

# CHIA (CHIA URUG'I)

## Kelib chiqishi va yetishtirish sharoitlari

Chia – urug'larining to'yimliliği bilan mashhur bo'lgan Janubiy Amerikaga xos o'simlik hisoblanadi. Asosan Meksika, Boliviya, Ekvador kabi mamlakatlarda keng yetishtiriladi. Bu o'simlik tropik iqlimli va mo'tadil iqlim mintaqalarida o'stirilishi mumkin bo'lib, bir yillik o'simlik hisoblanadi.

## Salomatlikka foydalari

Chia Omega-3 va protein manbai bo'lib, yallig'lanish jarayonlarini kamaytirish, yurak sog'lig'ini yaxshilash va immunitetni mustahkamlash kabi ko'plab foydali xususiyatlarga ega.

## Iqtisodiy qiymati

Salomatlik uchun ko'plab foydali xususiyatlarga ega bo'lgani sababli chia parhez ratsionining ajralmas qismiga aylanib, bozor talabini oshirmoqda. Tibbiyot va oziq-ovqat sohalarida chia urug'iga bo'lgan ehtiyoj yuqori bo'lib, bu uni daromadli qishloq xo'jalik mahsuloti sifatida ajratib turadi.