



DEBRECENI EGYETEM

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK. GASZTRONÓMIAI HAGYOMÁNYAINK NÉHÁNY 19. SZÁZADI SZAKÁCSKÖNYV ALAPJÁN

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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Kutatási feladat:

- A hazai gasztronómia előzményeinek, a jelennel való kulturális összefüggéseinek feltárása.
- A „nemzeti”, „magyar”, „polgári” és a „népi” konyha jelentései; az étkezéshez és a fogyasztáshoz kötődő kulturális értékek történeti változásának bemutatása



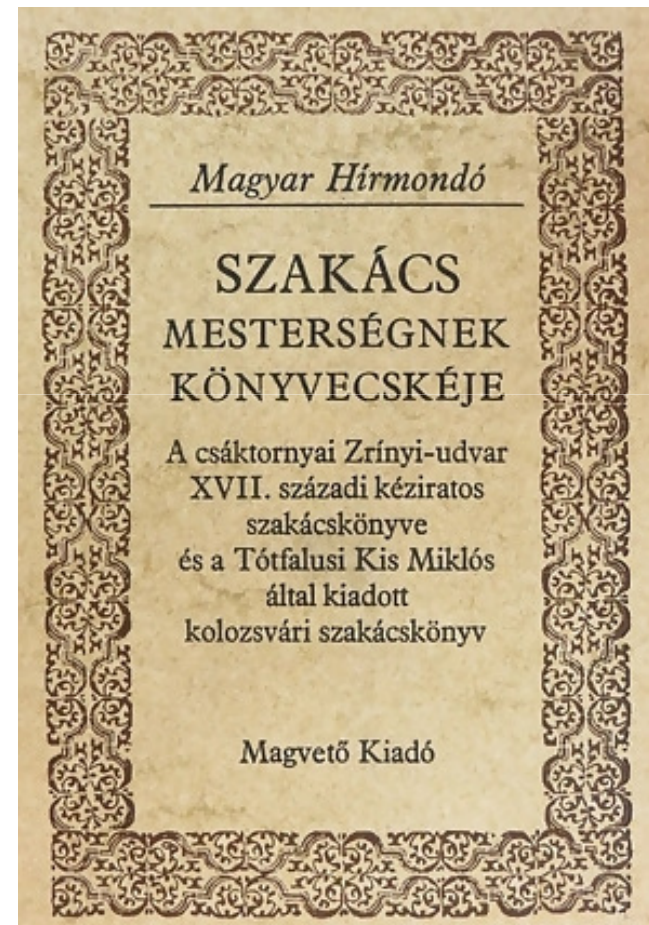
# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Felhasznált „források” – régi szakácskönyvek:

- Szakácsmesterségnek könyvecskéje. 1698. (A Misztótfalusi-szakácskönyv)
- Németh Zsuzsána: Magyar szakácskönyv. 1835.
- Zilahy Ágnes: Valódi magyar szakácskönyv. 1891.
- Gundel Károly: Kis magyar szakácskönyve. 1937.
- Vízvári Mariska szakácskönyve. 1944.
- Horváth Ilona szakácskönyve. 1955.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

- Az első nyomtatott magyar nyelvű szakácskönyv.
- Kéziratos előzmények
- A titokzatos szerző?? „A szakács műve mulandó, ő maga is titkos hős.”
- Az udvari szakácsok: férfiak
- „Válogatott, cifra, jó, egészséges, hasznos, tiszta és szapora” étek
- Akár több száz éves receptek
- Üzleti siker, a 19. század elejéig tíz kiadás
- A későbbi szakácskönyvek kedvelt forrása



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

- Fényes és fejedelmi udvarok
- Nagy konyhák
- Becsületes közrendek

„Ez az én könyvecském nem siet az udvarokban való nagy konyhákhöz, ahol a szakácsok csak maguktól is jóízű étkeket tudnak főzni; hanem csak leginkább a becsületos közrendeknek, akik gyakorta szakács nélkül szűkölködnek, akar szolgálni; csak azokat tanítja, miképpen kellessék két vagy három tál étket készíteni (noha egyéb renden lévő embereknek szolgálatjára is kész). De mivelhogy a nagy konyhákön mindennek rendi vagyon, kit mivel főzzenek, kihez micsoda lév illik, ez a könyvecske nem vigyáz arra, hanem aki mire érkezik, együgyűképpen rendet ad az elkészítésben (holott némelyek a vagyonból is nem tudnak élni az alkalmatossággal).

Azért jámbor Olvasó, ha kedved szerint vagyon ez a könyvecske, vegyed jó néven, és légy jó egészségben!”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

- Húsevő napokra való étkek: főtt, sült és vajas étkek, plusz köretek
- Böjti eledelek: halak, főzelékfélék, gyümölcsök, saláták
- Más egynéhány étkek
- Liktáriumok (befőttek és gyümölcsízek)



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

- Burgonya, paradicsom és paprika hiánya
- Olvasztott sertészsír, pirított vöröshagyma, rántás (=magyaros konyha) hiánya
- Erős fűszerezés, édeskés íz
- Leves „feltalálása”, marhahús és a káposzta kitüntetett szerepe
- Az újkori étkezési kultúra elterjedése
- A receptek: rövid szövegek. Inkább emlékeztetők



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



Káposzta kolozsvári módon:

Végy szép sós káposztát, azt szép vékonyan aprítsd meg, azonban egy fazékba egy kövér tyúkot vagy pediglen egy fél ludat kövér szalonnával forrald fel, párold meg, és a káposztával tedd fel, borsot beléje, azaz egy réteget elrakván borsold meg, más réteget hasonlóképpen, és jól főzd meg; bort is tégy belé amennyi elég, hogy jobb ízű legyen, és mikor feltálad, borsold meg.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



Tehénhús-lév: „Egy darab fehér kenyérbelet megreszelvén egy vagy két tojással verd össze a levéhez képest, ezeket jól megtörvén a forró tehénhús-lével ereszd fel, hogy össze ne menjen, és a főtt húst rakd tálba, a levét öntsd rá, tálald fel; ha meg akarod borsolni, tégy ízlésed szerint.”

Magyar lév: „A tyúkot megtisztogatván egészen tedd fel, forrald fel, párold meg, annakutána spékeld meg, egész szegfűvel szép aprón hasogatott fahajjal, megint tedd fel a fazékba, a maga levét szűrd reá, hasogatott petrezselyemgyökeret melléje, egész borsot, főzd meg jól, mikor megfő, bors, gyömbér; csak úgy egészen tálald fel egynéhány kenyérszeletecskére, a megfőtt petrezselymet szépen felül rakd reá, és vidd az asztalra.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

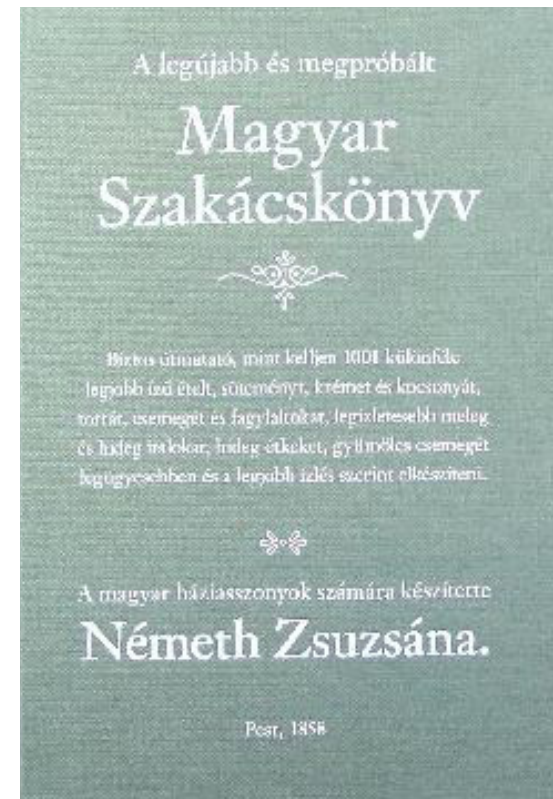
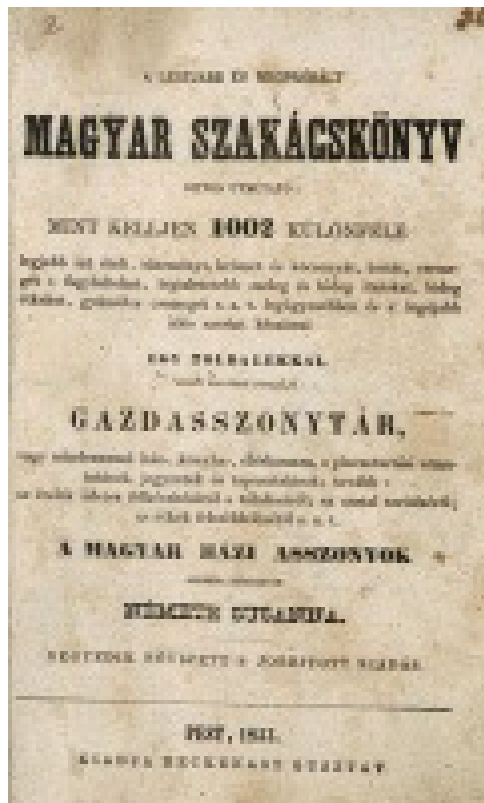


Szilvás béles:

„Törd meg a szilvát, azonban a magvát kihányván vagdald meg szép aprón, abba bors, gyömbér, szegfű: csinálj tésztát mint a laskának, terítsd el kerekdeden, mint a tenyered, a szilvát rakd felül, más tésztával fedd bé, és fond bé körül, hogy ki ne bomoljék, akár cifrázd meg, és mártsd kadocba, azaz liszt és tojás keverékéből készült tésztába, csinálj egynéhányat ilyent, vajban rántsd meg, és tálald fel.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Magyar Szakácskönyv 1835.

- Legújabb és „megpróbált” receptek
- Komplexitás, mindennemű ház-, konyha-, éléskamra- és pincetartási útmutatók
- Gazdasszonytár
- 1898: 12. kiadás
- A reformkori ideális gazdasszony, valamint a „magyar” konyha megteremtése



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Szakácskönyv-szerkezet megalkotása

- ❖ Hús-levesek
- ❖ Böjtös és hamis levesek
- ❖ Leves után való előételek
- ❖ Tojás-étek
- ❖ Marhahús-ételek és mártások
- ❖ Zöld és száraz főzelékek
- ❖ Borjúhúsok
- ❖ Sertéshúsok
- ❖ Vadhús
- ❖ Halak
- ❖ Saláták
- ❖ Tésztás ételek
- ❖ Élesztős sütemények
- ❖ Crémek és kocsonyák
- ❖ Torták és csemegék



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



„A teknősbéka vérét elteszik, a békát pedig magát sós vízben addig főzik, míg a tekenőjét lehámozni lehet, ezután a külső bőrét lehúzzák, és darabokra vagdalják. Ezután barna rántást készítenek, egy vereshagymát megszurdalnak szekfűvel, lével feleresztk, citromszeleteket, levet és borsot adnak hozzá, utoljára a békát vérével együtt belevetik és felforralván feladják.”



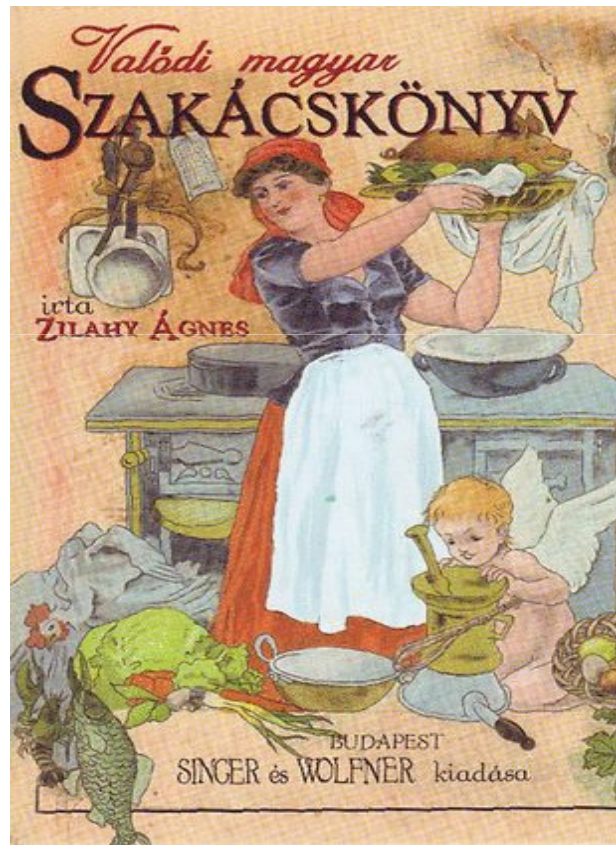
# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Gazdasszonytár:

- Az ételek tálalása
- Az asztal terítése
- Az ételek fölszeldelése
- A sertések ölése és felfüstölése
- Mindenféle halak felfüstölése
- „Jó mód” ludakat hizlalni
- Avas irósvajat megjavítani
- Mézet higítani
- Megkozmásodott tejes ételnek rossz szagát elvenni
- Büdös zsírt megjavítani



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Zilahy Ágnes (1848–??)

- Apja ügyvéd, (de „földbirtokos családból származom”)
- Két válás után nyilvános étkezőt nyit Nagybányán (volt katonatisztné, az ország minden vidékén jár)
- „Egészen magyar vagyok, ízlésre, szokásokra, és minthogy Erdélyben születtem, főzési modorom túlnyomóan erdélyies.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

„Mióta ennek a szakácskönyvnek az első kiadása megjelent, sok jó emberem és asszonyom kérdőre vont: ugyan miért nem vettem be könyvembe néhány jeles angol, francia vagy német szakácskönyvből is a nekem tetsző jelesebb különlegességek leírását.

Ugy jóakaróimnak valamint az érdeklődő tisztelt közönségnek ime így feleltem:

Semmit sem szeretek a mi nem eredeti; semmi sem lelkesít a mi nem hazai. Az egyszerűség és egyenes igazság volt örökké ideálom.

Nem vezettem főuri házat soha, nem vágytam a más fényénél sütkérezni semmi esetben.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Van már tuczat számra olyan szakács-könyv, melyet nem lehet megérteni, vagy pedig nagyszabása drága összetételei miatt, utasításait sok-sok családnak lehetetlen követni. Ebben a második kiadásban is, - habár különösen a "különlegességek" czime alatt, sokkal bővebb az elsónél, - bizonyára van még hiány is és ha e hiányokra reá mutatnak, nem veszem rossz néven. S ha valaha abban a szerencsés helyzetben lehetnék, hogy még egy harmadik kiadást rendezhetnék sajtó alá, legszivesebben helyre pótolnám a tudtomon kívül ejtett hiányokat, mert hibák nem hiszem, hogy lennének benne."

Még csak azt az egygyet jegyzem meg, hogy e könyvnek ugy hiányai, mint érdemei kizárólag tőlem eredtek, mert fordítás, vagy előttem ismeretlen dolgok leírása nincsen e könyvemben. Magyar e könyv az ételeiben és szellemében egyiránt s mint ilyen mű iránt kérem a tisztelt közönség nagybecsú pártfogását." (Második kiadás 1892.)



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Fogalom- és társadalomtörténet:

- Változatos élettapasztalat és saját emlékezet
- Egyszerű, középosztályi háztartásoknak illő ételek, de
- Vagyonnal bíró, nagyobb mérvű háztartást vezető nőknek és
- A legszegényebb családoknak és
- A hivatali teljesítő nőknek (kik egyszerű cselédek gondjaira kénytelek háztartásukat bízni)
- Egészen részletező, szemléletes, csevegő nyelv („nyelvi fordulat”)



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Levesek – közönséges húsleves:

„Vegyünk egy kiló marhahust, felsárt vagy hátszint. (Ezekből tisztább a leves.)  
Tegyünk egy hibátlan mázzal ellátott vasfazékba 5 liter vizet. Ha jó forró, akkor tegyük a megmosott húst, félmarék sóval a vízbe. Hol a gyakorlat még kevés a főzéshez, minden személyre egy fél kávéskanál sót kell számítani. Öt liter vízből lesz 8-10 személynek való leves. Ha 4 liternyire főzzük le, főzés közben töltögetni kell, mert a hús igen sok főzést kíván, a víz pedig elpárolog. A legkeményebb hús is megfő 2 és fél óra alatt, ha mindég forrhat. Gyöngébb hús másfél óra alatt is elkészül. Ha már egy óráig főtt a hús, tegyük hozzá: két középnagyágu sárgarépát, két petrezselyem gyökeret, fél zellert, egy egész vereshagymát, fél karalábét, két cikk fokhagymát és tíz szem borsót; mindezt jól megtisztítva és mosva. Ezekkel is addig kell főzni a levest, a míg leszűrhetjük.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Ha sertés vagy borju pecsenyénk van délre, az abból ki szedett nyers csontokat is rakjuk a levesbe. Minél többféle friss husfajta van, a leves annál jobb. Közbe habszedő (lyukas) kanállal le-le habozzuk. Ha készen van, sűrű drótszítán egy tálba átszűrjük és néhány perczig otthagyjuk, hogy teljesen leülepedjék. Így arany tiszta levest nyerünk. Aztán gondosan be kell a levest a tálból a fazékba tölteni s egy kis késhegynyi lisztfinomra törött sáfránt kell beletenni: ekkor újra forraljuk fel és tegyük belé, izlésünk és módunk szerint, a levesbe való dolgokból.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Erdély:

- Székely-béles
- Málé-lepény
- Dalauzi (erdélyi örmény csemege)
- Puliczka

„Három literes fazékba tegyünk két liter vizet forni láng-tüze. Ha erősen buzog a víz, vessünk bele egy kávéskanál sót, kézbe fogott nagyocska fakanállal, e közben a vizet folytonosan kavarni kell és a bal kézzel ugyancsak folytonosan s nem egyszerre kell eresztgetni a vízbe másfél liternyi málé-lisztet. Fél órai szakadatlan főzés és kavarási után készen van a puliszka. Ha a puliszkát valaki tejjel akarja asztalra adni, akkor ügyelni kell, hogy ne legyen igen kemény; azt már főzés közben meg lehet itélni; mert, ha igen kemény lenne, kavarni sem lehet jól.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Turóval készítve lehet keményebben is főzni. (A székely földön általában nagyon keményre szeretik főzni a puliczkát.) A teljes puliszkához, kanalanként kell kirakni a forró puliszkát; vízbe mártott bádóg kanállal, citrom alaku gombócokat lehet belőle formálni. Koszoruba kell rakni és nagy kerek tálban kell asztalra adni. Egy porcellán kannába hideg forralatlan tejsűrüt kell feladni hozzá. A turós puliszkát a következő módon kell 99 készíteni: Egy lábasba tegyünk pár kanálnyi olvasztott zsirt, vagy vajat, azután öt kanálnyi puliszkát el kell a lábas fenekén lapítani és jó bőven juh-turót kell reá tenni. Ismételten meg kell zsirozni, s fölibe megint puliszkát kell rakni; egészen addig kell ezt ismételni, míg a lábas tele lesz. Ekkor tegyük be pirulni forró sütőbe fél órára. Mikor a külső része meg pirult, vegyük ki és borítsuk ki kerek tálba, úgy adjuk asztalra.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

**Beccináltak:**

## **A debreczeni mazsolás csirke**

„Debreczenbe nem történhet civislakodalom a mazsolás csirke nélkül; e gazdag, pikáns ízű étel egészen debreczeni és évszázadok óta hagyományosan lakodalmi eledel. Nagy mennyiségbe szokták ott ezt a csirkét készíteni; de természetesen kis háztartásban készíthetjük egy-két csirkéből is. Egy nagy kinőtt csirkét megtisztítva, fel kell vagdalni apró darabokra és fazékba két liter vízben kevés sóval tűzhöz kell tenni, hogy főjjön, azután egy kis uj cserép edénybe tegyünk egy egész citromot hajával együtt karikákba felvágva. E citromra öntsünk két deczi borecetet, két deczi vizet és főzzük meg a citromot jól ebben az ecetes vízben. A citrommal és csirkével, egy idejüleg tegyük még főni egy harmadik kis edénybe 12 deka megmosott mazsolát, 12 deka cukorral, jó borban. Ha a

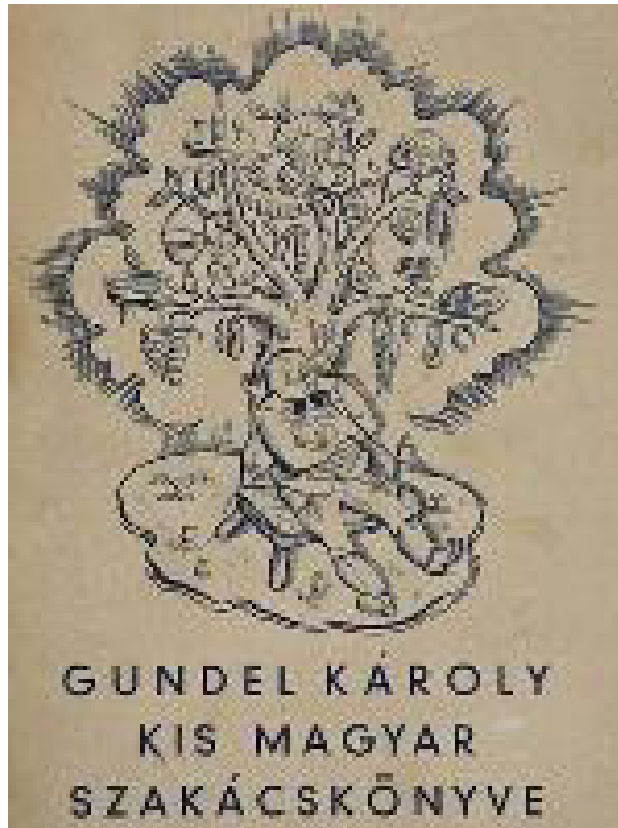


# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Ha a csirke a citrom és a mazsola megfőtt, öntsük a csirkére a levével együtt; a citromot leve nélkül; csak a citromszeleteket tegyük a csirkéhez. Készítsünk e csirkéhez egy nagy fakanál zsirból és egy nagy fakanál lisztből jó zsíros piros rántást; kevés hideg vizet öntsünk a rántásba s úgy fordítsuk a csirkére; a rántással együtt forraljuk fel vagy három percig. Tálalás előtt meg kell kóstolni s ha nem elég jó az ize, kell még hozzá egy kevés bort és kevés cukrot tenni. Ezt a debreczeni lakodalmak alkalmával első ételnek szokták tálalni.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Gundel Károly (1883–1956)

- Budapesti Kereskedelmi Akadémia, (Svájc, Németország, Anglia, Franciaország)
- 1910: Wampetics-, majd Gundel-vendéglő, Royal- és a Gellért Szálló éttermeinek a bérlete
- Történelmi Magyarország ételspecialitásai
- „A vendéglátás mestersége”, „A magyar konyha fejlődése”
- Hungarikum, a magyar konyha nemzetközi reprezentációja
- A magyar és a nemzetközi konyha ötvözete



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## A magyar konyha „mesterfogásai”

- Magyar zsír (étolaj)
- Különleges, édes-nemes, csemege fűszerpaprika, zöldpaprika (ételízesítők kerülése)
- Hagymapirítás négy fokozata, „pörkíz”
- Magyar paradicsom
- Tejfel gyakori alkalmazása
- Rántás, nem túl forró zsiradékban lepirított liszt



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Az innovációk szintjei

- Gundel tokány
- Fogas Gundel módra
- Borjúborda Gundel módra
- Gundel saláta
- Gellért, Lipót
- Gundel palacsinta (plágium)



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



„Előző napon áztassuk rumba a mazsolát és a hajszálvékony csíkokra vágott cukrozott narancshéjat. Másnap a töltelékhez megdaráljuk a diót. A tejszínt felforraljuk, hozzáteesszük a diót, cukrot, leheletnyi fahéjat, a leszűrt mazsolát és narancshéjat, és 1–2 percig főzzük, míg kenhető pépet kapunk. Ha kissé lehűlt, elkeverjük benne a rum felét. Tizenkét palacsintát sütünk, a töltelékeket egy-egy csíkban rárendezzük, felcsavarjuk, meleg helyen tartjuk.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

A mártáshoz a tejet a cukorral és vaníliával felforraljuk, közben a csokoládét egy kis edényben, a sütőben felolvasztjuk, a tejszínből kemény habot verünk. Ezután előbb a tojássárgákat a cukorral, majd a kakaóporral, kevés liszttel, hideg tejjel habverővel simára, habosra keverjük. Hozzávegyítjük a csokoládét, majd vékony sugárban, habverővel végzett gyors keverés mellett fokozatosan adagoljuk hozzá a forró tejet, mérsékelt tűzön forrpontig hevítjük, de felforralni nem szabad. A tűzről levéve, a mártást egy ideig még kevergetjük, majd fokozatosan a tejszínhabhoz keverjük, végül hozzáadjuk a rum másik felét. A megtöltött palacsinták mindkét oldalát egy serpenyőben, vajban ropogósra pirítjuk, és tűzálló, előmelegített tálra tesszük. A forró mártást csak az utolsó pillanatban öntjük rá.”



## Gundel tokány

„Felcsíkozzuk a bélszínt és a libamájat. A lábasba sertészsírt és apróra vágott hagymát pirítunk rajta. Összevágunk 4-5 fej gombát apróra és jól lepirítjuk a hagymával. Sózzuk. Félúton borsot, majorannát és petrezselymet adunk hozzá.

Gyorsforralóban vizet forralunk. Zöldbabot összevágunk és a vízbe dobjuk. Sózzuk, kis cukrot adunk hozzá. Felszeljük a spárgát is, majd a babhoz adjuk. A végén zöldborsót teszünk a vízbe. Ha megpuhult, kiszedjük a vízből.

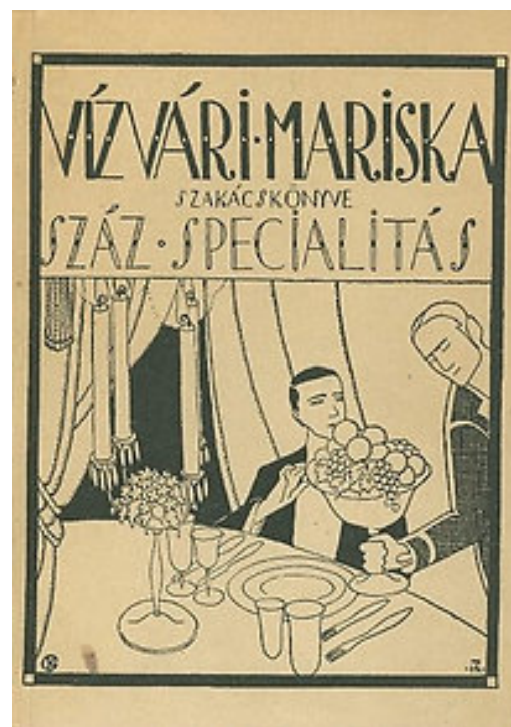
Disznósíron finomra vágott hagymát pirítunk, majd rádobjuk a bélszíncsíkokat, amiket előtte megborsoztunk. Ha alaposan lepirult sózzuk, majorannát adunk hozzá. Ha megpuhult a hús, hozzáadjuk a libamájat és a gombát, majd kb. 2 dl vörösborral dúsítjuk. Kicsit összeforraljuk, majd a zöldségeket is hozzáadjuk.

3 db tojást keverőtálba ütünk, sózzuk. Kevés olvasztott vaját és tejszínt adunk hozzá, ezeket habosra keverjük. Vízgőz fölé rakjuk és folyamatosan kevergetjük, amíg habkönnyűvé nem válik.

Köretként rizst vagy szalmaburgonyát tálaljunk.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## Vízvári Mariska (1877–1954)

- Színészdinasztia (nagyapa: Szigeti József)
- Színművészeti Akadémia
- Nemzeti (1896-), Belvárosi, Pesti, Víg, Madách Színház
- Sardou (Odette), Moliere (Dandin György), Ibsen (Solness építőmester), Tolsztoj (Anna Karenina), Csehov (Ványa bácsi)



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

„Milyen legyen a jó gazdasszony? - kérdezik tőlem. Nehéz kérdés ez nagyon; erről bajos disszertációt írni. Ez csak úgy "jön". Már akinek. Akinek viszont nem "jön", annak hiába magyarázzák! Aki jó gazdasszonynak születik, az éppen úgy van a háztartás vezetésével, mint a pacsirta az énekléssel. Tudja, anélkül hogy tanulná. Aki pedig nem született rá, azt éppen olyan hiábavaló tanítani erre, mint a ludat a trillázásra. És ne nevéssenek ki a hasonlatér! Mert a jó gazdasszonynak igenis olyannak kell lenni, mint a pacsirtának. Koránkelőnek, frissnek, ébernek és mindenekfelett vidámnak, zengő, dalos szavúnak. Lehet elképzelni valami szörnyűbbet, senyvesztőbbet, elsavanyítóbbat, mint azt az asszonyt, aki mindig panaszkodik? Hol a drágaságra, hol a sok munkára, hol a sok gondjára, hol az egészségére, amit a háztartás tönkretesz! Egy-egy nap végén úgy érzi a család, hogy őt ette meg vacsorára - ami bizony megfekszi a bbízlésű emberek gyomrát.



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

És a legfőbb átok: a "pedáns" háziasszony! Juj! Aki nem engedi, hogy a padlóra lépjenek, hanem úgy kell egyik szőnyegről a másikra ugrálni, mint a békának, aki elsápad, ha valaki közelről néz ki egy ablakon, mert a lehellete meglátszik az üvegen, aki magába roskadtan, mint Niobé, néz az abroszra ejtett foltra! Hát nem szörnyű dolog ez kérem? Hát jó gazdasszonyok ezek? Akik megutáltatják az emberrel az otthont, az ételt, az italt, a rendet, a tisztaságot, a takarékoságot, és mindazokat az erényeket, amikkel egy jó gazdasszonynak bírni kell?

Tessék elhinni, a háztartásban éppúgy, mint a színpadon, nagyon fontos, hogy sértetlenül megőrizzük az illúziót!”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

- A jó étel készítése – színészi játék
- A vidéki „úri” élet, a társaság és az étkezés nosztalgiája
- Korhangulat, a magyar konyha népszerűsítése
- A legegyszerűbb konyhai tanácsok és az olvasás esztétikai élménye
- „Vegyünk másfélkilós szép vesepecsenyét, megsózzuk, megborsozzuk, füstölt szalonnával megspékeljük, forró zsírban aranybarnára pirítjuk... elfogyasztása után pedig mehetünk egyenesen Karlsbadba” ( Vízvári Piroska: Magyar Rádió)



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

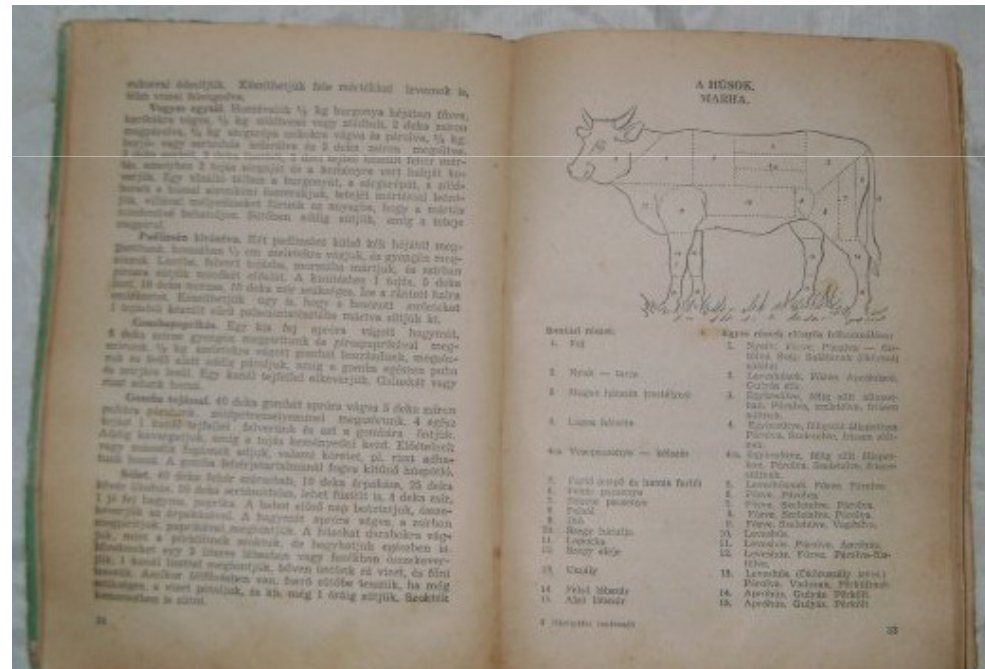
„A városi közönség szemében megtettesítője volt a vidéki kúriák erélyes, de aranyzívú nagyasszonyának, a vidékiek pedig nosztalgiával idézték fel egy-egy szerepe láttán a régi dáridókat, a cigányzenés 'úri murikat', amikor még megvolt a kiskastély vagy kúria, s mögötte – bár adóssággal terhelten – a régi birtok, a hátszló, a hintó és a parádés kocsis.”

Habos almás szelet:

„10 deka vaját, 25 deka lisztet, 2 tojássárgáját, 10 deka cukrot, egy kávéskanál citromlevet jól összegyúrok, és tepsiben világosra sütöm. Megkenem lekvárral, megszórom párolt, vékony almászeletekkel, erre 3 ujjnyi vastag cukrozott tojáshabot teszek, még egy negyedórát sütöm, azután melegen felvágom és tálalom.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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

# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

Horváth Ilona, a titokzatos szerző

- 1906 Brassó – ?

- 1955., majd számtalan kiadás

F. Nagy Angéla:

„Horváth Ilonának volt egy kicsi, régi sza-kácskönyve, és felkérték, hogy dolgozza át, modernizálja, bővítse ki négyszeresé-re. Mire ő azt mondta, hogy beteg, öreg, erre már nem vállalkozik. A baráti társaságból ismertem azt a szerkesztőt, aki aztán megkérdezte Ilonkát, belemegy-e abba, hogy valaki más dolgozza át a könyvét. Ilonka beleegyezett. Egy tál friss po-gácsával fogadott minket, édes, idős néni volt, aláírta a szerződést, és két hét múlva meghalt. Én még kaptam két példányt a könyvéből, és azt mondták, hogy azt csi-nálok vele, amit akarok. 1955-ben jelent meg az első kiadás: gyakorlatilag ez az első nagy könyvem. Több mint kétmillió példányban kelt el, ami elképesztő szám. A hétköznapi magyar konyhát csináltam meg benne.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

- A női szerepek újraalkotása az 1950-es években
- Szocializmus és a gasztronómia

„Manapság már ritka az olyan asszony, aki egész életét csak a háztartásnak szenteli. Sokkal gyakoribb az olyan, aki „második műszakban”, a napi munka után végzi el az otthoni teendőket. Fontos tehát, hogy tisztában legyünk a háztartás minden csínjával-bínjával, ismerjük azokat a fogásokat, ötleteket, melyek segítségével lerövidíthetjük ezt a munkát, anélkül, hogy az a minőség rovására menne. Korunk egyik legdivatosabb szakmája a munkaszervezés. Nagy gyárak, üzemek, gazdaságok előzetesen felméri az igényeket, a lehetőségeket, hogy a lehető legkisebb anyagi és munkaráfordítással a kínálkozó legnagyobb eredményt éri el. Ugyanezt kell tennünk kicsiben is: először ismerjük meg szervezetünk szükségleteit, lehetőségeinket, és ehhez igazítsuk mindennapi életünk ritmusát, napi étkezéseink tartalmát, formáját. Ismerkedjünk meg az ételkészítés kisebb-nagyobb fogásaival, gyakoroljuk, hogy saját tapasztalatból is elmondhassuk: nem ördögös mesterség a főzés tudománya.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## A tudományos táplálkozás és a szocializmus építése

- Testünk motor – táplálkozásunk az üzemanyag
- Tápanyag- és kalóriaszükséglet (munkások, parasztok)
- Szénhidrátok, fehérjék és zsiradékok
- Ásványi anyagok és vitaminok
- A korszerű (célszerű) konyha berendezése
- A háztartás- és az üzemszervezés analógiái



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK

## **Tömör, pontos nyelv – A szocialista szociabilitás két kultuszétele:**

### Paradicsomos káposzta

„Hozzávalók: 1 kg édes káposzta, 3 evőkanál olaj vagy 5 dkg zsír, 5 dkg liszt, 1 kg friss, vagy 2—3 dl konzerv paradicsom, hagyma, 4 dkg cukor, 1 /2 dkg só. A káposztát ujjnyi szeletekre vágva, apróra vágott hagymával, forró sós vízbe feltéve, puhára főzzük. Sötét zsemleszínű rántást készítünk, a paradicsommal felengedjük, ezt a káposztára öntjük, ezzel is még 10 percig főzzük, és a cukorral ízesítjük. Bármilyen feltéttel tálalhatjuk.

### „A jó burgonyás tészta készítése

Hozzávalók: 1 kg burgonya, kb. 20—30 dkg liszt (attól függ, mennyire lisztes a burgonya), egy jó kanál búzadara, 2 evő- kanál olaj vagy 3 dkg zsír, 1 tojás, só. A héjában megfőtt és áttört burgonyát elvegyítjük a zsiradékkal, liszttel, darával, megsózzuk és egy tojással összegyúrjuk. Pihentetés nélkül dolgozzuk ki. Többféle készítményhez használható.”



# NÉP, NEMZET ÉS GYOMORNEDVEK



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



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