

Báti Anikó

A kenyér és a kelt tészták mai táplálkozásunkban

A XXI. századból visszatekintve az elmúlt több mint ötven év gazdasági, társadalmi eseményei már történelemnek számítanak, ezért dokumentálnunk kell a ma még élő idős emberek emlékezetével elérhető múltat, azon belül a táplálkozáskultúrában bekövetkezett változásokat is. A mai fiatalok az iskoláztatás, a kiszélesedő kommunikációs csatornák révén sokkal több információval rendelkeznek a világról, mint elődeik, mindez befolyásolja az étkezésüket. Ezt a folyamatot is rögzítenünk kell a néprajz eszközeivel. A mai falu táplálkozáskultúrájában számos olyan elem van, amelyet korábban nem tapasztalhattak, nem vizsgálhattak a kutatók. A nők munkába állása miatt a gyerekek és az idősek ellátását nem tudják családi kereteken belül megoldani. A háztartások élelmiszer-szükségletének egyre nagyobb mennyisége származik vásárlásból, a nyersanyagokat és a készételeket is a boltból szerzik be. Megfigyelhető a pénz és az idő megítélésében bekövetkezett változás: pénzt költenek olyan élelmiszerekre is, melyeket korábban maguk állítottak elő. Elektromos háztartási gépet vásárolnak, melyek megkönnyítik a házi munkát; sokféle forrásból új recepteket tanulnak. Ugyanakkor egyes technikákat, technológiákat, ételeket teljesen elhagytak, vagy már csak az idősek ismerik ezeket.

A kenyér

A fenti változások hatását most csupán egyetlen ételosztályon vizsgáljuk. Gabonaételeink közül a táplálkozásban betöltött szerepe miatt kiemelkedik a kenyér. Tápláló, fontos vitaminokat és rostokat tartalmaz, alapélelmiszer. A kenyér történetét, jelentőségét, táji típusait Kisbán Eszter munkássága¹ révén ismerhettük meg. A legtöbb táji, lokális monográfiában² a táplálkozásról szólva részletesen leírták a kenyérsütés menetét, kevés szó esett viszont arról, hogy miként zajlott le a bolti kenyérré való áttérés a közelmúltban. Tanulmányomban az elmúlt ötven évben a kenyér és egyéb kelt tészták készítésében és fogyasztásában bekövetkezett változásokat mutatom be a Borsod-Abaúj-Zemplén megyei

¹ Kisbán 1966, 1968, 1970, 1984, 1997a, 1997b.

² Bálint 1962, Bereczki 1982, 1985, 1986, 1993, Fél-Hofer 1997, Gunda 1932, Kisbán 1984a, Morvay 1956, 1965, Nagy 1980, Paládi-Kovács 1982, Romsics 1998, Schwalm 1974, 1975, 1989, Ujváry 1991, Varga Gy. 1993, Varga L. 1992, 1997.

Cserépfalu példáján, három generáció táplálkozását összehasonlítva. A főtt tészták és az egyéb cereáliák tárgyalása meghaladná az előadás kereteit.

A kenyér és az egyéb tésztafélék alapanyagául szolgáló, egész évre elegendő gabonát Cserépfaluban a parasztgazdák a kis- és törpebirtokokon nem tudták megtermelni, ezért részesművelést, summásmunkát vállaltak, illetve a faárúk, a mész, a gyümölcs értékesítésekor kaptak pénzt vagy gabonát. A legfontosabb kenyérnövény a búza volt, de csak az 5-10 holdas vagy ennél nagyobb birtokos gazdák³ sütöttek tisztán búzalisztból, a szegényebbek a búzát (*élet*) rozsszal (*gabona*)⁴ 2/3- 1/3 arányban keverték. A cserépfalui gőzmalomba vagy a kácsi vízimalomba hordták a gabonát megőröltetni, egyesek két-háromhavonta, mások az egész évre valót ősszel, egyszerre vitték el. A megőrölt kenyérlisztet és gyúrolisztet nagy lisztesládában, a kamrában tárolták, a korpát az állatoknak adták.⁵ Egy-két hetente sütöttek négy-hat nagy kenyeret.

A pénz elértéktelenedése miatt közvetlenül a háború alatt és után a búza és a liszt fizetőeszközként is szerepelt, tovább cserélték más árukra. A második TSZ megszervezése után, 1957-től már elsősorban vásárolták a lisztet, az 1960-as évek közepétől pedig a kenyeret is. A boltokban csak búzalisztet lehetett, lehet kapni, minőségi megkülönböztetésként rétesliszt és finomliszt néven.⁶ Napjainkban emellett búzadarát árulnak, más őrleményt nem fogyasztanak már. Továbbra is a liszt a legalapvetőbb alapanyag. A pénzhiány, az árváltozások ellenére mindig, mindenkinek meg kell vennie, de nem halmoznak már föl belőle egész évre szükséges mennyiséget, csupán 1-2, esetleg 10 kg-ot vesznek egyszerre. A kereskedelmi árukinálat folyamatosan bővül, szinte minden olyan élelmiszer kapható Cserépfalu boltjaiban, amelyeket a környező városokban is árulnak. Az ellátás a liszt tekintetében állandó, megbízható. A legtöbb cikkből különböző árú, különböző minőségű választék is van.

A liszt 1 kg-os csomagolásban a felhasználástól függően rövidebb- hosszabb ideig áll a konyhában, sok helyen kis fém, műanyag lisztes dobozba öntik ki a papírzacskóból. A boltban árult liszt minősége azonban közel sem volt olyan jó, mint a saját lisztjük volt. A gyakorlott háziasszonyok még megpróbálnak a gyenge minőségű, gyúrni való liszten javítani: összekeverik, az úgy nevezett réteslisztet és a finomlisztet, és a tésztába a szokásosnál több tojást tesznek.

³ 1941-ben a lakosság 40%-ának 1 kat. holdnál kisebb, 41%-nak 1-5 kat. hold közötti birtoka volt. 5 kat. holdnál nagyobb birtokkal mindössze 62 fő rendelkezett.

⁴ A rozs neve gabona a Mátraalján, a barkóknál. Morvay 1956, 107.

⁵ Hegyi 1964, 365.

⁶ Vö: Dömötör 1995, 518.

A kelt tészták készítéséhez szükséges erjesztő anyagot, a gyári sajtolt élesztőt mindenki a boltból veszi meg, egyszerre nem túl nagy mennyiséget, mert ha hosszabb ideig áll az élesztő, akkor romlik a minősége. Tovább eltartható a szárított élesztő, de ezt inkább a fiatalabbak kedvelik, az idősebbek szerint nincs olyan jó, mint a friss. A kovászmag a kenyérsütéssel együtt kopott ki a használatból.

Az 1960-as évek közepétől a legfontosabb élelmiszerüket, a kenyeret is boltból vásárolják.⁷ A parasztgazdaságok az önellátás eszményét a kenyérsütés abbahagyásával adták föl teljesen. Az áttérés nagyon nehéz volt, sok lemondással járt. Az adatközlők a kenyérről beszélve szinte újra átértékelték azt a nehéz korszakot, azt a sok konfliktust, amíg a *“bóti kenyérig”* eljutottak. Íme néhány példa: *“Azok már pékkenyeret esznek! Még mink sütünk, nem veszünk a bótbul! -mondtuk.” “Feketének tartottuk a pékkenyeret. Jaj, de barna ez a kenyér, hol áll ez a házi kenyérhez? De csak meg kellett szokni, mert nem sütöttünk kemencében. Nehezen szoktuk meg a pékkenyeret. Nem tartott olyan sokáig, kicsinek tartottuk. Ha a házi kenyeret megszeltük, akkor eltartott pár napig azért, az meg mindjárt elfogyott. Abbul duplán kellett szelni, de ha a házi kenyeret körbeszelték, az jó nagy karaj vót!. Nem vót ilyen szép fehér kenyér, mint most, hanem korpás lisztbül, barna kenyér vót. Az oroszokéhoz hasonlította édesapám, azt mondta, hogy a Donnál ett ilyet, barna kenyeret.” “Jobb vót, amit magunk süttünk, biztos. Mert most még jó is a kenyér, de ezek előtt vót még olyan, hogy nem vót jó a kenyér.”* Nem csak egy élelmiszerről, de egy több évszázados életforma gyors változásáról is szó volt.

A kenyérsütés menete gyűjtéseim és a szakirodalmi adatok⁸összevetése alapján korszakunkban nem változott, így arra itt nem térek ki, csupán a kenyérvásárlásra való áttérés folyamatát, a változás okait kerestem.

A legtöbb háztartás viszonylag egy időben, az 1960-as években tért át a kenyérvásárlásra, de még körülbelül tíz évig lakodalmakra, nagyobb ünnepekre háznál sütöttek kenyeret, ezzel csökkentve a pénzbeli kiadásokat. A kenyérsütés eszközkészlete a sütés elhagyása után szinte teljes egészében elvesztette funkcióját. A tárgyak többsége a padlásra került, nem használják őket, állaguk megromlott, sok mindent

⁷ A Magyar Néprajzi Atlasz kiegészítő gyűjtése során az 1960-as években már problémát jelentett a gyűjtőknek, hogy az adott településeken lefényképezzenek egy ott készült kenyeret. Ezt korábban minden gond nélkül megtehették, de ekkorra már szinte az ország minden falvában felhagytak a kenyérsütéssel. Ez az Atlasz adataiból természetesen nem derül ki. Az információt ezúton is köszönöm Kisbán Eszternek.

⁸ Kenyérsütésről lásd Gunda 1932, Bálint 1962, Hegyi 1964, 366–368, Kisbán 1966, 1970, 1984, 772–773, 1997b, 456–459, Bereczki 1982, 191–199, 1985, 530–533, 1986, 60–64, Cs. Schwalm 1989, 392–398, Fél - Hofer 1997, 198–199.

“régiségkereskedőknek” adtak el. A faragott fatálat,⁹ dagasztóteknőt és a lábat is disznóöléskor használják.

A kenyérsütés elmaradásának számos oka volt. Ezek egy időben, egyszerre jelentkeztek, és végül a kenyérvásárlásra kényszerítették a családokat. A korábbi időszakok problémáit még áthidalták: szárazság, rossz termés, pénzhiány, élesztőanyag hiánya, de itt már sokkal többről volt szó, nem tudtak a háztartások mást választani. Hamarabb abbahagyták a sütést ott, ahol a második generáció akkor még fiatal, iskoláskorú tagjai elkerültek a faluból. Kisebb lett a család, már nem fogyott annyi kenyér, mint korábban. A lányok, menyecskék nem segítettek az első generációnak, mert tanultak, dolgoztak, az idősek számára pedig már fizikailag megerőltető volt a rendszeres sütés. A fiatalok nem tanultak meg dagasztani, kenyeret készíteni, így ez a tudás elenyészett, és az első generáció is kiesett a gyakorlatból. A kemencéket – mivel négy-öt nagy kenyérré voltak méretezve – a kevesebb kenyeret fogyasztó családnak heti egy-két kenyérért nem érte meg felfűteni, másrészt fához sem tudtak könnyen hozzájutni. A jó minőségű búzát is nélkülözniük kellett, pénzük pedig nem volt, hogy megvásárolják. Az 1950-es évektől épülő házakban, különösen a 1960-as évek kockaházaiban már nincs kemence. Ez annak a jele, hogy lemondtak a sütésről, a bolti ellátás javulásával megvásárolták a kenyeret, amely kisebb méretével a fogyasztást, a szeletelést is megváltoztatta.

Az idősebb, ügyes kezű, jó gazdasszonyok a bolti kenyér mellett is sütöttek még rövid ideig, főleg télen. Döntésüket igazolta, hogy a pékségből származó kenyér gyakran gyenge minőségű volt, olykor a felszeletelése is problémát okozott: a keletlen tésztából, félig átsütött kenyér szinte ráragadt a késre, máskor pedig amiatt nem lehetett vágni, mert morzsálódott. Sokszor kellett sorban állni a bolt előtt a kenyérért, és még így is előfordult, hogy nem jutott mindenkinek. A rokonok, szomszédok megpróbálták együtt sütni egy-egy kemence kenyeret, amit aztán háti kosárban vittek haza, de ez az együttműködés sehol sem maradt fenn hosszú ideig.

A kenyérnek a táplálkozásban betöltött jelentősége a fenti nehézségek ellenére sem csökkent. A kezdeti minőségi problémák is rövidesen megoldódtak, a kenyérfogyasztás igazodott a kisebb méretű bolti kenyerekhez. Az 1970-es évektől 1 kg-os és 2 kg-os kenyérből választhattak, általában kétnaponta vettek egy 2 kg-osat, mindenki fehér, búzakenyeret evett.

Korábban nem fogyasztottak friss kenyeret: ”*friss kenyérből több fogy*” -mondták. A kenyérsütés napján kenyértésztából készült egyéb tésztaféléket ettek: *cipót*, hájjal megkent *kenyérlángost*, forró vízzel megöntött *lúdnnyakot* tepertővel, kolbásszal vagy dióval, *bélest*

⁹ Szakajtót, fatálat már az első generáció sem használta, tepsiben kelesztették a tésztát.

[túrós lepényt] sütöttek.¹⁰A nagy kenyereket két hétig is lehetett tárolni a kamrában a ládán felállítva,¹¹ a szegettet meg vászonruhába takarva a *kasban* vagy a *konyhakaszliban*.

Ma szinte tobzódnak a kenyérben, csak friss, esetleg egynapos kenyeret esznek a háztartások többségében. A kenyér vásárlásakor a fő szempont az lett, hogy meddig őrzi meg frissességét, meddig tartható el. A pékségekben csak 1 kg-os kenyeret sütnek – ennek nagyon vékony a héja, a korábbi tárolási módot nem bírná, gyorsan kiszáradna -, ma már csak ezekre van igény. Hamar elfogy a kilós kenyér, de éppen emiatt többször kerül az asztalra friss. A bolti ellátás zavartalan, két-három pékségből (Egerből, Mezőkövesdről, Szihalomtól) is szállítanak jó minőségű kenyeret. A legtöbben fehér kenyeret vesznek, de lehet kapni félbarna kenyeret is. A harmadik generáció körében terjed a barna, sok magvas, korpás kenyér fogyasztása a reklámok hatására, ezt a környező városokban veszik meg.

A kenyeret az első és a második generáció főként a konyhaszekrény erre kialakított részében tárolja. Újabbán fémből, vagy fából készült kenyértartókat vesznek, amelyek a konyhában bárhol elhelyezhetők, dekoratívak, de sehol sem teszik őket olyan kiemelt helyre, mint korábban a fonott, kerek kosarakat a sarokpadon. A kenyerek alakjához, méretéhez igazodva ezek a tartók négyszögletesek, nem túl nagyok. A friss kenyeret – hogy állagát megőrizték - korábban vászonruhába takarták, napjainkban a kenyértartón belül nylonzacskóba teszik, hogy ne szikkadjon. A kenyeret eddig nem lehetett hosszabb ideig úgy tárolni, hogy ne romoljon a minősége. A hűtőládák elterjedésével ez a probléma is megoldódott. A kenyeret becsomagolják, lefagyasztják, így a felolvadás után is megőrzi frissességét. Ha a boltban egyszerre több kenyeret vesznek is, így szinte korlátlan ideig el tudják tartani. Néhány óra alatt kiolvad magától, de mikrohullámú sütőbe téve fel lehet gyorsítani a folyamatot. A fiatalok közül sokan fagyasztják le a kenyeret, de az idősebbek szerint az már nincs olyan jó ízű.

A szárazabb kenyér egy részét még fölhasználják, elfogyasztják: pirítósnak, bundás kenyérnek, fasiozottnak. A bolti kenyérrel párhuzamosan megismerték a zsemlemorzsát, de a krumplis, főtt tészták ízesítőjeként nem szorította ki a búzadarát. Morzsát csak a rántott húsrá tesznek.

Az étkezés végén megmaradt kenyérdarabokat a kutyának vagy a macskának adják, a száraz kenyér nagy része a moslékba kerül; ha nem tartanak disznót, akkor, például a szomszédnak gyűjtik össze, kenyeret nem nagyon dobnak ki.

¹⁰ Kenyér sütéskor az ország nagy részén hasonló tésztákat készítettek, eltérés csak a terminológiában van. Bereczki 1982, 191, 1986, 61 térkép 63-64, Cs. Schwalm 1989, 400-401, Ujváry 1991, 108-109, Fél - Hofer 1997, 199.

¹¹ Felfüggesztett kenyértartót nem használtak. Kisbán 1997b, 459.

A kenyér táplálkozáskultúrában betöltött szerepét hangsúlyozta az is, ahogy bántak vele. Nemcsak ételem volt, hanem annál több: meghatározott helye volt az asztalon, szépen hímzett ruhával takarták le. Csak a gazda szelhetette meg, fogyasztását a gazdasszony felügyelte. Ha leesett egy darab, felvették, megcsókolták.¹² A kenyér ma is fontos táplálék, de már nincs akkora jelentősége, olyan jelentése, mint amikor még a maguk termelte gabonából sütötték. Jól kifejezi ezt a változást például, hogy ma az az egyik legkedveltebb kenyérfajta, amit nylonzacskóba csomagolva, előre felszeletelve árulnak. A pékség a karaj kenyerek vastagságát is “beszabályozza”. Korábban lényegesen vastagabbra vágták a szeleteket, a mai szélességet a kenyérpírtógépek befogadóképessége határozza meg!

A kenyér *elszelése* a tálalás utolsó lépése, amikor már mindenki az asztalnál ül. Az első generációnál mindig a családfő vágta a kenyeret, de a szervezett étkezéseken kívül mindenki szeghetett magának. A második és a harmadik generáció körében gyakoribb, hogy ez is a háziasszony feladata az étel tálalása mellett. A felszeletelt kenyér vásárlásával ezek a cselekmények végleg elmaradnak, a kenyér elvesztette kiemelt szerepét. A kenyeret tányéron, kenyérkosárban rakják az asztalra. A kenyeret az idősebbek harapják, a fiatalabbak inkább törik.¹³

A kenyérfogyasztás és ennek megítélése generációnként és családonként is változó, szinte szokás kérdése. Ma változatosabb az étrend, jól lehet lakni mással is, a kenyér nem szerepel minden étkezésen. Az idősebbek általában többször, több kenyeret fogyasztanak, mint a fiatalok. Néhány most alapított új háztartásban pedig nem is vesznek kenyeret, csak péksüteményt, amely a kenyér alternatívája lett. Mindhárom generáció kedveli a kiflit, a zsemlet, főként reggelire, tejtermékekkel tálalják. A kenyér önmagában, frissen fogyasztva kiegészítő. Hideg étkezéseken a kenyérhez esznek valamit: szalonnát, kolbászt, gyümölcsöt, felvágottat, szalámit, vagy kenyérre kenve lekvárt, zsírt, hájat, vaját, mézet, újabban májkrémet, margarint.

A legidősebbek így emlékeznek a korábbi szokásokra: „*Nekem a nagymamám elszelt egy karaj dinnyét, egy karaj kenyeret, avval jól kellett lakni, de a mai napig is így eszem a dinnyét. Vót, hogy cukros kenyeret adott, az vót az étel.*” Kenyeret aprítottak egyes ételekbe is. Van, aki még ma is így fogyasztja: „*A bableveshez hártavékony kenyereket szeltünk, beletörtük a tálba, úgy ettük a babot.*” „*Aludtjetet, tejfölt sokszor úgy ettük közös tálból, vót kerek fakanalunk, mindenki kanalazta magának. Beleaprítottuk a kenyeret. Nagyon jó vót, nyárban különösen.*” Minden olyan leveshez kenyeret esznek, amelyben nincsen tészta,

¹²Hasonlóan Átányon: Fél - Hofer 1997, 195–196.

¹³Hasonló adatok: Fél - Hofer 1997, 302, Ujváry 1991, 210.

kivéve a gyümölcslevest. Van, aki kenyeret eszik a főtt húshoz és sok húsos, zöldséges ételhez is, például a töltött káposztához, a rántott húshoz, a rakott krumplihoz, a mártásokhoz, a főzelékekhez.

A pékségek által süttött kenyérrel olyannyira elégedettek, hogy az ünnepi, az úrasztalára szánt kenyeret is ott süttetik, onnan rendelik. Ez nagyobb, mint amit hétköznapi fogyasztanak. A faluban körülbelül tíz helyen még ma is áll az udvaron vagy a nyári konyhában az eredeti, régi kemence, többségüket csak lakodalmakkor használják, de van, ahol kisebb családi ünnepekre is abban sütnék még. Ezek nagyon kivételes alkalmak, a sütést teljes egészében az első generáció még néhány aktív tagja végzi.

A kenyér történetében a 21. század új fordulatot hozott Cserépfaluban: megjelent a kenyérsütő gép. Az általam vizsgált csoporton belül öt háztartásban használnak kenyérsütőt, a második és a harmadik generáció tagjai. Egy kivétellel hetente többször is sütnék benne fél-egy kilogrammos kenyereket. Az egyik adatközlőmnek megvan még a nagymamája kemencéje, abban is szokott sütni nagyobb családi ünnepekre, disznóvágásra. Hétköznapi a gáztűzhely sütőjében és újabban a kenyérsütő gépben is alkalmanként más-más méretű kenyér készül. A régi és az új technológia jól kiegészíti egymást. A kenyérsütő gép a tésztakészítés, a dagasztás, kelesztés, sütés folyamatát is teljesen automatikusan végzi. Nem szükséges hozzá semmilyen különleges tudás, a gép leírását követve elkészíthető a kenyér. A háziasszony pontosan kimért hozzávalókat megfelelő sorrendben beteszi a sütőformába, majd a gép programjai közül kiválasztja a készülő kenyérnek megfelelőt. A friss kenyér illata a legfontosabb indok az idősebbeknél és a fiataloknál is arra, hogy megvették ezt a gépet. Emellett fontos szempont az is a vásárláskor, hogy a kenyérsütőben készült kenyérben nincs mesterséges állománynövelő, ezért egészségesebb is. A kenyérsütő géppel meg tudják oldani a speciális diétára szoruló beteg ételmezését is. A sütés sikertelensége esetén a kenyeret nem fogyasztják el, az állatoknak adják, vagy kidobják.

A kenyérsütő egyben a háztartás modernségét, jól felszereltségét is kifejezni hivatott. Használaton kívül a konyha, az ebédlő látható, nyilvános helyén tárolják. A sütéshez szükséges hozzávalókat a helyi boltokban is be lehet szerezni, mert megfelelő az alapellátottság. A speciális lisztkeverékeket a környező városokból szerzik be. A gép programjai nagyon sokféle kenyér készítését teszik lehetővé, ehhez recepteket is kínálnak. Minden háztartásban van külön receptkönyv is a kenyerekhez. Az idősebbek egy-két félét próbáltak ki: fehér vagy félbarna kenyeret sütnék. A recepteket saját tapasztalatuk alapján alakítják tovább, például a szárított élesztő helyett frisset, az olívaolaj helyett zsírt használnak. A második generációs háziasszonyok tudása, ízlésvilága kevésbé rugalmas. Az új technológia

mellett ragaszkodnak a megszokott alapanyagokhoz. A fiatalok bátran kísérleteznek: paradicsomot, szalonnát, szalámit, sokféle magot, zöldsűszereket is tesznek a kenyérbe. Az így elkészűlt kenyér ételajándék is lehet: családtagjaiknak, ismerűsűknek, munkatársaknak visznek belűle kűstolűt, ezzel is ajánlva a gűpet. A fiatalok kihasználják a kenyűrsűtű dagasztű programját is, a pizza tűsztát is abban készűtik el, műg az idűsebbek jobban bűznak a kezűkben, azzal őrzik, hogy megfelelű-e a tűszta.

A gűpi kenyűret is kenyűrtartűkban tűrolják, de tulajdonságai lehetűvű teszik, hogy vűszonruhával, konyharuhával takarják le, mint a kemencűben sűlt kenyűreket, így sem sűrad ki. A bolti kenyűret nylonzacskűban tartják mellette.

A kenyűrsűtű gűpben készűlt kenyűr a sűtűforma szerint állű vagy fekvű hasáb alakű, de ez nem befolyásolja a fogyasztást. Egy helyen volt csupán kezdetben kűrdűs, hogy a kenyűr mely rűszűt szeljük meg. Ezek a kenyűrek sűrűbbek őr vastagabb a hűjuk, mint a bolti kenyűreknek. Ez nűveli az eltarthatasűgukat, ami fontos szempont. Ugyanakkor a friss kenyűrbűl tűbb fogy, a karűjok is nagyobbak a boltinál. Minden hűztartásban megnűtt a kenyűrfogyasztás, miűta maguk sűtnek! Ennek az őrrendre, az őrkezesű szokásokra gyakorolt hatását műg vizsgálnom kell a továbbiakban. Egy nemrűg alakult hűztartásban kizárűlag maguk sűtűtte kenyűret esznek. A fűrj őr a felesűg szokásai műg nem rűgzűltek, így kűnnyen beépűlt ez az újítás. A legtűbb helyen viszont a gűpi kenyűr nem szorította ki teljesen a bolti kenyűret, a család tagjai saját őrleűsűktűl fűggűen egyiket vagy műsikat fogyasztják. Van, ahol a fűrj, műshol a hűziasszony ragaszkodik inkább a lazább szerkezetű, puhább, vűkonyabb hűjű bolti kenyűrhez. Nagyobb vendűglátás esetén is a bolti ellátásra tűmaszkodnak, a kenyűrsűtű gűp kapacitása csupán egy család egy-kűt napi sűrűksűgletűt tudja fedezni.

Ebben az őrben, 2006-ban, Cserűpfaluban őr új kemencűt őrűtettek, ezeket a hűtvűgűn, őrnnepi alkalmakkor használják a harmadik generaciű tagjai. Kenyűret, kalácsot, malacot sűtnek benne, felhasználva a műg meglűvű rűgi kenyűrsűtű eszűkűzűket, pűldául a tepsiket, teknűt, fatálat. Az elsű generaciűtűl kűrnek tanácsot a felfűtéshez, a sűtéshez. Az új kemencűknek a tűplálkozásban elfoglalt helyűt, jelentűsűgűt műg vizsgálnom kell a kűzeljűvűben.

Kalácsok, egyéb kelt tűszta

A kalács a legelűkelűbb helyen áll a sűlt tűszta kűzűtt: a mai napig rűsze az őrnnepi, lakodalmi őrtelesornak. Három-nűgy őrba font *csupas*,¹⁴ őr diűval, műkkal, tűrűval tűltűtt *hajtott* kalácsokat is készűtettek. Az 1970-es őrvektűl a pűksűgbűl tűltetlen, dűszűtetlen kalácsot vásárolnak. Kalácsot adtak őrtelesajándékűként a *lesűknek*, a csigacsinálűknek, őr az 1980-as

¹⁴ Hosszűkás, fonott forma. Vű: Kisbán 1997b, 521.

évekig a papnak, a jegyzőnek, a harangozónak –ma már itt torták szerepelnek. Az első és ritkábban a második generáció minden nagyobb ünnepre sült *hajtott* és *csupasz* kalácsot, de a kemencék elbontásával ez elmaradt.¹⁵ Helyette karácsonykor bejglit sütnék. Formailag ez is töltött kalács, de sokféle variációja van; a tésztája vajjas, kelt tészta. Húsvétra aprósüteményeket kínálnak, csak az idősebbek készítenek kelt tésztát a locsolkodóknak.

Kalácsnak hívják a kalácstésztából készített, négyzetekbe vágott, félbehajtott, lekvárral, túróval töltött buktát is, amelyet ünnepekre, vasárnapra sültöttek. Szintén kalácstészta az alapja *a vízen kullogónak* a töltetlen *puffancsnak* is. A *béles* kenyértészta alapon cukrozott túró és főtt krumpli keverékével ízesített sütemény. A túró tetejét felvert tojással kenik meg, nem fedik be másik tésztalappal. *Bélest* sültöttek szinte minden kenyérsütéskor, a vasárnapi ételsornak is része volt, valamint egészen az 1990-es évek végéig a lakodalmat megelőző napon a segédkezőknek kínálták ebédre második fogásként. A *mákos bobajkát*, *lúdynakot* kenyértésztából, ritkában kalácstésztából sültöttek, az ujjnyi vastag rudacsákát forró vízzel megöntötték, cukros mákkal ízesítették, hétköznap, kenyérsütéskor fogyasztották, summásoknak is készítették.¹⁶

Zsírban sültöttek a *pampuszkát*, a fánkot farsangkor, a fonók idején, illetve a lakodalmi előkészületekre. Porcukorral, lekvárral ízesítették. Ma főként az idősek sütik, de már nem csak télen készítik. Még mindig ünnepi jellegű, a lakodalmi segédkezőknek is találják.

Hétköznapokon, nagyobb munkaalkalmakra is sültöttek, sütnék tejfölös, tepertős *bogácsát*; az élesztő nélküli *zsíros bodagot* nagymosásra készítettek, de ez mára kikopott az étrendből. Újabban kalácstésztából pogácsaszaggatóval kiszaggatott kis tésztadarabokból, cukros dióval rétegezve készítik az aranygaluskát, édes mártással.

A harmadik generációnál minden vizsgált háztartásban a háttérbe szorult a kelt tészták készítése, mert „*bajosabbak, a dagasztás, az nem olyan könnyű, sok idő elmegy vele*” –mondják. A kelt tészták készítése már nem a mindennapi tudás és gyakorlat része, a recepteket, a készítést szakácskönyvből tanulhatják meg. Ennek egyrészt a kenyérsütés elmaradása az oka. Ez a folyamat a második generációnál kezdődött el, a harmadik generációnál már nagyon jól kimutatható: szinte már „bátorság” és „különleges” tudás kell hozzá, hogy a legfiatalabbak nekifogjanak egy időigényes, nehezebb kidolgozású kelt tésztának. Az étrendjükben emiatt jócskán csökkent a kelt tészták mennyisége. A kenyér kivételt képez.

¹⁵Vö: Bödi 1997, 92.

¹⁶Gömöri elnevezése zuzák. Vö:Ujváry 1991, 196. A Barkóságban, a palócoknál mákos guba. Vö: Paládi–Kovács 1982, 105, Torna megye területén doboska. Vö: Paládi–Kovács 1997, 153.

A második, ezt a folyamatot gyorsító ok a bolti áru kínálat: lehet kapni kalácsot, buktát, pogácsát, a városi üzletekben fánkot is. Inkább megveszik, és nem kell vele időt tölteniük, elkerülik az esetleges kudarcot, azt, hogy nem sikerül a tészta.

Az egyetlen újabb kelt tészta az olasz konyháról átvett pizza. Elkészítésénél azonban fennáll a fenti kettősség, kevesen sütik maguk a tésztát, a többség a boltból vesz kész, mirelit töltött vagy töltetlen pizzát. Fogyasztása a bolti kínálat és az éttermek, gyorséttermek hatására napjainkban gyorsan terjed. Ha a tésztaalap készen van, akkor nagyon rövid idő alatt elkészíthető, sokféleképpen variálható étel. Sajtot, sonkát, darált húst, zöldségeket, mustárt, ketchupot, bolti szószokat tesznek rá feltétként. Ezeket többségében saját elgondolás alapján tovább fűszerezik. A végeredmény gyakran a pörköltre emlékeztető, „magyaros” megoldás. Pizzának hívják, meggyőződésük, hogy az is. Külsőségekben tényleg utánozzák, viszont az már nem érdekes számukra, hogy ízre teljesen másról van szó. Az ételválaszték megújításának sajátos formája ez: az alap, a kelt tészta, ismert, de a jellegzetesen olasz fűszereket nem tudják elfogadni. Megpróbálják úgy „följavítani”, hogy az ízhatás révén valami már korábban ismert ételhez hasonlítson remélve, hogy családjuk könnyebben megkedveli az új ételt. A pörkölttől ették korábban a kenyeret, most a kelt tésztára teszik a pörkölt alapú darált húst.

Az elmúlt fél évszázadban bekövetkezett változások módosították a kenyérnek és a kelt tésztáknak a táplálkozásban betöltött szerepét. A sült, erjesztett tészták először a lakodalmi, majd az egyéb ünnepi, hétköznapi étrendben szorultak háttérbe az élelmiszerválaszték bővülésével. A helyükre torták, krémes sütemények kerültek. Hosszú folyamat volt, míg az otthon készített házi kenyértől eljutottak a bolti, illetve a kenyérsütő gépben sült kenyérig. A háztartásszervezés kiemelkedően fontos változása volt ez. A gazdasági, társadalmi folyamatok indukálták. Mára szinte teljes egészében elenyészett a házi kenyér készítéséhez szükséges, több évszázada fölhalmozódott közösségi tudás, tapasztalat. A kenyér megőrizte domináns helyzetét a táplálkozásszerkezetben, alapélelmiszer, de mennyiségét tekintve a korábbiakhoz képest csökkent a fogyasztása Cserépfaluban.

IRODALOM

BÁLINT Sándor

1962: A kenyér és a kalács a szegedi néphagyományban. *Néprajz és Nyelvtudomány* V–VI. 63–77.

BÁTI Anikó

1998a: A cserépfalui lakodalom 1941–1996. In: Nagy Károly (szerk.): *Cserépfalu hét és fél évszázada*. Cserépfalu, 297–314.

1998b: Lakodalmi étrend Cserépfaluban. *Honismeret*, XXVI. 4. 62–69.

2000a: Tárgyak - technológiák – szokások. Egy borsodi község táplálkozáskultúrájának változásai a XX. század második felében. In: Cseri Miklós–Kósa László–T. Bereczki Ibolya (szerk.): *Paraszti múlt és jelen az ezredfordulón*. Szentendre, 341–356.

2000b: A lakodalmi étrend, ételek változása 1941–1996. *Herman Ottó Múzeum Évkönyve XXXIX*. 481–496.

2004: A lakodalmi étrend, étkezési szokások változása Cserépfaluban a XX. század második felében. In: Barna Gábor (szerk.): *Rítusok, folklór szövegek*. Budapest, 123–142. Vallási Néprajzi Könyvtár 13.

BERECZKI Ibolya, T.

1982: Csépa népi táplálkozása. In: Barna Gábor (szerk.): *Csépa. Tanulmányok egy alföldi palóc kirajzás népéletéből*. Eger-Szolnok, 177–226.

1985: Adatok a népi táplálkozáshoz a Tápió mente néhány településén. In: Ikvai Nándor (szerk.): *Tápió mente néprajza*. Szentendre, 527–543.

1986: *Népi táplálkozás Szolnok megyében*. Debrecen

1993: *Népi táplálkozás a Közép-Tisza vidékén. (Jász-Nagykun-Szolnok megye)* Kandidátusi értekezés, Szolnok, kézirat

BÓDI Erzsébet

1997: Kalácsok és kalácsfélék (sült tészták) változó szerepe a 20. századi vidéki táplálkozáskultúrában. In: Romsics Imre–Kisbán Eszter (szerk.): *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században*. Kalocsa, 89–95.

DÖMÖTÖR Ákos

1995–1996: Változásvizsgálatok a Hangony-völgyi bejárók anyagi Kultúrájában. *Herman Ottó Múzeum Évkönyve*. XXXIII–XXXIV. 495–521.

Étrendi

szokások a munkás-, alkalmazotti- és paraszti háztartásokban. /Statistikai időszaki közlemények 34./ Budapest, 1960.

FÉL Edit – HOFER Tamás

1969: *Proper Peasants*. Chicago

1997: *Arányok és mértékek a paraszti gazdálkodásban*. Budapest

GUNDA Béla

1932: Kenyérsütés Orosháza környékén. *Néprajzi Értesítő* XXIV. 102–111.

HARTOG, Adel P. den (ed)

1995: *Food Technology, Science and Marketing: European Diet in the Twentieth Century*. Edinburg

HEGYI Imre

1964: A lisztminőségek és a tésztafélék összefüggése. *Ethnographia* LXXV. 362–383.

KISBÁN Eszter

1966: *A magyar kenyér*. Kandidátusi értekezés

1968: A lepénykenyér a magyar népi táplálkozásban.

- Népi Kultúra–Népi Társadalom* I. 51–91.
- 1970: A kenyér a táplálkozási struktúrában. *Népi Kultúra–Népi Társadalom* IV. 97–125.
- 1975: Az étkezések napi rendjének átalakulása és az ebéd. *Magyar Nyelv* LXXI. 177–185.
- 1984a: Ételek, étkezés. In: Bárh János (szerk.): *Kecel története és néprajza*. Kecel, 769–791.
- 1984b: Korszakok és fordulópontok a táplálkozási szokások történetében Európában. Néprajzi vázlat. *Ethnographia* XCV. 384–399.
- 1995: Economics of Shortage: Conditions of the Food 'Market' in the Case of Hungary In: Hartog, Adel P. den (ed): *Food Technology, Science and Marketing: European Diet in the Twentieth Century*. Edinburg
- 1997a: Étkezések, ételek – új formák és intézmények az újkori magyar táplálkozáskultúrában. In: Romsics Imre–Kisbán Eszter (szerk.): *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században*. Kalocsa, 9–24.
- 1997b: Táplálkozáskultúra. In: Balassa Iván (főszerk.): *Magyar Néprajz IV. Életmód*. Budapest, 417–582.
- LIESSENFELD, Gertraud
2000: Élményétkezés. Megváltozott fogyasztói szokásokról. In: Kuti Klára–Rásky Béla (szerk.): *Azonosságok és különbségek*. Budapest 43-56.
- LOSONCZY Ágnes
1977: *Az életmód az időben, a tárgyakban és az értékekben*. Budapest
- MORVAY Judit, Sz.
1950: Az ünnepi táplálkozás a Boldva völgyében. *Ethnographia* LXI. 148–171.
1956: *Asszonyok a nagycsaládban*. Budapest
1962: *Népi táplálkozás*, Budapest
1965: Táplálkozás. In: Nagy Gyula (szerk.): *Orosháza néprajza*. Orosháza, 400–427.
- NAGY Vera
1980–1981: Ünnepi táplálkozás Hódmezővásárhelyen. *Móra Ferenc Évkönyve* 143–154.
- PALÁDI-KOVÁCS Attila
1982: *A barkóság és népe*. Miskolc
1996: *Ethnic Traditions, Classes and Communities in Hungary*. Budapest
1997a: Az idős generáció munkája a mai magyar falvakban. In: Csoma Zsigmond–Gráfik Imre (szerk.): *Kapcsolatok és konfliktusok Közép-Európa vidéki életében*. Szombathely, 169–175
1997b: Táplálkozási tájak az északi magyar népterületen (A régi Torna megye konyhájáról). In: Kuti Klára (szerk.): *Morzsák. Tanulmányok Kisbán Eszter tiszteletére*. Budapest, 139–158.
- 2002: Hagyományos közösségek időhasználatának eltérő vonásai In: Paládi-Kovács Attila: *Tárgyunk az időben*. Budapest, 67–80.
- ROMSICS Imre
1998: *Kisújszállás népi táplálkozásának rendje*. Kisújszállás
- SCHWALM Edit, Cs.
1974: Az ünnepi és a hétköznapi táplálkozás változásai két hevesi faluban. *Egri Múzeum Évkönyve* XI–XII. 309–323.
1975: Visonta népi táplálkozásáról. In: Bakó Ferenc (szerk.): *Visonta. Fejezetek a falu történetéből*. Eger, 85–102.

- 1981: A palóc lakodalmi kalácsok. *Ethnographia* XCII. 350–373.
 1983: Lakodalmi kalácsok Észak-Magyarországon. In: Novák László – Ujváry Zoltán (szerk.): *Lakodalom*. Debrecen, 253–255.
 1989: A palócok táplálkozása ünnepeken és hétköznapiakon. In: Bakó Ferenc (szerk.): *Palócok* III. Eger, 379–495.

SZARVAS Zsuzsa

- 1986: A háztartás eszközkészletének átalakulása és az életmódváltozás összefüggései Szeremlén. In: *Cumania* 9., 293–337.
 1988: *Tárgyak és életmód. Összefüggések a háztartások eszközkészletének alakulása és az életmódváltozás között*. Budapest.
 Életmód és Tradíció I.
 1992: Családi hagyomány – egyéni szükséglet. Falusi háztartások tárgyai. In: Mohay Tamás (szerk.): *Közelítések*. Debrecen, 255–261.

SZUHAY Péter

- 1994: A magyarországi parasztság életmódjának változása 1945-től napjainkig. *Herman Ottó Múzeum Évkönyve* XXXII. 345–371.

UJVÁRY Zoltán

- 1991: *Népi táplálkozás három gömöri völgyben*. Debrecen

VALUCH Tibor

- 2001: *Magyarország társadalomtörténete a XX. század második felében*. Budapest
 2003a: Változó idők – változó szokások. A tevékenységszerkezet, a jövedelem és a fogyasztás átalakulása a magyar falvakban a kollektivizálás időszakában. In: Ormos Mária (szerk.): *Magyar évszázadok. Tanulmányok Kosáry Domokos 90. születésnapjára*. Budapest, 311–322.
 2003c: „Községünkben nagy előrehaladást értünk el a szocializmus építése terén.” A történeti parasztság és az életmód változásai Magyarországon a hatvanas években. In: Rainer M. János (szerk.): *Múlt századi hétköznapiak. Tanulmányok a Kádár-rendszer kialakulásának időszakáról*. Budapest, 129–176.

VARGA Gyula

- 1993: *A népi táplálkozás Hajdú-Bihar megyében a XX. század első felében*. Hajdú-Bihar Megyei Múzeumok Közleményei 52.

VARGA Lídia

- 1992: A termelés és fogyasztás összefüggései a népi táplálkozásban. In: Fehérváry Magda (szerk.): *Gúta hagyományos gazdálkodása a XX. század első felében*. Komárom, 129-144.
 1997: Változások Csallóköz 20. századi népi táplálkozásában. In: Romsics Imre –Kisbán Eszter (szerk.): *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században*. Kalocsa, 155–166.