг жони

«Бир туп турп турипти»

Саккара, суккар, шакар, сахар

Сут ва унинг шифолиги

Қалампир ва мурч

Сирканинг хисиятлари

Зарчава

Куб шаклидаги тарвузлар

Қовун тұғрисида әртаксимон ҳақиқат

Масаллиқлар имтихон топширади

IV. Антика таомлар, лекин дид борасида баҳс этилмайды

Севимли таом деб

Палағда тухум ва түнка замбуруғидан овқат

«Ер билан осмон»

Курбақачилик соҳалари

Қовурилған калтакесаклар

Таомнинг номи «бумиранг»

Лаган стадионидаги матадорлар (тореадорлар)

Товуқнинг чап оёғи

Шиллик құрт — ноёб таом

Балиқхүрлик

Қошиғини ҳам еса бўлади

Пашшанинг ўлигими ёки кишмишми?

Пиллапўчоқ тамаддиси

Овқатнинг лаззати пишлок билан

Шириналик шайдолари

Қат-қат таом

Тўйдирмаса ҳам митти балиқ яхши

Сув қандаласи ҳам овқат

Тошибақа таом

Чигиткахүрлик

Хомлигича ея беришади

Ёвғонхўрлар

Қалдирғоч уясидан шўрва

Ўтинни ҳам ювиб

Офтоби хон ва қалампир сомса

Қон ҳам овқат

Ит гўштининг шўрваси

Бадбўй-у, бадхўр

Еб бўлмайдиган масаллиқ йўқ

V. Пазандалик равнақига ҳисса қўшган кишилар

Пифагор тамаддиси

Лағмондан макарон келиб чиқишига Марко Поло сабабчи

Колумб пиширган ловия хўрак

Ф. Аппер — консерва кашфиётчиси

«Қуёш гули» мойини ижод қилған шахс

Жан-жак Руссо салат ва нозик қўлларнинг қадрига етган

Композитор — пазанда

Кавказ кабобининг шуҳратини А. Дюма кўтарган

Пазандалик — ҳажвия восита

Жаҳон пазандалигининг академиги

Ресторан тарихи ва таърифи

Лавлагидан қанд олиш — К. Кирхов кашфиёти

Кефир ижодкори — Ирина хоним

«Алифбе» печеньелар
Мика! Сиз ўзи кимсиз?
Еленахоним хизматлари
Сосиска ижодкорининг тақдири
Замонамизнинг энг ижодкор пазандаси
Пазандалик гроссемейстери

VI. Жаҳон пазандалигидан лавҳалар

Табиий қозонлар
Рамзий масаллиқлар
Масаллиқ пуллар
Одамлар номи билан аталган таомлар
Келин танлашга восига бўлган таомлар
Сўнгги сўз