



DEBRECENI EGYETEM



SZÉCHENYI TERV

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

BIHARI NAGY ÉVA

Ízek és értékek.
*Hungarikumok a változó gasztronómia
tükrében – módszertan.*

Módszertani tanulmány

Debrecen
2013



Az életmódkutatásnak vannak olyan részterületei, amelyek a 21. század elején egyre nagyobb figyelmet kapnak. Ezek közé sorolhatjuk a táplálkozástudományt is. Az eddigi kutatásokra jellemző, hogy az a módszertani beállítottság jellemezte, amely szinte az kizárólag az ételek számbavételére, az elkészítésükhöz használatos eszközrendszer feltérképezésére helyezte a hangsúlyt és összpontosított. Gyakori alkalmazás még, hogy az előbb felsoroltak kiegészülnek az ételek receptszerű leírásával. Az újabb kutatások előtérbe helyezik a táplálkozás közösségi, társadalomlélektani, kultúrszociológiai, antropológiai, szemiotikai szemléletmódot. A táplálkozástudomány leíró jellege nem tárja fel azt a tényt, hogy az életmódváltozás leginkább a lakosság táplálkozási szokásait érinti. Ez a változás a táplálkozási rendszer (gasztronómia) egészére kihat. Milyen hosszú lehet az emlékezet láncolata, amely folytonosnak mondhatunk a receptek alapján? Egy-egy recept, táplálkozással kapcsolatos írott szöveg rávilágít-e a történelem személyességére, azaz a múlt emlékei a megélt történelem a személyes emlékezet, az intimitásban öröklődnek nemzedékről, nemzedékre. A származási láncolat ápolásában milyen helyet foglal el a gasztronómia, a táplálkozási kultúra írott anyagai?

A táplálkozástudomány hamar felismerték azt a tényt, hogy a táplálkozás több mint egy biológiai szükséglet, üzenet, emlékezet és jelrendszer is egyben.

„Emlékezet a nem-örökletes információk szerveződésének rendszere, amely egyszerre tanúskodik az életmódról, életritmusról, szellemi és anyagi, társadalmi, műveltségi színtről, tájegység specifikus jegyeiről, étkezési szokásokról, valamint hi-delemrendszeréről.”¹

A táplálkozástudomány nem nélkülözheti az alapos vizsgálatot az emberi lét és a táplálkozás közötti szerteágazó viszonyt. Napjainkra minden korábbinál összetettebb képet mutat a magyar táplálkozástudomány. Lehetetlen megmondani, hogy a változás folyamatában mi fog állandósulni, megmaradni és mi fog átalakulni, vagy kiesni. A hungarikumok kutatása során különös tekintettel kell kitérni az alapanyagok vagy a félkész termékek beszerzésére, a mindennapi, az ünnepi (szertartásos, rituális) étkezések rendjére. Az 1990-es évektől különösen fontos hogy a gasztronómiai szokásokat (alapanyagtól a tényleges étkezésig) széles spektrumban vizsgáljuk. Az elkészítési módok változatossága és az ebből eredő rendkívül széles kombinációs lehetőség a legkülönbözőbb ételeket hívja életre újabb és újabb elnevezésekkel. A különféle (akár ugyanannak az ételnek) módon elkészí-

¹ Vö.: Kovács 1982: 860.



tett táplálék fogyasztása is újabb és újabb elfogyasztási szokásokat hív életre. A társadalmi jellemzők összetettsége valamint táplálkozáskultúra gyors változása, a termékek sokfélesége, a törekvések, a célok mind hatással vannak egymásra.

A táplálkozáskutatók a néprajzi kutatási módszereket használva a fentebb említett szempontokat figyelembe véve (mint a gasztronómiát az általános kultúra szerves részeként közelítve meg) egy-egy kisebb tájegység látens táplálkozási rendszerét is felszínre hozhatja a nyilvánvaló, észrevehető gasztronómia mellett.

Az étkezések első színtere, és természetes kerete maga a család, amely egyben a táplálkozási kultúra átörökítője.² A táplálkozáskultúra és az abban megjelenő hungarikumok kutatása egy sajátos rendszerszemlélet kíván, melyben egyértelműen láthatóvá válik, hogy a gasztronómiai³ (táplálkozási kultúra) előírások és tilalmak, lehetőségek és kötöttségek újratermelődő, és változó rendszere. Egy kutatónak éppen úgy meg kell vizsgálnia azokat a tényezőket, melyek egy-egy jellegzetes vagy hétköznapi étkezési szokásrendszert alakítanak ki, és ugyanúgy tisztában kell lenni azokkal az összetevőkkel, amelyek a szokás kialakulását gátolják, ellenzik és akadályozzák.⁴ Az eddigi kutatás egy-es étkezési szokásokkal kapcsolatban az asztalra kerülés szerepét és igényét vizsgálta egy-egy jól körülhatárolható csoport vagy régióhatárral. Az írott források (szakácskönyvek, receptek), helyszíni gyűjtések anyagait statisztikai adatokkal célszerű kiegészíteni (KSH élelmiszer fogyasztás stb.)

A legtöbb bihari faluban az 1980-as évektől rohamosan megfigyelhető, hogy a vidéki lakosok a közvetlen termelőből sok tekintetben fogyasztóvá váltak. A mindennapi életben számos olyan kellék, termék tűnik fel, amelyeknek már nem termelői a falusi lakosság, hanem fogyasztói. Az 1970-es években még megfigyelhető a kettősség: a saját megtermelt alapanyagot fogyasztják (tej, saját nevelt állat húsból előállított étel – kolbász, szalámi stb.), de már tetten érhető a boltban kapható tej- és hústermékek előrecsomagolt áruk, konzervek, konzervkészítmények terjedése.⁵ Ez természetesen maga után vonja a gasztronómia szerkezeti változását. Nagyon kevés bihari településre lehet azt mondani, hogy a táplálkozási rendszere érintetlen, hagyományos, teljesen zárt és konzervatív maradt.

² Lásd még Kovács 1982.

³ A gasztronómia megfogalmazása: ínyencség, az ételek-italok kifinomult élvezése, az étkezés művészete. A szakácsművészet, tágabb értelemben a terítés, felszolgálás művészete, az étkezés kultúrája is. (Idegen szavak szótára 1978: 291). A tanulmányban a táplálkozási kultúra egészét (a nyersanyagtól az elkészítési technikán, módon át egészen az előállított étel elfogyasztásának hogyanjáig és módjáig) értem a gasztronómia alatt.

⁴ Kovács 1982.

⁵ Bővebben lásd Bihari Nagy 2004: 42–54.



A fiatalok már nem veszik át változatlanul az előző nemzedékek élettapasztalatait és ízlésvilágát.⁶

Egyre több településen, szinte minden generációra jellemző az újító hajlam, amely kibillentí a megszokott életmódot, elmozdítja az értékszint állandóságát. Ezek az elmozdulások településenként változóak függ a tárgyi és személyi feltételektől. Az eddigi kutatások arra engednek következtetni, hogy a

„váratlan természeti csapások, az élelmiszeripar, az infrastruktúra viszonylagos fejletlensége, a tömegellátás rugalmatlansága, a jövedelem- és árviszonyok egyensúlyának megbomlása rendszerint a zárttság a hagyományörzés felerősödésének irányába hatnak”.⁷

Az 1960–1970-es években a bihari falvak táplálkozási kultúrájára az átmenet volt a jellemző. Az 1980-as évekre a személyi tényezők önállósodása (nagyobb, szélesebb ismeret, erősödő civilizációs hatások) az elfogyasztható élelmiszerek kiválasztásában, azok elkészítésében egyre dominánsabb. A változást felgyorsította az ételek elkészítési technikájának módosulása (új eszközök megjelenése: gáz, vízvezeték, elektromos eszközök stb.) az új technikai eszközök új ételkészítési technológiát vontak maguk után.⁸ Az így elkészített étel befolyással volt az étkezés rendjére, módjára és alkalmaira. A bihari településeken nem egységesen ment végbe a változás és a változások nem mindig érintették a gasztronómia egészét. Az új nyersanyagok, az új technikai eljárások, új eszközökre vonatkozó ismeretek leggyakrabban a meglévő „népi tudásrendszerbe” épültek be.⁹

A bihari térség egy mikrokörnyezetét (4 település – Berekböszörmény, Biharkeresztes, Ártánd, Körösszegapáti) véve mintául az alábbi változások lehetőségeit lehetett megfigyelni.

- Új nyersanyagok megjelenése: Az ételeket még a régi módon a már ismert technikával állítják elő. (Például: hurkatöltésre kukoricakását használtak, azóta helyét a rizs váltotta fel; vagy mindennapi étkezésre a tésztafélék elkészítéséhez árpaliszt használtak a jellemző (a fehér finom búzalisztből csak az ünnepi kalácsba került), majd minden tésztaféle alapanyaga a fehér finom búzaliszt)¹⁰
- Új technikai eljárások alkalmazása: Abban az esetben, amikor a nyersanyag választékában nem történik változás és az új technika a megszokott nyersanyagban az ízek megtartásával alkalmazható. (Legismertebb példa

⁶ A térségben bekövetkezett változásokról bővebben még Bihari Nagy 2003b: 23–27.

⁷ Hasonló eredményekre utal Knézy 1968; Kovács 1982; Viga 2004.

⁸ Lásd még Bihari Nagy 2004: 42–54; Batári Zsuzsa szakdolgozat DENIA 3383

⁹ Vö: Kisbán 1963: 189–201.

¹⁰ Saját gyűjtés 2003. (Nagy Gézáné szíves közlése)



az 1960-as évekig kenyérdagasztáshoz használt *morzsóka*,¹¹ amit a megjelenő gyári élesztő nagyon hamar kiszorított.¹² Másik látványos példa a hűtőszekrény és a fagyasztószekrények, -ládák terjedése, amely a disznóvágásokhoz kapcsolódó technikákat, vágási módokat befolyásolta.¹³

- Új nyersanyagokból új technikai eljárásokkal készült ételek. A leglátványosabb példákat az ünnepkörökhöz kapcsolódó étkezési szokásoknál lehet tetten érni. (Változatos – tájra, régióra nem jellemző – torták, sütemények készítése, valamint a félkész (csomagolt, mirelit) áruból házilag előállított ételek.

A bihari térségben (de az egész magyar nyelvterületre jellemző hogy nagyobb figyelmet fordítanak a társadalmi, gazdasági változások hatására bekövetkező életmódváltásra ezek összefüggésében a gasztronómia alakulására) egyre több kutatás foglalkozik azzal, hogy változott meg a paraszti életmód és annak milyen hatása volt táplálkozásra. A táplálkozás fejlődése és az ételek, ízek sokféle változatossága szorosan összefüggenek társadalmi hovatartozással. A hagyományos táplálkozási kultúra vizsgálata során nem hagyható figyelmen kívül az egyén helye, szerepe egy adott társadalmi közegben. „A jómódú gazdaember azt eszi, amit akar, a szegény meg ami van.”¹⁴ A táplálkozás egyfajta kulturális megnyilvánulás is, hiszen nagymértékben befolyásolja a hagyomány és a szokás is, mivel a táplálkozás és az étel az egyik leglátványosabb tényező, amely elkülönít egymástól, illetve megkülönböztet egymástól egy-egy népet, nemzetet. Az étkezés bárhol a világon közösségi megnyilatkozás és magatartás.¹⁵ Éppen ezért az étkezés rendjét közösségi szabályok alakítják és megszabják viselkedési mikéntjét, illetét.

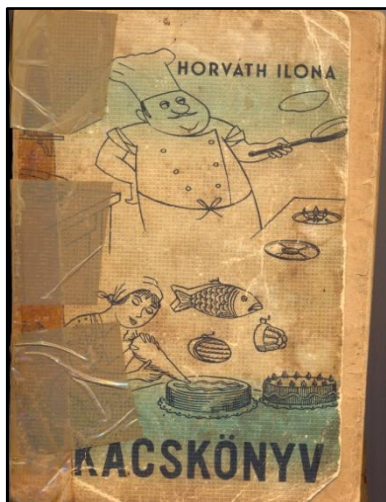
¹¹ A bihari térségben használt morzsókáról bővebben Szalacsi Rác 1976: 112–121.

¹² Az 2000-től figyelhető meg a kovász, morzsóka reneszánsza azoknál a házaknál ahol a háziasszony újra otthon kenyeret süt. Igaz kenyérsütő géppel. Saját gyűjtés 2012. (Tarczali Gyözőné szíves közlése.)

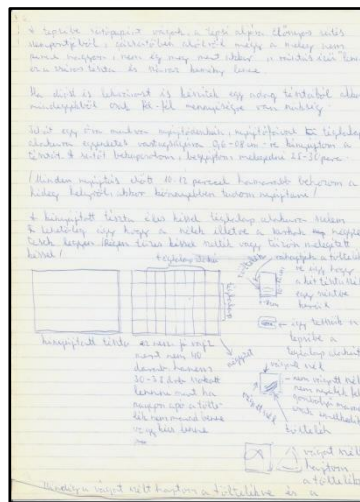
¹³ Bővebben lásd Bihari Nagy 2004: 42–54.

¹⁴ Ecsedi 1935.

¹⁵ Kisbán 1997: 417–581.



Horváth Ilona 1967-ben kiadott szakácskönyvében a 260. oldalon a hájas tészta receptje



Hajas tészta leírásából egy részlet. Berekbüszörmény 2013.

A vizsgálatot nehezíti, hogy ugyanannak az ételféleségnek többféle megjelenési formája létezik. Az étel elkészítését rengeteg tényező egybeesése alakítja: fűszerek, tűzhely, a felhasznált anyag milyensége, minősége, mennyisége és a számtalan elkészítési technológia és természetesen a tapasztalat.

A legtöbb portán lehet találni valamilyen receptkönyvet, amely kiegészítéssel továbbhagyományozódik. (Ami sok esetben már nem elég ahhoz, hogy az elkészített étel ugyanolyan ízvilággal minőségű legyen, hiszen az újabb – a 30 év-nél fiatalabb generáció nem nevelődik bele, nem sajátítja el a konyhatechnikai fortélyokat). A gazdaasszony által elkészített ételeken végzett változtatásokkal néhol tudatos, vagy véletlen hozta ízváltozás, új ételt eredményez. Ezek a változtatások előbb szóban terjednek a szomszédok között, majd ha másnak is sikeres eredményt hoztak lejegyzésre, bejegyzésre kerülnek a receptkönyvbe valamilyen új néven. Egy falu ételkínálatában változást idéz elő, ha más faluból házasság útján bekerült gazdaasszony a magával hozott újításokat, ízeket, technikákat szomszédaival megismerteti, megszeretteti és azokat környezete átveszi. Természetesen a változásoknak más forrása is létezik, hiszen a 19. századtól több népszerű szakácskönyv¹⁶ ételrecept nyomtatásban is megjelenik, amelyek a falusi értelmiségen keresztül terjedtek el. Új ételeket hoztak magukkal az idénymunkások, más vidékről idekerült cselédek, szakácsnők, szolgálók is. Ugyanakkor a helyszíni néprajzi gyűjtések rávilágítanak arra is, hogy nemcsak a horizontálisan terjedő

¹⁶ Ma pedig nyomon sem lehet követni a sok megjelenő étellel foglalkozó, vércsoport szerinti, diabetikus, természetes, mikrobán elkészíthető ételeket közvetítő könyveket

változásokra kell a kutatónak figyelni, hanem a vertikálisan terjedőkre is. A megtanult ételeket lassan-lassan egyre többen átvették, megszerették, ma pedig már nem lehet eldönteni, hogy melyek azok az ételek, amelyek így kerültek a falu táplálkozási kultúrájába.

A táplálkozási hagyományok átadása és az újdonságok átvételében legnagyobb szerepe a családnak volt. Kiemelkedő szerep jut a jeles alkalmak szakácsnőinek is, akik a sütés-főzések irányítói. Azért jelentős mert az újdonságok bemutatására ekkor kerülhetett sor.¹⁷ Egy újabb változata hogy amikor, a közösség megrendeli a főzőasszonytól a kívánt új terméket, az internetről, receptújságból kinyomtatott leírás alapján.¹⁸ Ezek a rendelt termékek új ételfélék új technikákat követeltek, melyek folyamatos tanulást is igényeltek és nagy tapasztalatot. Tájélt függetlenül megállapítható, hogy eleinte az ünnepi ételek rendjében az egyes ételfélék kivitelezésében, tálalásmódokban, ízesítésekben történtek módosítások. Az új ételek (sütemények, torták, fűszerek stb.) kipróbálása főleg a fiatalok körében volt népszerű, ők indították el az újítást.

A táplálkozáskultúra vizsgálata során – amennyiben lehet – fel kell tárni egy községben vagy az egymás közelében élő különböző népcsoportok egymásra hatását. Az 1970-es évekig a legjellemzőbb egymásra hatás általában úgy történt, hogy a szegényebb követte a módosabbat. További jellemző még hogy a községbe beköltözött vagy a munkára rendszeresen eljáró alanyok közvetítettek új ételalapanyagokat és ételféleségeket. Ezek új ízeket eredményeztek. Szintén az átadás alkalmi a közös munkaalkalmak, ünnepi sütés-főzés. Megállapítható, hogy az újdonságok átvételének közvetítői a közösségből (faluból) eljárók. Az eljárók (ingázók) lehettek fiatal munkába járó férfiak-nők, iskolás lányok.



*Interspár újságban
Mexikói rakott krumpli receptje (2014)*



Vaniliás cukroscacskón „vaniliás fánk”-recept



¹⁷ Bővebben Kiri Edit munkáit a bihari főzőasszonyokról.
¹⁸ Saját gyűjtés 2012. (Tarczali Gyözőné szíves közlése)



Az innovációban fontos szerep jut – egy közösség életében – a boltosnak, kocsmárosnak. Akiknek érdeke az új termékek megismertetése és elterjesztése. Szintén nagy szerep jut az új ételek megjelenésében az újságoknak (mindenféle nyomtatott periodikának), főzőműsoroknak, főzőcsatornáknak, főzőversenyeknek, főzőblogoknak, -honlapoknak, -linkeknek, interneten terjedő recepteknek (mindmegette.hu). Érdekes reklám és a különböző ételek terjesztésének egyik hatékony módszere (amely minden háztartásba gyorsan eljut) a különböző alapanyagok borítóján (vaníliás cukros zacskón), megjelenő receptek. Hiper- és szupermarketek, valamint egyéb élelmiszer terméket áruló boltok (Aldi, Coop, Real stb.) ingyenesen terjesztett újságjaiban megjelenő ételleírások. Ezzel óhatatlanul hozzájárulnak az új ízek elterjesztéséhez és a hagyományos, megszokott ételek, étrendek háttérbe szorításához.

A népi táplálkozás kutatása az elmúlt fél évszázadban igen intenzív volt és nagyszámú tanulmány, könyv nyújt leírást és elemzést egy-egy település, régió táplálkozási kultúrájáról. Az utóbbi egy-két évtizedben az *Ujváry Zoltán – Schwalm Edit; T. Bereczki Ibohja* által készített táplálkozási kérdőív¹⁹, útmutató különösen nagy segítséget nyújtott a téma feldolgozásához. Szakdolgozatok, disszertációk készültek a témakörből a különböző egyetemeken, főiskolákon (Szolnoki Vendéglátóipari, Jászberényi, stb.). A táplálkozáskutatók konferenciát is rendeztek a gasztronómia különböző kérdéseinek megbeszélésére, amelynek anyaga: *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században*²⁰ címmel látott napvilágot. Néprajzi szempontból jelentős történeti háttérrel ad a táplálkozáskutatáshoz, hungarikumkutatáshoz egy-egy étel történetének felkutatásához a lokális monográfiák, amelyek jelentős terjedelemben jelennek meg a gasztronómia táplálkozási szokások.²¹

A két világháború között jelent meg *Ecsedi István: A debreceni és tiszántúli magyar ember táplálkozása*²² című könyvére, amely Hajdú-Bihar megye településeinek gasztronómiai kultúrájáról is számos adatot nyújt és támpontul szolgál. Az összehasonlító szempontok miatt fontos forrásnak tekinthető *Kardos László: Őrségi táplálkozásról* szóló könyve²³, amely az interetnikus kapcsolatok szempontjából is lényeges, mert vizsgálataiba a kutatott térség etnikumait is bevonja.

Nagy táji monográfiák közül érdemes még megemlítem *Cs. Schwalm Edit* monográfiáját a palóc táplálkozásról.²⁴ Ez a munka is számos adalékot nyújt az

¹⁹ Schwalm–Ujváry 1979; T. Bereczki 1995.

²⁰ Romsics–Kisbán 1997.

²¹ T. Bereczki 1986; Ujváry 1991; Varga 1993. Lásd még: Knézy 2007; Viga 2004; Bati 2000, 2005, 2011.

²² Ecsedi 1935.

²³ Kardos 1943.

²⁴ Schwalm 1986.



interetnikus kapcsolatok kérdéseire. Elméleti vonatkozásban *Kisbán Eszter* tevékenysége és eredményei emelhetők ki. Kisbán Eszter vizsgálataiban nemcsak a közvetlen interetnikus kapcsolatokra világít rá, hanem nagy perspektívában európai kitekintéssel mutat rá a táplálkozási kultúra főbb kérdéseire. Az ő szempontjai között nem csak a népek, népcsoportok közötti kölcsönhatás szerepel, hanem fontos szempontként hívja fel a figyelmet arra, hogy a városi kultúrából, a magasabb műveltségűek, a gazdagabbak konyhájából milyen hatások érték és érik a népi táplálkozást, étkezést.²⁵ Így például az úri háztartásból cukros tartalmú sütemények, vajkrémes sütemények, tortatöltelékek vándoroltak a falusi konyhákba. *Báti Anikó* munkája a generációs kutatásai szintén a hungariumkutatás egyik alapját adhatják.

Táplálkozás – élelmezés – változás

„A táplálkozás a tápanyagok bevitelét és a szervezetben történő hasznosulását jelenti, ... Lényegi meghatározója a rendelkezésre álló élelmiszer, amelynek élelmiszerként való elfogadása, feldolgozása, tartósítása, sütése – főzése kulturálisan meghatározott.”²⁶

A kultúra pedig nem más, mint a társadalom által elfogadott értékek és vélemények összessége, amelyek közé tartoznak a viselkedési, életmódbeli és gondolkodási minták is, melyek generációról generációra szállnak.²⁷ Ennek eredménye, hogy nemcsak a kultúra stabil, hanem annak elemei is, mint pl. a táplálkozás.

Az étel legtöbb esetben szimbolikus jelentéseket is hordozhat (különösen ha rítus, szokás kapcsolódik hozzá, vagy annak a része), melyek kifejezik, illetve megalkotják pl. az ember – ember közötti, az ember és természetes környezete közötti kapcsolatokat. A legrégebbi megfigyelések bizonyítják, hogy a legtöbb emberi közösség az elfogyasztott étel legnagyobb részét feldolgozza főzéssel vagy sütéssel (vagy más konyhatechnológiai eljárással).²⁸ A társadalmi-kulturális elvárás egy közösségben az „illelmes, illemtudó evés” (igaz ezt minden közösség maga határozza meg hogy mit tart megfelelőnek és illendőnek). Ez a tény határozza meg azt, hogy a főzésnek gasztronómiai értelmén túl társadalmi jelentősége van, melyet a táplálkozáskutatók fokozott figyelmet fordítanak. Ez abban nyilvánul meg, hogy az étel elkészítése attól függ, hogy az étkezés milyen alkalomhoz kap-

²⁵ Munkái közül lásd még: Kisbán 1963, 1965, 1984, 1989, 1997a, 1997b.

²⁶ Lajos 2005: 11.

²⁷ Szabóné Pataky–Pakainé Kovács 1999: 39–43. Vö: Lajos 2005.

²⁸ Vö.: Lajos 2005.



csolódik, illetve attól, hogy milyen közösség és ki fogja az ételt elfogyasztani. Ezek alapján az élelmiszereket az étkezési kultúrában elfoglalt helyük szerint a következőképpen lehet csoportosítani:

- Kiemelt szerepű, úgynevezett szuper élelmiszerek (amelyek meghatározott, domináns szereplői az étrendnek)
- Presztízs élelmiszerek (amelyek viszonylag ritkán fogyasztott élelmiszerek a magas ár és korlátozott elérhetőség miatt)
- Test – imázs élelmiszerek (amelyek az ember egészségére és jólétére speciális hatást fejtenek ki)
- Szimpátiát keltő élelmiszerek (amelyek formái és színük miatt speciális hatással bírnak)
- Fiziológiai élelmiszerek (amelyek ajánlottak vagy tiltottak bizonyos fiziológiai helyzetekben).²⁹

Ilyen alapon több kutató tett kísérletet az ételek csoportosítására a társadalomban és a kultúrában betöltött szerepük szerint. Az ételek felosztási rendszere a hagyományosnak mondható társadalmakban is megfigyelhető a legszembetűnőbb, amit a néprajzkutató megfigyelhet: étel – nem étel; szent étel – profán étel; étel mint orvosság – orvosság mint étel; közösségi étel (itt azt lehet megfigyelni, hogy az étel kapcsolatot fejez ki, vagy hoz létre, illetve a státuszt, a foglalkozást, a nemet vagy a csoporthoz tartozást fejezi ki).

Mit is jelentenek ezek a felosztások Lehota megfogalmazása szerint:

Étel – nem étel: Minden kultúra meghatározza, hogy milyen anyagok ehetőek és milyenek nem, bár ezek a meghatározások gyakran nem foglalkoznak az anyagok tényleges tápértékével. Az ehetetlen és ehető ételek meghatározása rugalmas, ugyanis a kettő közötti határ esetenként megszűnhet, illetve jelentésük megfordulhat. Ilyen eset lehet pl. az éhínség, rossz gazdasági körülmény vagy akár egy külföldi (egy másik kultúrába történő) utazás is.

Az élelmiszereket aszerint, hogy adott élelmiszerkultúrában ehetőnek, vagy nem ehetőnek tekintenek, a következőképpen lehet csoportosítani: Tilos élelmiszerek, amelyek mérgezőek vagy erős negatív hiedelmekkel társulnak, illetve kulturális tabuk. Állati takarmányozásra alkalmas, de humán célra alkalmatlan élelmiszerek.

Emberi táplálkozásra alkalmas, de az adott élelmiszer-kultúrában nem elfogadottnak tekintett élelmiszer. Adott élelmiszer-kultúrában vagy szubkultúrában ehetőnek tekintett, de az adott egyén számára nem ehető élelmiszerek. Az egyén számára ehető élelmiszerek, amelyek az egyén étrendjének állandó részét képezik.

²⁹ Lehota 2001.



Szent étel – profán étel: A „szent” ételek elnevezés azokra az alapanyagokra utal, melyek fogyasztását a vallásos hiedelem szentesíti, míg a hit által erősen tiltott ételek neve a „profán” étel.³⁰ A legtöbb esetben úgy néznek ezekre az ételekre, mint „tisztátalan” és egészségre veszélyes anyagokra. Bizonyos alkalmak vagy böjtök esetén minden étel vagy az ételek egy része a „profán” csoportba kerül, így a fogyasztásuk tiltott lesz.

Ellenpótlus rendszerzések: Az ételalapanyagok két fő, általában a „forró” és „hideg” csoportban való felosztása számos kultúrára jellemző (pl. iszlám, Indiai félsziget, Latin-Amerika, Kína). A „forró” és a „hideg” elnevezés nem az ételek hőmérsékletére utal, hanem sokkal inkább egyfajta szimbolikus jelentésük van. Mivel az egészséget a két fogalom egyensúlya határozza meg, a betegséget a hiányzó „forró” vagy „hideg” ételekkel kezelik, hogy helyre állítsák az egyensúlyt.

Étel mint orvosság, orvosság mint étel: Számos társadalomban előfordul, hogy a tápláléknak gyógyító hatást tulajdonítanak és bizonyos betegségekben, illetve fiziológiai állapotokban fogyasztanak. Ezzel szemben a megfelelő hatással rendelkező gyógyszerek, akár az orvos rendelte, akár az öngyógyítás része, úgy beépülhetnek a mindennapi életbe (fogyasztásba), hogy így egyfajta étel, illetve tápanyagformát öltenek (csipkebogyó, méz, stívia, aloavera, goji stb.). Ha a gyógyszer rendre az étkezéskor veszik be, akkor az egy idő után az étkezés szerves részévé válik. De más anyagok is játszhatnak ilyen szerepet, ha rendszeresen él velük a fogyasztó, mint pl. a vitaminok, táplálék-kiegészítők, az alkohol vagy akár a dohány.

Közösségi (szociális) ételek: A társas (szociális) étel általában mások jelenlétében kerül elfogyasztásra és tápértékén kívül szimbolikus jelentősége is van, így az összes jelenlévőnek valamilyen üzenetet hordoz. Az étel minden társadalomban a kapcsolatteremtés és a kapcsolatok kifejezésének egy módja. Ezek a kapcsolatok lehetnek az egyének, a társadalom tagjai, illetve a vallási vagy etnikai csoport tagjai között. Elsősorban az előírással környezetben, közös étkezések során fogyasztott étel hordoz magában számos olyan magán túlmutató jelentést, amely segítségével a résztvevő többet megtudhat a jelenlévő embereknek az egymás közötti, illetve a külvilággal való kapcsolatáról.

A legtöbb ételnek, azonkívül hogy sok ember számára táplálékul szolgál, rituális jelentése is van. A rituális eseményekhez hasonlóan ezeket az ételeket is a kultúra vagy csoport sajátosságos, esetenként szigorú normái szabályozzák. Ezek a normák, illetve szabályok előírják, hogy ki készítse el és tálalja az ételt, kik esznek együtt és ki takarítsa el az étkezés után. Meghatározzák az étkezések idejét és kö-

³⁰ Ide vonatkozó adatokat lásd Bartha 2000, Telenkó 2011.



rülményeit, az ételek sorrendjét, az evőeszközök és edények használatát (erre számtalan példa a magyar népszokások közül a lakodalomban figyelhető meg).

Az előírások pontosan meghatározzák, hogy milyen módon kell az ételt elfogyasztani, milyen az étkezéssel kapcsolatos illem. Az étkezés társadalmi státuszszimbólum is lehet, ritka és drága ételek formájában, amelyet összefoglalóan presztízseteleknek is neveznek. Presztízsetelek időben és térben kultúránkként más-más lehet. pl. őz, a szárnyasvad, a kaviár stb.

Az ételek különböző típusai különböző üzeneteket is hordozhatnak azok számára, akik éppen fogyasztják. Ilyen például a bográcsban való főzés, a szabadban való sütés (tárcsás hús készítése, szalonnasütés) vagy a közös étkezés fehér asztal mellett. Míg a bográcsban való főzés a 19. században az alföldi területeken az állatra vigyázó emberek hétköznapi tevékenysége volt, addig a 20. században baráti, közösségi összejövetelek alkalmaira szorult vissza, illetve fesztiválok, falunapokon jelenik meg.

Az étel és hozzá kapcsolódó ízek igen sokféle szerepet játszik az emberi társadalomban: társadalmi kapcsolatokat teremtet és lehetőség szerint fenntartja azokat, jelzi a társadalmi státust, a társadalmi szerepeket, jelen van az élet fontos eseményein, megerősíti a vallásos, etnikai és területi identitást. Mivel az étkezés és ezen keresztül a táplálkozás társadalmi szerepe összetett, így az ez irányú elgondolásokat és szokásokat néha igen nehéz megváltoztatni.³¹

Mindazok a 20–21. századi változások, amelyek egy közösséget érintettek előtérbe állítják a generációk között táplálkozási szokások kutatását. Különös tekintettel a gyermek-felnőtt, illetve ennek egy részterülete a közintézményben és az otthoni étkezési kultúrának a vizsgálatát.

„Ha a mindennapi ételmiszerfogyasztás alapján összehasonlítjuk a gyerekeket a felnőttekkel, azt látjuk, hogy a hús- és kenyérfogyasztásuk meglehetősen hasonló, míg néhány ételféleség fogyasztásában különbségeket találunk. A gyerekek több gyümölcsöt, édességet, valamint felvágottat, szalámit fogyasztanak, viszont kevesebb zöldséget és zsíros húsfélét (szalonnát, töpörtyűt), mint a szüleik. A táplálék összetétele függ a szülők társadalmi státuszától, a településtípustól és a régiótól.”³²

Az a paraszti konyha, amely jellegzetességeit mind a mai napig sok helyen őrzi, a 19. század fordulóján alakult ki. Az ételkészítési módok, a felhasznált eszközök és alapanyagok szoros kapcsolatban álltak-állnak, egy-egy vidék gazdasági-társadalmi szerkezetével, az elterjedt szokásokkal és nem utolsósorban az ott élők anyagi helyzetével. Ebből következik, hogy ahány tájegység, annyi egymástól eltérő

³¹ Lásd még Kisbán 1997a; Viga 2004; Bati 2005.

³² Szonda Ipsos felmérése 1999. július <http://www.szivbarat.hu/portal/downloads/LAKOS2.pdf> (letöltés: 2013.19.10.)



rő felhasználási mód és étel ismert hazánkban. Leglátványosabb különbség talán a pusztán és a víz mellett, illetve a hegyvidéken élők étkezési szokásaiban nyilvánul meg. Az általuk felhasznált alapanyagok közötti különbségben bekövetkezett változásokat mindenképpen érdemes a kutatás tárgyává tenni. Érdemes tehát a tájjellegű konyhák étel és ital választékát feltárni, megőrizni, egy-egy család ételválasztékát, étkezési szokásait több szempontból megvizsgálni.³³ Ez lehet a hungarikumkutatás egyik alappillére.

A magyar táplálkozási kultúra főbb jellemzői

De mi is jellemezte és jellemzi-e még mindig népünk táplálkozását? A ma élő fiataloknak (egészen a 20–30 évesekig), a fogyasztói életvitelhez, bevásárlóközpontokhoz, éjjel-nappalihoz szokott generációnak nehéz elképzelni, hogy nem is olyan régen (még a 20. elején is) nem volt magától értetődő, hogy minden nap kenyér kerüljön a család asztalára és bármikor lehet ételhez jutni. Egy parasztcsalád egész éves munkája, a teljes parasztgazdaság és a háztartás működése elsősorban azt a célt szolgálta, hogy biztosítsa a család élelmét.

A parasztgazdaság egyik legfontosabb célja ugyanis az volt, hogy önálló maradjon, ne függjön senkitől. A néprajzi recens gyűjtések, illetve a mai levéltári (főleg végrendeletek, hagyatéki iratok) bizonyítják, hogy a legtöbb családban a pénz (készpénz) igen ritka. Ennek hiánya eredményezte, hogy a készárúk, kész termékek vásárlása csekély és csak a legfontosabb árura, ami nélkülözhetetlen volt a családnak (és cserével, vagy felesbe nem lehetett megoldani) vásárolták meg és adtak pénzt érte. Ez a mentalitás és nem utolsósorban a szükség az amely arra ösztönözte a családokat hogy az általuk megtermelt és a természetben előforduló minél többféle alapanyagot használják fel.

A néprajzi összehasonlító vizsgálat eredményéből látható az a tény, hogy a paraszti konyha változatos alapanyagokkal dolgozik. Természetesen ez maga után vontta azt a megfigyelt tény, hogy a paraszti konyha alkalmazkodott a természeti környezet adta lehetőségeihez és az évszakok rendjéhez. Az is megfigyelhető és a különböző tájegységeken kutató táplálkozástudatók mindenhol egyformán megjegyezték, hogy a szegényebbek főként növényi eredetű táplálékot fogyasztottak (hiszen annak előállítása olcsóbb, gyorsabb és gazdaságosabb is volt mint a húsé). A változatos nyersanyagok változatos feldolgozással, tartósítással jártak együtt és természetesen az ételek előállítási technikák sajátos tájakra, családokra jellemző

³³ <http://www.mngsz.com/hirek/a-debreceni-es-tisztantuli-nepi-taplalkozas> (Letöltés: 2013. 11. 05.)



fortélyokat hívtak életre. A bihari falvakban végzett recens gyűjtőmunkák (1996-tól) arra engednek következtetni, hogy ezek a konyhatechnológiai eljárásokat családi fortélyok nem öröklődnek tovább. Ez a töretlen belenevelődés, hagyományos konyhaeszközök használata, ételkészítési rafinériák, az a nagyszerű „népi tudás” kopik ki a fiatal generációból. Így válik tanácstalanná a fiatal asszony a konyhájában, amikor nincs a fagyasztóban félkész, kész termék. A 20. századvégi néprajzi kutatások során meghallgatott adatközlők úgy emlékeznek erre: „... *üres volt a kamra, a pince, a padláson is tisztára volt söpörve, nagyanyám a semmiből főzött nekünk ebédet (levest meg másodikat), tett élénk vacsorát (ídes málét) ...*”³⁴. A modern technikai berendezések hiányában a természetes módszereket alkalmazták, mint például aszalás, sózás, befőzés vagy füstölés.

Az étkezési rend is ritmikus volt, és az életvitelhez megfelelő. Gyakran találkozni azzal a megfogalmazással, hogy a hagyományos paraszti konyha, nehéz, zsíros egészségtelen. Valóban az a mai ember számára, aki a számítógép előtt, irodában, napi 5–6 órát ülve dolgozik. Elmondható, hogy a hagyományos étkezés az életvitelnek megfelelő volt és szükségszerű, mértéktartó, változatos. Az étkezési rendre jellemző, hogy megkülönböztette a hétköznapokat és az ünnepeket. A népi táplálkozás jóval többet jelentett annál, mint az, hogy mit és mikor ettek. Az étkezés olyan szimbolikus cselekedet is volt, amely egyebek között kifejezte a család és a közösség összetartását, alkalomadtán pedig a vendégszeretetet is.³⁵

A 20. századi néprajzi vizsgálatok rávilágítottak arra, hogy a különböző adottságú tájak ételei között legalább annyi hasonlóság van, mint amennyi egymástól eltérő vonás.³⁶ Egy-egy tájegység táplálkozási hagyományainak rendszeres feltárása napjainkban is zajlik. Egyre jelentősebb feladat egy-egy régió, mikrotérség ételeinek (recept formájában is) összegyűjtése, leírása. Igaz hogy a táplálkozástudomány egyik legnehezebb feladata az ilyen formában összegyűjtött anyag tudományos értelmezése. Ennek számos elvi és módszertani problémája van. Ilyen probléma, hogy ezekből az adatokból nem derülhet ki, hogy egy adott ételféleség, akár térben, akár egy közösség egyedei között mennyire elterjedt. Hiszen maga az étel egy nagy egész kulturális jelenség részeleme. Az igaz, hogy egy-egy ételrecept rámutathat a különféle ételtípusok lokális jelentőségére. Szintén nagy dilemma a kutatóknak, hogy egy-egy étel fogyasztásában van-e különbség a különböző társadalmi rétegek között. Csak egy alapos mélyfúrással végzett strukturált megfigyelés adhat választ arra, hogy egy ételféleség mennyire terjedt el az adott területen, illetve mikor tűnt el az étkezési rendből.

³⁴ Saját gyűjtés 2012. (Nagy Gézáne szíves közlése)

³⁵ Hasonló megfogalmazást lásd még: <http://www.nepujtag.net/index.php/archivum/7265-nagykanallal-a-nepi-taplalkozasrol-mindenkinek> (letöltés: 2013.11.05.)

³⁶ Vö.: Viga 2004: 6.



Mindezek ellenére arra kell ösztönözni a régió kutatóit, az ott élő embereket, hogy minél több receptgyűjteményt állítsanak össze, hiszen ezek a gyűjtemények csak olyan adatokat jelenítenek meg, amelyek az adott helyen ismertek, vagy léteztek az sem baj ha már csak az emlékezetben. A Magyar Értéktár és a hungarikum törvény értelmében arra kell a gyűjtés során törekedni, hogy az összegyűjtött receptek alapján az ételek elkészíthetőek táji ízeknek megfelelőek legyenek.

Mint már fentebb utaltunk rá a társadalmi és kulturális változások a régebbi műveltségi javak keveredését eredményezik és ez nem csupán a táplálkozás hagyományos ismeretének leváltást eredményezte. Ez a szinte világméretű folyamat a lokalitásban is megmutatkozik.³⁷ A központi törvények hatására (nemzeti értéktár, magyar értéktár, magyar termék, hungarikum stb.) jelentős igény mutatkozik a helyi (táji, lokális) ételek megismerésére, előtérbe állítására a hozzá kapcsolódó rítusokkal, szokásokkal (pl.: torkos csütörtök, Márton-napi ludaskása, töltött libanyak stb.). Mindezek ellenére feltartóztathatatlan a nemzetközi áruk, javak, élelmiszerek elterjedése, beszivárgása a legelzártabb közösségbe is.

Gasztronómia – hungarikum – módszertani kérdések

A táplálkozáskultúra kutatása során az egyik elmaradhatatlan módszertani kérdés, hogy *Mennyit esznek?* vagy *Mit ettek?* A fentiekben megfogalmazottak szerint rengetek információt kapunk erre a két kérdésre. A következő szintén sok következtetésre okot adó kérdés: *Mikor esznek? Mikor ettek?*, illetve *Hol?*

Az étkezés napi ritmusát az alapján kell megvizsgálni, hogy hányszor és hány órakor eszik az alany vagy a család. Ezt a kérdéskört azért is kell külön elemezni, mert sokszor pl. a munkakörülmények is meghatározzák, így háttérbe szorul(hat) a személyes érdek és szándék. A napi étkezések számát tekintve igen csak megoszlanak a táplálkozástudománnyal foglalkozó szakemberek véleményei. A 20. század elején a táplálkozáskutatók a napi kétszeri, háromszori étkezésre kaptak adatokat.³⁸ Az étkezések számát nagymértékben meghatározta az elvégzendő munka nehézsége, helye (pl. a paraszti kultúrában az aratás, vagy a különböző gyümölcsök szüretelése, mely lehetőséget adott azok elfogyasztására is). A paraszti kultúra étkezési szokásaiban bekövetkező óriási változást az üzemi konyhák, az intézményi étkeztetés nagymértékben módosította. Ez a változás a 21. századra rögzült, mivel az intézményi étkeztetés (pl.: óvoda, iskola: alap, kö-

³⁷ Viga 2004: 8.

³⁸ Kisbán 1975a



zép, felsőfokú) megköveteli a minimum háromszori étkezést (tízórai, ebéd, uzsonna; óvoda esetén gyakran a reggelit is; illetve ettől eltérő a felsőfokú tanulmányokat végző hallgatók, akikre gyakran az egyszeri ebéd és a napközbeni nasolás vagy „bekapok valamit két előadás között” figyelhető meg. A magyar lakosság étkezési szokásait vizsgálta a GfK-Hungária piackutató cég és a vizsgálatokban külön kitértek a napi gyakoriságra is. Ebből a felmérésből az az eredmény vonható le, hogy a magyar lakosság döntő többsége a napi háromszori vagy többszöri étkezés híve.³⁹

Napjainkban a táplálkozási ritmusra kevés gondot fordítunk, de egyre több tanulmány foglalkozik nemcsak a táplálékként elfogyasztott nyersanyagok milyenségével, mennyiségével, hanem azzal is hogy az elfogyasztott étel hol, milyen körülmények között fogyasztottuk el. Napjaink táplálkozástudatással foglalkozó szakemberek az egészséges táplálkozásra helyezik a hangsúlyt és az egészséges életmód szemszögéből vizsgálják magát a gasztronómiát. Ezért fontos a következő módszertani kérdés: *Hogyan főzzünk és együnk?*

Az első kérdés vizsgálatakor először is olyan konyhatechnikai eljárásokat kell választani, amely az étel előnyös hatásait és tulajdonságait fokozza. Fontos szempont a választott konyhatechnikával szemben, hogy az étel eredeti ízét minél jobban megőrizze, a fogyasztó számára kellemes, természetes zamatot biztosítson. A legelterjedtebb konyhatechnikai eljárás a párolás, a gőzölés, a sütés és a sűrítés.⁴⁰

Ha egy régió, népi étkezési, táplálkozási szokásait, abban megjelenő magyar jellegzetességet kutatjuk elkerülhetetlen kitérni néhány szó erejéig a közétkezettetésre. A 20. század második felében az étkezési és étrendi szokások is igen jelentős mértékben átalakultak. Az 1944–45-öt követő másfél-két évtizedre szinte minden tekintetben a szűkösség, emellett a falusi családok többségénél a hagyományok továbbélése volt jellemző. A legnagyobb mértékben és talán a legradikálisabban a korábban kispolgárinak és középosztálybelinek tekintett családok étkezési szokásai változtak az életkörülmények, életfeltételek átalakulása következtében, bár az is megfigyelhető, hogy a hagyományokat az „új elitbe” kerülők próbálták meg követni. A munkásházartásokban az ötvenes évek végi megfigyelések szerint az étrend mintáját a háború előtti polgári csoportok étrendje adta.⁴¹

Akik eltávolodnak földrajzilag a szülőföldtől, vagy elfeledik az anyanyelvüket, a táplálkozási kultúrájukat adják fel legkésőbb. Erre a kijelentésre jó példa a moldvai magyarok nagy része akik elhagyták már az anyanyelvüket, de étkezési

³⁹ GfK-Hungária 1997, 2003.

⁴⁰ Szilágyi–Hunyadvári 1988: 15–17.

⁴¹ Bővebben a közétkezettetésről Valuch Tibor munkáit. <http://www.rev.hu/portal/page/portal/rev/kiadvanyok/evkonyv04/valuch> (letöltés: 2013.11.15.)



szokásaikat megőrizték. A bihari régióra jellemző, hogy kultúrák törésvonalán helyezkedik el, következésképpen különböző ízlésvilágokat egyesít. Az a csodálatos e régió gasztronómia kutatásában, hogy megőrzött egy archaikus, egykor szinte az egész Alföldre jellemző ízvilágot. Ezért a felhasznált alapanyagok egyszerűsége nem azt jelenti, hogy ennek a régiónak a konyhája szegényes, hanem ellenkezőleg, azt, hogy bizonyos szempontból színesebb és eredetibb a mai, túl kifinomult gasztronómiai szokásoknál.

A táplálkozáskultúra nagyon sokat elárul egy népcsoportról, azért is mint fentebb írtuk fellelhető benne az egész életforma. A táplálkozással foglalkozó szakemberek, néprajzosok gyakran szembesülnek azzal a ténnyel, hogy egy-egy adatközlő nehezen vall az étkezési szokásairól. Talán azért is mert a konyha egyfajta intimitást tükröz. Nem kis erőfeszítésre kerül egy kutatónak meggyőzni az adatközlőt hogy tudásuk értékes, hasznos, a tájra jellemző ízeket csak általuk lehet feltárni, megőrizni és átörökíteni.

A táplálkozási szokások mindenhol nagyon makacsul tartják magukat. Ezért őrzik meg olyan hitelesen a konyhaművészet egy népcsoport kulturális mélyrétegeit. Például nagyon sok bihari településen nem készítenek puliszkát, mert az a szegénység fogalmához kapcsolódik. A 21. századra már csak azok készítik, akik megszokták, és szeretik az ízét. Gyakran találni ehhez fogható ételeket, amelyeket nem azért esznek, mert szegények, hanem mert megszokták, szeretik és jólesik. Szintén tapasztalható, hogy ezek az ételek újra megjelennek az egészséges táplálkozásban, újra felfedezik.

Nagyon sok étel ízét, előállítását a helyzet szüli, és egyfajta túlélési taktikákat alkalmazva variálódik. A régiók táplálkozási rendszerére jellemző jegy, hogy a fogások (ételek) kiegészítik egymást. Így például a híg leves után egy tartalmasabb étel következik.

A hungarikumok, a gasztronómiai kutatás során a legfontosabb szempontok:

- az adatközlők kiválasztásánál ügyelni kell arra, hogy a közösségek minden társadalmi rétege képviselve legyen,
- minél több adatközlővel sikerül beszélni annál több ételvariáns kerül felszínre,
- vegyes vallású közösségben minden vallásútól szükséges adatközlő,
- a gyűjtés során érdemes több időmetszetet megfigyelni (az emlékezetben elérhető legrégebbi ételre rávilágítani) recepttel alátámasztani nyomtatott, kézzel írott, saját maga által vezetett receptgyűjtemény,
- a gyűjtés során érdemes megfigyelni, hogy a táji jellegzetes jegyek mikor tűnnek el és jelennek meg újak,



- még mindig érdemes a régió, a táji terminológiákat összegyűjteni (étel elnevezése – egy ételnek, konyhatechnikai eszköznek több neve is lehet)
- az ételek elfogyasztási körülményeit feltárni, mikor készítik, milyen alkalomra, hogyan kerül elfogyasztásra, milyen időközönként készítik.
- a konkrét étkezés leírása
- korcsoportok étkezési szokásainak feltárása (esetvizsgálatok) – generációs különbségek: receptek – személyes emlékezet
- étkezések gyakorisága (pl.: egész heti étkezés leírása). Ezen belül: az étkezések száma, helye, az étel elkészítője
- konyhai felszerelések (technikai újítások, eszközök-elkészítési módok kapcsolatai stb.), az asztali eszközök
- a kutatások során új témaként merülhet fel az egyén szerepe a táplálkozási kultúrában: az emlékezet láncolatában mit őrzött meg (mit tart fontosnak az étkezés tartalmát, elkészítését, szerkezetét stb.)
- táplálkozási sztereotípiák és a táplálkozási (egészségtudatos) divatok hatásai
- más tudományágak eredményeinek megismerése (marketig piackutatások, fogyasztói csoportok viselkedéseinek, trendek megismerése stb.) általuk létrehozott eredmények forrásként való felhasználása

A gasztronómia világában szintén nagy változáson esett keresztül az ételkészítés és az étkezés eszközei. Magukra az ételkészítés eszközei és technikai igen sok archaikus elemet őriznek, amelyekre a lokális táplálkozási szokásoknak és újításoknak megfelelően rakódnak az eszközök kultúra újabb rétegei.⁴² A gasztronómia eszközeinek változását jól érzékelteti Viga Gyula, miszerint:

„A konyhai eszközök, tárgyak együttese tagolt, melyből az adott háztartás működése funkcionális és formai egységeket képez ugyan, de csak ritkán alkot esztétikai egységet. Így is fogalmazhatnánk, hogy maga az egész konyhai tárgy-együttes képez sajátos esztétikai egységet, ami egyedi, ám még a felületes kutatás is hamar feltárja e mikrovilág összetettségét.”⁴³

Az ételkészítés és étkezés tárgyi világában a II. világháború óta egyre gyorsuló divatok követik egymást. Az új edények, konyhatechnikai eljárásokat segítő eszközök egyre inkább nemzetközi trendekhez igazodnak (katalógusokból, internetről, tv-ből való vásárlás reklámozás).

⁴² Az eszközök kultúra változásairól, elterjedési módjairól bővebben Selmeczi-Kovács 2012.

⁴³ Viga 2004: 48.



A magyar táplálkozási kultúra periódusai

A magyar táplálkozáskultúra történetében napjaink (21. század) magyar konyhájának kialakulását a 19. század elejére lehet visszavezetni. Az 1800-as évek elején Európa nyugati országaiban elindult átalakulások (a modern fogyasztói világ kialakulása, az élelmiszerek innovációja a gyárak megjelenésével, az urbanizáció, a közlekedés fejlődése és a reklámok megjelenése) ugyan nagyon lassan érkeztek meg hozzánk, de folyamatosan formálták a körülöttünk található világot.⁴⁴ A 21. század ember életének minden mozzanatát átszövi a globalizáció. A világ beszűkült, a kultúrák közti falak leomlottak. A modern szemlélet az ételeket nagy mennyiségben állítja elő, a higiénia szerepe megnőtt, a szuper és hipermarketek ontják az olcsó élelmiszereket.

Hazánkat a világban végbemenő változások a 19. században érték el, 1945-öt követően nagyon lassan, a nyolcvanas évektől viszont robbanásszerűen hatottak. Magyarország gasztronómiájának történetét négy nagyobb egységre osztják a táplálkozással és gasztronómiával foglalkozók:

1. a magyarság letelepedésétől az Árpád-ház kihalásáig tartó időszak gasztronómiája – a kevésbé ismert magyar konyha;
2. a 14–17. század gasztronómiája – a reneszánsz konyhakultúra;
3. A 19–20. század gasztronómiája – a paprikás magyar konyhakultúra;
4. napjaink magyar konyhája.⁴⁵

A paprikás magyar konyhakultúra főbb jellemvonásai közé tartozott, hogy a korábbi édes-savanyú ízvilág háttérbe szorult. A vaj és az olívaolaj helyett előnyben részesítették a sertézsír használatát, a sűrítési módoknál a kenyérrrel, zsemelével történő lémegekötés eltűnt, a keleti fűszerek jelentősége (sáfrány, gyömbér, fahéj, szegfűszeg, szerecsendió, szerecsendió-virág) a húsos fogások esetében csökkent, ellenben a fűszerpaprika és a zöldfűszerek szerepe megnőtt.⁴⁶

Ilyen értelemben a kutatások azt bizonyítják, hogy az a nézetű magyar konyha amely a köztudatban elhíresült véget ért, még a kisebb zártabb közösségekben, tájakon, régiókban is. A napjaink konyhájának kezdetét az első magyar

⁴⁴ Kisbán 1975a; Fehér–Füreder–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/-121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.) A nemzetközi és a magyar néprajzi szakirodalomban (Kisbán 1984: 384–397, 1997: 417–584.) már körvonalazott nagy táplálkozási periódusok közül az 1880 körül kezdődő szakaszban indultak el azok a folyamatok, amelyek a 20. századi változásokat megalapozták.

⁴⁵ Kisbán 1975a.

⁴⁶ Vö.: Fehér–Füreder–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/-81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.)



receptmagazin (Magyar Konyha 1976) megjelenésétől lehet számítani.⁴⁷ Rohamos változást idézett elő a Magyarországon is megjelenő gyorséttermek láncolata (első Budapesten 1988 McDonald's). Az étteremláncok más országok hagyományosnak tekinthető ízeit kínálják (az olasz, ázsiai, amerikai stb.). Így fordulhat elő, hogy a 2013-as recens gyűjtés során mely a magyar ételek feltárását tűzte ki a köztudatban *Mi a magyar étel?* kérdésre választ a *piézsa* volt „... miért ne lenne az hiszen minden itt termett a kertben, minden ami benne van magyar ...”⁴⁸ A gyorséttermi láncok kialakulásakor meg kell említeni azokat a magyarországi gyorséttermeket, amelyek külön kategóriát is képeznek, ezek a magyaros jelleget részesítik előnyben ilyen például a főzeléket kínáló.⁴⁹

Az 1970-es évek végén, az 1980-as évek elején a családi otthonokban is változást lehet érzékelni. A háziasszonyok a korábban egyeduralkodó zsír mellett már egyre gyakrabban olajban sütötték a húsokat, divattá, egyben presztízssé vált az olajsütő a konyhában. Kitejesedik a fűszerhasználat (bors, fahéj, szegfűszeg, vanília, pirospaprika, köménymag, majoránna, babérlevél) újabb fűszereket lehet vásárolni pl. kakukkfűvet, csombort vagy tárkonyt.

Az 1990-es éveket a gasztronómiai fesztiválok jellemzik, divatos a főzőversenyek, ezek egy tematika köré rendeződnek, ez a program különbözteti meg az átlagos vásári mulatságoctól.⁵⁰ Ezek a gasztrfesztiválok hívják életre azt a törekvést is amely hangsúlyozza a helyi alapanyagokat, a táji jellegzetességeket. A vásárló és a kínáló számára is fontossá válik, a hazai íz. A hazai ízvilágot nagy hatások érik nemcsak a fesztiválok felől, hanem a különböző tévécsatornákon jelentkező főzőműsorok oldaláról is. 2004 novemberében lépett a médiapiacra az ország első tematikus gasztronómiai csatornája a TV Paprika,

*„amelynek célja, hogy elősegítse Magyarország és a kelet-közép-európai térség kulináris hagyományainak megőrzését, népszerűsítse a hazai konyha tradicionális értékeit, a legjelentősebb gasztronómiai eseményeket, és bemutassa a távoli nemzetek konyháját”.*⁵¹

A főzés a 21. század első éveire divat lett. A műsorok „pörgősek”, szenvedélyesek és hitelesek. A néző „rohanó világunkhoz” illeszkedő kínálattal szembe-sül.

⁴⁷ Vö.: Sári 2008.

⁴⁸ Saját gyűjtés 2013 (Buka Viktorné, Berekböszörmény)

⁴⁹ Fehér–Füreder–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.)

⁵⁰ Sári 2008.

⁵¹ www.origo.hu; tvpaprika.hu Lásd még: Fehér–Füreder–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.)



Egészséges nyersanyagok felhasználásával gyorsan elkészíthető ételeket közvetítik és részesítik előnyben.

Az új évezred első évtizedének a végére létrejött a főző valóság show fogalma. („Hal a tortán” és „Vacsoracsata”) itt már nem a gasztronómia van a középpontban. Érdeemes megemlíteni a nyomtatott és az internetes sajtó szerepét is, mivel a szakácsmagazinok (például Prima Konyha Magazin, Fakanál, Magyar Konyha, Nők Lapja Konyha stb.), a különböző internetes oldalak (például szakacs.lap.hu; gasztronomia.lap.hu; diningguide.hu stb.) és blogok (például buvosszakacs.blog.hu; chiliesvanilia.blogspot.com stb.) a főzőműsorokhoz hasonlóan szintén napról napra alakítják, formálják gasztrókultúránkat.⁵²

A hétköznapokban bekövetkező változások, a gasztronómia felértékelődésével folyamatosan szembesülünk. Nagyobb városokban divattá vált az étterembe járás, amely a gasztronómival kapcsolatban is újabb és újabb ismereteket hoz létre (ételkritikusok stb.). Ezek a folyamatok mind hozzájárultak a korábbi étkezési szokások megváltozásához. Napjaink akár táji, akár regionális akár az egész magyar gasztronómiát említjük nagyon nehéz pontosan körülhatárolni és meghatározni. Azok az általános jegyek, amelyek a 19. századra oly jellemzően írta le a magyar táplálkozástudományt azt ma (2014) már nem mondhatjuk, mint például hogy ételünk zsírral készülnek, hogy paprikával fűszerezzük, habarással vagy rántással sűrítjük és tejjel dúsítjuk. Talán az a legjobban, ha ezt a kort egy átmenetnek tekintjük, mivel még tetten érhető, tapasztalható az úgynevezett „korábbi jegyek” és megtalálható a legújabb – különböző kommunikációs csatornák által közvetített – jegyek (más nemzetek alapanyagai, konyhatechnológiai eljárásai, receptek), sőt a kettő együtt is jól megfér.⁵³ A globalizáció alapjaiban alakította át az emberek étkezéshez való viszonyát.

A háziasszonyok ugyanúgy készítik a csirkepaprikást, mint olaszos tésztaételeket. Az ünnepi ételünk között ugyanúgy megtaláljuk (jeles napokon – karácsonykor) a töltött káposztát, de sokaknál megtalálható a gesztenyével töltött pulyka is.⁵⁴ A legtöbb családnál gyakori étel a sült oldalas, a hurka és kolbász, de a fiatalabb generáció (egészen 45 éves korig) körében népszerűbb a hamburger és a gyros, pita, tortilla stb.

A magyar gasztronómiát a rendszerváltást követő években (1989) számos külső és belső hatás érte. Ennek köszönhetően jelentősen átalakult a családok, elképzelése az 1970-es, 1980-as években elfogadott magyar konyháról. A gyorsét-

⁵² Fehér–Füredér–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.)

⁵³ Fehér–Füredér–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.)

⁵⁴ Fehér–Füredér–Várvi (http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149) (letöltés: 2013. 11. 15.)



termek, a gasztronómiai fesztiválok és a bortúrák megjelenése, a nagy üzletláncok (Aldi, Tesco, Cora, Penny, Lidl stb.) térhódítása és a különböző főzőműsorok, szaklapok, receptkönyvek, periodikák, internetes blogok, napról napra formáltak/formálják a lakosság ízlését.⁵⁵

A táplálkozás alapanyagainak minőségi és mennyiségi arányeloltódásai a legtöbb bihari településen az alábbi módosítást eredményezte a táplálkozás szerkezetében: – gazdagodott és differenciálódott a családok étrendje. (A hagyományos táplálkozási rendszerbe beépülő új alapanyagok egy része (főleg az ünnepi étkezést annyira jellemző édességek: torták) nem igényelnek új technológiát; a másik része pedig új receptek elsajátítását teszi szükségessé). – az új nyersanyagok lehetővé tették az étrend új kalóriaértékének gazdagodását. – új ételek, új étrendi (gyakran negatív szokásokat) alakított ki.

A legnagyobb eltérést talán a generációs különbségek vizsgálatánál lehet megtalálni. Mint fentebb utaltam rá módosult a reggeli és a vacsora étrendje. Egyre nagyobb szerepet kap benne a boltból folyamatosan beszerezhető kész vagy félkész élelmiszeripari termékek (müzli, gabonapehely, vaj, felvágott stb.) A táplálkozás napi időpontjainak felbomlása mellett igen jellemző, hogy a közös (családi) étkezések a napi étrend alkalmi közül kiszorulnak és vasárnapra vagy ünnepnapokra korlátozódnak. A napi étrend alkalmi közül a közös vacsorázás veszi át (jó esetben) a korábbi minden étkezésre jellemző közös jelleget.

Talán azért is tekinthetjük ez a mai kort átmenetinek, mert az új elemek – a tapasztalható étrendbővülés – ellenére sem válnak egy csapásra társadalmilag elfogadottá. A térhódítás lassú folyamat. Az ételek kiválasztásában az ízekhez kötődő érzelmi viszonyulás a döntő. Fogyasztásukat még ma is a gyermekkorban felvett szokások, akkor rögzült ízlésvilág és ízvilág, valamint az iskolázottság a meghatározó.

A táplálkozáskutatás módszertana nem nélkülözheti azt a vizsgálatot, amely azt vizsgálja hogy miként alakult az ünnepi táplálkozás hagyományos és új repertoárja egy adott területen. Fontos kitérni arra a momentumra, hogy miként őrizték és fejlesztették tovább az átmeneti időben (1980-tól) a városba költözött falusiak, vagy a külföldön munkát vállalók/tanulók családi táplálkozási hagyományait.

Az hogy a táplálkozás milyen, vagyis mit és miképpen eszik az ember, az egy bizonyos kulturális fokon egyrészt attól függ, hogy hol cselekszi ezt. A természeti feltételek: a táj, éghajlat, a talaj s a rajta élő állat és növényvilág döntően befolyásolják a táplálkozást és egyben azt is hogy mi válhat hungarikummá.⁵⁶

⁵⁵ Vö.: Fehér–Füreder–Várvi http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_-_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149 (letöltés: 2013. 11. 15.)

⁵⁶ Moravy 1962.



Ugyanazon természeti feltételek mellett más és más gazdasági formákat találunk, amelyek meghatározzák az egész kultúrát és ennek keretén belül a táplálkozást is Morvay Judit megfogalmazása szerint. Az élő kultúra változó, a magyar „konyhaművészet” századokon át alakult. Egyes elemeket elhagyott, újakat beolvasztott, összeolvasztott, változtatott. A magyar táplálkozási kultúra ma is folyamatosan alakul, uniformizálódik. A magyar ízek és értékek feltárása és megőrzése, hungarikummá nyilvánítása lassíthatja ezt a folyamatot. A korszerű termelés, modern főzéstechnika a fejlett kereskedelem, a szakácskönyvek garmadája az urbanizációs folyamatok stb. megváltoztatják az egész táplálkozást. A táji és a társadalmi különbségek lassan kiegyenlítődnek és ami a 19. században kialakult táji jellegzetességek folyamatosan elmosódnak, nehezítve ezzel a kutatók feladatát. A táplálkozási viszonyok felkutatása nemcsak a magyar kultúra egy értékes részletét ismerteti, hanem a táplálkozás egész felépítése olyan természetű, hogy alapos felgyűjtésével a nemzeti kultúra számos más jelenségére is fényt derülhet.⁵⁷

A táplálkozáskutatás módszertanára ugyanazok a szempontok érvényesek, mint amelyeket Morvay Judit az 1962-ben megfogalmazott. Ezek alapján a gyűjtőnek tisztában kell lenni a gyűjtött terület adottságaival (gazdálkodás, állattartás stb.). Fontos az időkeretet megadni, hiszen egy bizonyos időszakon belül sem egységes egy falu, közösség táplálkozása. A társadalom rétegződése meghatározza a közösség kultúráját is. A társadalmi különbségek legmegnyilvánulóbb formája maga az étkezés, az étkezés rendje és mikéntje. Egy közösség gasztronómiáját tovább színesíti a felekezeti különbség is. Folyamatosan megfigyelhető az ünnepi és hétköznapi étkezésekben való eltérés is. A mai kutatások egyik központi kérdése, figyelemre méltó gyűjtési szempont a generációs különbségek feltérképezése. Általánosan elmondható hogy a fiatal generáció nyitottabb az új ízek, ételek irányába. Az idősebb generáció ételismerete, főzési technikája, tárgyi anyaga, ízlése, étrendje más, mint a fiataloké. Nyilván az életritmus módosulása is hozzájárul ehhez. Szintén vizsgálat alá kell vonni a nemek közötti különbségeket. A nők és a férfiak különböző ízlése (pl. az erős ízek) a táplálkozásban is megnyilvánul.

Napjainkra különösen igaz Morvay Judit 1960-ban megfogalmazott mondata: „egyoldalúak lennénk, ha a vizsgált területünk táplálkozását csak, mint az éhség megszűntetésére irányuló tevékenységet vizsgálnánk”.

Sokféle helyzetben lehet az ember és sokféle okból, néha mert éhes, néha mert úgy illik, néha mert annak jelentősége van, néha azért, mert, ezáltal, akár valamit elérni. S mindezt elmondhatjuk fordítva is. Nem eszik, mert úgy illik, nem eszik, mert annak jelentősége van, célja van. A parasztkonyha ételállománya jelentősen átalakult. a 21. századra számos olyan ételt elhagytak, ami már a 19. szá-

⁵⁷ Morvay 1962: 5.



zadban is csak a paraszti táplálkozás kultúra része volt. A századok során megváltozott a paraszti életszemlélet, értékrendet ezek az újítások a parasztnál először többnyire ünnepi étrendekbe kerültek be (lakodalmi étkezés). Az egyes ételek kiiktatásával új húskészítmények, körítés, torta és aprósütemény bevezetésével megtartott hagyományos elemei ellenére is teljesen megújult képet mutat a magyar konyha.

Az fő újítások az 1880-as években majd az I. és II. világháború után figyelhetők meg. A kezdeti ünnepi ételek (húskészítmények, sütemények, körítések) a 20. század közepére a vidéki (falusi) családok hétköznapi asztalán is általánossá vált. Az ünnepi táplálkozás változataiban kevésbé ragadható meg a „táji” jelleg. Az ünnepi ételek egységesülést mutatnak.

A magyar gasztronómia története arra tanít bennünket, hogy nem szabad túlbecsülni a modern sütés-főzési módszereket, és a régi ételeket sem szabad alábecsülni, mert az egészséges táplálkozás nyomait mind a kettőben fellelhetjük. Az ízletes magyar konyha sokrétű és gazdag. Talán nincs is olyan fogalom és emberi tevékenység, amelyre annyi közmondás, szólás és bölcsesség vonatkozna, mint az ételre, az élelmiszerre és a táplálkozásra. A magyar tájkonyhák tradícióit jelentő receptek a népi táplálkozás bölcsességét bizonyítják, hiszen a legegyszerűbb nyersanyagokból készíthető, a legkülönbözőbb ételvariációkat tartalmazzák.

A régi elfeledett ételek melyek a 20. század fordulóján készültek és az 1950-60-as években még valóságos hagyományos receptekre, népi kultúrára és szokásokra alapultak, ma már alig találjuk a mindennapi táplálkozásunkban.

Varga Gyula megfogalmazása szerint:

„a régi ízek, ételek felújítása nem cél, hanem megismertetése tanulság arra, hogy elődeink milyen ételekkel éltek át a történelmet s miként nevelték fel a ma élő generációkat, s ha tanulságait okosan használjuk, több bizonyossággal nevelhetjük fel utódainkat is.”⁵⁸

A hagyományos tájjellegű ételek (receptek) összegyűjtésével válik a hagyomány a mindennapjaink részévé. Az utóbbi években felértékelődött a hagyomány így a megújulás, a minőséget és a jövőt is jelenti.

⁵⁸ Varga 1993.



Felhasznált irodalom

BÁLINT Sándor

1972 A disznótartás és a disznótor szegedi hagyományai. *Móra F. Múzeum Évkönyve*. 1972/73. I. III.

BALLA Ferenc

1999 A népi táplálkozás interetnikus kapcsolatai Bezdánban. *Néprajzi Látóbatár* VIII. évf. 1–4 sz. 517–525.

BÁRKÁNYI Zoltán

1998 *Szlovák konyha*. Ethnikum szakácskönyvek Budapest

BÁTI Anikó – CSOMA Zsigmond – MÉSZÁROS Márta (szerk.)

2010 *Édes ünnepek és cukormentes bétköznapok a kora újkortól Magyarországon*. Szerepük és helyük az egykori és a mai falusi-városi táplálkozáskultúrában. Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem (StudiaCaroliensia; XI.)2009 A jól felszerelt konyha. Kell ma még tudni főzni? *Ethnographia* 120. (3). 243–252.2011 A kenyér és a kelt tészták mai táplálkozásunkban. In Vargyas Gábor (szerk.): *Párbeszéd a hagyománnyal: A néprajzi kutatás múltja és jelene: Tudományos konferencia a PTE Néprajz – Kulturális Antropológia Tanszék jubiláló professzorai: Andrásfalvy Bertalan, Filep Antal, Kisbán Eszter és Pócs Éva tiszteletére*. Budapest: L'Harmattan; PTE Néprajz – Kulturális Antropológia Tanszék, 2011. 487–499. (Studia Ethnologica Hungarica; 13.)2000 *A lakodalmi ételek, étrend változása*. Herman Ottó Múzeum Évkönyve, XXXIX. Miskolc: Herman Ottó Múzeum. 481–496. Miskolc2005 A nők munkába állása és a falu táplálkozáskultúrájának változásai a közelmúltban. In: Bati Anikó – Berkes Katalin – Elter András – Nobilis Julia (szerk.) *Parasztlelet, kultúra, adaptáció. 141–151*. Budapest: Akadémiai Kiadó2010 Megújuló receptek. A sütemények változó kínálata napjainkban. In Bati Anikó – Csoma Zsigmond – Mészáros Márta (szerk.): *Édes ünnepek és cukormentes bétköznapok a kora újkortól Magyarországon: Szerepük és helyük az egykori és a mai falusi-városi táplálkozáskultúrában. 349–362*. Budapest: Károli Gáspár Református Egyetem. (Studia Caroliensia; XI.)2000 Tárgyak-technológiák-szokások. Egy borsodi község táplálkozáskultúrájának változásai a XX. század második felében. In: Cseri M, Kósa L., Bereczki I. (szerk.) *Paraszti múlt és jelen az ezredfordulón: Magyar Néprajzi Társaság Vándorgyűlése*. Szentendre: Magyar Néprajzi Társaság,

BATÁRI Zsuzsanna

2004 *Régen és ma: Egy abajti falu táplálkozáskultúrája az elmúlt évtizedekben, különös tekintettel a két világháború közötti időszakra*. (Szakdolgozat) DENIA 3383

BERECZKI Ibolya

1982 *Csépa népi táplálkozása*. Eger–Szolnok1986 *Népi táplálkozás Szolnok megyében*. Debrecen

BIHARI NAGY Éva

2003a *Egy kistáj népi táplálkozáskultúrájának hagyományos elmei*. Doktori (PhD) disszertáció. Debrecen DENIA35762003b A leányélet változásai a bihari falvakban. *Rálátás* IV/1. 23–27.2004 A falusi porta téli ünnepe és a XX–XXI. század háztartási vívmányai. *Rálátás* V/4. 42–54.

BÓDI Erzsébet

1984 *Egy magyarországi lengyel falu táplálkozása*. (Studia Folkloristica et Ethnographica 11.) Debrecen



- 1985 A termelt javak feldolgozása és fogyasztása Bárádon. In *Báránd története és néprajza*. 337–339. Báránd
- 1990 Hagyományok ételek és étkezési szokások. In *Bakonszeg története és néprajza*. 319–342. Bakonszeg
- 1991 Etnikus jegyek és interetnikus kapcsolatok a gömöri magyarok népi táplálkozási kultúrájában. In *Interetnikus kapcsolatok a Kárpát-medence északi felében*. 46–47. Komárom.
- 1992 Mindennapi ételek és ünnepi étkezési szokások Biharnagybajomban. In *Biharnagybajom története és néprajza*. 477–492. Debrecen,
- 1992 Ünnepi kalács az alföldi néphagyományban. In Novák László (szerk.): *Hiedelmek és szokások az Alföldön I.* 427–446.
- 2002 Hagyományos ételek és étkezési szokások Konyáron. In *Konyár falukönyve*. 349–402. Debrecen
- CS. SCHWALM Edit – UJVÁRY Zoltán
1979 *Kérdőív a népi táplálkozás kutatásához*. Debrecen
- CSUPOR Tibor
1979 *A táplálkozás paradoxonai*. Budapest
- DANKÓ Imre
1976 Változások a magyar parasztság életmódjában, kultúrájában, különös tekintettel a dél-bihari síkságra. *Déri Múzeum Évkönyve* 1975. 393–477. Debrecen
- ECSEDI István
1935 *A debreceni és a tiszántúli magyar ember táplálkozása*. Debrecen
- ERDEI Ferenc
1971 Néprajzi inyesmesterség. *Mini Magyar Könyv*. Budapest: Szikra Lapnyomda
- FEHÉR Patrik – FÜREDER Balázs – VÁRVIZI Péter (szerk.)
2009 *A magyar gasztronómia és vendéglátás helyzete napjainkban*. http://szakmai.itthon.hu/documents/28123/121718/81_05_Magyar_gasztronomia.pdf/7b1c9438-8aea-4d8b-9473-84dd11b7a149 (letöltés: 2013. 11. 15.)
- FERCSEK Mihály
1958 *Galga menti ízek*. Tura
- FÜREDER Balázs
2009 A magyar gasztronómia változásai, avagy mikor milyen hatások érték konyhánkat, In Szónoky A. G. (szerk.): *Magyarok a Kárpát-medencében*. Tudományos nemzetközi konferencia. Szeged. 143–151.
- GHEORGHE Șişteşean
2001 Româniî din Ungaria – 2001 (Studiu de caz pe câteva sate). *Revistă de cultură*. LIMES anul IV. nr. 1–4 (13–16) Zalău, 107–136.
- GFK-HUNGÁRIA
1997 *Táplálkozási szokások Magyarországon*. Budapest
2003 *Étkezési szokások 1989–2003*. Budapest
- GUNDEL Károly
1998 *Kis magyar szakácskönyv*. Budapest: Corvina Kiadó
- HAGYMÁSY Sándor
1982 Táplálkozási szokások Túrkevéen. 101. *Múzeumi Levelek*. Szolnok
Hagyományok – Ízek – Régiónk Magyarországon hagyományos és tájjellegű mezőgazdasági és élelmiszer-ipari termékeinek gyűjteménye I–II.
- 2003 Budapest: AMC Agármarketing Centrum – Földművelésügyi és vidékfejlesztési Minisztérium
- KARDOS László
1943 *Az Őrség népi táplálkozása*. Budapest [Új kiadás 1982]



- KEMÉNYFI Róbert
1994 *Az etno(kultúr)geográfiai vizsgálatok két magyar–román faluban.* Debrecen
- KETTER László
1985 *Gasztronómiánk krónikája.* Budapest: Mezőgazdasági Könyvkiadó
- KISBÁN Eszter
1963 *A népi táplálkozás alakulásának problémái. Műveltség és Hagyomány. táplálkozási táj.* MNL. 5. Budapest: Akadémia Kiadó
1982 *Korszakok és fordulópontok a táplálkozási szokások történetében Európában. Néprajzi vázlat. Ethnographia* XCV. 384–400.
1989 *Népi kultúra, közkultúra, jelkép: a gulyás, pörkölt, paprikás. Életmód és tradíció* 4. Budapest
1997a *Táplálkozáskultúra.* In: *Magyar Néprajz* IV. 417–581. Budapest,
1997b *Étkezések, ételek – új formák és intézmények az újkori magyar táplálkozáskultúrában.* In *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században.* Kalocsa
- KISS Lajos
1923 *A hódmezővásárhelyi ember eledelei. Ethnographia* 24. 168.
- KNÉZY Judit
1968 *Somogy régi ételei.* Mezőgazdasági Kiadó. Budapest.
2006 *Újítások a falusi közösségek táplálkozási kultúrájában Magyarországon (1920–1970). Somogyi Múzeumok Közleménye.* 17/C. 55–68. Kaposvár: Somogy Megyei Múzeumok Igazgatósága
2007 *A táplálkozási hagyományok és innovációk átadásának módjai a parasztszaladokban.* In: Örsi Julianna (szerk.): *Mikroközösségek.* 217–228. Túrkeve–Szolnok: MTA Jász-Nagykun
- KOVÁCS Éva
1982 *Táplálkozási kultúra Dobrán. Hazai Tükör,* 41. évf. 11. szám 860–865.
- LAJOS Attila
2005 *Az egészségudatosság sajátos vonásai a 14–18 éves korosztályban, különös tekintettel az élelmiszerfogyasztásra.* Gödöllő doktori (PhD) disszertáció
https://szie.hu/file/ti/archivum/Lajos_Attila_ertekezés.pdf (letöltés: 2013.12.17.)
- LEHOTA József
2001 *Élelmiszer-gazdasági marketing.* Budapest: Műszaki Könyvkiadó
- LOSONCZI Ágnes
1972 *A táplálkozás társadalmi és emberi viszonyai. Valóság* 16–29.
1977 *Az életmód az időben, a tárgyakban és az értékekben.* Budapest: Gondolat
- MÉSZÁROS László
1970 *Régi étkek–mai ízek.* Budapest: Minerva Kiadó.
- MORVAY Judit – KRESZ Mária
1976 *Táplálkozás, konyha, kamra, cserépedények (Kérdőív és gyűjtési útmutató). Néprajzi Közlemények* XX. évf. 9–17.
- MORVAY Judit
1962 *Népi táplálkozás. Útmutató füzetek a néprajzi adatgyűjtéshez* 6. Budapest
- NÉMETH Péter
1992 *Németh Mária szakácskönyve (1867).* Folklor és Etnográfia 63. Debrecen
- ROMSICS Imre – KISBÁN Eszter
1997 *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században* Kalocsa
- SÁRI Zsolt
1999 *A paraszti asztal örömei.* Szolnok.
2008 *Mai divatok,* In Csapó K. – Füreder Balás – Sári Zsolt: *Reneszánsz ételek – Ételek reneszánsza.* MKVM, Budapest 41–67.



- SCHRAM Ferenc
1961 Összefüggések az úri és népi konyha között. *Ethnographia* LXXII. évf. 2. szám 266–277.
- SELMECZI KOVÁCS Attila
2012 Eszköztörténet és tárgykultúra. Magyar Néprajzi Könyvtár. Debrecen
- SZABÓNÉ PATAKY Eszter – PAKAINÉ KOVÁTS Judit
1999 A kultúra és a marketing összefüggései. *Marketing és Menedzsment*, 5, 39–43.
- SZALACSI RÁCZ Mária
1976 A bihari házikenyér. *Bihari Múzeum Évkönyve* I. 112–121. Berettyóújfalú
- SZÁNTÓ András
1986 *Eleink ételei*. Budapest: Mezőgazdasági Könyvkiadó
- SZARVAS Zsuzsa
1992 Családi hagyomány – egyéni szükséglet. Falusi háztartások tárgyai. In *Közéletek*. Néprajzi, történeti, antropológiai tanulmányok Hofer Tamás 60. születésnapjára. 255–261. Debrecen
- SZIGETI Andor
1999 *Népi konyha. Dunántúli ételek ételei*. Budapest: Planétás Kiadó
2001 *Népi konyha. Tiszán innen-Tiszán túl*. Budapest: Planétás Kiadó
- SZILÁGYI Ágnes – HUNYADVÁRI Lászlóné
1988 *Az egészséges életmód étrendje*. Budapest: Innomark Marketing – Tanácsadó Fejlesztő Vállalat
- T. BERECSKI Ibolya
1986 *Népi táplálkozás Szolnok megyében*. *Studia Folkloristica et Ethnographica* 19. Debrecen
1995 *Útmutató a népi táplálkozási kultúra gyűjtéséhez*. Szolnok
- TUSOR András
2003 Gasztronómia. (<http://www.mek.iiif.hu/porta/szint/human/haztart/gasztro/html> 2003.06.20.)
- TUSOR András
1999 Gasztronómia. Étél- és italismeret. Budapest: Képzőművészeti Kiadó és Nyomda.
- UJVÁRY Zoltán
1991 *Nép táplálkozás három gömöri völgyben*. Gömör Néprajza XXIX. Debrecen
- VAJKAI Aurél
1947 A magyar nép táplálkozási kutatása. *A magyar népkutatás kézikönyve*. Budapest
- VALUCH Tibor
- VARGA Gyula
1993 A népi táplálkozás Hajdú-Bihar megyében a XX. század első felében. *A Hajdú-Bihar Megyei Múzeum Közleményei* 52. Debrecen
- VIGA Gyula
2004 *Tájak, ízek, ételek. Borsod-Abaúj-Zemplén megyében*. Miskolc

Éva Bihari Nagy

FLAVORS AND VALUES:

HUNGARIKUM-S IN A CHANGING GASTRONOMY – METHODOLOGY

Lifestyle research, including food consumption research, seems to receive an ever increasing amount of attention in the 21st century. This study will give an account of the methodological and application peculiarities of the research of this field so far, as well as



DEBRECENI EGYETEM



SZÉCHENYI TERV

of the relevant changes in this respect. It will shed light on the relationship between *hungarikum* research and diet, as well as between the peculiarities of a given region, the settings of food preparation, and generational differences (supported primarily through examples from the Bihar region, collected recently on the spot with the help of special methods of ethnographic research).

The study is expected to provide some basis for those involved in dietary research to facilitate the exploration of *hungarikum*-s as well as that of the traditional and more recent ranges of food flavors. It intends to attract attention to the importance of major changes related to dietary culture (such as innovation, new raw materials and techniques), which are essential to be involved in the scope of research.

The traditional recipes of regional cuisine in Hungary reinforce the assumption about the wisdom saturating folk foodways, as they contain the most diverse dish varieties that can be prepared out of the simplest ingredients. At the same time, my study is also a call for the preservation and collection of traditional flavors (even if it implies the use of more recent technologies) in order to present the qualitative and quantitative differences that have occurred due to the introduction of the innovations. It offers a guideline for this activity and identifies points of departure for further research.

Tradition becomes part and parcel of our everyday life through the activity of collecting conventional and time-honored regional food specialties (or their recipes). In recent years, traditions have been assessed as more precious than before, and this means that innovation also stands for revival, high quality, and reliable future.