



## Szellem a fazékból - F?zemény és párolmány

2015 május 31. Flag

### Szöveg méret

Mentés

- 
- 
- 

- [0](#)

nincs értékelve

Még

Mérték

Most akkor hogy is van? Mindenütt azt halljuk, hogy a f?zelék hungarikum, a romlatlan magyar lélek jelképe, rajtunk kívül így senki nem készíti.

Amit az angolok, franciák, lengyelek tudnak, az csak sós vizes f?zemény: vajjal, pirított zsemlemorzssával, esetleg sajtreszeléssel a tetején.

Bezzeg a csuszpájz, pulutyka, majomfogó, betonf?zelék. Ezeket még François Coppée francia író is megette volna, pedig ? elég gonoszakat mondott a magyar konyháról. 1883-ban – miután a Pet?fi-szobor avatásán elszavalta a költ?nkr?! írt ódáját – arról panaszkodott, hogy pörköltjeink?! megijed a finom ín? ember: „Olyan az ízük, mintha lenyeltünk volna egy macskát, amit aztán a farkánál fogva kihúztak a szánkából.”

De f?zelékeinket még ? is szerette. Pablo Neruda szerelmi vallomást írt a magyar zöldségekhez, Quentin Crewe angol gasztroíró meg egyenesen a magyar leleményesség csodájának tartotta a kapros tökf?zeléket. Ez áll a Mátyás királyról szóló népmesében is: „Lencse, borsó, kása, mind Isten áldása!” A f?zelék a hosszú élet titka. A sárgarépatól f?tyülünk, a spenóttól megizmosodunk, mint Popeye, a tengerész, a finomf?zelékt?! egészségesek maradunk. (Legalábbis a nagymama szerint.)



### » Angol gúnyrajz 1803-ból: a németek és a savanyú káposzta

Mert Ecsedi István etnográfus a népi táplálkozásról szóló munkájában 1935-ben – legnagyobb meghökkenésemre – azt állítja, hogy „A magyar ember nem f?zelékev?”. S?t! A debreceni, tiszántúli paraszt rühelli a f?zeléket, mint Harangláb, a fondor lelkület? egyházfi a kukoricagölgödint. (Morzsolt kukoricából f?szeres gombóc.) A sárgarépa-f?zelékre meg gúnyverset farag: „Ki az urát nem szereti, / Sárgarépat f?zzön neki! / Jól megsózza, paprikázza, / Hogy a hideg is kirázza!” A labodáról ne is beszéljünk. Szirmay Antal táblai ülnök szerint (1804-ben) a magyar ember a parajt tartja a legutálatosabb kerti éteteknek. Hiszen Ádám apánk (aki természetesen magyar volt) ezt kezdte termesztetni, amikor ki?zték a Paradicsomból. A vastartalom is csak legenda: Erich von Wolf szórakozott német tudós elírt egy tizedesvess?t, amikor a zöldségek vastartalmát kutatta. Száz gramm spenót nem 35, hanem csupán 3,5 milligramm vasat tartalmaz. (A csirkemáj negyvenszer többet.)

Úgyhogy vidéken a Móricz Zsigmond-féle nemesi szabály van érvényben: „Legjobb f?zelék: a hús. Legjobb gyümölcs: a bor. Legjobb bútor: a szépasszony!” A f?zelék legfőljebb akkor egészséges, ha a disznó beledöglött. Azaz orrával, füstölt oldalassal f?tt.

Akkor most mi a helyzet? Hiszen egy jó f?zelékért magam is átallek hegyen-völgyön. A párosításokat el?bb megtanultuk, mint az ábécét. Tökf?zelék – kapor, zöldborsó – friss petrezselyem, kelkáposzta – kömény, burgonyaf?zelék – babérlevél. Nem is szólva a feltétekr?l. A cukorborsó-f?zelék v?legénye a gyenge rántott csirke, a zöldbabot kiegészíti a felsál, a savanykás sóskaf?zeléket a tört burgonya, a spenót-f?zelékre meg pófézni ajánlkozik. A káposzta- és lencsefélék ízorgiáiról most hallgassunk. Meg arról is, hogy kétszáz éve Czifray (Czövek) István reformkori szakácsunk répa-, komló-, zeller-, articsóka-, endíviaf?zeléket készített, meg savanyú káposztaf?zeléket csukával és osztrigával, sóskát frikandóval. Bornemisza Anna fejedelemasszony meg 1680-ban csak borsóból 16-féle receptet közöl a szakácskönyvében. És nem vastag csirizes rántással s?rítettek, hanem tejjel, tejföllel, tyúkmonnyal (tojással), a zöldség saját anyagával. Igaz, nem ismerték a bélszínrolót és a rántott parizert. De err?l lemondanánk bármelyik korabeli f?zelékre való boríték (feltét) kedvéért: „Ludláb sülve”, „csukamáj kolbász”, „bornyú kármonádli”, „rák kolbász”, „tüd? hurka”, „paréj kolbász”. Ami egyszer? zöldségfasírt.

Így múlik el a világ dics?sége. Nem kéne visszahozni?

Vinkó József - [www.valasz.hu](http://www.valasz.hu)

### **Szellem a fazékból - Gasztrotörténetek**

Ínycsiklandó történetek a Magyar Konyha f?szerkeszt?je, a Heti Válasz gasztronómiai rovatának szerz?je, Vinkó József tollából.

Bolti ár: 3300 Ft

Kiadói akciós ár (20% kedvezmény): 2640 Ft

Heti Válasz H?ségprogram ár (40% kedvezmény) : 1980 Ft

Megjelenés: 2013 december

[ONLINE RENDELÉS](#)

**A szerz? ajánlása:**

„Úgy lapozd ezt a könyvet, Kedves Olvasó, mintha épp csak bekukkantottál volna a konyhába, ahová az illatok csalogattak. Kíváncsi voltál, mi f? a fazékban. Óvatosan emeld meg egyik-másik fed?t, szimatolj be a süt?be, kóstold meg a mártást, vigyázz, meg ne égedd a nyelved. A fed? alól most nem illatok szállnak feléd, hanem ínycsiklandó történetek.”

**Kiadói kedvezményes árusítás:****Heti Válasz Kiadó**

1027 Budapest, Horvát u 14-24., V. emelet.

Telefon: (061) 461-1400

Nyitva tartás: H-P: 8-16.30 óráig

E-mail: [recepicio@hetivalasz.hu](mailto:recepicio@hetivalasz.hu)

**Tisztelt olvasók!** Legyenek olyan kedvesek és támogassák "lájkkal" a **Flag Polgári Magazin** facebook oldalát, a következ? címen: <https://www.facebook.com/flagmagazin>

- Minden "lájk számít, segíti a magazin m?ködését!

Köszönettel és barátsággal!

[www.flagmagazin.hu](http://www.flagmagazin.hu)

**Tisztelt olvasók!**

Legyenek olyan kedvesek és támogassák "lájkkal" a **Flag Polgári Magazin** Twitter oldalát a következ? címen: <https://twitter.com/syracuse73>. illetve a Facebook oldalát pedig az alábbi címen:

<https://www.facebook.com/flagmagazin>

- Minden "lájk számít, segíti a magazin m?ködését!

Köszönettel és barátsággal!

[www.flagmagazin.hu](http://www.flagmagazin.hu)



DR. DRÁBIK JÁNOS  
**100 ÉVVEL TRIANON UTÁN**  
DVD  
A trianoni gyaláatról tabumentesen

„Egy film amelyet minden magyarnak látnia kell”

**Ajánló**

