

# TRÜF QO'ZIQORINI

Trüfning, yeyiladigan qo'ziqorin turlari orasida oq va qora bo'lishi mumkin. Qora trüf “xudo va qirollarning taomi”, “qora olmos” kabi nomlar bilan ataladi. Oq trüf esa keme va domalan qo'ziqorini kabi nomlar bilan tanilgan. U daraxt ildizlarida, yerning chuqur qatlamlarida o'suvchi xushbo'y qo'ziqorin turidir.

Trüf qo'ziqorini oziqaviy tarkibi jihatidan boy bo'lishi, yaxshi antioksidant manbai bo'lishi, saraton hujayralarini yo'q qilishga va yallig'lanishni kamaytirishga yordam berishi kabi ko'plab foydali xususiyatlarga ega. Barcha shu foydalaridan tashqari, 100 grammi 900 TL kabi yuqori narxlarda sotilgani uchun eng daromadli qishloq xo'jalik mahsulotlari qatoriga kiradi.

Trüf qo'ziqorinining yeyiladigan qo'ziqorin turlari orasida 70 ga yaqin turi borligi ma'lum. Eng qimmatbaho turlari asosan Fransa, Italiya va Ispaniya kabi mamlakatlarda yetishtiriladi.

Yozgi yomg'irlar trüfning ehtiyojmand namligini ta'minlagani uchun muhimdir. Shu sababli, qurg'oqchil yoz oylari yeyiladigan qo'ziqorin turlaridan biri bo'lgan trüfning qurishiga sabab bo'lishi mumkin.

