

Hári Gyula – Molnár Péter:  
**Csór ízei** – könyvbemutató  
(Csór, Művelődési Ház, 2023. szeptember 14.)

Egy kisebb-nagyobb közösség, táj, népcsoport, nemzetiség identitásának hordozói között a táplálkozási kultúra előkelő helyet foglal el. A nyelv, a gazdálkodás, az építészet, a népviselet és még számos néprajzi jellegzetesség mellett a táplálkozás az egyik legfontosabb kulturális válasz a lét legmeghatározóbb alapkérdésére. A táplálkozás kutatása mint az életmódkutatás része, a 21. századra egyre nagyobb figyelmet kapott. Sorra születtek módszertani tanulmányok, néprajzi monográfiák és gombamód szaporodnak a gasztroműsorok, vetélkedők a televízióban, rádióban. A közösségi média felületein számlálhatatlan csoport alakul, ahol főznek, recepteket tesznek közkinccsé. A táplálkozás is a globalizáció része és eszköze lett. Például a legkisebb gömöri faluban is nyílnak nápolyi pizzéria, ahol a kenyérlángos vagy vakaró helyett olasz pizza készül. Az életmód változása fokozottan érintette a táplálkozáskultúrát. A paraszti életformára oly jellemző termelő-fogyasztó egysége mára felbomlott, a falu lakosságának életmódjában is a fogyasztó lett a meghatározó elem. A 70-es években elindult folyamat mára teljesen átalakította a táplálkozási struktúrát. A fiatal generáció már nem veszi át az idősek tapasztalatait ezen a téren sem a belenevelődés útján. A változási folyamatokat felgyorsította a technika fejlődése is: új eszközök, gépek használata a háztartásokban, új eljárások, új nyersanyagok megjelenésével.

Elsődlegesen az ünnepi étkezésekben volt jellemző az újdonságok divatja. Például a tortafélék a hatvanas években jelentek meg a lakodalmi étrendben, felváltva a mákos-diós kalácsfélét, kelt tésztákat.

A népi táplálkozás egyfajta kulturális megnyilvánulás. Nagyban befolyásolta a hagyomány, a szokásrend, a vagyoni helyzet, hiszen mást evett a jómódú és mást a szegény. Az étkezés mindenütt a világon meghatározó, közösséget jellemző tényező.

Érdekes szempont a népi táplálkozás és általában a táplálkozás vizsgálatánál, hogy milyen változatosság jellemzi. Általánosságban elmondható, hogy az alapanyagok jóval szerényebb variánsával, számával találkozhattunk a régi konyhákban, elsősorban a földrajzi helyzettől, vagyoni állapottól és évszaktól függő tényezők határozták meg ezek alkalmazását. Ugyanazt az ételt többféleképpen is elkészíthetik: fűszerhasználat, konyhai felszerelés, családi hagyomány és számos más tényező befolyásolhatja egy-egy település vagy nagyobb tájegység népi táplálkozási hagyományrendszerét. Jellemző például, amikor egy másik faluból beházasodás útján érkező asszony hozza magával a saját családi receptjeit, ételeit. Új ételeket hoztak magukkal az idénymunkások, a más vidékről jövő lakodalmi szakácsnők is.

A táplálkozási hagyományok átadásának–átvételének legfontosabb színtere a család volt (és az ma is). A család a terepe a gyermek munkába, szokásrendbe való belenevelődésének. A nagyszülők, a nagymama mellett leste el, tanulta meg a 8-10 éves leánygyermek is a főzés fortélyait. A családi receptek kézzel írott füzetekben őrződtek meg, és adnak máig jó anyagot a népi táplálkozás iránt érdeklődő kutatóknak.

Csór néprajzi kutatásáról a Szent István Király Múzeum néprajzi adattárában több doboznyi, több száz oldalnyi, mintegy harminc kéziratot őrzünk. Összevetve a megye többi településével, ez tekintélyes mennyiség. A község népi hagyományának felkutatásában Madarász Ottót, Keller Andrásné és mindenekelőtt dr. Kisari Sándorné Pap Kovács Magdolnát emelném ki. A legmagasabb szinten és legalaposabban dr. Kisari Sándorné magyar–történelem szakos tanárnő foglalkozott a falu néprajzával. Sorra születtek dolgozatai, pályamunkái különféle témákban: a gazdálkodástól a vallási szokásokig, a népi színjátszástól a népszokásokig, a helynevektől a népi építészetig. Kutatásaiért 1994-ben Sebestyén Gyula emlékérmet kapott; ez az önkéntes néprajzi gyűjtők legmagasabb országos elismerése. Csór népi táplálkozásáról ezekben a dolgozatokban elvéve olvashatunk, elsősorban az ünnepi szokások leírásánál vagy az

aratás bemutatásakor. Ennyiben is úttörő vállalkozás a most kézbe fogható új recepteskönyv.

Megfigyelhető, hogy a természeti–gazdasági viszonyoktól függően egyes községek földművelése egy-egy növényfajtára szakosodott, úgynevezett növény monokultúrák jöhettek létre. Például ezért beszélhetünk cecei dinnyéről, abai, cecei paprikáról, perkátai, magyaralmási tormáról, palotavárosi zellerről, balinkai, csurgói, csóri káposztáról. A csóriakat *pulutykások*ként is emlegetik a környéken. Amikor 1825-ben elkészült a Sárvíz-csatorna, kiszáradt a kertek aljáig húzódó ősi mocsár, kiderült, hogy a talaj itt kiválóan alkalmas a káposzta termesztésére. Főként a kemény, csúcsosfejű, csurgai fajta hozta a legnagyobb termést. A káposzta egyébként olcsó, egyszerű, igénytelen növény, mindig is elsősorban a szegények étrendjében szerepelt. A világ egyik legrégebbi termesztett zöldségféléje. Sokáig lenézték, ám ma már előkelő helyet foglal el a táplálkozásban. Fontos ásványi anyagokat (vasat, kalciumot, foszfort, magnéziumot és C-vitamint is tartalmaz. Kevés kalória, sok rost jellemzi, ezért a fogyókúrázók kedvelt tápláléka is. Húsos levelét a népi gyógyászatban is alkalmazzák.

A csóri szekeres pulutykások nemcsak Fehérvárra szállították árujukat, hanem távolabbi vidékekre is. Csór egyik nevezetessége tehát a káposzta, s ez nagyban tükröződik a táplálék összetételében is. A káposzta elkészítésének számos változata ismeretes. A káposztás ételek népszerűsítését van hivatva terjeszteni a 2010-es évek közepétől megrendezett káposztafesztivál is. A most megjelent szakácskönyv receptgyűjteményének is főszereplője a káposzta. A receptek között 12 féle káposztás ételt találunk. A kötet szerkesztője ezzel is a káposzta vezető szerepét kívánta hangsúlyozni.

A Csór ízei című kötet dr. Hári Gyula levéltáros, helytörténész, tanár szerkesztésében, Molnár Péter zenepedagógus, fotográfus ízléses, étvágygerjesztő fotóival jelent meg. Kiadását Csór Község Önkormányzata, valamint a Csóri Települési Értéktárbizottság tette lehetővé és a Földművelésügyi Minisztérium hungarikumok

megismertetésére és népszerűsítésére elnyert pályázatának segítségével láthatott napvilágot. A nyomdai munkák a székesfehérvári Extra Média Nyomdában készültek. A kiadvány tervezése és tördelése Takács Péter munkáját dicséri. A jól kézbe fogható, praktikus tartós, használatálló keménytáblás, 71 oldalas, színes fotókkal gazdagon illusztrált, a település hagyományos étkezési kultúrájának receptjeit bemutató kötet kiadási terve még 2017-re nyúlik vissza, amikor az Értéktárbizottság elhatározta a könyv kiadását. A felvezető rendezvényt az ugyancsak 2017-ben megvalósult Nagymamám konyhája című kiállítás jelentette, ahol a régi csóri paraszti konyha berendezését és eszközeit láthattuk. Fontos lökést jelentett a kiadáshoz a Magyar Televízió Ízőrzők című műsora is, melynek egyik adásában Csórról mutattak be hagyományos ételeket.

Hári Gyula, a könyv szerkesztője a bevezetőben leírja, hogy mi volt a kötet kiadásának célja: jellegzetes képet nyújtani a régi ételek közül azokról, melyek a hagyományos népi táplálkozás részeként jól beilleszthetők a mai fiatal és középgeneráció által képviselt családi gasztronómiába. Egyfajta értékmentésként áthozva ezzel a régi recepteket és főleg az öregek emlékezetében őrzött népi konyha fogásait a mai tényérjainkra. Azt is hangsúlyozza a szerkesztői előszóban, hogy ezek a receptek alkalmasint át is alakíthatók, a különféle alkotórészek fel is cserélhetők az egyéni ízlés vagy ételintolerancia kívánalmai szerint.

Ha a kötet tartalomjegyzékére pillantunk, olyan mintha egy étlapot néznénk. Levesek, főételek, savanyúságok és a desszerteket képviselő édes tészták követik egymást. A levesek között a tejjel készültek dominálnak krumpligombóccal, zöldséggel és tésztával készült változataikkal. A borleves a hagyományos karácsonyi étrend része volt egykor, míg a böjti táplálkozást a tejes levesek jellemezték. Itt jegyezném meg, hogy a könyvben néhol lényegre törő, pár mondatos megjegyzéseket is olvashatunk, melyek az adott étel vagy ételcsoport néprajzi jellegzetességeit írják le, hasznosan kiegészítve ezzel az egyes ételekre vonatkozó kultúrtörténeti ismereteinket.

A főételes fejezetben két ételtípus dominál. Az a két alapanyag, amely előszörre az olvasó eszébe juthat, amikor a csóri hagyományos konyhára gondol: az egyik a hal, a másik a káposzta. A vízszabályozás előtti időben a környék halban igen gazdag volt, ezért a táplálkozás szerkezetében a hal fontos szerepet kapott. Csórról eszünkbe jut a Mátyás-monda is a máj nélküli csukáról, illetve az oly híres, egykoron népszerű csárda, amely ugyancsak a csukáról kapta nevét. A halételek közül olvashatjuk a halászlé, a halpaprikás, a tejfölös ponty és a ruszli elkészítésének mikéntjét. A legtöbb recepttel a káposztás ételek szerepelnek a kötetben, összesen 12 ilyen ételt találunk a főzelékféléktől a pogácsáig, a töltött káposztától a káposztás rétesig. A káposztafesztiválon készült ételeket az orosz *szoljanka* és a lengyel *bigosz* húsos-gombás-káposztás finomságok képviselik a könyvben. Ugyancsak közkinccsé tették a káposztafesztivál díjnyertes ételének, a *Csodaszarvas* fantázianeívű húsos ételkülönlegességnek is az elkészítési módját. Még olyan különlegességről is olvashatunk, mint a káposztalekvár. A régies hagyományos ételeket képviseli a receptkönyvben a lisztes sterc, ami jó példája annak, hogy minimális nyersanyagból hogyan készíthető laktató, meleg étel. A népi konyha elterjedt hétköznapi étel volt a sterc elsősorban német területeken. A kukoricás ételeket a kukoricagombóc népszerűsíti a receptes könyvben.

A savanyúságok közül a vegyes csalamádé és a savanyú szilva elkészítésének módjáról olvashatunk.

Az édes tészták fejezetben 13 sütemény és a birsalmasajt receptjét találjuk. A tészták között szerepelnek a régi lakodalmak hagyományos étrendjében is meglévő tésztafélék, mint például a lakodalmas perec vagy a krémes őszibarack.

Emlékeink között elevenen élnek a gyermekkor ízei, a nagymamánk főztjének utánozhatatlansága. Talán ez az a szegmense személyes történeteinknek, amelyre mindig nosztalgiával gondolunk. Hiába próbáljuk ugyanazokat az ételeket magunk is elkészíteni, mégsem lesz olyan az íze, mint gyermekkorunkban. Ahhoz ugyanis elengedhetetlen volt a nagymamánk vagy az édesanyánk, az ő személyisége, főzési praktikái, családi öröksége,

ami azt a pluszt jelentette, amit azóta is keresünk, de megtalálni teljesen sosem fogjuk már. Benne vannak ők pedig a mozdulatainkban: ahogy kavarjuk a levest, ahogy ujjunkkal kitöröljük a tojás maradék fehérjéjét a héjából, amikor „amennyit felvesz”, vagy „szemre” mérték a fő szempont a grammra méregetés helyett. És benne van az ő örökségük az ételfoltos, ronggyá lapozgatott, ceruzával írt, elmosódott öreg receptes füzetekben, az emlékezetünkben őrzött jótanácsaikban, praktikáikban.

A most megjelent Csór ízei című könyv a népi hagyományos ételfélék receptjeinek nemcsak megőrzésében, hanem népszerűsítésében is jó szolgálatot tesz majd. Elmondhatjuk, hogy ez a szakácskönyv az alkalmazott néprajz jó példája. Gyakorlati haszna van, ezért készült, hogy elkészítsük ezeket az ételeket.

Végezetül a szerkesztő és a gyűjtők, a recepteket lejegyző munkatársak nevében köszönetet szeretnék mondani azoknak a csóriaknak, (rideg szóval adatközlőknek) többségében asszonyoknak, akik nélkül ez a könyv nem jöhetett volna létre, akik megőrizték és elmondták a családban generációk óta őrzött régi ételrecepteket.

A szakácskönyv bírója a háziasszony: ha el tudja készíteni a leírt ételeket belőle és jól sikerül, finom, a család meghálálja és legközelebb is kéri majd. Én egészen biztosan ki fogok próbálni néhány, már régóta keresett receptet belőle, és Önöket is erre biztatom. Jó főzést és jó étvágyat!

dr. Varró Ágnes

néprajzkutató

Szent István Király Múzeum