

Ételek, szokások, hagyományőrzés

Előszó a receptekhez

A magyar nyelvterület kultúrájának táji tagoltsága, ennek keretében a négy nagy táplálkozási táj a néprajztudomány adatbázisai nyomán a XIX. század végére, a XX. század első felére vonatkozóan meglehetősen jól feltárt és feldolgozott, például a *Magyar Néprajzi Atlasz* munkálatai révén. A mai táplálkozáskultúrában is, mind a hétköznapiakon, de főként az ünnepi táplálkozásban tetten érhetőek még számos esetben ezek a táji sajátosságok. Az eltérések egyrészt a rendelkezésre álló alapanyagok köre, illetve a különböző konyhatechnika, sőt, a különböző vallási előírások étkezésre vonatkozó szabályai miatt alakultak ki, mutattak helyi jellegzetességeket. Az innováció beépülésének, az étrend és az étkezési szokások körének változása eltérő ütemű volt a XX. század közepétől a gazdasági-társadalmi környezet hatására országosan. A középső magyar nyelvterülethez viszonyítva a perifériák felé az archaikus vonások – például a savanyú ételek, levesek preferenciája, a gyűjtögetett növények szerepe – időben később kezdtek csak átalakulni, kikopni a gyakorlatból. Mára a táji sokszínűség nehezebben dokumentálható, már csak az emlékezetben elérhető múltban megőrzött ételek és a hozzájuk kapcsolódó szokások mentén lehet visszaidézni mindezt. Ezt a jellegzetes ízvilágot idézi fel például az északi magyar táplálkozási tájból, a palóc, barkó konyhákból ismert *káposztás cepelevi* és a *ferentő*; az erdélyi régióból a *savanyualeves* vagy az alföldi *tejes pite*, *túrós lepény*, a Komárom megyei sváb *preckedli* receptje.

A Honismereti Szövetség szervezésében az Országos Ifjúsági Honismereti Akadémia a táplálkozási szokások és hagyományok témáját hirdette meg középiskolás fiatalok számára, családjuk és lakóhelyük múltjának, jelenének a feltérképezéséhez. A gyűjtőmunkákra épülő dolgozatok ezt a táji sokszínűséget idézik meg egy-egy ünnepi és hétköznapi étel bemutatásával.

A főzni tanulás folyamatában a belenevelődés volt a legfontosabb, a fiatal lányok nagyanyjuktól, anyjuktól, házasságkötés után gyakran anyósuk példája és tanácsai nyomán sajátították el a családban, az adott településen kedvelt ételek készítmódját. Továbbá azt is, hogy az év folyamán hogyan osszák be a megtermelt alapanyagokat, mit mivel lehet helyettesíteni, ha éppen hiányzott; mit illik és lehet az asztalra tenni hétköznapiakon és vasárnap, illetve a különböző ünnepeken. A tudásnak ezt a formája nem írott receptekként élt, a mennyiségek nem voltak gondosan megadva, az elkészítéshez fontos volt a háziasszony jártassága, tudása, szemmértéke. A közölt receptek egy része ezt a gyakorlatot idézi.

A XX. század második felétől a háztartásszervezés a női munkába állással fokozatosan átalakult. A kereskedelmi kínálat egyre bővült, mind szélesebb társadalmi rétegek számára vált elérhetővé a fogyasztás meghatározó alapjaként. A főzni tanulás folyamatában mind nagyobb szerepe lett az új források (szakácskönyvek, női magazinok, munkahelyi közösségek, közétkeztetés) révén megismert recepteknek. Számos új recept jelent meg, főként az ünnepi étrendbe belépő a húsetelek és sütemények terén – elsősorban ezeket az ételosztályokat mutatták be a diákok előadásaikban. Mindezek a folyamatok együttesen a táplálkozás táji sajátosságainak elhalványulását eredményezték. A most közölt ételek receptjeinek kisebb köre erre az időszakra utal. A saját maguk által megtermelt alapanyagok mellett bolti alapanyagok és pontosan kimérhető mennyiségek szerepelnek, írott formá-

ban is átadható módon. A *rostélyos* például a vendéglátóipar révén vált sokak kedvencévé a mezővárosi, városi polgári konyha fogásaként. A *preckedli* zsíros, omlós tésztájába csak az újabb receptúra során került a zsír helyett margarin, illetve a citromhéj is ízesítőként.

A gyűjtő terepmunka során azonban az egyes ételek leírásai étellel telnek meg: megismerhetjük a hozzájuk kapcsolódó szokásokat, normákat, mikor hogyan készítették, hogyan tálalták a múltban; ma kik ismerik, kik készítik ezeket a fogásokat. A gyakorlati megvalósítás során válik igazi értéké a korábbi generációk főzni tudása, amikor például a pontosan kimért adagok helyett a kezükkel tapintva érezték és tudták a tésztakészítés során a megfelelő minőséget ellenőrizni.

A XX. század végén, a XXI. század elején a lokális közösségek számára fontos identitás-teremtő, mindenki számára könnyen értelmezhető jelképként jelentek meg egyes ételek a közösségi rendezvényeken. Ezek egy részét hétköznap is fogyasztották, más részei az ünnepi étrend elemei voltak korábban; sok esetben egy-egy régió és nem egyes települések specialitásaként. Vannak közöttük azonban olyanok is, amelyek a magyar nyelvterületen kívül is hazánkhoz kötődő ételként váltak népszerűvé, így például a *lángos*hoz hasonlóan az erdélyi nyílt tűzhelyes konyhák jellegzetes ünnepi süteménye, amely ma már streetfood-ként is ismert, a *kürtőskalács*.

A közös főzés és a közös étkezés közösségteremtő erővel bír. Az Országos Ifjúsági Honismereti Akadémia résztvevői ezt a tudást is magukkal vihették haza az együtt töltött eredményes tábor zárása után.

Báti Anikó

A szigetvári honismereti akadémia résztvevői által beküldött receptek

KISIRATOSI „SAVANYALEVES”

Hozzávalók: apróra darabolt tyúk az aprólékkal együtt és marhahús csontokkal együtt (a marhahús sertéssel is helyettesíthető), murom (sárgarépa), petrezselyem, hagyma, zellerlevél, nyáron paradicsom és zöldpaprika. A rántáshoz házi zsírt és fűszerpaprikát, az ízesítéshez pedig házi tejfölt, sót tetszés szerint, babérlevelet, ecetet használunk, de bors is kerülhet a levesbe.

Elkészítés: a húsokat félig puhára főzzük, utána kerülnek a levesbe a zöldségek, majd a rántás és az ízesítők. A savanyításához az ecetet tetszés szerint adagoljuk. Különösen finom étel, de kis mennyiségben nem érdemes készíteni. (Beküldte: *Bíró Endre*, Arad)

PALÓCFÖLDI „KÁPOSZTÁS CEPELEVI”

Hozzávalók: 1 marék szárított vargánya (*cepe*), 3 marék hordós káposzta, olaj, tejföl, liszt, só, paprika.

Elkészítés: a megszáritott gombát igen alaposan megmossuk és hagymás olajon megdinszteljük, a káposztával bő lében összefőzzük. Amikor a gomba és a káposzta jól összefőtt, kevés olajon készült rántást készítünk, tejföllel fölengedjük, a forrásban lévő lére