

# Қарлығандар ТҰҚЫМДАСЫ



# ЖОСПАР:

- ? 1. Өсімдік туралы
- ? 2. Қолданылуы
- ? 3. Қарлыған түрлері
- ? 4. Қарлығанның пайдалы қасиеттері және қарсы көрсетілім

# Қарлыған

? Қарлыған (лат. *Ribes úva-crispa*) – қарлыған тұқымдасына жататын көпжылдық өсімдік. Қарлыған аса үлкен емес бұта тектес өсімдік. Биіктігі 1-1,2 м болады. Бұталары тікенекті. Жапырағының пішіні 3 қалақты, жартылай түкті. Гүлінің түсі жасыл, қызыл аралас болып келеді. Жемісінің пішіні домалақ, түсі сары, жасыл, қызыл. Жемісі шілде, тамыз айларында піседі. 35-45 жылға дейін өмір сүреді. Әдетте отырғызылғаннан кейін 2-3 жылдан соң ғана жеміс береді. 5-6 жылдары бір түбінен 20 кг өнім алуға болады.



# Өсімдік туралы



? Қарлығанның Отаны - Батыс Еуропа мен Солтүстік Африка. Сонымен қатар табиғи түрлері Кавказда, Украинада, Орта Азия елдерінде кездеседі. Тамыры қарақатқа қарағанда жақсы дамыған, 10-40 см тереңдікте жатады. Бірақ тамыры арқылы көбеймейді, себебі оның қосалқы тамырлары болмайды. Оның қызметін бүршіктер атқарады. Қарлыған бұтасы қыстың қатты суықтарына төзімсіз, үсіп қалады.

# Қолданылуы

Бүгін әлемде екпе қарлығанның 1500-ден астам түрі бар. Дәмі және құрамы жағынан жүзімге ұқсас болғандықтан, қарлығанды кейде «солтүстіктің жүзімі» деп атайды. Қарлығанның бір ерекшелігі, оның жемісін пісуінің кез-келген сатысында пайдаланады. Десерт ретінде табиғи қалпында жей береді. Піскен қарлығаннан өте дәмді тосап, жас қарлығаннан өте дәмді сусын жасайды. Қарлыған құрамында болатын пектиндер адам ағзасынан ауыр металдар мен тұздарды шығаруға көмектеседі. 100 гр. қарлыған құрамында 65% су, 23 мг натрий, 170 мг калий, 22 мг кальций, 9 мг магний, 28 мг фосфор және 1,8-4,6 мг темір болады.

? Қазіргі кезде қарлығанның түрлері көп. Қарлығанның басқа да атаулары кездеседі: Африкалық, Бауырсақ (Колобок), Малахит, Солтүстік Капитан, Сириус және т.б. Оның әрқайсысы басқаларынан өзіндік ерекшелігімен (суыққа төзімділігімен, жылдам өсуіне немесе өлшеміне байланысты) ажыратылады. Киви — қытай қарлығанын сыпайыландырған жеміс.



Қарлығанның түрлерінен басқа оның «туысқандары» болады. Мысалы, қарақат қарлыған тұқымдастығына жатады. Қарақат пен қарлығанды будандастыру арқылы йошта атты жидек алынған.



**Қарақат**



**Йошта**

# ҚАРЛЫҒАННЫҢ ПАЙДАЛЫ ҚАСИЕТТЕРІ ЖӘНЕ ҚАРСЫ КӨРСЕТІЛІМ

? Қарлыған В (В1, В2, В6, В9) тобының дәрумендеріне, А, С, Е, РР дәрумендеріне, сонымен қоса микро және макроэлементтерге (темір, йод, калий, кальций, магний, марганец, мыс, натрий, күкірт, фосфор, фтор) бай. Ол ағзаны әлдендіретін, ісікке қарсы, несеп айдағыш, өт айдайтын, қан тоқтататын және сергітетін әсерге ие. Қарлығанды қаназдық, гипертония (қан қысымының артуы) және жүрек ауруларының алдын алуы ретінде қолданады.

