



ՉՐԵՐԻ ԵՎ ՀՅՈՒԹԵՐԻ ՏԵՍԱԿՆԵՐԸ, ՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ ԵՂԱՆԱԿՆԵՐԸ ԵՎ ՕԳՏԱԳՈՐԾՈՒՄԸ



Այս հրատարակությունը (խմբագրությունը) ներկայացնում է <<Հայաստանի գյուղական համայնքներում ագրոկենսաբազմազանության պահպանության և օգտագործման միջոցով կենսապայմանների բարելավում>> ծրագրի արդյունքների մի մասը: Գլոբալ էկոլոգիական Հիմնադրամի (ԳԷՀ) կողմից աջակցվող սույն ծրագիրը համակարգվում է Բիովերսիթի Ինթերնաշնալի (IPGRI) կողմից ՄԱԿ-ի շրջակա միջավայրի ծրագրի իրականացման աջակցությամբ (UNEP):

ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՉԻՐ

Հայաստանն ունի չորացրած մրգի պատրաստման բազմադարյան ավանդույթ: Այդ մասին գրավոր վկայությունները մեզ են հասել դեռևս մ.թ.ա. 5-րդ դարից, երբ Հերոդոտը Հայաստանի հասարակական և քաղաքական կյանքը նկարագրելիս հիշատակում է, որ հայ վաճառականները Եփրատ և Տիգրիս գետերով տեղափոխել են գինիներ, չորացված ծիրան, դեղձ և այլ մթերքներ:



Հայաստանում չրերի և չամիչների արտադրությանը նպաստել են երկրի բնակլիմայական պայմանները, ինչպես նաև պտղաբուծության և խաղողագործության մեջ այդ նպատակների համար աճեցվող հումքի առկայությունը:

Ջրազրկումն իրականացվել է բացառապես ավանդական՝ բացօթյա եղանակով: Հումքն ամենապարզ նախնական մշակումից՝ ջրախաշումից հետո փովել է բաց երկնքի տակ և արևի ճառագայթային էներգիայի անմիջական ազդեցությամբ ջրազրկվել: Կարևոր է նաև այն հանգամանքը, որ չորացված պտուղ-բանջարեղենը կարելի է առանց կարգավորվող ջերմաստիճանային և խոնավության պայմանների պահպանել երկար ժամանակ՝ զերծ պահելով մանրէաբանական փչացումներից:

Ջրագրկումից հետո այս մթերքն ունի սկզբնական հումքի համեմատ զգալիորեն փոքր ծավալ՝ 20-50% և քաշ՝ 5-20%:



Մեր հանրապետությունում պտուղ-բանջարեղենի չորացումը համարվում է գյուղատնտեսական հումքի վերամշակման հեռանկարային ճյուղերից մեկը: Սակայն գյուղատնտեսական հումքի պահածոյացման այս բնագավառը երկար տարիներ արտադրական ծավալներով չի գործել: Հայաստանի անկախացումից և հողի սեփականաշնորհումից հետո սեփականաշնորհվեցին նաև վերամշակող ձեռնարկությունները, որտեղ ժամանակին մթերվում էր հանրապետությունում արտադրվող հումքի հիմնական մասը: Չիրացված հումքի մի մասը տնտեսությունները սկսեցին օգտագործել տնայնագործական եղանակով չրեր և չորացված բանջարեղեն արտադրելու նպատակով: Այնուհետև ի հայտ եկան չորացման փոքր արտադրություններ, դրանց հաջորդեցին ավելի խոշորները, և գյուղատնտեսական մթերքի վերամշակման այդ ճյուղը լայն թափ ստացավ: Պտուղ-բանջարեղենի չորացման արտադրական հզորություններ ի հայտ եկան հատկապես հայկական խաղողագործության, գինեգործության և պտղաբուծության գիտահետազոտական ինստիտուտի <<Պտուղների պահպանման և վերամշակման>> տեխնոլոգիայի բաժնի մի խումբ գիտաշխատողների կողմից նախագծված և արտադրական փորձարկում անցած արևային չորանոցների տարածման շնորհիվ:

Այսօր հանրապետության 9 մարզերում կառուցված են և գործում են ավելի քան

220 միավոր արևային չորանոցներ: Լիարժեք շահագործման դեպքում այդ չորանոցներում հնարավոր է արտադրել մինչև 400 տոննա բարձրորակ արտադրանք: Հանրապետության տարածքում տեղաբաշխված են նաև արհեստական քսան չորանոցներ, որոնց մի մասը գործում է: Սակայն, դեռևս հանրապետության չորացված պտուղ-բանջարեղենի հիմնական մասը արտադրվում է ավանդական եղանակով՝ բացօթյա:

ՉՈՐԱՆՈՑՆԵՐԻ ՏԵՍԱԿՆԵՐԸ

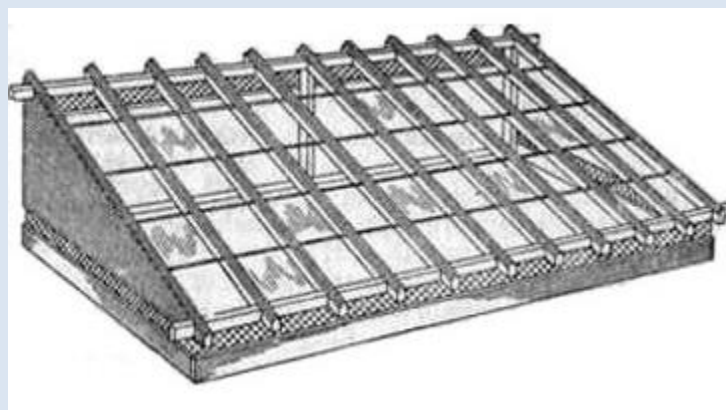
Արևային չորանոցներ

Արևային չորանոցները բաժանվում են մի քանի խմբերի՝ ելնելով դրանց կառուցվածքային առանձնահատկություններից, որոնք իրենց հերթին կախված են չորացման ենթակա հումքի տեսակից և քանակից:



Այսօր հանրապետությունում ամենատարածված չորանոցներն արևային չորանոցներն են, որոնցից ամենապարզ կառուցվածքն ունի «տաք արկղ» տիպի չորանոցային սարքը:

«Տաք արկղ»-ի սխեման





Արհեստական չորանոցներ

Արհեստական չորանոցներն աշխատում են էներգիայի տարբեր աղբյուրներով: Ամենից հաճախ հանդիպում են էլեկտրաէներգիայով, գազով, ինչպես նաև նավթով աշխատող արհեստական չորանոցներ, որոնց հումքատարողությունները տատանվում են սկսած 100 կգ-ից մինչև մի քանի տոննայի սահմաններում:

ՉՈՐԱՆՈՑԱՅԻՆ ՏՆՏԵՍՈՒԹՅՈՒՆ

Չորանոցային տնտեսություն կազմակերպելու համար անհրաժեշտ է ունենալ հետևյալ տարածքները, շինությունները և սարքավորումները.

1. Հումքային հրապարակ,
2. Լվացման տեղամաս,
3. Հումքի նախապատրաստման արտադրամաս,
4. Ծխարան,
5. Չորացման արտադրամաս (արհեստական չորացման դեպքում) կամ համապատասխան տարածք (արևային չորանոցի համար),
6. Արտադրանքի պահպանման սառնարան,
7. Չորացման արհեստական սարքավորում կամ արևային չորանոց,
8. Սայլակներ:

Հումքային հրապարակ:

Նախատեսված է հումքի նախնական պահպանման համար: Հումքային հրապարակում տարբեր հումքատեսակների պահպանման ժամկետները տարբեր են: Հումքային հրապարակը կարող է լինել ինչպես փակ տարածք, այնպես էլ ծածկ, որտեղ



իրականացվում է օդափոխություն, իսկ հումքը պաշտպանված է արևի ճառագայթներից և տեղումներից: Հումքային հրապարակի չափերը կախված են արտադրական հզորությունից:

Լվացման տեղամաս: Հաջորդում է հումքային հրապարակին: Որպես լվացման տեղամաս կարող է ծառայել նաև նույն հումքային հրապարակը, եթե այն ապահովված է խմելու մաքուր ջրով և ունի ջրահեռացման հնարավորություն: Լվացման տեղամասում ցանկալի է ունենալ էմալպատ կամ չժանգոտվող պողպատից վաննաներ կամ այլ տարողություններ: Հումքի լվացումն իրականացվում է ողողման կամ ցնցուղման միջոցով:



Հումքի նախապատրաստման արտադրամաս: Համապատասխան լուսավորությամբ և օդափոխությամբ փակ տարածք է կամ ծածկ: Պետք է կահավորված լինի անհրաժեշտ քանակի սեղաններով, աթոռներով և ունենա պատշաճ սանիտարական պայմաններ:

Արտադրամասում իրականացվում են հումքի նախապատրաստման աշխատանքներ (մաշկի և կեղևի հեռացում, կորիզի հեռացում, կտրատում, ցանցերի վրա շարում և այլն): Նախապատրաստական արտադրամասի չափերը կախված են աշխատողների թվաքանակից:

Ծխարան: Հերմետիկ փակվող դռներով, փակ տարածք կամ խուց, որը կարելի է պատրաստել նաև պոլիէթիլենային թաղանթով՝ անկյուններում ձողեր ամրացնելով: Ծխարանում հումքը ենթարկվում է ծծմբահարման:



Չորացման արտադրամաս (արհեստական չորացման դեպքում) կամ համապատասխան տարածք (արևային չորանոցի համար): Արհեստական չորացման սարքավորման համար անհրաժեշտ է ունենալ փակ, լավ լուսավորվող և օդափոխվող շինություն կամ ծածկ: Արևային չորանոցը կառուցվում է արևկող տարածքում, որտեղ չկան ստվեր առաջացնող օբյեկտներ (շինություններ, ծառեր և այլն): Պահանջվող շինության (ծածկի) և տարածքի չափերը պայմանավորված են արհեստական սարքավորման և արևային չորանոցի աշխատանքային չափերով:

Արտադրանքի պահպանման սառնարան: Հերմետիկ փակվող տարածք է, որն ապահովված է սառնարանային համապատասխան սարքավորումներով: Սառնարանի բացակայության դեպքում չիրը կամ չորացված բանջարեղենը կարելի է պահել նաև նկուղներում, բայց այս դեպքում առկա է ապրանքի փչացման կամ ապրանքային տեսքի կորստի վտանգ:



Սայլակներ:

Օգտագործվում են հումքը նախապատրաստման արտադրամասից ծխարան, ծխարանից չորանոց, չորանոցից սառնարան տեղափոխելու համար:

ՉՐԵՐԻ ԱՐՏԱԴՐՈՒԹՅԱՆ ՏԵԽՆՈԼՈԳԻԱ

ԾԻՐԱՆԻ ՉԻՐ



Հայաստանում չորացման համար ամենատարածված հումքատեսակը ծիրանն է, իսկ այդ նպատակի համար զանգվածային օգտագործվող սորտերը՝ «Սաթենի», «Ոսկի», «Քաղցրենի», «Կարմրենի»,

«Երևանի»: Ավելի բարձրորակ չիր ստանալու համար նախընտրելի են «Սաթենի» սորտի խոշորապտուղ, բաց նարնջամիս և դեղնամիս տարատեսակները:

Ծիրանի պտուղները նպատակահարմար է օգտագործել տեխնիկական հասունացման շրջանում: Պտուղները զերծ են մանրէաբանական, մեխանիկական և գյուղատնտեսական վնասատուների կողմից հասցված վնասվածքներից:

Հումքի ընդունում: Իրականացվում է ըստ պահանջվող խմբաքանակի: Հումքը չպետք է ենթարկվի արևի ճառագայթների ազդեցությանը, իսկ հրապարակը, որտեղ դրված է հումքը, պետք է լինի նորմալ օդափոխությամբ: Հրապարակում հումքը կարելի է պահել 4-8 ժամ:

Տեսակավորում: Հեռացվում են վնասվածքներ ունեցող, գերհասունացած և խակ պտուղները, նաև կողմնակի խառնուրդները:

Լվացում: Պտուղները լվացվում են հիմնականում ցնցուղելու միջոցով, անհրաժեշտության դեպքում՝ նաև այլ եղանակներով, մինչև լրիվ մաքրվելը:

Պտուղների դարսում: Իրականացվում է կիսված կամ ամբողջական պտուղները տակդիր ցանցերի վրա կամ արկղերում մեկ շարքով տեղադրելու միջոցով: Մեկ քառակուսի մետր մակերեսի վրա տեղավորվում է կիսված 12-14կգ և ամբողջական՝ 17-20կգ հումք:



Շոգեհարում: Օգտագործվում է հիմնականում կորիզով չրի արտադրության ժամանակ, փոքր արտադրություններում այնպես, ինչպես սալորի շոգեհարման դեպքում: Իրականացվում է 95-98°C-ում, մանր պտուղների համար՝ 1-2 թույն և խոշոր պտուղների համար՝ 3-4 թույն տևողությամբ:

Ծծմբահարում: Իրականացվում է փակ տարածքում, որը կարող է լինել հերմետիկ փակվող դռնով փակ խուց: Եթե չկա դրա հնարավորությունը, ապա կարելի է խուցը պատրաստել նաև պոլիէթիլենային թաղանթով՝ անկյուններում ձողեր ամրացնելով: Հումքը տակդիր ցանցերով տեղադրվում է խցում այնպես, որ զբաղեցնի հնարավորինս ամբողջ ծավալը: Ցանցի վրա ամբողջությամբ փռվում են թերթեր, որոնց վրա բարակ շերտով, այնպես որ թուղթը ծածկվի, լցվում է փոշի ծծումբ: Այնուհետև թերթերը մի քանի տեղից լուցկիով վառվում են, և դուռը հերմետիկ փակվում: Ծծմբի փոշու այրման հետևանքով առաջանում է ծծմբական գազ, որը տարածվում է ամբողջ խցով: Այդ գազը շատ թունավոր է, և այն շնչելու դեպքում անմիջապես առաջ է գալիս շնչահեղձություն, ուստի պետք է աշխատել հակազագով: Ծխահարման ժամանակ կողմնակի մարդկանց մուտքը ծխահարման տարածք (150մ շառավղով) արգելվում է: Միայն ծծմբական գազի ամբողջությամբ հեռացվելուց հետո է թույլատրվում մոտենալ ծծմբահարված հումքին: Այրվող ծծմբի փոշու քանակությունը կազմում է 1,5-3 գրամ՝ 1կգ հումքի հաշվով: Ծծմբահարման տևողությունը 1,5-3 ժամ է կախված սորտից, պտղամսի կառուցվածքից և հասունության աստիճանից: Սովորաբար ծծմբահարումը նպատակահարմար է իրականացնել երեկոյան կամ գիշերը, երբ խցի ջերմաստիճանը ցածր է:



Կորիզի հեռացում: Ծիրանի չորացման ընթացքում, եթե պտուղները չեն կիսվում, կիրառվում է կորիզի հեռացման 2 եղանակ.

1.Նախքան չորացման դնելը: Կորիզի հեռացումն իրականացվում է հատուկ կորիզ հեռացնող գործիքների միջոցով,

2.Թառամեցման կամ ավանդական եղանակ: Կորիզի հեռացումն իրականացվում է չորացման դնելուց որոշ ժամանակ անց, երբ պտուղներից հեռացված է խոնավության 80-40%-ը: Պտուղները դրվում են չորացման մինչև այն աստիճան, երբ ձեռքով սեղմելու միջոցով կորիզները հեշտությամբ դուրս են գալիս, սակայն պտղահյուսքը չի հոսում:

Չորացում: 1. Բացօթյա-ավանդական եղանակ: Հումքը փռվում է բացօթյա և չորացվում արևի ճառագայթների անմիջական ազդեցության տակ: 2. Արևային կամ արհեստական չորացում: Իրականացվում է արևի կամ էներգիայի այլ աղբյուրների միջոցով կամ համատեղված: Չորացման արհեստական եղանակի դեպքում, կախված հումքի նախնական մշակման ձևից և չորացման դրված կիսապատրաստուկի մնացորդային խոնավությունից, օգտագործվող չորացման միջոցի (օդ) ջերմաստիճանը կարող է տատանվել 30-45°C-ի սահմաններում, իսկ չորացման տևողությունը 10-30 ժամ է (արևային չորանոցներում՝ մինչև 5-7 օր):



Չորացման ավարտին ջոկվում են դեռևս խոնավ մնացած նմուշները և առանձին դրվում չորացման, իսկ նորմալ չորացված պտուղները տարալավորվում են մեծ պոլիէթիլենային պարկերով և դրվում պահպանման մինչև պտուղների խոնավության աստիճանները հավասարվեն:

Կախված չորացման եղանակից՝ հաճախ հարկ է լինում արդեն չորացված պտուղները լվանալ և նորից չորացնել՝ պահպանման ժամանակ մանրէաբանական փչացումները բացառելու նպատակով: Այնուհետև չիրը դրվում է պահպանման մինչև համապատասխան փաթեթավորումը և իրացումը:

Պատրաստի արտադրանքի պահպանում: Իրականացվում է սառնարան-պահեստներում, որտեղ օդի հարաբերական խոնավությունը 75% է, իսկ ջերմաստիճանը՝ ոչ ավելի քան 8°C: Պահպանումը կարելի է կազմակերպել նաև նկուղային պայմաններում, սակայն այս դեպքում, արտադրանքի արտաքին տեսքի հետ կապված, կարող են որոշակի խնդիրներ առաջանալ:

1 կգ ծիրանի չիր ստանալու համար,
կախված ծիրանի տեսակից,
օգտագործվում է 4-6 կգ հումք



Ծիրանաչրի օգտակար հատկությունները

Պայքարում է սակավարյունության դեմ: Ծիրանաչիրը երկաթի հարուստ աղբյուր է, որն օգնում է պայքարել սակավարյունության դեմ: Այն նաև պղնձով է հարուստ, ինչն իր հերթին նպաստում է երկաթի ներծծմանը օրգանիզմում:

Օգնում է փորկապության դեպքում: Ծիրանաչրում պարունակվում է պեկտին ու ցելյուլոզ: Վերջինը մեղմ լուծողական է, պեկտինն էլ փորկապության ժամանակ օրգանիզմում կարգավորում է ջրի մակարդակը:

Օգնում է արյան բարձր ճնշման դեպքում: Ծիրանաչիրը պարունակում է երեք անգամ ավելի շատ կալիում և շատ ավելի քիչ աղ, քան բանանը, և օգնում է արյան ճնշման կայունացմանը: Շնորհիվ օրգանիզմում հեղուկի պահպանման հատկության՝ ծիրանաչիրը նվազեցնում է արյան ճնշումը:

Օգնում է արյան արագ մակարդմանը: Ծիրանաչրի մեջ պարունակվող վիտամին K-ն օգնում է բաց վնասվածքների կամ առատ արյունահոսության դեպքում արյան արագ մակարդմանը: Օրական 5-6 ծիրանաչիրը բավական է 4 միկրոգրամ վիտամին K-ի ստացման համար:

Մաքրում է մաքսոդական համակարգը: Նախքան սնունդ ընդունելը՝ պետք է ուտել մեկ-երկու չիր, ինչը կխթանի մաքսոդությունը: Ծիրանաչրի մեջ պարունակվող ալկալիները չեզոքացնում են թթուները, իսկ իր լուծողական հատկության շնորհիվ՝ այն աղիներից մաքրում է պատերին կպած անցանկալի մնացորդները:

Կարգավորում է սրտի աշխատանքը: Գաղտնիքը հետևյալն է՝ ծիրանաչիրը հարուստ է կալիումով, որը հանքանյութ ու էլեկտրոլիտ է և նպաստում է մարմնում ջրի բալանսին, ինչն էլ, իր հերթին, նպաստում է սրտամկանի աշխատանքի կարգավորմանը:

Լավ տեսողության գրավական է: Վիտամին A-ն, որը կա ծիրանաչրի մեջ, տեսողության համար ամենաանհրաժեշտ վիտամիններից է, նաև հզոր հակաօքսիդանտ է, որն օգնում է օրգանիզմից ազատ ռադիկալների հեռացմանը և հյուսվածքների առողջության պահպանմանը: Ազատ ռադիկալները վնաս են հասցնում մարդու աչքի թաղանթին, ինչը հանգեցնում է կատարակտի և այլ հիվանդությունների:

Ամրացնում է մկանային հյուսվածքները: Օգնում է կարգավորել օրգանիզմում թթվայնության բալանսը և նպաստում պրոտեինի սինթեզին, հետևաբար՝ անփոխարինելի է հատկապես մարզիկների և մարզասրահ հաճախողների համար, քանի որ երկար պարապմունքներից հետո մկանային հյուսվածքների մեջ առաջացած միկրոճաքերը սնուցման կարիք ունեն:

ԾԻՐԱՆԻ ՀՅՈՒԹ



Ծիրանի հյութն ըստ արժանվույն կոչվում է «առողջության աղբյուր»: Հյութն այդ անունը ստացել է C, B1, B2 վիտամինների և մի շարք կենսական նշանակություն ունեցող հանքային նյութերի՝ կալիումի, երկաթի, ֆոսֆորի մեծ պարունակության շնորհիվ:

Ծիրանի հյութն ունի միզամուղ, լեղամուղ, հակավարակային, թույլ լուծողական, ջերմիջեցնող,

ծարավը հագեցնող հատկություն:

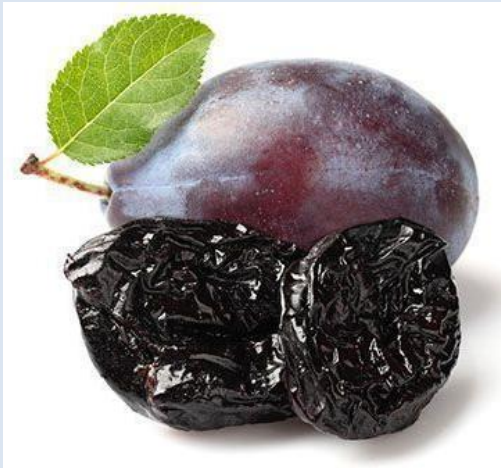
Ծիրանը պարունակում է արծաթ, որը կարող է օգտակար լինել միայն թարմ հյութի մեջ: Արծաթի իոններ պարունակող լուծույթները պետք է պահել մութ տեղում:

Ծիրանի պտուղը, հյութը, չիրը նպաստում են այտուցների վերացմանը:

Ժամանակակից բժշկությունը խորհուրդ է տալիս խմել ծիրանի հյութը և չրի եփուկը շագանակագեղձի բորբոքման, օրգանիզմի հյուծվածության, հիպերտոնիայի, դիսբակտերիոզի, անեմիայի դեպքում:



ՄԱԼՈՐԻ ՉԻՐ



Հայաստանում չորացման համար հիմնականում օգտագործում են Վենգերկա խմբի սորտերը՝ «Աննա Շպետ», «Վենգերկա իտալական», «Ռենկոլդ մանուշակագույն», «Ռենկոլդ Ալտանի», «Դեղին շլոր», «Սև շլոր», «Դեղձասալոր», և մուգ գունավորում ունեցող այլ սորտեր:

Մալորի պտուղները նպատակահարմար է օգտագործել տեխնիկական հասունացման շրջանում: Այսինքն, երբ պտուղները ամբողջությամբ գունավորված են, հյութալի են, սակայն պտղամիսը ձիգ է և ամուր՝ առանց թառամության նշանների, ունեն բնորոշ համ ու հոտ, իսկ կորիզը պտղամսից անջատվում է հեշտությամբ:

Հումքի ընդունում, ջոկում-տեսակավորում, լվացում և չորացում:

Իրականացվում է նույն սկզբունքով ինչպես և ծիրանը: Հրապարակում հումքը կարելի է պահել մինչև 12 ժամ:

Հումքի մշակումը կաուստիկ սոդայի լուծույթով: Մշակումն իրականացվում է հումքը փոքր բաժիններով եռացող՝ 0,3-0,5%-անոց կաուստիկ սոդայի լուծույթում 15-30 վրկ. պահելով: Լուծույթից հանելուց հետո հումքն անմիջապես սառը ջրով նորից լվացվում է:



Պտուղների դարսում: Իրականացվում է պտուղները տակդիր ցանցերի վրա կամ արկղերում, մեկ շաբթով տեղադրելու միջոցով: Մեկ քառակուսի մետր մակերեսի վրա տեղավորվում է 14-18կգ հումք:



1 կգ սալորի չիր ստանալու համար օգտագործվում է 4-6 կգ հումք



Սալորաչրի օգտակար հատկությունները

Սալորաչիրը պարունակում է մեծ քանակությամբ վիտամիններ (E, բետա-կարոտին, PP, C և B խմբի վիտամիններ), միկրոտարրեր (երկաթ, կալիում, կալցիում, նատրիում, մագնեզիում, ֆոսֆոր, կոբալտ, յոդ, ցինկ, ֆտոր, մանգան, պղինձ), և այլ օգտակար նյութեր (շաքար, պեկտիններ, օրգանական թթուներ, օսլա, ածխաջրեր, սպիտակուցներ):

1. Սալորաչիրն օգնում է կարգավորել աղեստամոքսային համակարգի աշխատանքը: Փորկապությունը բուժելու ամենապարզ միջոցը սալորաչրի թուրմն է: Հարկավոր է երեկոյան սալորաչրի վրա լցնել եռման ջուր, իսկ առավոտյան խմել այդ թուրմն ու ուտել պտուղները:

2. Սալորաչիրն օգնում է նիհարել: Հարկավոր է օրական ուտել ընդամենը 5 հատ սալորաչիր: Այն կօգնի բարելավել մաշկի առողջական վիճակը, իսկ ավելորդ կիլոգրամներն աստիճանաբար կանհետանան:

3. Այն պարունակում է նաև մեծ քանակությամբ վիտամին A, ինչը նշանակում է, որ կօգնի նաև բարելավել տեսողությունը:

4. Օժտված է երիտասարդացնող հատկությամբ և ամրապնդում է իմունային համակարգը:

5. Բացի այդ, սալորաչրի օգնությամբ կարելի է բուժել նույնիսկ կոշտուկները:

Ավանդական բժշկության մեջ սալորաչիրը խորհուրդ է տրվում օգտագործել աղեստամոքսային տրակտի, լյարդի, երիկամների ու սրտի հիվանդությունների բուժման համար:



Չնայած, որ սալորաչիրն օժտված է բազում օգտակար հատկություններով, այն նաև ունի մի շարք հակացուցումներ:

Ճարպակալմամբ ու շաքարային դիաբետով տառապողներին խորհուրդ չի տրվում օգտագործել մեծ քանակությամբ սալորաչիր: Բացի այդ, այն նաև հակացուցված է երեխային կրծքով կերակրող մայրերին, քանի որ երեխայի մոտ կարող են առաջանալ ստամոքսի խանգարումներ ու ցավեր:

ՍԱԼՈՐԱՉՐԻ ՀՅՈՒԹ

Սալորաչրի և սալորի հյութի օգտագործումը կարող է նշանակալիորեն իջեցնել արյան ճնշումը և վատ խոլեստերինի մակարդակը: Սալորի հյութը կարող է պաշտպանել լյարդը բացասական ազդեցությունից՝ կանխարգելելով տարատեսակ հիվանդությունների զարգացումը: Բժիկները



խորհուրդ են տալիս խմել սալորի հյութ հատկապես այն մարդկանց, ովքեր ունեն մարսողական համակարգի խնդիրներ: Այս միջոցը դանդաղեցնում է ծերացման ընթացքը, կարգավորում է արյան ճմշումը:

ԽՆՁՈՐԻ ՉԻՐ



Խնձորի չորացման համար նպատակահարմար է օգտագործել «Գոլդեն Դելիշես», «Գոլդսպուր», «Ջոնաթան», «Մելբա» և այլ սորտերի պտուղներ:

Հումքի ընդունումը, ջրկուտեսակավորում և լվացումը կատարվում է արդեն ծանոթ եղանակով:

Կեղևի և սերմնաբնի հեռացում: Փոքր խմբաքանակները կարելի է մաքրել ձեռքի դանակներով, սակայն մեծ խմբաքանակի դեպքում այն իրականացվում է կեղև հեռացնող սարքերով կամ մաքրման քիմիական եղանակով: Սերմնաբնի հեռացումն իրականացվում է հատուկ դանակների միջոցով:



Պտուղների կտրատում: Կախված արտադրանքի ձևից՝ պտուղները կտրատում են լայնակի կամ երկայնակի: Պատրաստի արտադրանքի բարձր որակ ապահովելու համար կտրատված պտուղները հավաքվում են հավաքարանում 0,1% կիտրոնաթթվի լուծույթի պայմաններում:

Պտուղների դարսում: Իրականացվում է կիսված պտուղները տակդիր ցանցերի վրա

կամ արկղերում, մեկ շաբթով կտրված մասով՝ դեպի վեր, շրջանաձև մեկ շերտով տեղադրելու միջոցով: Մեկ քառակուսի մետր մակերեսի վրա տեղավորվում է 6-12 կգ հումք:

1 կգ խնձորի չիր ստանալու համար օգտագործվում է 8-10 կգ հումք

Խնձորի չրի օգտակար հատկությունները

Դիմացկունության

համար:

Խնձորի չիրը գերազանցում է մնացած չորամրգերին երկաթի պարունակությամբ: Իսկ երկաթը, ինչպես գիտեք շատ անհրաժեշտ է թթվածնի տեղափոխման համար: Շատ կարևոր է, որ նրաք չորացրած լինեն կեղևով:



Չորացրած խնձորը շատ օգտակար է արյան ցածր ճնշման ու անոթների կոշտացման դեպքում, քանի որ այն հանդիսանում են արյունը մաքրող հզոր միջոց:

Չորացրած խնձորը, որը պարունակում է պեկտիններ, ուղղակի անփոխարինելի է նիհարել ցանկացողների կերակրացանկում: Չորացրած խնձորն օգտագործվում է գեղեցկության և երկարակեցության համար: Չորացրած խնձորը հարուստ է վիտամին C-ով, երկաթով և պեկտինով: Այն հարկավոր է ավելի երկար ծամել, քան սովորական չրերը:

ԽՆՁՈՐԻ ՀՅՈՒԹ

Խնձորի թարմ հյութը հայտնի է իր օգտակար և առողջարար ազդեցություններով: Այն դրական ազդեցություն է թողնում կենտրոնական նյարդային համակարգի, ուղեղի բջիջների վրա: Ըստ մասնագետների՝ բավական է օրական 250-300 գրամ խնձորի հյութ, որպեսզի գլխուղեղը պաշտպանի սկլերոզի վտանգից:

Թթու խնձորի հյութն օգտակար է շաքարախտի, փորկապության դեպքում: Սակայն թթու խնձորի հյութը չի կարելի խմել ենթաստամոքսային գեղձի

հիվանդության, ստամոքսի ու 12-մատնյա աղիի խոցի, ստամոքսի բարձր թթվայնության դեպքում:

ԼՈՒԻԿԻ ՉԻՐ



Չորացված լուիկի արտադրության համար նպատակահարմար է օգտագործել պինդ պտղամսով, քիչ խոռոչներ ունեցող «Ռիօ-Գրանդե», «Ռոմա» և այլ սորտերը:

Հումքը հրապարակում կարելի է պահել ոչ ավել քան 4 ժամ:

Կտրատում: Նախ պտուղները կիսվում են երկու հավասար մասերի այնպես, որ պտղախոռոչները բացվեն: Այնուհետև հեռացվում է պտղակորունին կից կոշտացած մասը: Պտուղները դարսում են ցացների կամ արկղերում մեկ շարքով, կտրված մասով դեպի վեր:

Ծծմբահարում:

Իրականացվում է հերմետիկ փակ տարածքում: Հումքը տակդիր ցանցերով խցում տեղադրելուց հետո լուցկիով վառում են թերթերի վրա լցված փոշի ծծումբը: Ծծմբի փոշու այրման



հետևանքով առաջանում է ծծմբական գազ, որը տարածվում է ամբողջ խցով: Ծխահարման ժամանակ անհրաժեշտ է հետևել անվտանգության բոլոր կանոններին, քանի որ այն շատ թունավոր գազ է:



Չորացում: 1. Բացօթյա- ավանդական եղանակի կիրառման ժամանակ հումքը փովում է արևի

ճառագայթների անմիջական ազդեցության տակ:

2. Արևային կամ արհեստական չորացումն իրականացվում է արևի կամ էներգիայի այլ աղբյուրների միջոցով կամ համատեղված: Կախված հումքի նախնական մշակման ձևից, օդի ջերմաստիճանը կարող է տատանվել 60-40°C-ի սահմաններում, իսկ չորացման տևողությունը 8-12 ժամ, արևային չորանոցներում՝ մինչև 4-6 օր:

Լոլիկի չիրը հարուստ է կալիումով, վիտամին C-ով, վիտամին A-ով, մագնեզիումով և բջջանյութով:

1կգ չորացված լոլիկ ստանալու համար օգտագործվում է 16-18կգ հումք:

ԼՈԼԻԿԻ ՀՅՈՒԹ



Լոլիկի հյութի մեջ պարունակվում են սպիտակուցներ, սախարոզա, օրգանական թթուներ, պեկտինային նյութեր, օսլա, բջջանյութեր, կարոտին, վիտամին C: Հանքային նյութերից՝ նատրիում, մագնիում, կալցիում, քլոր, ծծումբ, երկաթ, ֆոսֆոր, սիլիցիում և յոդ:

Հյութի մեջ առկա պեկտինային նյութերի, կալիումի, մագնիումի և երկաթի բարձր պարունակությունը մթերքին տալիս են հատկություններ, որոնք օգտակար են սիրտ-անոթային պաթոլոգիաների դեպքում:

Այն մարդկանց մոտ, ովքեր պարբերաբար օգտագործում են այս հյութը, կարգավորվում է արյան զարկերակային ճնշումը, ցածրանում է խոլեստերինի մակարդակը, նաև ամրանում են անոթների պատերը: Դրա ցածր կալիորականությունն օգնում է գեր մարդկանց ազատվել ավելորդ կիլոգրամներից: