Balqabaq

Azərbaycanda «qabaq», «balqabaq», «boranı», «küdü» kimi tanınan bu bitkinin dünyada 700-ə qədər növü vardır. Bunlardan 3 növü Azərbaycanda daha geniş becərilir. Ümumi çəkisinin 75%-ni yeməli hissə təşkil edir. Təsərrüfatçılıq baxımından balqabağın becərilməsi, yığılması, saxlanılması və daşınması çox münasibdir. Balqabağın aşxana sortlarından sup, yağlı və südlü püre, marinad hazırlamaq və qızartmaq üçün istifadə edilir. Balqabaq mürəbbəsi çox populyar olmasa da, sağlamlıq baxımından olduqca faydalıdır: beyin fəaliyyətini qüvvətləndirir. Bu tərəvəzdən, həmçinin, vitamin preparatları, şirniyyat sənayesində sukat və müxtəlif içliklər hazırlanır. Vitamin preparatı üçün sarıətli hissəsi daha əlverişlidir. Aşxana sortlu qabaqlar dadlı və xoş ətirlidir. Ətli hissəsinin tərkibində orta hesabla 91,85% su, 0,95% sellüloza, 0,55% kül, 0,8% azotlu maddə, 0,1% yağ vardır. Qabıq hissəsində isə sellülozanın miqdarı 3,3%-dir. Yetişmiş balqabaqda şəkərin miqdarı orta hesabla 8%-dir və 5-8 mq% C vitamini, 12 mq%-ə qədər karotin olur. Balqabaq tumunun tərkibində 40% yağ, 28% zülal vardır.

Müalicə əhəmiyyəti

Balqabaqdan qədim zamanlardan xalq təbabətində müalicəvi vasitə kimi istifadə olunur. Yumşaldıcı xassəyə malikdir. Sidikqovucu və tərqovucudur. Susuzluğu aradan qaldırır. Bişmiş balqabaq qızdırma və öskürəkdə effektli təsirə malikdir.

Xroniki prostatitin və adenomanın müalicəsi üçün səhər yeməyindən xeyli əvvəl, imkan varsa gün ərzində balqabaq tumu yemək məsləhətdir. Balqabaq tumunun müntəzəm qəbul edilməsi bəzən xəstələrə adenomadan əməliyyatsız qurtulmaq imkanı verir. Bu xəstəliyi müalicə etmək üçün gündə iki dəfə yeməkdən yarım saat əvvəl bir stəkan balqabaq şirəsi içmək tövsiyə olunur. «Azərtac» prostatiti balqabaq tumu ilə müalicə etmək üçün resept tövsiyə etmişdir. Qovrulmamış, mağazadan alınmamış, qabıqlı

balqabaq tumlarını ət maşınından keçirib, albalı boyda kürəciklər şəklinə salmağa kifayət edəcək qədər bal qatmaq, bir qədər qurutduqdan sonra soyuducuda saxlamaq lazımdır. Hər gün yeməkdən əvvəl 1 kürəciyi su ilə qəbul etmək lazımdır. Müalicə kursu bir ay - 1 ay 15 gündür. Bir qədər keçdikdən sonra müalicə kursunu təkrarlamaq olar.