



# ÜRÜN MASALARI

## 10 ŞUBAT DÜNYA BAKLAGİL GÜNÜ

### ÖZEL SAYISI



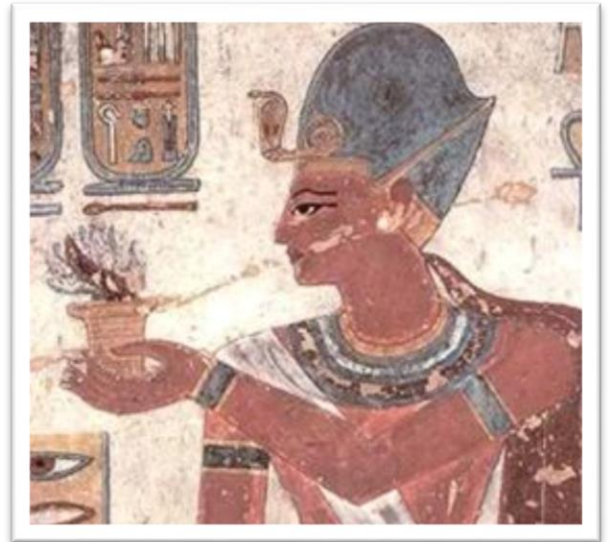
## 10 ŞUBAT DÜNYA BAKLAGİL GÜNÜMÜZ KUTLU OLSUN!



Fotoğraf: Göbeklitepe Şanlıurfa, 2018

Baklagillerin tarımı dünya üzerinde 11.000 yıl önce, insanlığın avcılık ve toplamacılıktan çiftçiliğe geçişi ile başlamış, o günden beridir de insan beslenmesinde önemli bir yer almıştır. Baklagiller, gerek insan beslenmesindeki önemli protein kaynağı olması gerekse de yetiştiriciliğin yapıldığı toprak için önemli katkılarının ve düzenleyici etkilerinin bulunması nedeni ile günümüze kadar önemini hiç kaybetmemiştir.

Genellikle Asya ve Afrika kıtalarında gelişmekte olan ülkelerde gerçekleştirilen baklagil tarımı, son yıllarda ABD, Kanada gibi gelişmiş ülkelerde de yaygınlaşmaya başlamıştır. Baklagillerin önemi dünya genelindeki artan nüfusun gıda güvenliğinin sağlanması açısından giderek artmaktadır. Baklagiller, yüksek protein içermektedirler ve besin zincirinin ilk halkasında yer almaktadırlar. Tahrip olan ve giderek azalan tarım alanları ve doğal kaynaklar göz önüne alındığında artan nüfusun protein açığının kapatılmasındaki en kolay ulaşılabilir besin kaynağıdır.



III. Ramses'in mezarında bulunan servis edilen kırmızı mercimek çorbası tasviri

Kaynak: [beyondzucchini.com](http://beyondzucchini.com)

## NEDEN BAKLAGİLLER?

### İnsan beslenmesi için;

- Protein ihtiyacının karşılanmasında en önemli bitkisel kaynaktırlar.
- Kolesterol ve doymuş yağ içerikleri bulunmadığından kalp sağlığı için faydalıdırlar.
- Yüksek oranda lif içermelerinden dolayı sindirim sistemi için faydalıdırlar.
- Yüksek diyet posasına sahip olmaları nedeni ile kan şekerinin hızı yükselmesini engellerler.



- Diyet lifi ve protein içerikleri sayesinde oboziteye karşı etkilidirler.
- Bağırsak florasını korudukları için kolon ve rektum kanserine karşı koruyucudurlar.
- Vitamin ve mineral içerikleri zengindir. Bu nedenle; bağışıklık sistemini güçlendirirler, Fe eksikliği gibi sağlık açısından önemli mikro element eksikliğine bağlı hastalıklara karşı etkili çözüm yoludurlar.
- Ca içeriklerinden dolayı kemik sağlığı için önemlidirler.
- B ve B12 vitaminleri ile folik asit içerikleri sayesinde sinir sistemi için destekleyicidirler.
- Yine B ve B12 vitaminleri sayesinde hafızayı güçlendirme konusunda faydalıdırlar.
- Gıda güvenliğinin temininde en önemli materyallerdir.

### Hayvan beslenmesi için;

- Hayvan Beslenmesindeki protein ihtiyacının karşılanmasında önemli bir yere sahiptirler.
- Süt üretim miktarı ve kalitesinde artış sağlarlar.
- Metan emisyonlarının azaltılmasına katkıda bulunurlar. Bu sayede sera gazı üretimi azaltılmış olur.





### **Tarım Topraklarının korunması için;**

Baklagiller köklerinde Rhizobium bakterileri nodül oluştururlar. Oluşan bu nodüller sayesinde;

- Topraktaki bakteri gelişimi artar.
- Sera gazı oluşturan azot, toprağa fikse edilir. Toprak için doğal azot gübrelemesi yapılır.
- Toprakta karbon tutulum miktarının artırılmasına katkıda sağlanır.
- Sera gazı oluşumu azaltılır.
- İklim değişikliğine uyum ve azaltım hedeflerine katkıda bulunulur.
- Topraktaki organik madde miktarının artırılmasına katkıda bulunur. Bu sayede topraklardaki bozulma engellenir.
- Toprakların kümeleşmesi, su tutma kapasitesi artırılır.
- Toprak biyolojik çeşitliliğinin artırılmasına katkıda bulunulur.
- Ekim nöbetinde kullanılmaları ile kendilerinden sonraki ürünlerin verim artışı sağlanır.
- Diğer tarımsal ürünlere göre su tüketim ihtiyacının az olmasından dolayı tarımsal üretimde su tasarrufu sağlanır.

## 10 ŞUBAT DÜNYA BAKLAGİL GÜNÜ



Baklagil Ürün Masası



HAZIRLAYAN

Bitkisel Üretim Genel Müdürlüğü  
Tarım Havzaları Daire Başkanlığı

☎ 0 312 258 84 03

✉ [urunmasalari@tarimorman.gov.tr](mailto:urunmasalari@tarimorman.gov.tr)