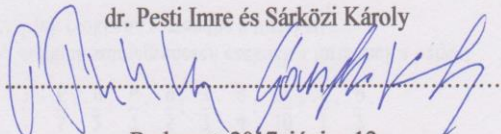


**Javaslat a
„Magyar gulyásleves”**

Hungarikumok Gyűjteményébe történő felvételéhez

Készítette:

dr. Pesti Imre és Sárközi Károly



Budapest, 2017. június 12.

***Javaslat a
„Magyar gulyásleves”***

Hungarikumok Gyűjteményébe történő felvételéhez

Készítette:

dr. Pesti Imre és Sárközi Károly

Budapest, 2017. június 12.

A JAVASLATTEVŐ ADATAI

1. A javaslatot benyújtó (személy/intézmény/szervezet/vállalkozás) neve:

dr. Pesti Imre, Sárközi Károly

2. A javaslatot benyújtó személy vagy a kapcsolattartó személy adatai:

Név: dr. Pesti Imre

Levelezési cím: 1055 Budapest, Széchenyi rakpart 19.

Telefonszám: 36 20/4999278

E-mail cím: pesti.imre@fidesz.hu

Név: Sárközi Károly

Levelezési cím: 2131 Göd, Pf.: 7.

Telefonszám: 36 20/9121737

E-mail cím: sarkozi.dunacsarda@gmail.com

II. A NEMZETI ÉRTÉK ADATAI

1. A nemzeti érték megnevezése: Magyar gulyásleves

2. A nemzeti érték szakterületenkénti kategóriák szerinti besorolása

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> agrár- és
élelmiszergazdaság | <input type="checkbox"/> egészség és
életmód | <input type="checkbox"/> épített környezet |
| <input type="checkbox"/> ipari és műszaki
megoldások | <input type="checkbox"/> kulturális
örökség | <input type="checkbox"/> sport |
| <input type="checkbox"/> természeti
környezet | <input checked="" type="checkbox"/> turizmus | |

3. A nemzeti értéket tartalmazó értéktár megnevezése: Magyar Értéktár

4. A nemzeti érték rövid, szöveges bemutatása, egyedi jellemzőinek és történetének leírása

Gulyásleves



Honnan is ered a gulyás, a mi gulyásunk?

Bármilyen különösnek tűnik, de a gulyás (pörkölt, paprikás) nemzeti étellé válása szoros összefüggésben állt II. József reformtörekvéseivel. Az uralkodó politikájával erősen veszélyeztette Magyarország jogi különállását, mivel azt Ausztriával és Csehországgal egy egységes birodalomként kívánta olvasztani. A kiváltságait féltő nemesség a magyar nyelv védelme és a magyar ruha újbóli divatba hozása mellett egy egyszerű alföldi pásztorételben vélte megtalálni azt az ételt, amely a magyar nép egységét és egyéni jellegét hangsúlyozza. Kiválasztódásának több oka is volt. Sajátos megjelenése (a paprika szép, egyéni színt adott), valamelyes ismertsége, ami az utazók, katonák révén terjedt, sokat nyomott a latba, de az elsődleges ok egészen más volt. A gulyást színmagyar ételnek tartották, hiszen az Alföldnek olyan részéből származott (a Nagykovács, a Hortobágy és peremvidékei), amelyet a legkevésbé ért el a Dunántúlon igen jellemző „elnémetesedés”. Ilyen ételt a magyar nemesség asztalán nemigen lehetett volna találni, ezért esett egy pásztorételre a választás.

Írásos dokumentumban először gróf Johann Centurius Hoffmannsegg szászországi utazó már 1794-ben úgy említi a paprikás ételt, mint magyar nemzeti eledelt: „einungarisches National-Gerichte von Fleisch mit türkischen Pfeffer” (húsból törökborssal (paprikával) készült magyar nemzeti étel). Mivel írásában ízletessége mellett dicsérte egészségre kedvező hatását, könnyűségét, valószínűleg gulyásról lehetett szó, amely a három étel közül a legkevésbé zsíros, „legkönnyebb”. Ekkortól a gulyás karrierje gyorsan ívelt fel. Az 1800-as években a gulyás szó bekerült a szótárakba, az 1810-es években receptje megjelent a különféle szakácskönyvekben, az 1820-as években feltűnt a vidéki városi vendéglők étlapján. Az 1830-as években tudományos értekezésben sorolják a magyar nemzeti jellegzetességek közé, s az 1840-es években a „pörkölt-hús” megjelent a pesti belvárosi vendéglők kínálatában is.

Nemzeti étel státusza ellenére a gulyás nem volt igazán magas rangú étel a köznemesi, főnemesi és polgári asztalokon. Kimondottan férfiételeként tartották számon, ami nem elég előkelő ahhoz, hogy hölgyvendégeknek is feltálalhassák. Viszont a parasztok között az 1830-as évekre mindennapos pásztorételből lakodalmi fogássá nőtte ki magát, érdekes módon először az országnak azokban a részeiben, ahol a gulyás (pörkölt, paprikás) nem volt „öshonos”. Az ormánsági lakodalmakban már 1827-ben szolgáltak fel gulyásos húst, s a Tolna megyei német falvakban is az 1840-es években. Ezeken a területeken kimondottan ünnepi ételeknek számított. Ez a folyamat a fő elterjedési területén, az Alföldön, ahol a gulyást, a pörköltöt és a paprikást pásztorételként ismerték, lassabban ment végbe, csak a 19. század közepe körül kezdődött, s egyes részein (pl. Debrecen környékén) egészen a 20. század elejéig tartott. Igazán csak a pörkölt/paprikás emelkedett az ünnepi ételek rangjára. Viszont a hétköznapi paraszti étkezések rendjébe igen hamar beépült, hiszen egykorú leírás szerint a szárnyasból készült tyúkpaprikás már 1846-ban hétközi ételnek számított. Győrfi István 1939-es munkájában a „Néphagyomány és Nemzeti művelődés”-ben számolt be a gulyásleves első világháborús karrierjéről. Érdekességként idézte egy korabeli német háborús tudósító gulyással kapcsolatos csatateri élményeit.

Magyar gulyásleves recept

A magyar gulyásleves többségében magyar alapanyagból készül, az összetevők aránya ízlés szerint változtatható.

Hozzávalók 10 főre:

0,60 kg marha lapocka
0,60 kg burgonya
0,25 kg magyar vöröshagyma
0,20 kg sárgarépa
0,10 kg fehérpaprika
0,10 kg paradicsom
0,10 kg petrezselyemgyökér
0,10 kg mangalicaszír
0,03 kg só
0,02 kg magyar fűszerpaprika-őrlemény.
0,005 kg fokhagyma
0,002 kg egész köménymag
0,10 kg csipetke
víz¹

Magyar gulyásleves elkészítésének folyamata

A mangalicaszírt megfelelő nagyságú lábasban vagy bográcsban felhevítjük és a finom, apróra vágott makói vöröshagymát beletéve félig megpirítjük. Hozzáadjuk a szegedi őrölt fűszerpaprikát, gyorsan elkeverjük benne és kevés vízzel felengedjük, hogy meg ne keseredjen. Ezután a kockára vágott marhahúst hozzáadjuk a paprikás hagymához, megsózzuk, és jól elkeverjük. Fedő alatt, mindig csak kevés vizet hozzáadva, időnként megkeverve, nem túl gyors tűzön pároljuk. Finom apróra vágott köménymagot és fokhagymát adunk hozzá. Ha majdnem puha, zsírára piritjük le. Ekkor hozzátesszük a kockázott

¹ Recept forrása: Prohászka Béla Venesz-dijas mesterszakács

sárgarépát, petrezselyemgyökeret és a burgonyát, kissé tovább pirítjuk vele, míg a burgonya üvegesedni kezd. Ugyancsak hozzáadjuk a darabokra vágott cecei fehérpaprikát és a friss paradicsomot, majd annyi vízzel engedjük fel, amennyi levest kívánunk készíteni. Ízesítjük, fűszerezzük és az egészet együtt puhára főzzük. Külön kifőtt csipetkével forrón tálaljuk.

Bogrács

A **bogrács** egy szabadtüzi főzőedény. Elnevezései: bogrács, rézbogrács. Hasonló kialakításuk és használatuk miatt a vassfazék, üst, rézüst, katlan változatai utalnak az edény anyagára, nagyságára illetve rendeltetésére, de nem bográcsok. A vassfazék (vaslábas) egy konyhai eszköz, amelyben egytál ételt készítettek konyhai tűzhelyen (sparhelt), vagy kemencében. Az üstökhöz és a katlanhoz üstház tartozik, mert nagy mérete, súlya miatt nem használható úgy, mint a bogrács. Ezeket különösen lakodalom alkalmával és disznóöléskor használják, amikor nagy mennyiségű húst kell feldolgozni, vagy nagyon sok főre kell főzni.

Bográcsfajták

Alapvető típusok:

- gulyásbogrács – klasszikus bográcsforma, kb. 5 – 30 literes méretű edény
- halfőző bogrács – az alsó része szélesebb, mint a szája
- asztali tálaló bogrács - kisméretű, díszesebb kivitelű asztali edény 0,8 m^m falvastagságú, asztalra állítható tartóval.

Anyag és kivitel szerint csoportosítva:

- vörösréz bogrács 1,2 m^m falvastagságú
- vas bogrács 1,4 m^m falvastagságú
- öntöttvas bogrács
- acél bogrács 1,4 m^m falvastagságú
- rozsdamentes acél bogrács 1,2 — 1,3 m^m falvastagságú
- zománcozott bogrács

Jellemzői

- Különböző úrtartalmú és alakú bográcsok vannak. A fémbográcsok falvastagsága 0,8 — 1,4 m^m között változik. Az öntöttvas és zománcozott bográcsok ennél nagyobb falvastagságúak
- A gulyásfőző felfelé szélesedő, a halfőző pedig fent szűkebb, mint a fenéke.
- Nagy drótfülével, bográcsállványon függeszthető a tűz fölé.

A bogrács előnyei

A konyhai tűzhelyen ugyanazok az egytálételek elkészíthetők, mint a bográcsban, azonban a bográcsban készült ételek íze nem hasonlítható össze a konyhában készültékével. Valamint a bográcsos ételek készítéséhez olyan közösségi tevékenységek kapcsolódhatnak (favágás, alapanyagok összekészítése), amelyben az egész család, vagy a baráti kör is részt vehet.

Gasztronómiai szerepe

- A hagyományos magyar konyha jellegzetes ételei készíthetők el benne, egyszerre több személyre.
- A *bográcstársaság* kifejezés utal a közösségi szerepére.

Milyen tűzifát használjunk?

Ha keményfát használunk a bográcsban készült étel elkészítéséhez, akkor az étel a használt tűzifa fajtájától függő, jellegzetes füstös ízt kap. Legtöbbször az akácfát javasolják tűzifának, a bográcsos étel elkészítéséhez.

Mangalicaszír

A mangalica zsírjáról, húsról bizonytalan lábon álló információk és tévhitek terjednek. Ezek egyike, hogy alacsony a koleszterintartalma, a másik, hogy egészséges. Persze azt is alaptalan lenne állítani, hogy egészségtelen. Egészséges voltát azzal támasztják alá, hogy sok egyszerűen telített zsírsavat tartalmaz a zsírja. Ez akár igaz is lehet, mert a ridegen tartott, makkoltatott sertések zsírja, az ilyen ibér és mangalicasertése valóban viszonylag sok ilyen zsírsavat tartalmaz. Annyira sokat, hogy a zsír akár felét ez teszi ki, és emiatt az ilyen zsír szobahőmérsékleten cseppfolyós is. Azonban a takarmányon tartott sertések, legyen az akár mangalica vagy ibér sertés, zsírösszetétele mind igen hasonló. A takarmánytól, tartástól függ nagyrészt a zsírösszetétel nem a fajtától.

Az alacsony koleszterintartalom, akár igaz is, csak az kérdés mihez viszonyítjuk. Ha más sertéshez, akkor nem igaz, vagy szintén inkább a takarmányozástól függő. A sertészsír feleannyi koleszterint sem tartalmaz, mint a vaj, koleszterintartalma a fogassüllő húsa közelében van, sőt valamivel alatta. A táplálékok koleszterintartalma azonban egészségügyi jelentőséggel jelen tudományos ismeretek szerint nemigen bír, a zsírsavösszetétel, annak egyszerűen vagy többszörösen telített volta viszont feltehetően inkább.²

A magyar vöröshagyma

Régen döntően makói vöröshagymafajtát használtak, melyet Makó térségben termesztettek. A makói vöröshagyma hungarikum, és ezért csak az ezen a területen ültetett hagymára használható ez a kifejezés. 2009-ben az Európai Bizottság felvette a védett elnevezésű termékek szűk körű európai uniós listájára a makói vöröshagymát.

Története

Kialakulásának okai

A népi nemesítés magas iskolájának eredményeként született meg a makói vöröshagymafajta. A világ hagymatermesztésének túlnyomó többségében a magot vetik el. Makón mint száraz éghajlatú területen, szükségmegoldásként született meg a dughagymás eljárás. Ez ugyan ellenkezik a hagyma faji természetével, hiszen a növény már a második évben magot akar hozni, de a hagyományos makói vöröshagyma az itteni természeti adottságok közepette egy nyáron nem képes kellő nagyságúra növekedni, ezért a tenyészidőt egy évvel meg kellett toldani. Egyes termőtájakon, mint Spanyolország és Olaszország legfeljebb olyan tenyészidő-hosszabbítást alkalmaztak, hogy a hagymamagot kora tavasszal melegágyakba vetették, és onnan palántázták állandó helyére. Szárazabb éghajlatú területen, így a Balkánon is a dughagymás eljárás honosodott meg. A németországi Pfalzban pedig a korábbi érés végett alkalmazták a dughagymás termesztést.

Minden magyar hagymakertész egyben hagymanemesítő volt. Gondosan megválogatta hagymáját; ezt sohasem bízta másra. Nemcsak az eltarthatóságot tartotta szem előtt, de azt is, hogy ne legyen kopasz; a héjazata legyen erős és több rétegű, bronzvörös színű. Nézték a hagyma alakját, a nyak jól záródását is. A makói vöröshagyma kisparaszti termékként alakult ki, de minden termelő saját ízlésének megfelelően válogatta ki. Ez az egyöntetűség rovására is ment.

Kialakulása

Kezdetben makói hagymát használtak. A *magyar ősfajta* a kisebb méretű, keményfejú, élénk, világos színű kelet-európai hagymák családjába tartozott. Erdei Ferenc szerint „a mainál sokkal egyöntetűbb, kistermetű, élénk színű, kemény és alakjára nézve nem telten gömbölyű, hanem inkább szikárabb, ’vállasabb’ hagyma volt”. Az ősi makói vöröshagymát minden

² <http://inyenc.info/invencinfo/?p=91>

bizonytal magról természetűek, és az itteni természeti adottságok miatt apró maradt. A magot nem sorba vetették, hanem – miként a vetőgépek elterjedése előtt – kapával, rónára. A nagyobbakat elfogyasztották, az aprókat viszont elduggatták; így alakulhatott ki fokozatosan a dughagymás termesztési mód. A kisméretű dughagyma nem tartalmaz elég tápanyagot ahhoz, hogy elvetve magszárát (bördőt) hozzon, de a belőle természetű étkezési hagyma sem túl nagy. A makói termesztési eljárás titka a nagyobb méretű dughagymák hőkezelése (szárítása). Ennek következtében a hagyma nem jarovizálódik, vagyis nem hoz virágszárát, tehát nagyobb fejképzésre képes. A hőkezelés, mely sajátos makói eljárás, már a XVIII. században létrejöhetett, hiszen a felvilágosodás irodalmának legnagyobb alakja, az Ausztriában raboskodó Kazinczy Ferenc 1799-ben Magyarországról hajón szállított „szörnyű nagyságú” hagymára lett figyelmes. Ez minden bizonnyal makói lehetett, hiszen csupán az itteni eljárással lehetett akkor nagyfejű étkezési hagymát előállítani. 1889-ben írta a polgármester-helyettes: „A makói hagymának – úgy mondják – nincs párja, mert míg igen nagyra megnő, a mellett színe, íze, szaga és ereje kitűnő.”

Az 1895-ből fennmaradt első makói hagyma-ábrázolás igen tanulságos. Ezek szerint hagymánk felül laposan kigömbölyödő, vállas, a helyi szóhasználat szerint *leánycsöcsű*; gyökérzete és héjazata finom, nyaka behúzódott, benőtt volt. Ez a hagymaváltozat tekinthető az ősi makói vöröshagymából kialakult régi makói hagymának. Ennek továbbfejlesztett változatát nevezték el egy 1935-ben rendezett kiállításkor *Erdei-féle vöröshagymának*. Egyenes fejlődési folyamat eredménye az ősi kelet-európai hagymából kialakult régi makói, majd az Erdei-féle vöröshagyma.³

Szegedi fűszerpaprika, magyar fűszerpaprika örlemény.

A paprikát, mint fűszert és zöldséget a régi magyar konyhákban nem ismerték, használata lassan terjedt el és csak a 18. században vált általánosan ismertté. Legelső termesztő körzete Szeged környékén volt. Európában Spanyolország mellett itt, majd később Kalocsa vidékén kezdtek tömegesen fűszerpaprikát termesztetni. Ehhez hozzájárult egy magyar találmány: a fűszerpaprika porrá törése. Paraszti termeléséről és használatáról először Csapó József debreceni fűvészkönyvében (1775) olvashatunk. A 18. század végétől fokozatosan, olcsó borspótló fűszerként vált népszerűvé. Jól tanúsítják ezt a magyar nyelvterület peremén fennmaradt nyelvjárásban élő nevei is: pirosbors, hőeles (= „hüvelyes”), bors (Zala vármegye), veresbors, zöldbors. Az 1831. évi kolerajárvány alatt, mint megelőző gyógyszer terjedt. Termelése azonban a 19. század derekáig a Kárpát-medencében sehol sem haladta meg a családi önellátás szintjét.

Először az alföldi parasztlak ismerték fel, hogy a sertésszírban piritott vöröshagymához adva, optimálisan oldódnak ki a fűszerpaprika-örlemény íz- és színanyagai. Ez az úgynevezett pörköltalap, amit magyaros ételek jelentős részénél készítésénél máig alkalmaznak. Ez teljesen átalakította a magyar konyhát. A fűszerpaprika társadalmi emelkedését az ezzel ízesített gulyás nemzeti ételként való kezelése is segítette. A reformkorra már a polgári szakácsművészet is alkotott paprikával ízesített ételt (tejfölös paprikás csirke), ugyanakkor a fűszerpaprika használata idehaza még mindig a parasztlakot szimbolizálta. Nyugati határainkon túl viszont a magyarokat, ami megmaradt mindmáig. A fűszerpaprika használata ugyanakkor a magyarlakta területeken nem volt egységes. A legerőteljesebben az Alföldön használták. A 20. század közepéig viszont például alig volt használatos sokfelé a Székelyföldön, ahol barna színű volt az a kolbász, amely Magyarországon piros volt a paprikától.

Kereskedelmi áruként a fűszerpaprikát Szentes környékén kezdték nagyobb területen termesztetni az 1890-es években. Magyarországon a fűszerpaprikát 1934-ben már körzetekben

³ http://hu.wikipedia.org/wiki/Mak%C3%B3i_v%C3%B6r%C3%B6shagyma

termesztették, és az állami hatóságok ellenőrizték minőségét. 1983-tól szabadon forgalmazható. A fűszerpaprika mindmáig szinte magyar nemzeti fűszer. Sehol másutt a világon por alakban, tisztán, egyéb fűszer nélkül nem használják, csakis a magyar területeken. A Duna-Száva vonalától délre eső vidékeken például csövesen főzik bele az ételbe, de porrá nem törlik, nyugaton pedig csak más fűszeres porokkal keverve használják az ételek ízesítéséhez.⁴

Magyar tarka szarvasmarha

A magyar tarka szarvasmarha, vagy régebbi elnevezésével *magyar pirostarka*, egy kettős hasznosítású (tej- és hústermelő), Magyarországon kialakult marhafajta. Őshonos, törvényileg védett háziállataink közé tartozik.

Története

Az első nyugati fajták (például a szimentáli) már a XVIII. században, a bajor telepeseikkel együtt megérkeztek Magyarországra. A XIX. század első felében a kimondottan hústermelő marhának számító magyar szürke marha helyett igény jelentkezett egy elsősorban tejtermelő szarvasmarhafajta iránt. A döntő fordulatot a dualizmus kora hozta, amikor fokozódott a kereslet a tej és a tejtermékek, és ezzel a korszerű, jobb termelőképességű, igényesebb fajták iránt. Ekkor még az állomány, több mint 90%-át tette ki a szürke-marha, amely részt vett a magyar tarka kialakításában.

Egy 1894. évi törvénycikk alapján elkészült az állattenyésztési szabályozás és a tenyészkörületi beosztás. Ez kedvezett a különböző tájfajták kialakulásának. Az Alföldön szürkemarhabikát, a Dunántúlon szimentálit, a Felvidéken pinzgaut, a Kárpátokban a borzderes bikákat lehetett használni a köztenyésztésben. Így alakultak ki a tájfajták, amelyek közül a legrégebbi, és leghíresebb a **bonyhádi pirostarka**, amely kiváló tejtermelő volt, elsősorban nyugati fajták keresztezésével nyerték. Több marhafajta hatással volt a kialakulására, de főként a Tolna megyei földbirtokosok által Svájcból importált berni fajta. Később tervszerűen beavatkozva a tenyésztésbe két szimentáli bikával javítottak az állományon. A szimentáli bikák sötétebb piros színt eredményeztek, innen a *pirostarka* elnevezés. 1890-ben mutatták be Bécsben, majd a fajta a millenniumi kiállításon I. díjat nyert. Azóta is a nemesítésben pirostarka szimentáli bikákat használnak. A bonyhádi marha kettős hasznosítású (régebben hármás vegyes hasznosítású volt), elsősorban kiváló tejhozama tette népszerűvé a gazdák közt, de kiváló a húshozama, és húsminősége, ezen kívül régebben igázásra is használták.

A 20. század első éveiben megváltozott a tenyésztés iránya, a küllem helyett a termelékenység került előtérbe. Kiválogatták a jó termelőképességű egyedeket, majd a továbbtenyésztésük után már küllemre szelektáltak. Az újfajta kialakításába bevonták a tájfajtákat, amelyek a bonyhádi kivételével az 1940-es évekre beleolvadtak az újonnan kialakult magyar tarka fajtába. A magyar tarka szarvasmarha sokféle ősről visszavezethető nagyfokú változékonyságából adódóan a két világháború közötti időben világrekorder tejtermelő egyedek is kerültek ki a fajtából. 1942-re részaránya már elérte a 83%-ot.

A két világháború között az állomány homogenitását a szimentáli fajta tenyésztésbe vonásával érték el. Ezzel a keresztezéssel javítani lehetett a magyar tarka tej- és hústermelését és igazthatóságát. Wellmann Oszkár határozta meg először a fajta bírálati szempontjait és törzskönyvezését, elősegítette az egységes tenyésztési célok kialakítását. Kialakult az *elit magyar tarka tehén* (4000 kg tej/305 nap, 150 kg tejsír) és az *aranytörzskönyv* (25000 kg tej, 900 kg tejsír, 6 élő borjú).

⁴ <http://www.paprikafutar.hu/index.php?lap=tortenet>

A második világháborúban az állomány fele veszett oda. Egy 1950-ben hozott rendelet szerint a magyar tarkát kettős hasznosítású fajtaként kell tenyészteni. A nemesítésre irányuló keresztezések nem vezettek kielégítő eredményre, bár kialakult egy fajtaváltozat, a negyedrészt Jersey *tejelő magyar tarka*. Bebizonyosodott az is, hogy a magyar tarka húsmarhaként is jó eredményeket érhet el. Ám az 1972-ben kihirdetett kormányprogram hatására a populáció létszáma erősen lecsökkent. Ma a szarvasmarha-állomány 18-20%-a a magyar tarka. A fajta tenyésztésszervezésével, genetikai fejlesztésével és nemzetközi képviselésével az 1989-ben alakult a *Magyartarka Tenyésztők Egyesülete* foglalkozik.

Tulajdonságai

Színe sárga-piros-tarka. Élénk, jóindulatú állat. Átlagosan 607 kg élőtömegű, a tehén 600-700 kg, a bika 800 kg. 271 tejelési nap alatt 3208 kg tejet ad. Az alapfajta a tőgy és a tőgybimbó alakulása miatt gépi fejszre nem igazán alkalmas, viszont hústermelő képessége jó. A tejelő magyar tarka génösszetétele 25% Jersey, 75% magyar tarka. Tőgye megfelel a gépi fejszre.⁵

Víz

Minden dolog alapeleme a víz. Ezt már a hét bölcs egyike, Thalész (i. e. 650- 560) természetfilozófus is felismerte. Az emberiség legősibb hagyományaiban fellelhető a víz négy kultikus funkciója. Elsősorban az anyagi létezés kezdetét kapcsolják a kultúrák a víz eleméhez. Az „ösvizet” az „Élet vizének” is hívják, amelyből az egész létezés megszületett. A megtermékenyített petesejtből is vízben (magzatvízben) fejlődik az embrió. Ebből következik másik jelentése, a megtermékenyítő víz, amit „Égi víznek” is szoktak aposztrofálni. A következő kultikus funkciója a megtisztulás eszköze, mint a „Keresztelővíz”, majd a regenerálódás, vagyis az újjászületés elemeként zárja a sort.

Az élet eredete a vízben keresendő. A víz kialakulása eredményezte bolygónk növény- és állatvilágának megjelenését és az ember fejlődését. Ebből adódóan az élet alapja is a víz. A szervezet víztartalma a csecsemőkortól az öregedéssel folyamatosan csökken, de így is egy 75 kg-os felnőtt testének víztartalma átlagosan 50 liter. Évente közel 1000 liter folyadékot iszunk meg, és egész életünk folyamán összesen 200 kg „közetet” is elfogyasztunk a vízben oldott ásványi anyagok formájában.⁶

Forrás:

Fokhagyma

Története

Elő- és Dél-Ázsiában őshonos; különleges ízjavító hatása miatt az egész világon kedvelik. Egyes ókori népek varázserőt tulajdonítottak neki, Egyiptomban szent növényként tisztelték. A középkorban is gyógyító és tisztító erőt tulajdonítottak neki, gerezdjét amulettként hordták a nyakukban. A pestisdoktor madárfejszerű álarcának csőrrészébe (amin át az orvos belélegezte a levegőt) többek között fokhagymalevelet is tettek. Hazánkban a XV. században kezdték termesztetni.

Termesztése

Gerezdjeiről szaporítják; ősszel és tavasszal 20 x 10 cm-es sor- és tőtávolságra duggatják. Mivel meleg- és fényigényes, Magyarországon kiváltképp Makó környékén termesztik. Egyenletes vízellátás mellett bő termést hoz.

⁵ Történelmi állatfajtáink enciklopédiája, szerk.: Tözsér János, Bedő Sándor, Mezőgazda Kiadó, Budapest, 2003
Alfred Brehm: Az állatok világa - Szarvasmarhák (Bos L.)

⁶ <http://www.stgraal.hu/content/vizek-tortenete-ivoviz-gyogyviz-asvanyviz-forrasviz>

Tárolása

Ha a levele és szára elszárad, a gumókat szellős helyen után szárítják, a rögöktől, gyökérszettől megtisztítják, füzérbe vagy koszorúba fonják, és szellős, száraz helyen (padlás), felfüggesztve tárolják.

Hatóanyagai

Erősen antibakteriális és gombaellenes hatását Louis Pasteur már 1858-ban leírta, később 1920-ban a svájci Sandoz gyógyszergyár izolálta az antibakteriális hatóanyag vegyületeit; az alliin-t és az abból kialakuló allicin-t. Kínai kutatók által In vitro (emberi szervezeten kívül) végzett kísérletek arra engednek következtetni, hogy az allicin más élettani hatásai mellett ráksejt ellenes tulajdonsággal is rendelkezik. A fokhagyma tartalmaz még szénhidrátot, fehérjét, fontos ásványi anyagokat, valamint több vitamint (A-vitamin, B-vitamin, C-vitamin, E-vitamin), amiknek köszönhetően erős antioxidáns hatást fejt ki. A komplex összetevőknek köszönhetően jelentős immunrendszer erősítő hatást is megfigyeltek. Jellegzetes illatát egy kéntartalmú anyag, az ajoén adja.

A modern orvostudomány igazolta a fokhagyma vérnyomás csökkentő, baktérium- vírus- és gombaellenes, emésztést elősegítő, bélfertőtlenítő, bélféregűző, epe- és májműködést elősegítő hatását. Sokáig úgy vélték és néhány korábban elvégzett kísérlet eredményei is arra mutattak, hogy a magas koleszterin szint csökkentésére is hatásos, azonban a Stanford Egyetem vizsgálatai (2007. február) nem igazolták ezt az elképzelést.⁷

Burgonya

A **burgonya** (*Solanum tuberosum*), a köznyelven **krumpli**, tájnyelvi nevén *kolompér*, *krompé* vagy **pityóka** (Erdélyben). A burgonyafélék (*Solanaceae*) családba tartozó növény, amit keményítőben gazdag gumójáért termesztene világszerte.

Származása, élőhelye: Peru és Chile hegyvidékén őshonos, ott az őslakosok már kb. 5000 éve termesztik. Európába, először Pizarro expedíciója hozta el az 1540-es években. AXVI.-XVII. században spanyol, portugál kereskedők elterjesztették Ázsiában és Afrikában is.

Ausztráliába az angolok vitték a XVIII. században. Ez a legfontosabb termesztett, nem gabonanövény, így több ezer fajtája ismert. Becslések szerint ma világszerte 192 000 km²-en termesztenek burgonyát.

Burgonya (nyers, héjas)	
Tápanyagtartalom 100 g-ban	
Energia 80 kcal 320 kJ	
Szénhidrátok	19 g
- Keményítő	15 g
- Rost	2,2 g
Zsír	0,1 g
Fehérje	2 g
Víz	75 g
Tiamin (B1-vitamin)	0,08 mg 6%
Riboflavin (B2-vitamin)	0,03 mg 2%
Niacin (B3-vitamin)	1,1 mg 7%
B6-vitamin	0,25 mg 19%

⁷ <http://hu.wikipedia.org/wiki/Fokhagyma>

C-vitamin 20 mg	33%
Kalcium 12 mg	1%
Vas 1,8 mg	14%
Magnézium 23 mg	6%
Foszfor 57 mg	8%
Kálium 421 mg	9%
Nátrium 6 mg	0%
A százalékos értékek az amerikai felnőtt javasolt napi mennyiségre (RDA) vonatkoznak.	

Felhasználása

Fogyasztani kizárólag a gumóját szabad: a virágából keletkező bogyókban, a növény felszíni zöld részeiben, valamint a burgonyagumó „szemeiben” (rügyeiben) és a napon (fényben) tartott gumó megzöldülő héjában méreganyagot (szolanint) fejleszt.

Mindennapos, alapvető élelmiszernövény, kalóriatartalma 1/3-a a kenyérének. Egy-egy kifejlett gumó normális tömege 40–200 g, és többnyire mintegy:

- 18% keményítőt,
- 1–2% fehérjét,
- 110–180 mg/kg B-vitamint,
- 700–1000 mg/kg C-vitamint,
- valamint kevés A- és K-vitamint tartalmaz. A tárolt burgonya C-vitamin-tartalma mintegy 600 mg/kg-ra csökken. Könnyen emészthető; és hűvösben tárolva más zöldségekkel ellentétben jól és sokáig eltartható.

Nagyon sokféleképpen használhatjuk: leves, főzelék, olajban, vagy zsírban sütve, húsételekhez köretként, kenyér és egyéb kelt-, sült-, és főtt tészták készítéséhez. Fogyasztható nyersen is. Hámozás után gumója bármilyen formában (főzve, sütve) elkészíthető.

Csoportosítás

Az egyes burgonyafajták konyhai hasznosítás szempontjából az alábbiak szerint csoportosíthatók

Főzési típus	Felhasználási javaslat	Alkalmasak	Főbb fajták
Salátának való	nem szétfővő burgonya „A”	saláták, hidegkonyhai készítmények, tepsis és rakott burgonya készítéséhez	Somogyi sárga kifli, Cherie, Agata
Főznivaló	Főznivaló, nem szétfővő burgonya „B”	főzéshez, saláták, raguk készítéséhez	Aladin, Amorosa, Kleopátra, Impala, Pannónia, Marabel, Desirée, Katica, Kondor, Hópehely, Laura, Luca XL, Red Scarlet, Rioja, White Lady, Balatoni rózsza
Sütnivaló	Sütnivaló, enyhén szétfővő burgonya	sütéshez, burgonyás tésztákhoz, chips- és	Agria, Karlena, Kuroda, Lady Rosetta, Lady Claire, Góliát,

	„C”	hasábburgonya-készítéshez, püré/pehely alapanyagként	Solara, Vénusz Gold
--	-----	---	---------------------

8

Sárgarépa

Sárgarépa, nyers	
Tápanyagtartalom 100 g-ban	
Energia	40 kcal 170 kJ
Szénhidrátok	9,6 g
- Cukrok	4,7 g
- Rost	2,8 g
Zsír	0,24 g
Fehérje	0,93 g
A-vitamin ekviv.	835 µg 93%
- β-karotin	8 285 µg 77%
Tiamin (B1-vitamin)	0,066 mg 5%
Riboflavin (B2-vitamin)	0,058 mg 4%
Niacin (B3-vitamin)	0,983 mg 7%
Pantoténsav (B5-vitamin)	0,273 mg 5%
B6-vitamin	0,138 mg 11%
Folsav (B9-vitamin)	19 µg 5%
C-vitamin	5,9 mg 10%
E-vitamin	0,66 mg 4%
Kalcium	33 mg 3%
Vas	0,3 mg 2%
Magnézium	12 mg 3%
Foszfor	35 mg 5%
Kálium	320 mg 7%
Nátrium	69 mg 5%
Cink	0,24 mg 2%
A százalékos értékek az amerikai felnőtt javasolt napi mennyiségre (RDA) vonatkoznak. Forrás: USDA tápanyag adatbázis	

A **sárgarépa** (*Daucus carota* subsp. *sativus*) fontos zöldségnövény, jelentős vitaminforrás, régóta ismerjük és termesztjük. A vadon előforduló, Európában és Délnyugat-Ázsiában őshonos vadmurok (*Daucus carota*) házasított alfaja. A nemesített változat a vadhoz képest jóval nagyobb répatesttel rendelkezik, ízletesebb és kevésbé fásodó szerkezetű.

Pliniustól tudjuk, hogy ez a négyezer éves kultúrnövény eredetileg vékony, kemény gyökér volt, és a késő római időkben kezdték nemesíteni. Magyar elnevezése a narancssárga színnel azonosítja, bár lila, piros, fehér, sárga színű változatai is elterjedtek, főként Ázsiában. A XVII. században jelent meg a narancssárga nemesített fajta.

⁸ <http://hu.wikipedia.org/wiki/Burgonya>

Története

Nyikolaj Ivanovics Vavilov(1887-1943) a zöldségnövények származási helye szerinti felosztása alapján géncentrumaNyugat-Ázsia (a mai Afganisztán és Irán területe); (a géncentrum az a terület, ahol természetes körülmények között a növény a legnagyobb változatosságban fordul elő.).Évszázadok során a nemesítés céljai az édesség növelése, a gyökér fásodásának csökkentése, kiküszöbölése.

Első "klasszikus" utalások a gyökér felhasználására az 1. századból valók (Dioszkoridész: *De materiamedica*). Európába a 8. században mórok közvetítésével jutott el az Ibériai-félszigetre, innen terjedt el Észak-Európa felé.^[3] A 12. századi andalúziai arab tudós földműves, Ibnal-'Awwam átfogó művében, a *Könyv a mezőgazdaságról (Kitabal-Filaha)* említ piros és sárga színű répatesteket. A jelenlegi narancssárga színűre holland kertészek nemesítették a 17. században. Magyar leírás elsőként 1664-ből származik a sárgarépárólLippay Jánostól (1606-1666).

Tápanyagok

A termesztett sárgarépa kb. 88% vizet, 7% cukrot, 1% fehérjét, 1% rostot, 1% hamut és 0,2% zsírt tartalmaz. A rost főleg cellulóz, kisebb részben hemicellulóz és lignin. Elhanyagolható mennyiségben tartalmaz keményítőt. A zöldség íze főként aglutaminsavnakés a többi szabad aminosavnak köszönhető. Más savakat nyomokban tartalmaz, ilyenek a borostyánkősav, α -ketoglutársav, tejsav és glikolsav(gyümölcs-sav); a fő fenolos sav a kávé-sav. Narancssárga színének okozója a β -karotin, kisebb mennyiségben α - és γ -karotinok. Az α - és β -karotin részben átalakul A-vitaminná az emberi szervezetben. Átlagosan 6-54 mg közötti mennyiségben tartalmaz karotinokat 100 g sárgarépa. A baromfitartók emiatt sárgarépa kivonatokat adnak az állatoknak, hogy javítsák azok húsának és a tojásaik sárgájának színét. A sárgarépa gazdag antioxidánsokban és ásványi anyagokban. A népi gyógyászatban nőknél a kismencedei terület és méhkörnyéki véráramlás emelésére használják; további célokra, mint szélhajtó (csökkenti a felfúvódást), emésztési problémák kezelésére, bélférges ellen, székrekedés esetén és mandulagyulladásokor.⁹

Petrezselyemgyökér

Ez a nagyon széleskörűen termelt - majd hogy azt nem mondtam: közönséges - növény azért került erre a helyre, mert a februári petrezselyemzöld, a petruska, értékes termény. Nemcsak beltartalma, de jelentékeny ára miatt is; olyannyira, hogy nem is olyan rossz dolog a téli hónapokban petrezselymet árulni.

Története

A petrezselyem a magyar konyha hagyományosan használt zöldségei közé tartozik. Nem a tápértéke számottevő, hanem az ízesítőképesége. A jó húslevesnek mindenesetre fontos kelléke a petrezselyemgyökér és annak a lombja is.

A petrezselyem két éves növény: az első évben a lombja és a húsos gyökere fejlődik ki. A második évben magházat fejleszt, annak a csúcsán ernyős virágzattal, amelyben kaszattermések érnek be.

Két típusa ismert. Az egyik a gyökérperezselyem, amely erős, húsos karógyökeret fejleszt, és csak kedvezőtlen talajviszonyok között ágazik el. A zöld levelei ennek is felhasználhatók ételízesítésre. A másik típus: a metélőpetrezselyem, amely az utóbbi években, a kertekben gyorsan terjed. Ennek a gyökerei elágazóak, és tömegük jelentéktelen. Annál értékesebb viszont a lombja, amit folyamatos szedés mellett is állandóan fejleszt a növény. A kertben áttelevelve kora tavasszal friss, jóízű leveleket hajt, ezeket addig lehet szedni, amíg az új vetés

⁹ <http://hu.wikipedia.org/wiki/S%C3%A1rgar%C3%A9pa>

megerősödik. Júniusban a tavalyi vetésű növények magzárba mennek. A metélőpetrezselymek között legismertebb fajta a Mohafodrozatú, amelynek a neve nagyon találó: levelei fodrozottak, csipkés szélűek, halványzöldek. Íze azonban nem olyan intenzív, mint a gyökéretrezselyemé. Zöldségágyak, sőt virágágyak szegélyezésére is lehet ültetni, így egyidejűleg díszít és hasznot is hoz.

Felhasználása

A petrezselyem gyökerét leves ízesítésre, a lombját ételízesítőnek, díszítésre használják. A petrezselymes újburgonya egyike a legfinomabb tavaszi eledeleknek és köretnek (például a rizsnek is) üde zamatot és étvágygerjesztő külsőt nyújt.¹⁰

Zöldpaprika

Fehér paprika

(*Capsicum annuum*, Solanaceae) termése csüngő állású, háromrekeszű, felfújó bogyó, melynek színe gazdasági éretten elefántcsontfehér, biológiai érettségben középvrössé válik. A termés alakja csúcsban végződő, háromszög keresztmetszetű. A bogyók a termesztési technológiáktól függően átlagosan 10-12 cm hosszúak, a csészeleveleknél mért vállszélességük 5-6 cm, húsvastagságuk (terméscső) 4-5 mm, héjuk vékony, csak néhány mikron. Édes változatát termesztik, íze és aromája jellegzetes.

A **zöldpaprika** csemegepaprikák (*Capsicum annuum* var. *grossum*) egyik legfontosabb, a Kárpát-medencében nagy területen termesztett fajtatípusa. Gyakran *étkezési paprikának* is nevezik, ez azonban több más típust és változatot is jelenthet (bell paprika, paradicsompaprika stb.)

Egyes fajtái egyáltalán nem csípősek (0 Scoville-egység, azaz SHU), más fajtáinak csak az erei csípősek. Rosttartalma 4,2%¹¹

Paradicsom

Paradicsom, nyers	
Tápanyagtartalom 100 g-ban	
Energia 20 kcal 70 kJ	
Szénhidrátok	3,9 g
- Cukrok	2,6 g
- Rost	1,2 g
Zsír	0,2 g
Fehérje	0,9 g
Víz	94,5 g
A-vitamin ekvív.	42 µg 5%
- β-karotin	449 µg 4%
Tiamin (B1-vitamin)	0,037 mg 3%
Niacin (B3-vitamin)	0,594 mg 4%
B6-vitamin	0,08 mg 6%
C-vitamin	14 mg 23%
E-vitamin	0,54 mg 4%
K-vitamin	7,9 µg 8%
Magnézium	11 mg 3%

¹⁰ <http://www.balintgazda.hu/minden-heten-szuret/februar/petrezselyem.html>

¹¹ <http://hu.wikipedia.org/wiki/Z%C3%B6ldpaprika>

Foszfor	24 mg	3%
Kálium	237 mg	5%
likopin		2573 µg

A százalékos értékek az amerikai felnőtt javasolt napi mennyiségre (RDA) vonatkoznak.
Forrás: USDA tápanyag adatbázis

A paradicsom

(*Solanumlycopersicum*) a burgonyafélék családjába tartozó növény, Dél- és Közép-Amerikában őshonos. Egyaránt jelenti a növényt és annak bogyótermését, amelyet Magyarországon elsősorban zöldségként használunk fel. Népies neve: paradicska, tomata, tomató.

Származása, elterjedése

Őshazája Közép- és Dél-Amerika. Európában a 16. sz. végén ismerték meg: Spanyolországon, Portugálián és Itálián keresztül terjedt el. Ázsiába, Afrikába, Ausztráliába spanyol, portugál, ill. angol kereskedők vitték el a 17-18. században. Ma már az egész világon termesztik.

Nevének eredete

A magyar *paradicsom* szó a „Paradicsom almája”, „paradicsomalma” kifejezésből rövidült. A növény „alma” nevét máig őrzi az olasz neve (*pomodoro*, azaz „aranyalma”). A paradicsom spanyolul *tomate*, ami azték eredetű szó: a spanyol hódítók az Amerikából behozott termés eredeti azték *xitomatl* nevét így rövidítették le. Ez a szó került be azután a legtöbb európai nyelvbe: például francia és német *tomate*, angol *tomato*, orosz *tomat*.

Leírása

Trópusi hazájában évelő kúszónövény, mérsékelt éghajlaton egyévesként termesztik, vannak egész éves kultúrák is. Gyökere főgyökér. Szár eredetű járulékos gyökereket is fejleszt. Hajtása, levele sűrűn borított szőrökkel, mirigyesen szőrös is lehet. A szár növekedése szerint két fajtája van, a folytonos és determinált; ez utóbbi főhajtása virágzattal zárul. Levelei félbeszárnyaltak, a levélkék karéjosak. Virágzata forgó vagy kettősbogas forgó. Virágaiban a porzószalak összenőve oszlopszerűen körülveszik a bibét, azon túlnyúlnak (önbeporzó). Termése bogyó. Szára, levele, termése fajtánként változó.¹²

Fűszerkömény - CarumCarvi L.

Történet

A kömény Ázsiában, valamint Észak-és Közép-Európában őshonos. Hollandia a világ fő termesztője, Németország, Lengyelország, Marokkó és Skandinávia követi. Nagyszerű tulajdonságait már a Biblia is megemlíti. Gyakran összetévesztik a római köménnyel (*Cuminumcyminum*), különösen a keleti konyhában.

Konyhában

A kömény különösen jól illik zsíros húsokhoz, például sertéshez, kacsához, libához; kenyeret, kalácsot, sajtot és túrót is izesíthetünk vele.

¹² http://hu.wikipedia.org/wiki/Paradicsom_%28n%C3%B6v%C3%A9nyfaj%29

Egészség

étvágygerjesztő, emésztésjavító¹³

Só

Történelmi só - a szimbólum

Évszázadokig, a só előkelő helyet foglalt el az emberek életében. Egy figyelő szent volt; az istenek ajándéka; áldozati tárgy; és nem utolsósorban egy nagyon fontos kereskedelmi eszköz. Az egyik legdicsőségesebb kora európai civilizáció, a halstatti kultúra alapja volt ez az ásványi kincs. Só útvonalak szeltek át az egész Alpokat. Ahol só volt, ott a kereskedelem a virágkorát élte; a városok gazdagokká és erősekké váltak. Tehát a középkorban a só volt az elsődleges árucikk.

Az óceánok kincse

A föld összes sója alapvetően a tengerből származik. "Na de hogyan vált sóssá a tenger?" - Erre a kérdésre a tudomány már többféle választ is adott, de a mai napig, azaz általános nézet, hogy a tengervíz eredendően is sós.¹⁴

Csipetke

Hozzávalók

0,12 kg liszt BL55

1 db tojás

0,02 kg só

Felütünk, és kevés sóval elhabarunk egy tojást. Előbb keverve, majd a masszát gyúrva lisztet szítalunk hozzá, mígnem kemény tésztát kapunk. Azt apró darabokra csipkedjük, s a csipetkéket egy tiszta konyharuhára kiterítve, hagyjuk kiszáradni. Vászonzacskóban – száraz, levegős helyen – sokáig eláll.

¹³ <http://www.haziarany.eu/fuszerkalauz/11>

¹⁴ <http://www.salinen.com/hu/unternehmen/so-roevide-toertenete>

5. Indoklás a Hungarikumok Gyűjteményébe történő felvétel mellett

Amikor a gulyás történetének nyomába eredünk, nyelvi-, néprajzi- és gasztronómiai emlékek leírásait kell fellapoznunk.

A XIX. században átalakuló magyar gasztronómiában nagy számban jelennek meg a fűszerpaprikával készített ételek. E folyamat részese volt az országszerte elterjedő gulyásleves.

Gundel Károly alábbi leírással igazít el a gulyás – pörkölt – paprikás – tokány ételek útvesztőjében:

"A gulyás bőséges lével, hagymával és paprikával készített leveses étel, kockára vágott burgonyával és csipetkével. A pörkölt ugyancsak paprikával készült, itt azonban az apróra vágott hagyma nagyobb szerepet játszik, leve sűrű, mártásszerű, maga az étel raguhoz hasonlítható. A paprikás lényegében abban különbözik a pörkölttől, hogy csak fehér húsu állatokból, tejjel, vagy tejjel elkevert tejszínnel készül, némileg kevesebb hagymával és paprikával. Úgy is mondhatnánk, hogy ez a pörköltnek finomabb, salonképesebb változata. A tokány az előző kettőhöz hasonló, de ennél a húst nem kockára, hanem többnyire kisujjnyi csikokra vágjuk. Néhány tokánynál a paprika csak aláfestő szerepet játszik, esetleg el is marad, viszont előtérbe kerülnek egyéb fűszerek és segédanyagok, például a bors, a majoránna, illetve a paradicsom, füstölt szalonna, kolbász, gomba, zöldborsó stb."

(Közönséges és legújabb Nemzeti Szakács Könyv, Kassa 1826)

1859. A Napkelet című folyóirat szerzője lakodalmi szokásokat említve írja le a vacsora menüjében a gulyáslevest, ám nem tér ki annak milyenségére.

1864. Zemplényi Szabó Antónia – valójában Szabó Antal – szakácskönyve, mely később változatlan kiadásokat is megért, a gulyás receptjét kilenc féle alakban közli, s ez az elterjedtség és népszerűséggé válás jele. A „magyar ételek – tősgyökeres magyar ételek” fejezetben a gulyás, gulyáshús, bográcsos és pörkölt neveket használja. (az egyik recept az 1835-ös Németh-féle leírást változatlan szöveggel közli.) Az elkészítés módjában is különbséget tesz a gulyás és pörkölt között. Mint írja, a gulyásnak feltétlenül leve kell, maradjon, amelyben a krumpli és a zöldségek megfőhetnek a készítés utolsó fázisában.

1872-ben Vörös Eszter szakácskönyve különválasztja a bő lével főzött gulyást a pörköltektől és paprikásoktól.

1880-as években aztán a gulyás elnyeri végleges helyét a levesek között. Itt találjuk a századforduló legjelentősebb receptgyűjteményének, a Zilahy Ágnes által írott *Valódi magyar szakácskönyv* egymást követő több kiadásában.

Elterjedtsége ellenére a néprajzi leírások említik, hogy ilyen gulyáslevest pásztorember nem főzött magának. Ebben az évtizedben találjuk meg Bécs (és más osztrák városok) éttermeiben a gulyást „magyaros” ételnek nevezve.

A megismert történelmi körülmények megengedik a következtetést, hogy a korabeli gasztronómia praktikus okok és szűkös pénzügyi körülmények miatt egyfajta kényszerpályára kerülve hozta létre a gulyáslevest, megkésztetve-háromszorozva egy rendelkezésre álló húsetel tömegét. Oka lehetett a népszerűségnek, hogy a tartalmasan elkészített egy tál gulyás kenyérral kiegészülve a tartós jóllakottság érzését kelti a leves fogyasztójában.

Ám de, ha az elmúlt fél évszázad gasztronómiai változásaira vetünk egy pillantást, meglepő eseményeket tapasztalhatunk (nem csak) a gulyásleves körül. Az okokat nem tisztunk itt elemezni, csupán a káros jelenségekre hívhatjuk fel a figyelmet.

Az állattenyésztés és növénytermesztés egyfajta a modernizáció és a fogyasztói társadalmak mechanizmusa miatti kényszer hatására ipari jelleget kapott. A gondos tenyésztés és termesztés helyébe néhány évtized alatt az élelmiszergyártás lépett, mely elsődleges szempontként a mennyiségi növelést tekintette feladatának és ez mindenképpen a minőség romlását eredményezte.

A tömegétkeztetés –munkahelyi, iskolai, kollégiumi, katonai menzák és az őket kiszolgáló konzerv és hűtőipar – nagyban hozzájárult a régi tartalom és íz világ elfelejtéséhez.

Legutóbbi csapás a gasztronómiára a granulátumok térhódítása, amikor por alakban és apró zacskókban jelenik meg bármilyen élelmiszer alapanyag vagy étel, s lesz a modern világ emberének, gyermekének étke.

Ez történik a magyar gulyáslevessel is.

A szakácskönyvek gulyás receptjeiben megjelennek a gulyáskrém és gulyáskocka ajánlott használata, de találkozhatunk mindenféle pótló és adalékanyaggal.

Mára elárasztották a magyarországi élelmiszer kereskedelmet a bizonytalan eredetű és minőségű húsok, növények és fűszerek.

Fontos hangsúlyoznunk a magyar gulyásleves eredeti alapanyagait.

Hús: magyar szürke marha- vagy mangalica sertés húsa,

zsiradék: mangalica sertés zsírja,

hagyma: makói vöröshagyma,

paprika: szegedi csípős vagy kalocsai csípésmentes paprikaőrlemény.

Egyedül a felsorolt anyagok használata biztosítja azt a minőséget, amelyet a magyar vendéglátás hungarikumként ígérhet az éhségét csillapítani kívánó ínycsekeknek.

A magyarságra jellemző gasztronómiai folklór világából érkező, gulyásleves közismertsége vitathatatlan. Mi sem bizonyítja ezt jobban, hogy nem csupán a családi otthonok közkedvelt ételle, de megállja helyét a fesztiválok színes gasztronómiai forgatagában egyaránt hozzájárulva új nemzedékek nemzeti hovatartozásának, magyarságtudatának kialakításához, megerősítéséhez.

Stratégiai szempontból a magyar gulyásleves egy olyan kuriózum, melynek térhódítása növelheti megbecsülésünket az Európai Unióban és a világ számos országában.

Fontos megjegyezni, hogy a Magyar gulyásleves hungarikummá nyilvánításában nem csupán egy a hírnevünket öregbítő nemzeti kincsünk elismertetését kívánjuk megvalósítani, pozicionálásakor egy nemzeti szempontból meghatározó ételt kívánunk az azt jogosan megillető méltó helyére, hungarikumaink gyűjteményébe emelni.

6. A nemzeti értékkel kapcsolatos információt megjelenítő források listája (bibliográfia, honlapok, multimédiás források)

Recept forrása:

Prohászka Béla *Venezs-díjas mesterszakács*

Felhasznált irodalom:

- Alfred Brehm: Az állatok világa - Szarvasmarhák (Bos L.)
- A magyar nyelv értelmező szótára II; Akadémia Kiadó, 1986.p. 1062-1063.
- A magyar nyelv történeti-etimológiai szótára 1; Akadémia Kiadó, 1967. p. 1105-1106.
- Draveczky Balázs - Történetek terített asztalokról és környékükről (1999.), – Újabb történetek terített asztalokról és környékükről
- Győrffy István -Nagykunsági Krónika (Karcag, 1922.);
- Tóth Arnold - A gulyásleves: egy nemzeti szimbólum születése. A Herman Ottó Múzeum Évkönyve 45. (2006.) <http://www.matarka.hu>
- Történelmi állatfajtáink enciklopédiája, szerk.: Tózsér János, Bedő Sándor, Mezőgazda Kiadó, Budapest, 2003
- Tóth Arnold - Gulyáshúsból gulyásleves: Egy ételtípus történeti fejlődésének tanulságai a XIX. században
- Kis Bán Eszter Népi kultúra, Közkultúra, Jelkép 1989.

Internetes Források:

- <http://www.balintgazda.hu/minden-heten-szuret/februar/petrezselyem.html>
- <http://gastromagazin.hupont.hu>
- <http://www.haziarany.eu/fuszerkalauz/11>
- <http://inyenc.info/inyencinfo/?p=91>
- <http://www.magyar-gulyas.hu>
- <http://www.magyar-konyha.hu>
- <http://www.mindmegette.hu/a-gulyas-legendaja-46634>
- <http://www.paprikafutar.hu/index.php?lap=tortenet>
- <http://www.salinen.com/hu/unternehmen/so-roevid-toertenete>
- http://soupandspice.blog.hu/2011/01/14/gulyas_leves_1
- <http://www.stgraal.hu/content/vizek-tortenete-ivoviz-gyogyviz-asvanyviz-forrasviz>
- <http://www.szeretemagulyast.hu/>
- <http://hu.wikipedia.org/wiki/Fokhagyma>
- <http://hu.wikipedia.org/wiki/Burgonya>
- <http://hu.wikipedia.org/wiki/S%3%A1rgar%3%A9pa>
- <http://hu.wikipedia.org/wiki/Z%3%B6ldpaprika>
- http://hu.wikipedia.org/wiki/Paradicsom_%28n%C3%B6v%C3%A9nyfaj%29
- http://hu.wikipedia.org/wiki/Mak%3B3i_v%C3%B6r%C3%B6shagyma

Kapcsolódó szócikkek: (A Wikipédiából, a szabad enciklopédiából)

- Gulyásleves
- Paprikás
- Pörkölt

7. A nemzeti érték hivatalos weboldalának címe:

<http://www.mnhsz.com/magyar-gulyasleves>

MELLÉKLETEK

1. Az értéktárba felvételre javasolt nemzeti érték fényképe vagy audiovizuális-dokumentációja
2. A Htv. 1. § (1) bekezdés j) pontjának való megfelelést valószínűsítő dokumentumok, támogató és ajánló levelek
3. A javaslatához csatolt saját készítésű fényképek és filmek felhasználására vonatkozó hozzájáruló nyilatkozat

Csatolmányban.

TARTALOMJEGYZÉK

I. A JAVASLATTEVŐ ADATAI	3
1. A javaslatot benyújtó (személy/intézmény/szervezet/vállalkozás) neve:	3
2. A javaslatot benyújtó személy vagy a kapcsolattartó személy adatai:	3
II. A NEMZETI ÉRTÉK ADATAI	3
1. A nemzeti érték megnevezése: Magyar gulyásleves	3
2. A nemzeti érték szakterületenkénti kategóriák szerinti besorolása	3
3. A nemzeti értéket tartalmazó értéktár megnevezése	3
4. A nemzeti érték rövid, szöveges bemutatása, egyedi jellemzőinek és történetének leírása	4
5. Indoklás a Hungarikumok Gyűjteményébe történő felvétel mellett	18
6. A nemzeti értékkel kapcsolatos információt megjelenítő források listája	20
7. A nemzeti érték hivatalos weboldalának címe:	21
III. MELLÉKLETEK	21