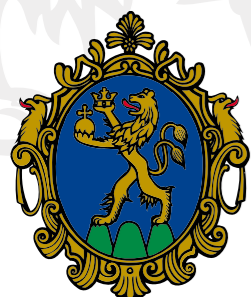




 PEST MEGYEI
ÉRTÉKTÁR

Pest megye ízei



Kiadja: Pest Megye Önkormányzata

Felelős kiadó: Szabó István
ISBN 978-963-7191-15-2

Szöveg: Ambrus Vilmos

Szerkesztette: Ambrus András

Fényképek:

Nagy Barbara / Török György (Acsa, Ceglédbercel, Fót, Hévízgyörk, Kistarcsa, Szigetújfalu, Vecsés)
Kossuth Múvelődési Központ Nkft. (Cegléd)
Sebestyén Zoltán (Visegrádi-hegység)
Adobe Stock (Tahitótfalu, Börzsöny)

Az ételeket készítették:

Korodi Ilyés, Molnár Péter (Molnár Catering):
Acsa, Ceglédbercel, Fót, Hévízgyörk, Kistarcsa, Szigetújfalu, Vecsés
Tóth Gáborné Hajdú Julianna: Hévízgyörk
Jánka Lajos: Visegrádi-hegység
Sauer Savanyúság Kft.: Vecsés

Kiadványterv: Lippai Szabolcs András

A kiadvány elkészítéséhez Ament Balázs nyújtott segítséget.

Nyomda: Mátyus Bt.

Budapest, 2020. augusztus

A hazai kultúrtörténet úgy tartja számon, hogy az első magyar nyelvű, nyomtatásban megjelent szakácskönyv a híres kolozsvári nyomdász, Misztótfalusi Kis Miklós kiadásában látott napvilágot 1695-ben. „Szakáts Mesterségnek könyvetskéje” – ez volt a címe, és 334 receptet tartalmazott. A töltött káposztától kezdve a böjti ételeken át a marcipánig a legkülönbözőbb receptek szerepeltek benne. A könyv gazdag anyaga elismerésre méltó ma is, amikor egymás után jelennek meg a különböző ismert és kevésbé ismert emberek által írt szakácskönyvek, a tematikus tévécsatornákon pedig újabb és újabb főzős műsorok közül válogathatunk.

A szakácsmesterség egyfajta kiadványa ez a kis füzet is, amit most kezében tart az Olvasó – jóllehet sokkal kevesebbre vállalkozik, mint a napjainkban megjelenő hasonló témájú könyvek, kiadványok. Csupán Pest megye táplálkozástudományából, gasztronómiájából szeretne – hogy stílusosak legyünk – ízelítőt adni.

Van-e egyáltalán gasztronómiája egy megyének? Egy-egy tájegységhez köthető, jellegzetes ételek léteznek; ilyen például az alföldi slambuc, vagy a nyugat-dunántúli dödölle, hogy csak néhány példát említsünk. De mit tud, mondjuk így, hozzátenni a táplálkozástudományhoz, a gasztronómiához egy megye? A kérdésre a választ pont ez a kiadvány adja meg: igenis vannak kifejezetten Pest megyei településekre, tájakra jellemző ételek, ételkészítési módok, termékek.

Kiadványunkban összesen 19 ételt, italt, receptet, gasztronómiai terméket mutatunk be. Pest megye csaknem valamennyi tájegységéről válogattunk azzal a céllal, hogy a régi, a hagyományos és a mai, az ismert és a kevésbé ismert, a tájjellegű és a nemzetiségekre jellemző ízek, illetve a saját márkák, termékek egyaránt megjelenjenek. A megye alföldi részeit Cegléd és Ceglédbercel képviseli, a Tápió mentét Tápiószecső, a főváros környéki agglomerációt Fót, Kistarcsa és Vecsés. A Csepel-szigetről több ételt, italt is beválogattunk, így lórévi szerb és szigetújfalusi német recept, szigetcsépi bor és szigetszentmiklósi bonbon egyaránt helyet kapott a kiadványban. A Galga mentéről Acsáról és Hévízgyörkről közlünk ételleírást, míg a Dunakanyarból Nagymaros, a Zsámbéki-medencéből Tök, a Szentend-

rei-szigetről Tahitótfalu szerepel. Helyet kaptak Pest megye hegyi tájai is: az egykor málnatermesztéséről híres Börzsöny, illetve a Visegrádi-hegység.

Pest Megye Önkormányzata 2017-ben már megjelentetett egy gasztronómiai kiadványt, amiben főként népi ételek szerepeltek. Am megyénk gazdag konyhaművészete indokoltá tette egy újabb válogatás elkészítését. Kiadványunkban ezúttal nemcsak ételeket és italokat mutatunk be, hanem alapanyagokat és olyan gasztronómiai vállalkozásokat, ötleteket, amelyek Pest megye számára hoztak elismerést, nem egyszer külföldön. Szerepeltetünk a válogatásban italokat, újdonságként különleges vadélt. Most sem maradhattak ki a népi ételek, mint ahogy a megyében élő németek, szerbek, szlovákok táplálkozástudományát is igyekeztünk közelebb hozni egy-két hagyományos recepttel. Felelevenítjük a nem is olyan régen még messze földön híres börzsönyi málnatermesztés emlékét, mert egykor komoly gasztronómiai jelentősége is volt (elég csak a Szobi Szörpre gondolni). Megjelennek a kiadványban saját márkák, a gasztronómiai innováció kiváló példái. Megismerhet az Olvasó olyan receptet, amit generációk örökítenek át egymásnak (gürdös), olyan ételt, ami egy cukrászmester fantáziájának és kreativitásának köszönhetően vált világhírűvé (somlói galuska), továbbá számos merész újítást (bonbon, chili).

Bár a kiadvány anyagából egy komplett menü is összeállítható – leves, főétel, desszert, ital –, mégsem receptgyűjteményt készítettünk. Az Olvasó ugyan találkozik majd részletes recept- és ételleírásokkal, sok esetben viszont inkább egy-egy izgalmasabb történetet, ötletet, érdekesebb információt közlünk az elkészítés módja helyett. Ezzel is Pest megye sokszínű gasztronómiai múltjára és jelenére kívánjuk felhívni a figyelmet.

Válogatásunk a Misztótfalusi-féle szakácskönyv anyagának a töredékét sem tartalmazza. Reméljük azonban, hogy felkelti az Olvasó érdeklődését megyénk táplálkozástudományára és gasztronómiájára iránt – mindamellett, hogy jó étvágyat is csinál.





A Cegléd-től mintegy 10 kilométerre található Ceglédbercel 1804-ben lett önálló község. Német lakossága a 18. század végén Hannoverből, majd a Buda és Pest környéki sváb falvakból települt ide. Az 1900-as népszámlálás szerint a közel 3000 fős község lakosságának mintegy 70 százaléka volt német. Ceglédbercelen napjainkban nemzeti egyesületek őrzik az egykori német hagyományokat. A berceli babos káposzta jellegzetes sváb étel, amit leginkább akkor készítettek, ha több emberre kellett főzni: aratás, szüret, társas munkák alkalmával. Az alábbi recept alapján 20 fő részére készült az étel.

Berceli babos káposzta

Hozzávalók:

- 30 dkg tokaszalonna
- 3 fej vöröshagyma
- 1 evőkanál piros paprika
- 1 natúr csülök (kb. 1,5 kg)
- 1 füstölt csülök (kb. 1,5 kg)
- 1 kg sertéslapocka
- só, bors, kömény
- 3-4 babérlevél
- 0,5 kg szárazbab
- 5 kg savanyú káposzta
- 3-4 marék rizs

Elkészítés:

A tokaszalonnát csíkokra vágva kiolvastották, majd rátették a kockára vágott vöröshagymát. Megszórták piros paprikával, majd erre került a kockára vágott hús: a csülkök és a lapocka. Sóval, borssal, köménnyel, babérlevéllel fűszerezték. Közben feltették főni sós vízben az előző este beáztatott babot. Amikor a pörkölt félig megfőtt, belerakták a megmosott, kinyomkodott savanyú káposztát, és annyi vizet, hogy bő leve legyen. Ha minden megpuhult, 3-4 marék rizst szórtak a tetejére, hogy egy kicsit felszívja az étel levét. A végén hozzákeverték a főtt babot és kenyérral tálalták.

Az északi országrészben gancának nevezett burgonyapépes étel régen az étkezések önálló fogását képezte, sokféle változata volt ismert. Az egyik készítési mód szerint a hámozott, vízben főtt, tört burgonyából kevés liszt hozzáfőzésével sűrített burgonyapép hígabb-lazább és sűrűbb-keményebb változatban készült. Tálalhatják a tetejére süttöt vöröshagymával, másutt, ahol a sűrűbbre főzött lisztes krumplipépet kiszaggatták, tejfölös vagy hagymás zsírral, pirított káposztával, túróval. Sok helyen önálló ételként fogyasztották, manapság köretként is tálalják akár pörkölt, vadhúsok mellé. A ganca jellegzetes étel a Galga mentén, a Cserhátalján lévő Acsán. Olyannyira, hogy a település 2007 óta rendezi meg a Ganca Fesztivált, ami azóta országos hírnévre tett szert.

Ganca

Hozzávalók:

- 1 kg öregburgonya
- só
- liszt
- zsiradék
- 1 nagy fej vöröshagyma

Elkészítés:

A megtisztított, felvágott krumplit annyi sós vízben főzzük meg, hogy éppen ellepje. Ha megfőtt, összetörjük. Lassú tűzön hagyjuk, és annyi liszttel besűrítjük, hogy éppen felvegye. Zsiradékon apróra vágott vöröshagymát pirítunk. Ebből a masszából nagy galuskákat szaggatunk egy edénybe. Ha kész van, meglocsoljuk a hagymás zsírral vagy olajjal, és megpirítjuk.





Erdei gombás papardelle grillezett murokkal és sült muflongerinccel

Hozzávalók:

- 50 dkg pácolt muflongerinc (gyömbér, olívaolaj, friss zöldfűszerek)
- 50 dkg papardelle tészta
- kis kocka vaj
- 2 dl tejszín
- 3-4 gerezd fokhagyma
- friss bazsalikom
- egy csokor murok (helyettesíthető zsenge, tavaszi sárgarépával)
- erdei gomba keverék (vargánya, róka gomba, kucsmagomba stb.)
- só, bors

Pest megye legnagyobb kiterjedésű erdős területei a Börzsönyben, a Visegrádi-hegységben, a Pilisben, a Budai-hegységben és a Gödöllői-dombságban találhatók. A sok helyütt háborítatlan, elzárta erdőtömbökben mind az öt hazai nagyvad faj – dámszarvas, gímszarvas, muflon, őz, vaddisznó – előfordul. Valamennyi húsból ízletes fogások készíthetők, jóllehet a vadhúsok feldolgozása, elkészítése igényel némi gyakorlatot. Az itt ismertetett ételben az erdők és az olasz konyha ízvilága keveredik. Nem mindennapi a hozzávalói és a készítmény módja tekintetében sem. Bár néhány hozzávalóját nem egyszerű beszerezni, mégis igazi különlegesség lehet ez a Pilisi Parkerdő visegrádi-hegységbeli vadászházából származó vadétel-specialitás.

Elkészítés:

A megtisztított, megmosott muflongerincet az apróra vágott friss fűszerekkel (tárkony, majoranna, rozmarin, babérlevél, gyömbér), sóval, borssal ízesítjük, olívaolajjal leöntjük, hogy ellepje és legalább 3 napig hűtőben pihentetjük. Naponta legalább egyszer forgassuk meg a pácban. Ezután serpenyőben minden oldalán 3-4 percig sütjük a hús vastagságától függően, majd előmelegített sütőben (200 °C) lefedve puhára pároljuk (kb. 40 perc). Amikor kihűlt, vékony szeletekre felvágjuk.

Az olasz konyha arany szabályai szerint nagy mennyiségű vizet (kb. 5 liter), felteszünk főni. Amikor már lobog a víz, hozzáadjuk a sót, ezután pedig a tésztát, amit félpuhára főzünk, ezt követően leszűrjük. A főzőléből félreteszünk kb. 1 liternyit. Ezen idő alatt a vajat egy nagyméretű serpenyőben felolvasztjuk, hozzáadjuk a présen átnyomott fokhagymát, illetve a nagyobb darabokra vágott gombát és együtt lepirítjuk, majd tejszínnel felöntjük és bazsalikkal, sóval ízesítjük. Ezután beletesszük a félpuha tésztát, átfogatjuk, és a főzőléből kis adagokat hozzáöntve puhára főzzük. A murkot megtisztítjuk, majd serpenyőben megpirítjük minden oldalát.



Lórév a maga nemében Pest megye és Magyarország egyik legsajátosabb, legkülönlegesebb települése. Ez a néhány száz lelkes község azzal büszkélkedhet, hogy a megyében és az országban az egyetlen szerb többségű település. Első lakói még az 1600-as évekből török támadások elől menekültek ide. A Csepel-sziget déli részén található Lórév sokáig elzárt falunak számított, ami kedvezett a nemzetiségi hagyományok megmaradásának.

A település hagyományos ételei közé tartozik a ljutenica, ez az ajvárhoz (sült paprikából és egyéb zöldségekből készített krém) hasonló, de annál csípősebb, paradicsomosabb mártás. A ljutenicát több délszláv országban is ismerik, az alábbiakban a Lóréven szokásos készítési módját ismertetjük.

Ljutenica

Hozzávalók:

- 1 kg kápia paprika (esetleg pirítámin)
- 70 dkg paradicsom (húsos, befőző)
- csípős paprika (nyers, vagy szárított)
- fokhagyma (kb. 1 fej)
- 1 evőkanál fehérborecet
- 1 csokor finomra vágott petrezselyem
- 1 evőkanál cukor
- fekete- vagy tarka bors, ízlés szerint
- só
- étolaj

Elkészítés:

A paprikákat egészben faszépen, vagy sütőben (kb. 40 perc) megsütjük, kicsumázzuk, a bőrét lehúzzuk. A paradicsomokat az alján kereszt alakban óvatosan bevágjuk, majd forró vízbe mártjuk, így a héját könnyen le tudjuk húzni, ezután összekockázzuk. Kevés étolajon a cukrot kissé karamellizáljuk, majd rádobjuk a paradicsomot és párolni kezdjük, hozzáadjuk a csípős paprikát, a zúzott fokhagymát, sót, borsot, finomra vágott petrezselymet, az ecetet, az egészet fedő alatt összepároljuk, és ha elfőtt a leve, az összevágott paprikákat is hozzákeverjük, és lassú tűzön készre főzzük. Ha szükséges, aprítógéppel átdolgozzuk.

Köretként, salátaként, mártogatósként, szendvicsskrémként egyaránt fogyaszthatjuk.



Sweetic Csokoládé Manufaktúra

Van egy izgalmas csokoládé manufaktúra Pest megyében, ami termékeivel sorra nyeri a legrangosabb nemzetközi díjakat a világ gasztronómiai versenyein. A szigetszentmiklói Sweetic Csokoládé Manufaktúra Kft. családi vállalkozásként indult 2013-ban; magas minőségű, kézműves csokoládét állítanak elő. Nem mindennapi termékeik, kiténő bonbonjaik 2015-től versenyeznek a nemzetközi megmérettetéseken, és minden évben elhoznak valamilyen díjat. Tavaly például a Great Taste Awards elnevezésű, legnagyobb nemzetközi gasztronómiai seregszemlén két bonbonnal nyert a Sweetic, 2018-ban az Academy of Chocolate nevű rangos nemzetközi csokoládé verseny három díját, egy ezüstöt és két bronzot hozták el.

Hogy kell elképzelni egy Sweetic-féle különleges, limitált szériájú, exkluzív csokoládét? Három évvel ezelőtt egy-egy táblás csokoládéval nyert nemzetközi díjat a vállalkozás. Az egyik a *70 százalékos madagaszkári ét-csokoládé granolával és enyhén sós karamellizált pekándióval* nevet viselte. A kissé ismeretlennek tűnő elnevezés olyan édességet takar, amelyben a pirított müzlihez hasonló granola ropogós textúrát ad a csokoládénak, az Észak-Amerikában honos, kellemes ízű pekándió pedig a csokoládéval jól harmonizáló intenzív ízvilágot. „Kellően intenzív ízgyűttest akartunk előállítani. Egy csokoládé esetében nincs abban semmi rendkívüli, hogy sok kiegészítőt kap, hiszen minél több érzékre hat, annál izgalmasabb a termék” – magyarázta Zala Viktor, a Sweetic ügyvezetője. Azt is elárulta, hogy bonbonjaik, csokoládéik összetevőit saját ötletek alapján, szabadon, kreatívan választják meg, és ha jól sikerül, megtartják.

A Sweetic termékei a nemzetközi sikerek mellett itthon is elismerést váltanak ki az egyelőre szűk réteget alkotó, de azért növekvő számú gourmet fogyasztókból. Bonbonjaikat olyan cégek, vállalkozások is megrendelik, amelyek különleges alkalmakra exkluzív, kiemelkedő minőségű ajándékot szeretnének adni ügyfeleiknek.



A 20. század elején Pest megye közel húsz településén a szlovák lakosság aránya meghaladta az 50 százalékot. Jelentősebb szlovák népesség élt a Pilis falvaiban (ahol jelenleg is), a Börzsöny néhány településén, Vác környékén és a Galga mentén, valamint Budapest szomszédságában, kiváltképpen a Pest keleti és délkeleti határának közelében fekvő településeken. A Gödöllői-dombság és a Pesti-síkság néhány községének is jelentős szlovák lakossága volt.

A ma már több mint 10 ezres lélekszámú Kistarcsa lakosságának 88 százaléka volt szlovák az 1900-as népszámlálás szerint. Napjainkban a szlovák nyelvet csupán a lakosok egy kis rétege használja, de a nemzetiségi önkormányzat több kezdeményezése is a szlovák hagyományok és a nyelv megőrzésére irányul. Ilyen a kapcsolattartás magyarországi szlovák településekkel, kulturális rendezvények, találkozók szervezése, szlovák nyelvtanfolyam a kistarcsaiaknak, illetve a nemzetiségi néprajzi anyag összegyűjtése. Utóbbinak része a szlovák népi táplálékkultúra; a Kistarcsán fellelhető receptek egyike a krumpligombóclevés. Elkészítését Kohajda Istvánné (született: Ferenci Erzsébet, 1948) közölte.

Krumpligombóclevés

Hozzávalók a gombóchoz:

- 60 dkg burgonya
- 1 kiskanál zsír
- 0,5 dl víz
- só
- liszt

Hozzávalók a leveshez:

- 1 kis fej vöröshagyma
- 1 evőkanál zsír
- csipetnyi pirospaprika
- 1 dl paradicsomlé
- zellerzöld

Elkészítés:

A kockára vágott krumplit sós vízben megfőzzük. Leszűrjük, de a főzővizet meghagyjuk. Összetörjük és a vízzel, zsírral és a liszttel félkemény tésztává összegyúrjuk. Rúddá sodorjuk, kb. 3 cm-es darabokat vágunk belőle és gombócokká formáljuk. A krumpli félretett levét vízzel kb. 4 literre kiegészítjük és felforraljuk. A gombócokat kifőzzük. Amikor feljönnek, még egy kicsit főzzük. Öblítés nélkül tálba szedjük. Egy kanál zsírral híg, hagymás rántást készítünk és kellő mennyiségű tésztalevél felöntjük. Belerakjuk a zellerzöldjét és a paradicsomlét, majd jól kiforraljuk. Sózzuk, a gombócot apróra szeleteljük és rámerjük a levest. Ha marad gombóc, másnap darabokra vágva zsíron megpirítjuk.



Neufluch, Ujfluch, Inselneudorf – valamennyi egy Csepel-szigeti település, Szigetújfalu német neve. A napjainkban mintegy 2000 lakosú község is azok közé tartozott Pest megyében, amelyeknek gazdag nemzetiségi múltja van. Szigetújfaluban a 20. század elején még a lakosok közel 90 százaléka németnek vallotta magát. Szerencsére az itt lakók a mai napig életben tartják az egykori sváb hagyományokat: Szigetújfaluban igen jelentős a báli kultúra, az év szinte minden hónapjában van valamilyen közösségi rendezvény, számos német nemzetiségi összejövetel, esemény. Az idősebbek ismerik a régi sváb recepteket, a hagyományos faludisznótoron készítenek olyan jellegzetes német ételleket, mint például a savanyú máj (Sauere Leber).

Savanyú máj

Hozzávalók:

- máj
- 4 kis fej vöröshagyma
- tejföl
- paradicsomlé
- húsleves alaplé
- 5-6 babérlevél
- majoranna
- só
- bors
- 2 kanál liszt

Elkészítés:

A máj felét 5 cm hosszú és fél cm széles darabokra vágják. Egy lábasban 4 kisebb fej kockára vágott vöröshagymát megdinsztelnek, közben majorannával, 5-6 babérlevéllel, borssal, sóval ízesítik. Ha kész, beleborítják a májat, aztán aránylag erős tűznél szépen átpirítják, ügyelve arra, hogy puha maradjon, majd 2 kanál liszttel Staubolják (lisztszórással sűrítik), kicsit kevergetik. Kevés tejfölt egy kis húsleveslével elkevernek, majd felengedik a májat, és paradicsomlé is tesznek hozzá óvatosan, mert a paradicsom nem dominálhat az ízvilágban. Ha kész van, ízlés szerint pár csepp ecettel savanyítható még. Kenyérrel fogyasztják.



A ceglédi laskaleves hozzávalói 10 fő részére:

- 60 dkg szárított laskatészta
- 5 dkg füstölt szalonna
- 1 kg burgonya
- 5 dkg paprika
- 10 dkg paradicsom
- 2-2,5 l meleg víz
- 3 dkg pirospaprika
- 1 csokor petrezselyemzöld
- kevés szegfűgomba

A laskatészta hozzávalói:

- 0,5 kg finomliszt
- 4 tojás
- kevés langyos víz
- csipetnyi só

A paraszti táplálkozáskultúrában gyúrt tészta néveztek a tésztafélék mindössze lisztből, vízből, sóból álló változatát. Felhasználása különféle összetételben történt, számos fajtája létezett. Ilyen volt a ceglédi laska is, amit többféle ízesítéssel készítettek. Fő alkotórésze a szárított laskatészta; ez nem más, mint liszt, tojás, só és víz alaposan összegyúrva, vékonyra kinyújtva, esetleg kisebb négyszög alapú lapokra vágva, megszáritva és összetörve. Elsősorban levesbe főzték, télen és nyáron más-más összetevőkkel. A hétköznapi ételének számított, tartós volt, olcsó, szállítani is lehetett, így a napszámosoktól kezdve a pásztoroktól át a vasutasokig fogyasztották, vitték magukkal.

Laska

Elkészítés:

A füstölt szalonnát felkockázzuk, zsírjára pirítjuk, a tepertőt kiszedjük. A zsíron pirosasra-barnásra pirítjuk a laskatészta, majd rászórjuk az őrölt paprikát. Egyszer átkeverjük, azonnal felöntjük meleg vízzel, és beletesszük a szegfűgombát. Ha felfőtt, hozzáadjuk a paprikát és a paradicsomot, sózzuk és készre főzzük. Aki sűrűbbre szeretné főzni, a végén adja hozzá a burgonyát.



Az egyik legismertebb magyar desszertet, a külföldön is népszerű somlói galuskát Szócs József Béla fóti cukrászmester alkotta meg az 1958-as brüsszeli világkiállításra. A hagyomány szerint a nevét a fóti Somlyóról, erről a Gödöllői-dombság peremén, Fót határában emelkedő dombról kapta. Bemutatásakor, a világkiállításon már somlói galuska néven szerepelt az édesség. Nem tudni, elírták-e a nevét, esetleg nem tudták, hogy kell ejteni, mindenesetre ezzel a névvel vált világhírűvé.

Hasonlóan kérdéses, ki volt a somlói galuska „ötletgazdája”, azaz kitől származott a desszert maga. Egyes vélemények szerint Gollerits Károly, a Gundel főpincére találta ki és Szócs József Béla alkotta meg ezt a diós, rumos, mazsolás, vaníliás, csokoládés és tejszínhabos édességet. A cukrászmester lánya viszont úgy véli, nem Golleritstől származott az ötlet, ráadásul a desszert receptje sosem volt titkos, mert több változata létezett. Szócs József Béla egyébként a Gerbeaud cukrászdában tanulta a mesterséget, aztán 1955-től közel másfél évtizedig a Gundel cukrászmestere volt. Ezután Fóton saját cukrászatot nyitott, amit 1969-től 1982-ig vezetett.

Somlói galuska

Elkészítés:

Piskóta:

A somlói galuska alapja a háromféle piskóta: kakaós, diós, és „sima” tésztából. Az elválasztott tojásoknak először a sárgáját cukorral és egy csipet sóval habosra keverjük, majd a - szintén cukorral - kemény habbá vert tojásfehérjével óvatosan, hogy össze ne törjön, összeforgatjuk. Hozzáadjuk a lisztet, még egyszer átkeverjük. Ez az alap tészta, amiből három, egyenlő mennyiségű adagot készítünk: az elsőhöz kakaóport, a másodikhoz finomra darált diót is adunk, a harmadikat pedig hagyjuk az eredeti módon. Ezután külön-külön tepsiben, szépen elegyengetve egyenként megsütjük. Hagyjuk kihűlni.

Szirup:

A szirupot reszelt narancs- és citromhéjjal készítjük: kevés cukros vízben felforraljuk, a végén egy kis barnarumot is hozzáöntve, majd leszűrjük és hagyjuk kihűlni.

Krém:

Tojássárgákat habüstbe teszünk, és vízgőz felett habverővel folyamatosan kevergetve hozzáadunk egy kevés lisztet, cukrot és vaníliát, csomómentesre elkeverjük, majd lassan adagolva, tejszínt (vagy zsíros tejet) csurgatunk hozzá, és - továbbra is folyamatosan kevergetve - sűrű krémmé főzzük. Ez az úgynevezett „sárgakrém”, számos cukrászsütemény alapja. Vajjal is dúsíthatjuk. Ha elkészült, leveszünk belőle a csokoládémártáshoz, a többit hagyjuk kihűlni. A csokoládémártás elkészítéséhez tejet forralunk kakaóporral, étcsokoládéval, egy kevés rummal, szükség szerint cukorral, majd a sárgakrémből hozzákeverünk és felfőzzük (érdemes ezt is vízgőz felett, így biztosan nem ég le). Szintén hagyjuk kihűlni.

Rétegezés:

A sima piskótalapot visszahelyezzük a tepsibe, meglocsoljuk egy kevés sziruppal, majd kb. 1 cm vastagon megkenjük sárgakrémmel, megszórjuk összetört dióval, rumos vízben áztatott mazsolával. Erre helyezzük a kakaós piskótát: szintén megöntözzük sziruppal, megkenjük a krémmel, megszórjuk dióval és mazsolával, végül a diós piskóta következik, aminek tetejére a maradék krémet kenjük, ezt dióval és nyers kakaóporral szórjuk meg. Legalább egy napig le-takarva hűtőben állni hagyjuk, míg az ízek alaposan átjárják egymást.

Tálalás:

Az elkészült somlóiból evőkanál segítségével galuskákat „szaggatunk”, tányérra halmozzuk, átvonjuk csokoládémártással, tejszínhabrözsákat nyomunk rá, darált dióval és reszelt csokoládéval díszítjük.



Dombi Mézmanufaktúra

Selyemfűről is termelhető méz, még hozzá nem is akármilyen! A tápiószecsői Dombi Mézmanufaktúra természetes kézműves termékeket állít elő: magas minőségű fajtamézeket és egyedülálló mézkülönlegességeket. Fajtamézük közül figyelemreméltó regionális specialitás a selyemfűméz.

Selyemfű – mi ez a növény egyáltalán és milyen a belőle készült méz? A selyemfű, selyemkóró – népies nevén vaddohány, vagy termésének alakja után papagájvirág – voltaképpen gyomnövény, ami a Duna-Tisza közén, a Kiskunságban, illetve a Felső-Tápió mentén található meg leginkább. Illatos növény, egyáltalán nem termel virágpórt. Egyetlen haszna a mézelés, viszont a belőle készülő méznek számos jótékony, például gyulladáscsökkentő és vérnyomás-szabályozó hatása van.

„A selyemfűméz gyümölcsös, fűszeres, kissé a birsre emlékeztető utóízének köszönhetően jó pár ételhez alkalmas fogyasztásra. Passzol indiai, ázsiai fogásokhoz, tésztákhoz, salátákhoz, húspácokhoz. Jeges desszertekhez, fagyaltokhoz, pohárkrémekhez is kiváló” – magyarázta Dombi Nándor méhészt. A szakember hozzáfűzte még, hogy a manufaktúra által termelt fajtaméz tulajdonképpen a méhek által beérlelt növényi kivonatok, édesítő szerepük mellett számos jótékony élettani hatással, a mézkülönlegességek pedig egészséges desszertnek is tekinthetők, amelyek magukban hordozzák a méz és a gyümölcsök, valamint a fűszerek jótékony hatásait és páratlan ízélményét.



Epermester Pincészet

A Szentendrei-sziget hallatán valószínűleg mindenkinek más-más jut eszébe. Sokan nyilván a fővároshoz közeli kedvelt nyaralóhelyként említenék, másoknak az ide kötődő ismert személyiségek – mondjuk Pollack Mihály, Mészöly Miklós és Polcz Alaine – neve ugrana be. Jó páran biztos a táj, a Duna és a Visegrádi-hegység szépségéről beszélnének, és talán olyanok is akadnának, akik a szigetre jellemző epertermesztést hoznák szóba elsőként. Nem véletlenül: a Szentendrei-sziget homokos talaja kedvez a kertkultúrának, azon belül az eper termesztésének, aminek a szigeti településeken, így Tahitótfaluban komoly múltja van.

„Tahitótfalu az eper hazája” – hirdeti weboldalán egy itt működő vállalkozás, az Epermester Pincészet. A cég nem mindennapi tevékenységet folytat: tahitótfalui földieperből hagyományos borászati eljárással készít minőségi száraz és édes borokat. Már ez is különleges, de e mellett eperpálinka előállításával is foglalkozik. Az eperpálinka igen ritka és ritkán elérhető, kapható ital, nem sorolható az ismert pálinkák közé. Az Epermester Pincészet termékei kisüsti és ágyas eperpálinkák, azaz előírás szerinti lepárlással készülnek, és gyümölcscsel együtt érlelik őket legalább három hónapig. A tahitótfalui vállalkozás azért kiemelkedő példája a helyi innovációnak, mert kiváló minőségű helyi terméket használ fel különleges, mondhatni egzotikusnak számító, a hazai piacon ritkán hozzáférhető, mégis minőségi italok előállításához.





A néprajzi szakirodalom Galga mentének nevezi a Galgagyörktől Turáig a Galga folyócska mentén sorakozó településeket. E falvak közös vonása a hagyományőrzés, és bár népi kultúrájuk sok egyezést mutat, valamennyi településnek megvan a maga sajátossága. Hévízgyörkön ilyen a viselet, illetve az énekes hagyomány, melynek őrzője, életben tartója és előadója az országosan is ismert, több mint ötven éve működő Hévízgyörki Asszonykórus. De a településen megvannak még a helyi, jellegzetes, hagyományos ételek is. Elkészítési módjuk, receptjük ugyanúgy hagyományozódik, mint a népi kultúra bármely eleme. Hévízgyörki adatközlők gyakran kezdik úgy visszaemlékezéseiket egy-egy étel elkészítése kapcsán, hogy „édesszüle elmondta, mit kell bele tenni”.

A gürdös nem más, mint roló formájú, krémes édesség. Hévízgyörkön a következőképpen készítették.

Gürdös

Hozzávalók és a tészta készítése (nagy mennyiség, kb. 70 darab roló esetén):

10 db tojás sárgáját, 10 evőkanál tejfölt, egy tojásnyi zsírt, egy csipet sót, 2 púpozott kanál porcukrot fakanállal jól összekeverünk. Ehhez annyi lisztet (búzafinomliszt) adunk, hogy jól nyújtható, puha tésztát kapjunk. Ebből a tésztából 6 kis gombócot gyúrunk. Ezeket a gombócokat lisztezett gyúrotáblán egyenként kétfok vastagságúra kinyújtjuk (lehetőleg téglalap alakúra). Ezt a vékonyra nyújtott tésztát kb. 2 cm széles csíkokra vágjuk. Ezután úgy tekerjük a sütővasra, hogy mindig fedje egy picit az egyik tekerés a másikat. Amikor végig értünk a tekeréssel, alul jól összenyomjuk a tésztát, hogy sütés közben ne pattanjon le. Kisebb méretű lábasban, forró zsírban, vagy olajban kisütjük (mindig csak egy gombócot kell kinyújtani, ha kisütöttük az egyiket, csak akkor nyújtjuk a következőt).

Töltelék:

A 10 tojás fehérjéhez még hozzátesszük 5-6 tojás fehérjét. 1 tojás fehérjéhez 6 dkg porcukrot keverünk, és az összeshez 1 csipet sót, 1 evőkanál citromlevet, 2 csomag vaníliás cukrot teszünk. Gőz fölött kemény habot kell verni belőle (a cukrot ne egyszerre tegyük bele). Az így kapott krémet kell beletölteni a kisütött rudakba (habzsákkal; ha nincs, egy vastagabb nejlonzacskó sarkát is levághatjuk, és azzal tölthetjük meg a tésztát).





GaBko chili

„Minden a kis kertemben és párkányomon kezdődött” – ezt írja honlapján Nagy Gábor, a világhírű GaBko chili előállítója és termelője. Ez a Nagymaroson termesztett chilimárka több alkalommal is azzal került be a hírekbe, hogy pár éve egyik terméke a Los Angelesben rendezett chiliszószok világbajnokságán a gyümölcsös chiliszósz kategóriában világbajnok lett, sőt, az összesített nagydíjat is megnyerte. A korábbi nemzetközi versenyeken is már több díjat szerzett termeszto a kaliforniai világbajnokságon a GaBko Chili Ale Mango Habanero nevű chiliszószával aratott győzelmet. (A termék idén egy texasi gasztrfesztiválon is díjat kapott.) Nagy Gábor szerint a mangó friss gyümölcsös íze és a sörkömlo fanyarsága teszi teljessé ezt a szószkülönlegességet. „Szakmai berkekben nyilván tartják a GaBko nevet külföldön is” – mondta Nagyné Izsák Veronika az elismerésekkel kapcsolatban.

A házaspár 2011-től foglalkozik különleges chiliszószok előállításával. Visszaemlékezésük szerint annak idején nem volt divatos és nem is termesztettek sok chilit az országban. Azóta persze változott a helyzet, amiben közrejátszhatott az is, hogy a GaBko-féle chilik 2017-ben két első díjat is szereztek a már említett amerikai világbajnokságon, amit eléggé felkapott a média. A nagymarosi GaBko-termékek ma már több Pest megyei és budapesti étteremben jelen vannak, és számos magyar árucikkkel együtt egy német online shop kínálatában is megtalálhatók.



Nyakas Pincészet

Az Etyek-Budai borvidéken, a Nyakas-hegy lábánál fekvő Tök község határában található Pest megye egyik legismertebb borászata, a Nyakas Pince Zrt. A birtok szőlőinek egy része itt, másik része a közeli Budajenőn terül el. Az 1997 óta bortermeléssel foglalkozó pincészet elsősorban fehérborokat állít elő; az olyan boraik, mint például az Irsai Olivér, a Chardonnay, vagy a Budai Sauvignon Blanc nem véletlenül népszerűek, országosan ismertek, számos üzletben kaphatók. „Meszes altalaj és hideg, szeles lankák jellemzik ezt a területet, de ez kifejezetten kedvez a friss, üde, gyümölcsös borok előállításának” – így foglalta össze a termőhely jellemzőit Nagy Péter, a pincészet értékesítési vezetője. Elmesélte, hogy boraik közül az Irsai Olivér a legnépszerűbb, a szakmai sikereket viszont a Budai Chardonnay hozza, aminek „nagyon fekszik ez a termőterület”. Nem véletlen, hogy a Chardonnay du Monde elnevezésű, franciaországi nemzetközi borversenyen 20 év alatt legalább 12 érmet szerzett a Nyakas Pince Chardonnay-ja. „A 2014-es évjárat aranyérmes lett, e mellett úgynevezett TOP 10 Különdíjban részesült. Magyar bornak korábban nem volt ilyen sikere” – tette hozzá Nagy Péter. És ha már a nemzetközi kapcsolatoknál tartunk: a Nyakas-borokat közel 15 országba szállítják világszerte. Elsősorban ott fogyasztják leginkább, ahol nagy létszámú magyar közösségek élnek: többek között Szlovákiában, Londonban, de kapni Nyakas-borokat Kolozsváron a főtéri teraszos éttermekben, Floridában, a Sydney-ben működő magyar klubban, sőt, Japánban egy magyar termékeket forgalmazó üzletben is.

A 190 hektáron gazdálkodó pincészet főborásza Nyúlné dr. Pühra Beáta tavaly az első hat jelölt között szerepelt az Év bortermelője címért folyó versenyben. A Nyakas Pince közel 50 embernek ad munkát, a foglalkoztatottak több mint fele a kertészetben, szőlőművelésben dolgozik. Nagy Péter szerint a Nyakas-borok népszerűsége a megbízhatóságnak köszönhető: nemcsak a több évtizedes tapasztalaton alapuló szakértelemnek, hanem annak is, hogy ügyfeleiket határidőre, pontosan kiszolgálják.





Savanyú káposzta

A vecsési savanyú káposzta története szorosan összefügg Vecsés történelmével. A török uralom alatt elnéptelenedett településre a 18. század végén a németországi Ulm környékéről 50 család költözött. Az így letelepült svábok honosították meg Vecsésen a káposztatermesztést, a savanyú káposztát az ő eljárásuk alapján készítik a mai napig. A vecsési káposzta számtalan káposztás étel, többek között a székelykáposzta és a toros káposzta alapanyaga. A savanyú káposzta egy bizonyos savanyítási eljárást takar: a zöldséget 1,5-3 milliméter szélesre vágják, sózzák és fűszerezik (paprikával, borssal, kaporral, korianderrel, babérlevéllel), és úgynevezett irányított tejsavas erjesztéssel savanyítják, tartósítják. Ennek során a só kivonja a vizet a káposzta szövetéből, a cukrok tejsavakká alakulnak, így keletkezik a kellemesen savanykás íz. A káposztát régen fahordókban rétegezve helyezték el, összenyomták, alul és felül káposztalevelekkel borították.

A vecsési káposzta fokozatosan vált ismertté, elterjedté az országban. Népszerűségéhez hozzájárult, hogy a kis távolság miatt hamar eljutott Budapest piacaira, télen is eltartható volt, illetve feldolgozása, felhasználása is bővült: árulták és fogyasztották a savanyú káposztával töltött paprikát, a káposztából készül vegyes vágott savanyúságot. A jelentősen korszerűsödött technikának, technológiának köszönhetően napjainkban a nagy teljesítményű, rozsdamentes szeletelőgépekről szállítószalag továbbítja a káposztát a több méter magas tartályokba. Vecsésen a termelők a környékbeli földeken termelt zöldség mellett hasonló tulajdonságokkal rendelkező káposztát vesznek át az Alföldről is, így biztosítva a feldolgozás és az előállítás folyamatosságát.





Börzsönyi málna

Néhány évtizede Pest megye egyik külföldön is keresett mezőgazdasági terménye a málna volt. A Börzsönyben nagy kiterjedésű málnaültetvényeket telepítettek, az itt folyó málnatermesztés országos ismertségre tett szert. E málnatermelő vidék központjának Nagymaros számított, ahol az 1930-as években német családok kezdték a termesztést. Pár évtizeden belül megjelent a málna Verőcén, Bernecebarátiban, Kismaroson, Vámosmikolán, Kemencén, Tésán, Szokolyán, Zebegényben és több más környéki településen. A börzsönyi málnatermesztés fénykora az 1980-as évekig tartott. A vidék legismertebb fajtái közé a Nagymarosi, a Malling Exploit és a Fertődi Zamatos tartozott.

A 80-as évekkel azonban csökkenni kezdtek a termőterületek, amelyek egy részét – a turizmus fellendülésének is köszönhetően – felparcellázták, víkendtelkeként értékesítették. A kedvezőtlen folyamatot a rendszerváltás után felgyorsította a málna átvételi árának csökkenése, valamint a szobi szörpüzem bezárása. (A gyár egykor dolgozóin kívül 5000 bogyós- és egyéb gyümölcsstermelőnek adott munkát!)

Miért lehetett itthon és külföldön is kedvelt a börzsönyi málna? Egyfelől alapvetően erdei növényről van szó, a Börzsönyben pedig sok helyütt termelt vadmálna, amit kezdetben gyűjtögettek, majd áttértek a termesztésre. Másfelől a Dunakanyar és a hegyek klímája, a hűvösebb nyarak kedveztek a málnatermesztésnek, de egyéb bogyós gyümölcsöknek, például a ribizlinek. A művelési mód korszerűsödött az évtizedek folyamán, megjelentek a hűtőházak, ezért a jó minőségű Pest megyei, börzsönyi málnát könnyen lehetett értékesíteni az ország határain belül és túl egyaránt.

Bár a kiváló termőhely ma is adott, a gazdasági viszonyok és a klímaváltozás nem kedvez a málnatermesztésnek. Napjainkban kevés család foglalkozik vele a Börzsönyben és környékén. Ők leginkább lekvárt készítenek a gyümölcsből, amit aztán helyben értékesítenek kézműves termékként. A híres Pest megyei málna tehát, ha jóval szerényebb mértékben, mint korábban, de valamilyen formában azért gasztronómiai termékként jelen van a piacokon.



Gál Szőlőbirtok és Pincészet

A Csepel-sziget nagy kiterjedésű, sík területével, ártéri erdősávjaival, a Kis-Duna nádasával az Alföld hangulatát idézi. Homokos vályogtalaja kedvez a szőlőtermesztésnek – ez a megállapítás akkor is igaz, ha a szigeten nem kifejezetten ez a jellemző mezőgazdasági tevékenység. Ugyanakkor itt, a Csepel-szigeten, Szigetcsépen található a Kunsági Borvidék egyik legmeghatározóbb borászata, a Gál Szőlőbirtok és Pincészet.

A 2002-ben létrejött családi pincészet közel 140 hektáron gazdálkodik; ennek legnagyobb része Szigetcsépen és környékén található, a többi pedig a Keszthelyi-hegység peremén fekvő Lesencefalun. A pincészet elsősorban könnyedebb, gyümölcsösebb fehérborokat, illetve rozéborokat állít elő. A leggyakoribbak a rajnai és olaszrizling, a cserszegi fűszeres, a kékfrankos és a pinot noir. „Számos alkalommal nyertünk aranyérmet világversenyeven a borainkkal, volt, hogy magyar borok közül egyedülként. Legutóbb az idei németországi MUNDUS Vini nevű nemzetközi borversenyen kapott aranyérmet a 2017-es Késői szüretelésű Rajnai rizlingünk” – említette Gálné Dignisz Éva, a pincészet borásza, akinek személyes sikere – és egyben a pincészet munkájának elismerése –, hogy 2013-ban az év bortermelőjének választották. A nemzetközi eredményekhez tartozik még, hogy a pincészet rozéborai mindig jól szerepelnek a bormustrákon, de a rajnai és az olaszrizling ugyancsak gyakran kiváltja a nemzetközi zsűri elismerését.

A Csepel-szigeti birtokon augusztus végén, szeptember elején kezdődik a szüret, először a cserszegi fűszerest szedik le. A lesencei termőterületen leszüretelt szőlőt ládákból viszik a szigetcsépi pincészetbe, ahol aztán feldolgozzák. A családi vállalkozás, helyben, a pincészetből értékesíti borait, amelyekkel nem egy Csepel-szigeti étteremben, borbárban lehet találkozni.





Hisztéria Cukrászda

Hogy kerülnek egy tápiószecsői cukrászda süteményei a világhírű Orient Expresszre? A történet, azon kívül, hogy kissé mulatságos, nem mindennapi, de legfőképpen a Hisztéria Cukrászda szakértelmének, hozzáértésének elismerése.

A tápiószecsői Hisztéria Cukrászda 2008-ban nyílt meg. (Van még Hisztéria Cukrászda Pest megyében Gyömrőn, valamint Budapesten a West Endben és az Andrássy úton.) Több helyre, így a fővárosba a Francia Intézetbe is szállították fagylaltjukat. Az ottani kávézó tulajdonosa imádta a vonatokat, vasútmodelléssel is foglalkozott. Kapcsolatban állt az Orient Expressz igazgatójával. A vonat Budapesten tartózkodott, amikor kiderült, egy rajta utazó illusztris társaság, konkrétan a Rolling Stones – nyilván a nagy jókedv közepette – bizony összepiszkította az egyik szőnyeget. A kávézó tulajdonosa vállalta a tisztítását (magasnyomású mosóval, majd hajszárítóval szárítva meg), ezzel pedig egyből „bevágódott” az igazgatónál. Az expressz igazgatója meg is kérdezte, tudna-e valamilyen kiemelkedő minőségű terméket prezentálni a vonatra. Így jött képbe a Hisztéria és süteményei.

A legendás Orient Expressz a 19. század végén Párizs és Isztambul között közlekedett, két éve pedig Budapestről indult járata Párizsba, Londonba, illetve Velencébe. Tavaly is többször tartózkodott a vonat Budapesten, a Hisztéria termékei minden alkalommal ott voltak a fedélzeten. A tápiószecsői cukrászda Sacher tortát, epres-fehér csokoládés, valamint csokoládés tortát és az 5 órás teához petit fours-t (aprósütemény) szállított az Orient Expresszre. „A vonat olasz séfje maximálisan elégedett volt valamennyivel” – emlékezett vissza Ipacs Balázs, a családi vállalkozásként működő Hisztériától.

A cukrászda legismertebb terméke itthon a fagylalt. Süteményeik közül a vidéki üzletekben az oroszkrém, az Eszterházy torta és a Rigó Jancsi a legkeresettebb, a fővárosi cukrászdákban az Eszterházy egy „újrágondolt” változata, tetején fondant (cukormáz) helyett fehér csokoládéval.

A Hisztéria idén is nagyot alkotott: 2020-ban a cukrászda Curiositas nevű tortája lett Magyarország Tortája. A Füredi Krisztián cukrász alkotta édesség leírása szerint a mandulás tésztájára tejszokoládés-mogyorós ropogós, birsalma zselé, mandulamousse és étcsokoládés áthúzó került.



Felhasznált irodalom

- Ambrus András (felelős szerk.):
A tóki pompostól a zencicáig – kalandozások Pest megye ízvilágában. H. n., é. n.
- Aszódi Csaba András-Katarina Királyovát:
Nagyanyáink konyhájából. Takto varila starká. Ecsér, 2008
- Bali János: A Börzsöny-vidéki málnatermelő táj gazdaságnéprajza. Budapest, 2005
- Bernhardt László: Ételek, ízek Pest megyéből. H. n., é. n.
- Fercsik Mihály: Galga menti ízek. Hévízgyörk, 2017
- Kocsis Gyula: Pest megye nemzetiségi és vallási térképe a 19. század végén.
In: Klamár Zoltán (szerk.): Etnikai kontaktzónák a Kárpát-medencében a 20. század második felében. Aszód, 2005. 11-20.
- Kósa László-Filep Antal: A magyar nép táji-történeti tagolódása. Budapest, 1975
- Magyar Néprajzi Lexikon. Főszerk.: Ortutay Gyula. Budapest, 1977-1982
- Mandulás lett az idei év tortája – kihirdették a győztest. Hvg.hu, 2020. augusztus 4.
https://hvg.hu/gazdasag/20200804_Mandula_ev_tortaja_gyoztes
(utolsó letöltés: 2020. augusztus 15.)
- Matkovich Ilona: Így ment tönkre a szörpgyár. Magyar Narancs, 2012. március 7.
<https://magyarnarancs.hu/kismagyarorszag/igy-ment-tonkre-a-szorpgyar-79052>
(utolsó letöltés: 2020. július 15.)
- Megyeri Katalin: Nagyanyáink főzték. Ceglédbercel, 2014 (Ceglédberceli füzetek 3)
- Mitől vecsesi a savanyúság? Magyar Nemzet, 2012. szeptember 18.
<https://magyarnemzet.hu/archivum/etel-es-ital/mitol-vecsesi-a-savanyusag-4203470/>
(utolsó letöltés: 2020. július 22.)
- Szedlacsek Rozália-Szekeres Szilvia (felelős szerk.):
Gasztronómiai kirándulás a Parkerdónél. Visegrád, 2018
- Vankóné Dudás Juli: Falum Galgamácsa. Szentendre, 1983 (Studia Comitatus 12)

