

Жылқының ет өнімділігі

ОРЫНДАҒАН: КУСАИНОВ АСЫЛТАС
МШӨӨТ-301

ҚАЗАҚ ХАЛҚЫ ТӨРТ ТҮЛІКТІҢ ТӨРЕСІ ДЕП ТӨБЕСІНЕ КӨТЕРЕТІН ЖЫЛҚЫНЫҢ ҚАСИЕТІН ТАУЫСЫП АЙТУ МҮМКІН ЕМЕС. АТА-БАБАМЫЗ ЕТІ МЕН СҮТІ ШИПА ЖАНУАРДЫ БАҒАЛАЙ БІЛГЕН. ҚАЗІР ҚАЗАҚ ҚАНА ЕМЕС, КӨП АУРУҒА ЕМ САНАЛАТЫН ЖЫЛҚЫ ЕТІН ДАМЫҒАН ЕУРОПА ЕЛДЕРІ МОЙЫНДАП, ДӘРІХАНАЛАРДА АРНАЙЫ САТА БАСТАДЫ, ОЛАРДА ҚЫМЫЗБЕН ЕМДЕЙТІН ШИПАЖАЙЛАР ЖҰМЫС ІСТЕЙДІ. ОСЫДАН 10 ШАҚТЫ ЖЫЛ БҰРЫН НЕМІС ҒАЛЫМДАРЫ ЖЫЛҚЫ ЕТІНІҢ ЖҮРЕК ЖӘНЕ ҚАН ТАМЫР АУРУЛАРЫНА ШИПА ЕКЕНДІГІН ЖАРЫСА ЖАЗДЫ. KEYІН ГЕРМАНИЯНЫҢ ВЕРДЕР ҚАЛАСЫНДА АРНАЙЫ ЖЫЛҚЫ БАЙЛАП, ЕТІ МЕН СҮТІН ЕМГЕ ПАЙДАЛАНАТЫН ШИПАЖАЙ АШЫЛҒАН. ОСЫ КҮНІ ФРАНЦУЗ ДӘРІГЕРЛЕРІ ПАЦИЕНТТЕРІНЕ АРНАЙЫ ҚАПТАМАҒА ОРАЛЫП ДӘРІХАНАЛАРДА ӨЛШЕП САТЫЛАТЫН ЖЫЛҚЫ ЕТІН ЖЕУГЕ КЕҢЕС БЕРЕДІ.

Жылқы етінің, бие сүтінің, ірімшік пен іркіттің аса бағалы тамақтық өнім екендігі жөнінде ежелгі грек ойшылдары Геродоттың, Страбонның еңбектерінде, сондай-ақ Шығыстың ұлы ойшылы Әбу Әли ибн-Синнің еңбектерінде айтылады. Шығыс халықтары жылқы етін сиыр мен қой етінен қашан да жоғары санаған, тамаққа арнайы өсірілген жылқы тұқымының етін пайдаланған. Жылқы етін славян халықтары да жеген. Өндіргіш күштердің, сауда қатынастарының дамуы және соғыс жүргізудің құралы ретінде жылқы түлігінің бағасы да арта түсті. Осы процестің салдары ретінде көптеген елдерде жылқы етін тамаққа тұтынуға тыйым салатын халықтық және діни салттар пайда болды. Әдеби деректерге қарағанда біздің заманымыздың I ғасырында-ақ жылқы етін жеуге тыйым салынған. Содан кейінгі 18 ғасырдың ішінде Европада сойысқа арналған жылқы шаруашылығы мүлдем жойылды деуге болады.

Көшпелі Шығыс халықтарының дастарқанындағы ет тағамдарының құрамында әрқашан жылқы еті басым болып отырған. Олар байырғы заманнан бері жылқы етінен ыстық тамақ жасаған, оны сүрлеп ет, жал, жая, қазы-қарта сияқты жылқы етінен жасалған жоғары сапалы, құнды да құнарлы тағамдарың рецепттері бізге ғасырлар тереңінен жетіп отыр.

Қазіргі кезде Еуропаның,Американың,Азияның, фриканың бірқатар елдерінің тамақтану құрылымында жылқы етінің мөлшері едәуір болып отыр. Дүниежүзілік рыноктар етті жылқыға, тоңазытылған және салқындатылған жылқы етіне деген сұраным барған сайын арта түсуде. Мәселен, жан басына шаққанда қой етіне қарағанда жылқы етін Бельгия – 8 есе, Швеция – 5 есе артық, ал Дания мен Польша қой етімен бірдей мөлшерде тұтынады. Жапония жылына 40 мың тоннаға дейін жылқы етін сырттан алдырады. СССР, Аргентина, Польша, Монғолия сияқты елдер дүниежүзілік рынокте жылқы етін шығарудан маңызды орын алады.

Жылқы түлігі негізінен,Ресейде,Украинада,Қазақстанда шоғырланған. Қазіргі кезде бұл республикаларды жылқыны табында, жайылымды-атқорада бағу әдісі қолданылады. Табында бағылған жылқы етінің өзіндік құнынан 1,5-2,5 есе төмен. Мұндай тиімділік, сондай-ақ өнімнің жоғары тауарлығын, жоғары сапалылығы жылқы шаруашылығын өнімдік мал шаруашылығының өзге салаларымен бір қатарға қояды.

Еліміздің ірі ет комбинаттары, еліміздің өз ішінде, сондай-ақ халықаралық рынокта үлкен сұранымға ие болып отырған жылқы еті өнімдерінің көптеген ассортиментін шығарады. Жылқы табындап бағылатын аудандарда **казы** (сүбеге ұласқан төс қабырғадан ысталып, тұздалып, сүрленіп жасалады), **шұжық** (ет пен майды тең етіп жағыстыра отырып істелетін сүрленген шұжық), **жая** (жылқының сүрленген майлы сауыр еті), **жал** (сүрленген майлы мойын еті), **қарта** (майы аршылмаған, ысталып кептірілген тоқ ішек), **әсіп** (үштің бір мөлшеріндей ет пен іш майды араластырып, ішекке тыққан, піскен шұжық) сияқты ұлттық ет тағамдарын жасап шығару жолға қойылған

Жылқы еті — аса бағалы тағамдық шикізат, жылқы өнімі. Жылқы еті бірінші, екінші санаттағы және құлын еті деп үшке бөлінеді. 1 санаттағы жылқы етінің құрамында 69,6 % су, 19,5% белок, 9,9% май, 1,0% күл болса, екінші санаттағы жылқы етінде 73,9 % су, 20,9% белок, 4,1% май, 1,1% күл бар. Жылқы етінен көптеген ұлттық тағамдар жасалады

ГОСТ бойынша сойылатын жылқылар жасына қарай үш топқа бөлінеді:
салмағы 120 килограмнан кем болмайтын 1 жасқа дейінгі тайлар.

1жастан 3 жасқа дейінгі саяқ жылқылар;

3жастан асқан ірі жылқылар.

Көбінесе етке 2,5 жастағы жылқылар өткізіледі. Бұл ретте олардың еті сапалы: дәмді, нәрлі, уылжып тұрады, әрі бірінші сортты, өнімі де мол болады. 3 жастан асқан жылқының еті онша нәрлі болмайды, әрі бірінші сортты өнімі де кемдеу болады. Құлын-тайдың еті көбінесе таңсық тағамдар жасауға – қазы, шұжық, қарта, сүр ет жасауға пайдаланылады.

Адам қорек ретінде пайдаланатын жан-жануарлармен салыстырғанда жылқы етіне жететіні жоқ. Жылқы етінің диеталық қасиетінің жоғары екені даусыз. Оны бізден бұрынғылар, ата-бабаларымыз жақсы білген. Біз тек оған ғылыми тұрғыда анықтама беріп, растап жүрміз. Жылқының еті ағза мүшелеріне сіңімді. Оның ішінде асқазанға жеңіл тағам. Мәселен, сиыр етімен салыстырғанда адам ағзасына 8 есе жылдам сіңеді. Бұл дегеніміз оның адам денсаулығына мүлдем зиянсыз екенін білдіреді. Адам ағзасының зат алмасу процесіне белсенді қатысады. Негізінен жылқының етін семіз ет деп қарауға келмейді. Ол — қабырға сүйегіне болмаса басқалай артық май жинамайтын жануар. Жылқы етін склероз ауруына қарсы тағам ретінде қабылдауға болады. Етінің құрамында 8 түрлі микроэлемент, 7 түрлі дәрумен бар. Әсіресе темір, мыс микроэлементтеріне бай.

Еті мен сүті – шипа, өзі көлік, ер-батырларымызға серік жануардың тұқымын жоғалтпау елімізде мықтап қолға алынған. Барлық түліктен де жылқы өсіру жеңіл. Жылқыны бағып-қағуда артық шығын шықпайды, еті де сүті де өте арзанға түседі. Жылқы етінің арзандығы өз алдына, қазақ халқы үшін ол аса қадірлі тағам. Ғылыми орындардың арнаулы зерттеулері бойынша, жылқының қара етінің қоректік қасиеті орта есеппен сапалы сиыр етімен тең, бірақ жылқы етінде сиырдың етінен бөлек 24-25 % көп болады. Сондықтан ол қорытуға жеңіл, сіңімі тез. Жасы толған семіз жылқы 10-12 қойдың етін береді. Жылқы етінің химиялық құрамы оның түріне, тұқымына, жынысына, жасына, қоңдылығына байланысты

-
- Қолда өсірілген малдың етінде орта есеппен 52,8-73,7% су, 15-20,3 % белок, 5,8-29,4 % май болады. Және де өзге мал етінен биохимиялық құрамы мен дәмі жағынан айырмашылығы бар. Күн суытып, қырау түскенде соғымға жылқы малы сойылады. Негізгі себебі, жылқы еті ыстық болады-мыс. Яғни қыста жауратпайды, қуатты арттырып, қажетті дәрумендердің орнын басады. Жылқы етінде негізінен минералды заттар, оның ішінде темір көп. Әсіресе, жылқы бауыры темірге, A1, B2, B12 дәрумендеріне бай. Мамандар жылқы етін мұздатқышта сақтағаннан гөрі оны сүр сақтаған әлдеқайда пайдалы екендігін айтады. Қазақ етті баптап сақтауда басқа халықтарға қарағанда өте шебер. Соғымның сүр еті ғана емес, қазысы мен қартасы, жалы мен жаясы, омыртқасы мен төс еті де сүрленеді. Сойылған малдың сүрленбейтін бөлігі: басы, сирағы, өкпе-бауыры, ішек-қарыны. Басқа еттерге қарағанда жылқы етінде ақуыз 20-25%, су 70-74%, майлылығы 2,5-5 % және күл 1%

Жылқы етінің пайдалылығы ол гипоаллергенді және тез қорытылады, осыны ескере отырып, жылқы етін 1 жастағы нәрестенің тағамына қосады.

Жылқы етінің құрамына әртүрлі витаминдер бар. Оның ішінде А витамині терінің жағдайын және көздің көруін жақсартады, және де жылқы етінде иммунитетті жақсартатын, мидың жұмысын жақсартатын және басқа организмнің маңызды процесстерін жақсартатын аскорбин қышқылы бар.



-
- Көп ауруларға ем болып саналатын жылқы етінің қасиетін жинастырып, назарларыңызға ұсынуды жөн көрдік.
 - Басты қасиеті: жүрек, қан, тамыр ауруларына: суық райлы адамдар үшін, бүйрек жұмысын жақсартуға, мүшелердің қалтылдағына, буын сүйектерді жібітуге қолданылады. Басты ем болатын аурулары және қолданылуы: Шаш қарайтуға жылқы еті жуылған суға шашты жуып тұрса, таз, теміреткінің салдарынан ағарған шашты қарайтады.
 - Ұмытшақтыққа жылқы жүрегін қуырып жесе пайдалы болады. Бүйректі қуаттандыруға жылқы етін қақтап пісіріп, сүтпен бірге ішіп-жейді. Қан тамыр ауруларына, холестериннің артуынан болатын жүрек, қан тамыры ауруларына: жылқы етін және майын біршама ұзақ уақыт лайықты мөлшерде тұтынса, холестеринді төмендетіп, қан қысымының жоғарылауын тежейді. Қиюласпаған сүйектерді, орнына дұрыс түспеген буындарды түзетуге: қазақ оташылары жоғарыдағыдай кінәраттарды өңдау үшін көбінесе жылқы майын қолданады. Бүйе шыққанда: Уытты қайтару үшін, атты қатты терлетіп, ер-тоқымының ішпегіне сіңген терді суға жуып шығарып алып, тыныстай алмай қатты қызып, күйіп-жанып жатқан адамға даярланған судан бір шыны ішкізеді. Осылайша жалғастырып бірнеше шыны ішкізсе, дене қызуы қайтып, науқас тынышталады және аттың терісіне шүберекті шылап, жараға тартады.

Жылқы етінің емдік қасиеттері:

Толыққанды белоктың қайнар көзі. Ең алдымен жылқы еті құрамында оңтайлы мөлшерде аминдік қышқылы бар, бұл жөнінде ет өнімдерінің бәрінен артық толыққанды малдың белогы болып табылады. Белоктар қанмен бірге ағзаның клеткаларынан оттегі және қоректік заттарды тасымалдауға қорғаушы имунитет қызметін қамтамасыз етеді. Белоктардың тапшылығы науқастың көңіл күйіне әсер етеді, оның әл-қуатын кетіреді, халін нашарлатады, тәбетін қашырады, ағзаның әртүрлі жұқпалы ауруларға, іштей улануға, стрестік, оқыс жағдайларға қарсы тұру қабілетін кемітеді. Тамақта үнемі белоктардың жетіспеуі ағзаның өзіндегі белоктардың, былайша айтқанда, ферменттік белоктардың түзілуінің бұзылуына әкеп соқтырады, ал бұл көптеген ферменттік жүйелердің белсенділігін тежейді.

Калориясы кемдеу өнім. Диеталық тұрғыдан алғанда жылқы етінің майы аса бағалы. Өйткені еттің калориясы оның майлылығына байланысты екені белгілі. Жылқы түлігінің ерекшелігі – ол семіргенде майды қабырғалары мен ішіне, сүбесіне (казы) жинайды. Бұл тұстағы ет кесінділері мейлінше калориялы болады. Түліктің басқа жеріндегі ет кесінділерінде азотты заттар едәуір мөлшерде, ал ондағы бұлшық еттердің арасындағы май шамалы болады. Бұл жылқы етін калориясы кемдеу диеталық өнім деп санауға негіз болатын жылқы етінің сапалық бір ерекшелігі болып табылады.

Тез еритін, сіңімді майлардың болуы. Жылқы етінің диеталық құндылығы ондағы майлы қышқылдардың үштен екі бөлігін құрайтын толымсыз майлы қышқылдардың мол болуына байланысты. Толымсыз майлы қышқылдар ағзадағы зат алмасу процестерінің қалыпты жүруіне ерекше роль атқарады. Мәселен, шет елдерде генетикалық селекция, сондай-ақ жем-шөпке әртүрлі гормондық дәрі-дәрмектер, өсімдік майларын және басқа заттарды қосу арқылы еттегі толымсыз майлы қышқылдарды молайтуға әрекет жасалуда.

Жылқы етінде толымсыз майлы қышқылдардың едәуір дәрежесінде болуы ондағы ет майының ерігіштігіне байланысты. Мал майының ішінде ең төмен температурада еритін осы жылқы майы, тіпті ол бөлмедегі температураның өзінде (17-28 С) ери бастайды, ал сиыр майы еруі үшін температура 50 С, қоя майы үшін 55 С жоғары болуы керек. Толымсыз майлы қышқылдардың молдығы, оның төмен температурада еруі жылқы майын өсімдік майына жақындата түседі, осы себептен де ол ағзаға сіңімді келеді.

Өт шығарғыштық қасиеті. Барлық тез еритін майлар сияқты жылқы майының да өт айдағыштық қасиеті бар. Майда әрқилы эссенциялық толымсыз майлы қышқылдардың – линолдік, линолендік қышқылдардың мол болуы оның бұл қасиетін күшейте түседі. Гормон тәрізді биология белсенді заттар – простагландиндердің тамақтық жолашары бола отырып, бұл қышқылдар ішек қыртыстары мен өт жолдарының жиырылуы қимылын күшейтеді. Бұлар сиыр етінде небәрі 2-5 процент қана болса, жы

Заттар алмасуын реттеуші. Әрқилы толымсыз майлы қышқылдар – тамақтық эссенциялық факторлары, олар негізінен кәдімгі өсімдік майымен бірге сырттан келеді. Жылқы еті – ағзаның сол таптырмайтын түзілу жөнінде тәуліктік қажетін қанағаттандыру үшін тамаша көмекші. Әрқилы толымсыз майлы қышқылдардың биологиялық ролі – олар ағза клеткалары мембрананың құрылымдық сыңары (бөлігі) болып табылады, солардан биомембрананың әрқилы толымсыз майлы қышқылдары түзіледі. Эссенциялық әрқилы толымсыз майлы қышқылдардан простагландиндер, простациклиндер, тромбосиндер сияқты басқа да биологиялық белсенді заттар құралады да, бұлар заттар алмасуын клеткалық дәрежеде реттейді, майдың жентектелуіне жол бермейді, былайша айтқанда, липотроптық әсерге ие болады. лқы майында 20 проценттен астам болады.

Антиатерогендік қасиеттер. Жылқы етінің тағы бір тамаша қасиеті – онда атерогенді ықпал ететін толымды майлы қышқылдар мен холестериннің аз болатындығы. Оның үстіне жылқы етіндегі таптырайтын аминдік қышқылдар мен әрқилы толымсыз майлы қышқылдардың қандағы холестериннің дәрежесін төмендетуге ықпал ететін қасиеті бар. осындай бірегей қасиеті болғандықтан да жылқы етін атеросклерозды, мәселен, өттегі тас сияқты басқа да холестериндік алмасу бұзылудан пайда болатын аурулардың диетамен емдеуге қолданылатын тамақ өнімдерінің қатарына жатқызады.

Витаминдер. Барлық ет өнімдері сияқты жылқы еті де ағзаға биологиялық ролі зор **В1 тобындағы витаминерді** жеткізуші болып табылады. Олар белоктардың, майлардың, углеводтардың алмасуына қатысады, жүйке жүйесінің, ас қорыту, қан түзілуі, сондай-ақ әртүрлі ферменттер қызметін реттеп отыратын заттардың құрамына кіреді, және тканьдардың тыныстауына: ағзаның қышқылдану – қайта қалыпна келу реакциясында елеулі роль атқарады.

Жылқы еті **А витаминіне** бай өнімдер қатарына қосылады. Бұл витаминдер дайын күйінде тек мал өнімдерінде ғана ұшырасады, ал сәбіз, асқабақ, помидор сияқты өсімдіктерде оның өзі әртүрлі ферменттердің белсенділігін арттыруға ықпал етеді. А витамині жылқы етінде дайын түрде және каротин түрінде кездеседі. қатерлі ісік ауруын емдеуде қолданылады.

РР витамині ферменттір құрамына кіреді, асқазан жұмысын жақсартады, қан айналым жұмысын, жүйке жүйесі, жүрек ауруларына, қан қысымы ауруларына оң әсерін тигізеді. Жылқыда РР витамині сиырдыкіне қарағанда едәуір көп.

Е витамині. Эритроцит қан торшаларын қорғайды, шаш тырнақ дұрыс өсуін жақсартады.

Алмасу процестеріне дем беруші. Жылқы етінде сиыр етіне қарағанда сүт, аконит, лимон, янтарь сияқты органикалық қышқылдар көп болады. Бұл қышқылдарда заттар алмасуын шапшаңдату, ас қорыту мөлшерінің қызметін жақсарту қабілеті бар, ол ішек-қарындағы микрофлоралардың құрамын өзгерту арқылы ішектегі ыдырау (шіру) процесін азайтады. Айтулы қышқылдар жылқы етінің қасиетін танытады, сол себептен де ас қорыту органдары ауырған кезде жылқы етін диеталық терапия ретінде қолдануға әбден болады

- Сонымен жылқының етімен мен майы – аса бағалы диеталық өнім. Жылқы еті сіңімді, оңтайлы теңестірілген аминдік қышқылдар құрамы бар толық қанды белоктарға бай келеді, оның бұлшық еттер арасындағы майлы шелі аз болады. Сонымен қатар липотроптық, антитерогендік, өт айдағыштық қасиеті айқын, кенеулілігі төмен диеталық өнім болып табылады. Жылқы етінің қосымша майлы шелі толымсыз майлы қышқылдарға, оның ішінде ағзадағы заттар алмасуына маңызды роль атқаратын эссенциялық әрқилы толымсыз майлы қышқылдарға да бай келеді. Сондай-ақ витаминдердің, өмірлік аса қажетті минералдық элементтер мен органикалық қышқылдардың мол болуы жылқы етінің тамақтық және биологиялық қасиеті клиникада кейбір ауруларды емдеген кезде ойдағыдай пайдаланылып жүр.