

## «Oman Observer» газетаси: Рамазондаги ўзбек лаззатлари

WHAT'S FOR IFTAR?

### An Uzbek flavour to Iftar



BY KABEER YOUSUF  
@kabeeryousuf

translucent, about 5-7 minutes, frequently stirring them.  
Toss in carrots, continue stirring.  
Add some of the remaining salt and half of the black pepper and paprika at this point.

18:00 / 13.05.2021 1864

Ўмон Султонлигининг «Oman Observer» газетасида Ўзбекистонда Рамазон ойининг нишонланиши тўғрисидаги «Ифторга ўзбек лаззати» сарлавҳали мақола чоп этилди. Бу ҳақда «Дунё» АА хабар берди.

Журналист Юсуф Кабир томонидан ёзилган материал ўмонлик ўқувчиларни Ўзбекистонда Рамазон ойи билан боғлиқ урф одатлар, сахарлик ва ифторлик дастурхонига тортиладиган миллий таомлар билан таништиради.

Муаллифга кўра, муқаддас Рамазон ойи Ўзбекистонда ўзига хос улуғворлик ва диний қадриятлар билан ўтказилади. Рўза тутиш, ифторлик анъаналари ва маданияти ҳар бир ўзбек хонадонидида ҳатто собиқ мустабид даврида ҳам сақлаб қолинган.

«Ўзбек халқи бир вақтлар ўзларининг диний ва миллий урф-одатларидан маҳрум бўлган эди. Ўзбекистон мустақил давлат, деб эълон қилинганидан сўнг миллий урф-одатлар билан бирга диний қадриятлар ҳам қайта тикланди, – деб ёзади муаллиф. – Шундан буён Рамазон ойи мамлакат аҳолиси орасида катта кўтаринкилик билан ўтказилади. Маҳаллий урф-одатларига кўра, ўзбеклар ифторлик вақтида ўз қўшнилари билан таом улашади. Бу анъана, айниқса, ҳайит байрами арафасида янада оммалашиди. Ўзбек оиласининг яна бир ўзига хос одати бор. Яъни ҳар бир ўзбек хонадонида рўза очилишида оила бошлиғи дуо қилади ҳамда биринчи бўлиб таомга қўл узатади. Бу қоида ва тартиб Ўзбекистоннинг барча минтақаларида амалда».

Мақолада қайд этилишича, ўзбек хонадонида ёзиладиган дастурхон жуда батартиб. Ўзбекистонликларнинг энг сеvimли таомлари – бу анъанавий ширинликлар, нишолда, патир нон, сомса, қандолат ва, албатта, паловдир. Буларнинг барчаси Ўзбекистонда Рамазон ойи давомида севиб танавул қилинади.

Материалда, шунингдек, ўзбек ошхонасининг шоҳ таоми – палов ва нишолдани тайёрлаш усуллари ҳақида маълумотлар ўрин олган.

«Нишолда соғлиқ учун жуда фойдали ва ҳазм қилишни енгиллаштиради», – дейилади нашрда.

Муаллифнинг ўмонлик ўқувчиларга тавсия этишича, ўзбек паловини тайёрлаш учун яхши гуруч танлаш керак. Қўй гўшти, сабзи ва пиёз асосий масаллиқлардан ҳисобланади. Сабзини узун шаклда тўғраш лозим.

«Агар сиз паловни пиширишни эплаган бўлсангиз, уни анор ва турупдан тайёрланган «Тошкент» салати билан танавул қилиб, ушбу таомнинг мазасидан завқ олинг», – деб ёзади Юсуф Кабир.

**Манба: muslim.uz**