



DEBRECENI EGYETEM

# HUNGARIKUMOK ÉS GASZTROLÓGIAI HAGYOMÁNYOK – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

Bihari Nagy Éva  
Debreceni Egyetem Néprajzi Tanszék

TÁMOP-4.1.1.C-12/1/KONV-2012-0014  
Élelmiszerbiztonság és gasztronómia vonatkozású  
egyetemi együttműködés, DE-SZTE-EKF-NYME

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



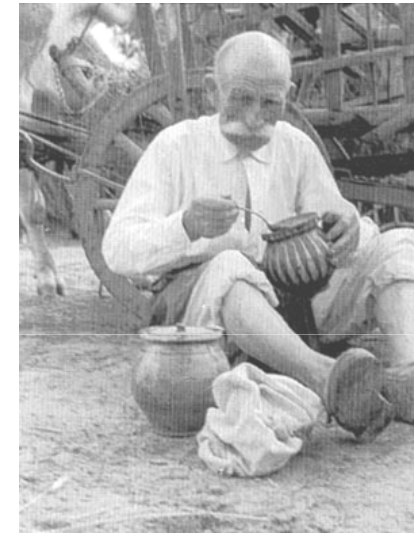
BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A táplálkozás alapvető
- A 20. század második fele
  - az étkezési és étrendi szokások átalakultak.
  - II. világháború. után cukorhiány – archaikus édesítés újra
- Az 1944–45-öt követő
  - szűkösség



- a **hagyományok továbbélése volt jellemző.**



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

Táplálkozás → mai társadalom

A táplálkozás  
társasági  
családi → és kapcsolatok



étkezésből származó **öröm**



lelki és érzelmi egyensúly



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Étkezést befolyásoló tényezők
  - Életvitel – munka, tanulás, migráció
  - Ételek minősége, mennyisége – gyorsételek stb.; (bekapunk valamit)
  - Elfogyasztás körülménye (TV előtt, utcán stb.)



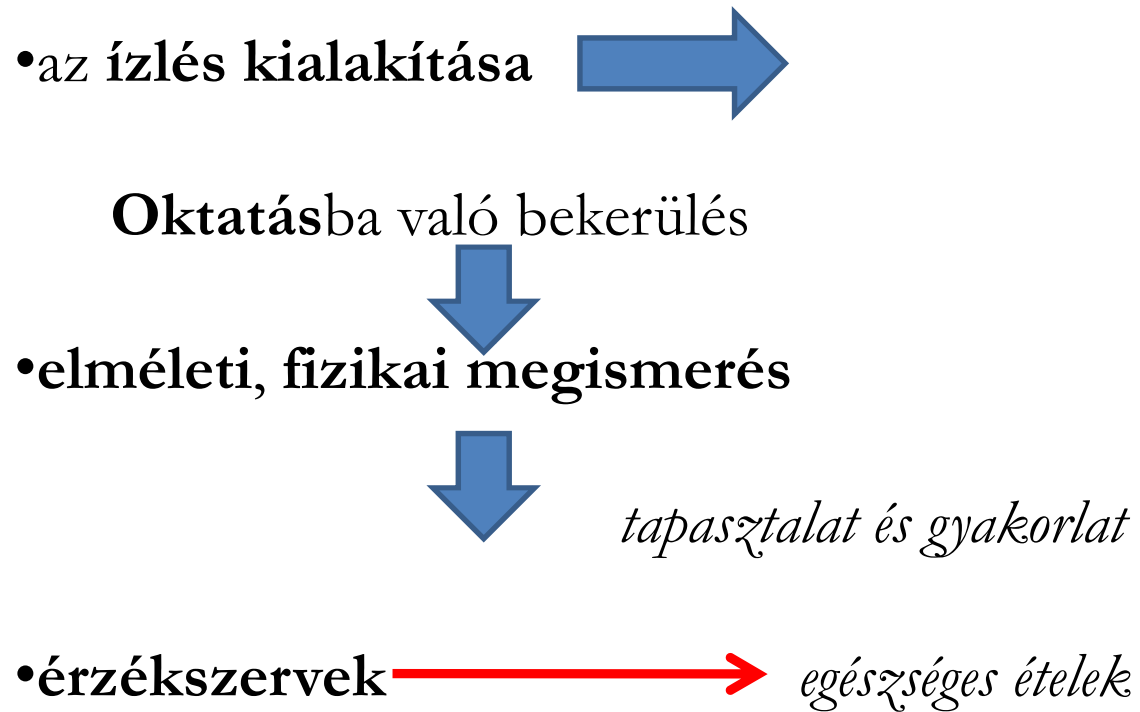
- táplálkozás/étkezés és a táplálkozás/gasztronómia feladata, szerepe megfelelően teljesüljön



- Legfontosabb a oktatás és kultúra kialakítása**



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A magyar tájkonyhák tradícióit jelentő receptek a népi táplálkozás bölcsességét bizonyítják!



- bizonyíték az életképességre
  - mely az életmód az életritmusbeli változások között is képes fennmaradni több évszázados múlttal

## •OKTATÁS

- ❖ A 21. század legfontosabb célja
- ❖ megmutassa mindenkinek, hogy **az egészséges és ízletes étkezés nemcsak kötelező, de összeegyeztethető is**



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK



a gyermekkori táplálkozási szokások hatással lehetnek az ételekkel kapcsolatos preferenciákra és az azokkal kapcsolatos döntésekre felnőttkorban



TÁMOP-4.1.1.C-12/1/KONV-2012-0014  
Élelmiszerbiztonság és gasztronómia vonatkozású  
egyetemi együttműködés, DE-SZTE-EKF-NYME

# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

## A gasztronómia

- eszközt jelent:
  - a gazdaság ágazatainak fejlesztéséhez
  - vendéglátóipart,
  - idegenforgalmat,
  - agrár-élelmiszeripart
  - kutatást
- népszerűsítése
  - helyi és regionális gasztronómiai vásárokon
  - fesztiválokon
- étkezés társadalmi és kulturális fontossága

DE

- Megőrzés

kulturális örökségünk részét képező gasztronómia **sokszínűségének** és minőségének terjesztésére



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## ❖ Az vagy, amit eszel!

✓ orvostudomány – egészségtudatosság

## ❖ Otthon készült ételeket fogyasztása

✓ életmódváltás

✓ migráció

✓ fogyasztói attitűdváltás

◦ Ebéd a dobozból



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

➤ A magyar konyha

- ízletes, sokrétű és gazdag,
- a magyar kultúra egyik kiemelkedő eleme, változatos, kreatív ételféleségek,
- egyedi és karakteres íz-világgal.



Több mint 1000 éves történelmi fejlődés

- folyamatos változás
  - ❖ új növények (kukorica, paprika, burgonya, cukorrépa stb.)



új ételek, új ízek



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A magyar paraszti táplálkozáskultúra folyamatosan változó egész volt. ➡
- Mi a paraszti táplálkozáskultúra háttere?
- Mit vizsgálnak a korszakok?
  - a nagy létszámú társadalmi rétegek
    - helyzetét
    - étkezési szokásait
    - környezetét
  - sajátos periódusait keresi



- ↓
- összehasonlítás a mindennapi élet kultúrájával



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

➤ A táplálkozásszerkezet meghatározó összetevői:

- ✓ az élelmiszerválaszték,
- ✓ az ételkészítési módok,
- ✓ az étkezések napi rendje és ételsora,
- ✓ a mindennapok és ünnepek hierarchiája,
- ✓ a táplálkozás ritmusa (böjti előírásokkal szabályozó központi irányítás)
- ✓ és az asztali etikett alakulása.
- ✓ szakácsművészet mindenkori.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A régi elfeledett ételek  
hagyományos receptek  népi kultúrára és szokások

?? helye a mindennapi táplálkozásban???

- A magyar gasztronómia története 

modern sütés-főzési módszerek,  
régie ételeket

egészséges táplálkozás nyomai mind a kettőben



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

➤ A magyar tájkonyhák

▪ tradícióit jelentő receptek



▪ a népi táplálkozás bölcsessége



▪ legegyszerűbb nyersanyagokból legkülönbözőbb ételvariációkat  
(mértékkel, a régi is lehet egészséges)



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK



TÁMOP-4.1.1.C-12/1/KONV-2012-0014  
Élelmiszerbiztonság és gasztronómia vonatkozású  
egyetemi együttműködés, DE-SZTE-EKF-NYME



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A táplálkozás alapvető életszükséglet
  - módzata (sokféle)
  - meghatározója:
    - a rendelkezésre álló élelmiszer



Ma az alapanyagok minőségi, milyenségi sokfélesége ételvariációk eredményez!

- Az étkezések rendeződése
  - napi, heti és évszakos ritmus
  - köznapi és ünnepi jelleg



A táplálkozáskultúra szoros kapcsolatban áll az egész életmóddal.  
(Wiegelmann, G. 1971).



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Az életforma megváltozása



táplálkozási kultúra változása



Vidékünk, valamint a magyar nép táplálkozása ma is alakul!

- A parasztkonyha ételállománya
  - a 21. századra
  - megváltozott a életszemlélet, értékrend.



Az újítások először többnyire ünnepi étrendekbe kerültek (lakodalmi étkezés - torták).



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- a hagyományos paraszti ételek
- tájegység jellegzetes ízei
- napjainkban átalakítva, finomítva, korszerűsítve megtalálhatók az éttermek, vendéglők étlapjain.
- A népi táplálkozásban a legnagyobb
  - változáson
  - változatosság a sült tészták**fejlődési sorrend** a kezdetlegesebb lepényféléktől a különböző kelt és cukrozott tésztáig terjed.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Kapcsolatok
  - az ételkészítési módok,
  - a felhasznált eszközök,
  - alapanyagok,
  - vidék gazdasági-társadalmi szerkezetével,
  - szokásokkal,
  - az emberek anyagi helyzete.



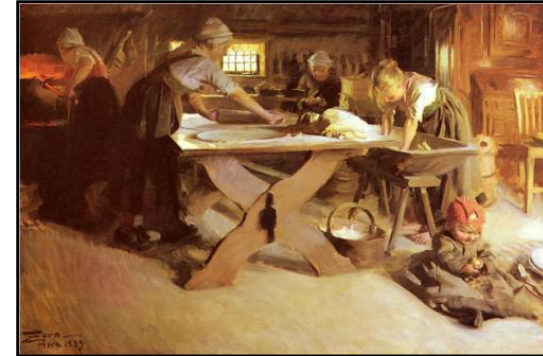
Ahány tájegység, annyi egymástól eltérő felhasználási mód és étel!

Ízeink jellege vidékünk, nemzeti kultúránk része és értéke.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A népi táplálkozás
  - mit és mikor ettek
  - szimbolikus cselekedet
  - család és a közösségi összetartozás
  - vendégszeretetet.



Mindig aktuális kutatási téma!



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Hagyományok a táplálkozáskultúrában:
  - régi receptek,
  - a főzéshez-sütéshez használt alapanyagok,
  - egykori ételkészítési eljárások újrafelfedezése
  
- Kutatási feladat!
  - A hazai gasztronómia előzményeinek, a jelenbeli kulturális összefüggéseinek feltárása.
  - A „nemzeti”, „magyar”, „polgári” és a „népi” konyha jelentései;
  - az étkezéshez és a fogyasztáshoz kötődő kulturális értékek történeti változása.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Táplálkozási hagyományok átadása és az újdonságok átvétele
  - Családok szerepe
  - Jeles alkalmak szakácsnői (sütő-főző asszonyok)
  - Egy községben vagy egymás közelében élő különböző népcsoportok
  - Közös munkaalkalmak, ünnepi sütés-főzések az innovációk átadásának alkalmai
  - Férfiak szakácstudása a házon kívüli alkalmakon (halászat, vadászat, pásztorünnep)



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Újdonságok átvételének közvetítői: a faluból eljárók
  - Piacokra, vásárookra, városi családokhoz eljáró falusi asszonyok, gazdák, fuvarosok
  - Nyaralók szállásadói (Balaton parton)
  - Első világháborút megjárt fiatalok
  - Tanfolyamokat látogató férfiak és nők



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A paraszti közösségen kívül, vagy felette álló személyek
  - Uradalmak belső cselédei vagy nagyobb szaktudású alkalmazottai
  - Házalók, kofák, kereskedők, iparosok
  - Értelmiségi asszonyok, iparos feleségek (papnék, paplányok, tanítónők, jegyzők...)
  - Falusi kocsmárosok, szatócsok
  - Hentesek
  - Városba került cselédek, szobalányok
  - Más községből férjhez jött asszonyok
  - Szaktanárok és más szakelődők
  - Médiák hatása (újság, naptár, szakácskönyv, rádió)



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Változatosságok, variálódások!
- Példa: Mivel, hogyan édesítünk?
  - Hagyományos édesítés (méz, gyümölcsök stb.)
  - Cukor
  - Édesítőszer



Cukorrépa termelés → cukorfogyasztás

Kutatás: Édesítő anyagok használata

- saját környezet)



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A cukor
- A mindennap vásárolt termékeink, első, második vagy a harmadik helyen a **cukor** szerepel és néha még követi a fruktóz is, plusz egyéb adalékanyag
- Rész kutatás eredménye: (érvek a cukor mellett)

Cukor	Más édesítő
Ár	Egészség
Íz	Kalandozás
Megszokás	
Óriási a kínálat	



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- Az íz hatalma:
  - „A nagymamámé nem ilyen” – 7 éves adatközlő
- Fogyasztói árérzékenység:
- Egészségtudatosság
  - oktatás szerepe
- Hagyomány, megszokás
  - „...én már úgy szemre is tudom az adagokat, nem tanulok újat ...”

## Generációs különbségek



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A gasztronómia tudományának és művészetének megismertetése
- Kulcsfogalmai:
  - *étkezés*: társadalmasítja az evést;
  - *konyha*: formalizálja a főzést, rendszerezi az étkezési gyakorlatokat, a spontán és sokféle ízlést kulturális kódokká alakítja.
- Magasabb (úri) / egyszerűbb (polgári) konyha:
  - különböző tudásformák (szakácsművészet / családban elsajátítható ismeretek és készségek
  - identifikáló fogyasztási szokások,
  - ízlés,
  - modor, illem.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

- A polgári konyha a középosztály konyhája
  - A *középosztály* egyszerű háztartásába valók mindennapos használatra:
  - *„...Nekiünk szükségünk van tápláló, ízese, változatos, bőséges, a magyar szájnak kívánatos és olcsó ételekre, amelyek könnyen emészthetőek, az egészséget jó karban tartják, és a lehető legrövidebb idő alatt készíthetők el.”*
- Meggyőződés:
  - takarékossgal párosult józan bőség,
  - ésszerűség,
  - következetesség,
  - nyugodt derültség,
  - átmenetet alkot a „szegény konyha” és az „úri konyha” között.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

## A mindennapi háztartás és étkezés egyfajta jelentése:

- Eszmény:
  - mértékletes,
  - változatos és egészséges táplálkozás,
  - racionalitás
  
- Valóság, tények:
  - szűkösség és kényszerű spórolás,
  - a folyton változó életfeltételekhez való alkalmazkodás!



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

## Az ízek világa:

- Édes-savanyú:
  - Minden idők lényegi kérdése:  
**EHETŐ vagy MÉRGEZŐ?**
  - Ma (21. század) lényegi kérdése:  
**MENNYIRE FINOM?**

Az ételről szerzett *információk*:

az *íz* mellett,

hőmérséklet, textúra, állag → ezek összessége a **zamat**.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

A *magyar gasztronómia* a magyar kultúra egyik kiemelkedő különlegessége, jellegzetességét a többféle *alapanyag*, a jellegzetes *fűszerezés* és sajátos *konyhatechnológiai műveletek* együttes hatása alakította ki (Még ha – a közhiedelem és az újabb vizsgálatok szerint – nem is tartozik a legegészségesebbek közé).

A legismertebb magyar nemzeti ételek:

- Gulyás,
- Halászlé,
- Töltött káposzta,
- Paprikás csirke,
- Paprikás krumpli,
- Bableves,
- Túrós csusza!



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK



töltöttkáposzta



TÁMOP-4.1.1.C-12/1/KONV-2012-0014  
Élelmiszerbiztonság és gasztronómia vonatkozású  
egyetemi együttműködés, DE-SZTE-EKF-NYME

# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

## Táplálkozási trendek

Táplálkozási trendek mindig is voltak és mindig is lesznek. Ma már egyre nagyobb figyelmet fordítunk az élelmiszerek milyenségére. A hétköznapi ember is tisztában van, hogy az élelmiszer ipari termékek fogyasztása bizonyos veszélyeket rejt magában.

A tudomány – mint sok más területen – a táplálkozási trendek területén is megosztott. Ahány irányzat, annyiféle. Vannak bennük hasonlóságok és homlokegyenest ellenkező vélemények is. Egy dologban viszont megegyeznek:

- a friss nyers gyümölcsök és zöldségek fogyasztásának egészséges voltában.
- Van, aki a gabonát, többen a tej és tejtermékek fogyasztását ellenzik, van, aki szinte mindent megenged – módjával.
- Az utóbbi időben egyre többen nyilatkoznak a három fehér mérge (fehér finomliszt, cukor, só) és a sütőolaj káros hatásairól.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

➤ A táplálkozási trendek követésének haszna:

- olyan anyagokat juttatunk a szervezetbe, amelyekre valóban szükségünk van
- csökkentjük az elhízás veszélyét
- melléktermékként rendszerint testsúlycsökkenés is bekövetkezik.

## DE

➤ A hagyományos magyar konyha (a táji jelleg, és ízek örök dominanciája) jellemzői:

- A sertészsír (étkezési olaj), fűszerpaprika, a vöröshagyma együttes használata
- A sertéshús és sertészsír domináns alkalmazása (ma már főleg étolajjal vagy más alternatív pl. kukorica-, tökmagolaj stb.)
- a tej, túró, de különösen a tejföl nagymértékű használata
- sajátos ételkészítési módok (pörköltalap, pirítva párolás, rántással sütés – ez utóbbi magyar találmány)
- pácok és sajátos fűszerezési eljárások
- magas szénhidrát tartalmú köretek és főzelékek fogyasztása



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

**A hungarikumok, tájjellegű ételek kutatásához elengedhetetlen:**

1. A szakácskönyvek, receptek alapján megismerni a gasztronómiatörténet korábbi kategóriáit

(I. 1300-1500, II. 1500-1690, III. 1690-1780, IV. 1780-1880, V. 1880-1970).

*„A késő középkori táplálkozáskultúra (1300-1500)”*,

*„A kora újkori táplálkozáskultúra (1500-1690)”*,

*„Az újkori táplálkozáskultúra [...] (1690-1780)”*

*„Hosszú reneszánsz konyhakultúrának”*

*„Legújabb kor konyha és táplálkozáskultúrája”* (alternatív módok).



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

2. A könyvek, receptgyűjtemények feldolgozása eredményeként: („*Hosszú reneszánsz konyhakultúra*”) folyamatos fejlődés állapítható meg, de a lényeges elemekhez nem nyúltak a szakácsok.

3. A nyersanyagok vizsgálata:

a *húsok* közül mindvégig megtaláljuk a marhát, a borjút, a bárányt, a sertést, a szárnyasokat (tyúk, kappan, lúd, pulyka), a vadakat (vaddisznó, őz, szarvas és vadszárnyasok), az édesvízi- (ponty, csuka, harcsa, pisztráng), a tengeri- (tőkehal, szardella), és a vándorhalakat (tok, viza), rákokat, csigákat.

belsősegek: (velő, máj, tüdő, gyomor) jelentős mértékű felhasználását.

*zöldségek*: a közkedvelt káposzta, répa, petrezselyemgyökér, vörös- és fokhagyma, hüvelyesek, spenót, sóska, uborka, fejes saláta (a napjainkban az átlagemberek által alig ismert spárgára, articsókára, endíviára is).

*különböző virágokról* (rózsa, viola, bodza), melyekből lekvárokat vagy illatos vizeket készítettek.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

*gyümölcsök:* a szakácskönyvek alapján a legkedveltebbnek a birsalma, a mandula és a citrom tekinthető, de mellettük az alma, körte, szilva, cseresznye, meggy, szőlő, ribizli, málna, eper, egres, dió, mazsola, narancs, limonia is nagy jelentőséggel bírt.

*gabonafélék:* a rizs, az árpa, a köles, a zab, a búza számít gyakori  
Az ételek fűszerezése, ízesítése alapvetően változatlan maradt:

*zöldfűszerek* (európai fűszerek): borókabogyó, petrezselyemlevél, tárkony, zsálya, menta, kapor, kakukkfű, babérlevél mellett a keleti fűszerek: bors, sáfrány, gyömbér, fahéj, szegfűszeg, szerecsendió, szerecsendió-virág.

*ízesítők:* só, méz, nádméz, bor (savanyú, édes, fehér, vörös), ecet, alaplevek (tehénhúslé, kappan lé, borsólé, hal lé), vér, rózsavíz, citrus levek és héjjak (citrom, narancs)

– a fogásokban gyakran az édes, savanykás ízvilág dominált.

*főzéshez, sütéshez:* vajat (sima vaj, írósvaj), olívaolajat, szalonnát, zsírt, hájat, faggyút.

*egyéb nyersanyagok:* a víz, a kenyér, a zsemle, a liszt, a keményítő, a tojás, a tejtermékek, és az élesztő mellett gyakran használták a tragantot, a vizahólyagot, és a különböző ételfestékeket is.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

## 4. Az ételkészítési eljárások vizsgálata:

a konyhatechnológia területén a sütés (zsiradékban, szabad tűzön és zárt hőben), a pirítás, a főzés, a párolás a többség által gyakran alkalmazott módszer volt, (a gőzölés csak később).

az ételek sűrítése:

kenyérrel, zsemelével, de mellette találkozhatunk a rántással, a lisztszórással (időnként pirítva is), és a megpuhult zöldségek, gyümölcsök áttörésével.

A háziasszonyok körében a 20. században népszerűnek tekinthető tejfölös-lisztes habarás mellett, gyakran szimpla tejföl vagy vaj hozzáadásával „*fogták*” meg az ételeket, de nem egyszer alkalmazták a tejfölös-tojássárgás sűrítést is.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

5. Az új ételtípusok összehasonlító (generációs vizsgálata):

- ✓ a 16. és a 17. században bekövetkezett változások (források viszonylag alacsony száma miatt nehézkes).
- ✓ A levesek, főtt tészták és gabonagombócok a 17. században már szerepelnek a könyvekben, de feltételezhetjük, hogy akár már az előző században is ismerték őket.
- ✓ A fagylaltok, a különböző égetett szeszekkel, fűszerekkel és egyéb ízesítőkkal készített rozsólisok, a német eredetű czeltlek, lébczeltlek és szultzok azonban bizonyosan a 18. században jelentek meg a hazai konyhakultúrában.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

## 6. A szakácskönyvek vizsgálata:

- nem adhatnak egységes választ a magyarság asztali mindennapjairól.
- a vizsgált korszak paraszti táplálkozására csak időnként találunk utalást (a munkákban és ebből kifolyólag továbbra is csak hipotéziseket lehet felállítani).
- a polgárság esetében – Tótfalusi Kis Miklós – már más a helyzet. Könyvét az 1695-ös kolozsvári kiadást követően, a 18. században többször megjelentették (a szakácskönyvben alkalmazott technikák, ajánlott nyersanyagok nem minden esetben tükrözik az „átlagos” polgárság valódi szokásait).
- a „*Hosszú reneszánsz konyhakultúra*” ideje alatt született kéziratok és nyomtatott szakácskönyvekből leginkább a felsőbb társadalmi rétegek ünnepi és hétköznapi étkezéseinek felszolgált fogásokat lehet megismerni.
- a receptek elemzését követően derül ki:
  - hogy mely állati és növényi eredetű nyersanyagokat alkalmazták rendszeresen,
  - hogyan változtak a különböző fogások
  - vagy mikor jelentek meg az újdonságok.



# HAGYOMÁNYOS TÁPLÁLKOZÁS – ÍZEK ÉS ÉRTÉKEK

7. Az újdonságok tekintetében vizsgálandó:

a szakácskönyvek konzervatív forrásnak számítanak! -  
korábban ismeretlen nyersanyagok – más típusú forrásokban előbb  
megjelennek.

8. A korszak receptgyűjteményei alapján, más jellegű adatok felhasználása nélkül,  
nem lehet pontos képet kapni elődeink konyhakultúrájáról (de minden forrást,  
forrástípust figyelembe kell venni:

a 16–18. században keletkezett magyar nyelvű szakácskönyvek  
a felhasznált nyersanyagok ismertetését,  
az ételkészítés során alkalmazott konyhatechnológiák elemzését  
a családi levelek, éttrendek, inventáriumok vagy vásárlási listák. (A nemesi udvarok  
esetében számos családi levélben, éttrendben, esetleg irodalmi műben fedezhetünk fel  
csigafogyasztással kapcsolatos feljegyzéseket, de a nyersanyag az egyszerű  
gazdasszonyok körében sem számított kuriózumnak.)





DEBRECENI EGYETEM

# KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!

TÁMOP-4.1.1.C-12/1/KONV-2012-0014  
Élelmiszerbiztonság és gasztronómia vonatkozású  
egyetemi együttműködés, DE-SZTE-EKF-NYME

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG  
KORMÁNYA

Európai Unió  
Európai Szociális  
Alap



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE