



۲۰۲۴/۰۱/۰۴



سید عظیم حسینی

## معرفی میوه جات تازه صادراتی در قاموس بکیر افغانستان

### انگور Grape

تاک یا درخت انگور با نام علمی *Vitis vinifera* از خانواده انگور سانان Vitaceae است. در این خانواده حدود ۱۱ جنس و بیش از ۶۰۰ گونه وجود دارد. مهم ترین جنس این خانواده جنس انگور است. تاک انگور، نباتی است بسیار قدیمی،



انگور کشمش شندو خانی قندهار

بنابر تحقیق علمای زمین شناسی آثار برگ تاک انگور و تخم انگور در سنگ واره های عهد سوم دیده شده است. از ادوار بسیار قدیمی یعنی ماقبل تاریخ دانه های (هسته های) انگور را در روسوبات در سطح بحیره های جنوب مرکزی اروپا یعنی در عهد برونز یافته اند، در قسمت استفاده، غرس و مصرف آن و شراب انگور بوسیله انسان های اولیه در افسانه های اغلب ملل دنیا حکایاتی نقل شده است، نقش جزئیات غرس تاک انگور را

در موزائیکهای مصری مربوط به ۲۴۹۰ سال قبل از میلاد مسیح میتوان دید. بنابر روایات انجیل، حضرت نوح ع اولین انسانی بود که اقدام به احداث تاکستانها کرده است. از زمان رومیان قدیم در تحریر شده های ویرژایل (virgil-وکاتو (cato) در حدود ۷۰ سال قبل میلاد مسیح از طرز غرس و شاخه بری تاک انگور گفتگو شده است. انگور یک میوه خوشمزه و



انگور نوع کشمش

مغذی است که از درخت انگور به دست می آید. این میوه در رنگ های مختلفی مانند سرخ، سبز، بنفش، و سیاه وجود دارد. انگور دارای ترکیبات کیمیایی مختلفی است که به آن خواص دارویی و درمانی می بخشد. اصله تاک که در افغانستان، ایران، آفریقا و اروپا تکثیر و رایج گردیده است از کوه های قفقاز میباشد که غرس آن از طرف شرق بجنوب و جنوب غرب آسیا و از طرف غرب به اروپا مخصوصاً به نواحی اطراف بحیره مدیترانه

و شمال آفریقا گسترش یافته است. پرورش تاک در آسیا، اروپا و آفریقا یک نوع مخصوص بوده و قاره آمریکا دارای انواع وحشی و مخصوص بخود نیز میباشد. بنابر آنچه ذکر بعمل آمد، موطن اصلی انگور در دنیای قدیم ناحیه قفقاز و موطن اصلی انواع آمریکائی که نقش مهم در ترویج و تکثیر تاکستان اروپا مخصوصاً تاکستانهای فرانسه باز کرده است آمریکای شمالی میباشد. از آنجائیکه افغانستان از نگاه اقلیم خوب و داشتن آب و هوای مناسب برای رشد و نموی اشجار خاصاً

انگور نهایت مساعد است، انواع مختلف انگور میروید. حدود (۷۶) ایگر زمین تحت باغداری تاکستان های انگور قرار



دارد. تماماً حاصلات انگور بدون استعمال و استفاده از مواد کیمیای بدست آمده و به شکل طبیعی زیر شعاع آفتاب پخته و جمع آوری میگردد. انگور افغانستان عاری از امراض بوده و دارای کیفیت عالی میباشد. بخاطر طبیعی بودن و کیفیت بالا، انگور نه تنها در داخل کشور علاقمندان دارد بلکه در خارج از کشور نیز مارکیت خوب و مشتریان زیاد دارد. در صورت مساعد بودن آب و هوا در موسم انگور صادرات انگور و کشمش بین ۵۰ الی ۶۰ هزارتن میرسد. اما امکانات تولید و صادرات افغانستان بمراتب بیشتر است و در بعضی موارد صادرات این دو قلم به سرحد الی ۹۰ تا ۱۰۰

هزارتن بوده است. شاخچه بری و شیوه جمع آوری محصولات در محلات تولید متفاوت و بشکل عنعنوی میباشد، تاکستان ها معمولاً به شکل بته ئی بروی زمین غرس شده اند و انگور آن نیز بروی زمین ( خاک ) خشک میگردد.

### انواع انگور:

مطالعه ابتدائی که قبلاً توسط متخصصین زراعت صورت گرفته است، انواع انگور از ۲۵۰ نوع ذکر شده به ۱۷۰ نوع تقلیل یافته است زیرا بعضاً مربوط به يك فامیل بوده و نوع جداگانه نمی باشد. تاکستان های مشهور افغانستان بنابر آب و هوای گوارا و مساعد در بسیاری از نقاط کشور مانند ولایات قندهار، کابل، پروان، کاپیسا، هرات، فاریاب، هلمند، غزنی، میدان وردک، لوگر و غیره موقعیت دارد.

### مشهور ترین انواع انگور در کشور قرار ذیل به ثبت رسیده است:



- ۱ - حسینی بی دانه
- ۲ - حسینی دانه دار
- ۳ - کشمش بی دانه
- ۴ - کشمش دانه دار
- ۵ - غوله دان
- ۶ - کله زاغ
- ۷ - شصت عروس
- ۸ - خلیلی
- ۹ - طایفی
- ۱۰ - کشمش سیاه
- ۱۱ - پیرنچی
- ۱۲ - شندوخانی
- ۱۳ - نیشاپوری
- ۱۴ - سینه کبوتر
- ۱۵ - سلطانی
- ۱۶ - یعقوبی



## ترکیب کیمیاوی انگور به شرح زیر است:

- آب: حدود ۸۰ درصد از وزن انگور را آب تشکیل می‌دهد.
- قند: قند اصلی انگور فرکتوز است که حدود ۱۵ درصد از وزن آن را تشکیل می‌دهد. سایر قندهای موجود در انگور شامل گلوکز و سکروز هستند.
- اسیدها: اسید اصلی انگور اسید سیتریک است که حدود ۰.۵ درصد از وزن آن را تشکیل می‌دهد. سایر اسیدهای موجود در انگور شامل اسید مالیک، اسید تارتاریک، و اسید اگزالیک هستند.
- فیبر: انگور حاوی مقادیری فیبر است که حدود ۱.۵ درصد از وزن آن را تشکیل می‌دهد.
- مواد معدنی: انگور حاوی مقادیری مواد معدنی مانند پتاشیم، کلسیم، مگنیزیم، آهن، و فسفورس است.
- آنتی‌اکسیدان‌ها: انگور حاوی مقادیر زیادی آنتی‌اکسیدان است که از جمله آن‌ها می‌توان به پلی‌فنول‌ها، فلاونوئیدها، و آنتوسیانین‌ها اشاره کرد.
- انگور منبع خوبی از ویتامین C است که یک آنتی‌اکسیدان مهم است. همچنین حاوی مقادیری ویتامین K، ویتامین B6، و آهن است.
- در یک گیلان (151 گرم) انگور سرخ، مقادیر زیر ویتامین وجود دارد:
  - ویتامین C: ۱۸.۶ میلی‌گرم (۳۱ درصد از مقدار توصیه‌شده روزانه)
  - ویتامین K: ۱۹.۴ میکروگرم (۲۳ درصد از مقدار توصیه‌شده روزانه)
  - ویتامین B6: ۰.۱ میلی‌گرم (۵ درصد از مقدار توصیه‌شده روزانه)
  - آهن: ۵ میکروگرم (۱ درصد از مقدار توصیه‌شده روزانه)
- انگور همچنین حاوی مقادیری ویتامین‌های دیگر مانند ویتامین A، ویتامین E، و ویتامین B12 است، اما این مقادیر بسیار کم است.
- آنتی‌اکسیدان‌های موجود در انگور به محافظت از بدن در برابر آسیب‌های ناشی از رادیکال‌های آزاد کمک می‌کنند. رادیکال‌های آزاد مولکول‌های ناپایداری هستند که می‌توانند به سلول‌های بدن آسیب برسانند و منجر به بیماری‌هایی مانند سرطان، بیماری‌های قلبی، و سکته مغزی شوند.

## انگور دارای خواص دارویی و درمانی مختلفی است که از جمله آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی و عروقی
- کاهش خطر ابتلا به سرطان
- افزایش سلامت مغز
- بهبود عملکرد دستگاه هاضمه
- کاهش التهاب
- افزایش قدرت سیستم ایمنی بدن

انگور به اشکال مختلف مانند تازه، خشک، آبمیوه، و سرکه قابل مصرف است. مصرف انگور به صورت تازه بهترین راه برای بهره‌مندی از خواص آن است.

## صدور انگور طی سه سال اخیر :

طی سال ۱۳۹۸ به مقدار ۱۳۸۲۱۳ تن انگور به ارزش ۴۲.۵۵ ملیون دالر  
طی سال ۱۳۹۹ به مقدار ۹۸۴۳۵ تن انگور به ارزش ۲۵.۷۱ ملیون دالر  
طی سال ۱۴۰۰ به مقدار ۱۱۷۹۴۰ تن انگور به ارزش ۳۱.۸۱ ملیون دالر  
در سال ۲۰۲۲ افغانستان با تولید ۸۷۴۵۴۱ تن انگور مقام نزدهم را در سطح جهان به خود اختصاص داده است.  
انگور عمدتاً به کشورهای هندوستان و پاکستان صادر میگردد. ختم