

HUNOR Magazin

19. ÉVFOLYAM, 33. SZÁM



ABEBE DANI - BEBE:
INTERJÚ A FESZTIVÁL
SZTÁRVENDÉGÉVEL!

KÜLÖNKIADÁS!



Nevettetés és látványkonyha: Érkezik Szőke Bandi és Bede Robi a Szentesi Lecsófesztiválra!



TARTALOMJEGYZÉK

3. Köszöntő
Tartalomjegyzék
Coop Törzsvásárlói rendszer
4. Ismét színpadra áll Szentesen!
Riport Abebe Danival
6. Koktél – Tonik – Murphy – Bebe:
Mi lesz idén közös mindezekben?
7. Látványkonyha Szóke Bandival és Bede Robival!
Az ötletgazda a Szentesi Leccsófesztiválról:
(Dr. Horváth György írása)
8. Felújított, szupermodern áruházak várják vásárlóinkat!
9. 21. Szentesi Leccsófesztivál programterv
10. Hungarikumból készül a szentesi leccsó
- Hungarikum lesz-e a Leccsófesztivál is?
11. Mik is pontosan azok a HUNGARIKUMOK?
12. Paprika-paradicsom kisokos
14. A fesztiválok pszichológiája
15. HUNOR receptajánló
Leccsók kicsit másképp
16. HUNOR humor
Keresztrejtvény

KEDVES OLVASÓNK! KEDVES TÖRZSVÁSÁRLÓNK!

Itt az ősz, és ha szeptember, akkor SZENTESI HUNOR COOP LECCSÓFESZTIVÁL!

Jelen „különszámunk” központi témái mindenképpen a leccsó, a főzés, a receptek, a fesztiválozás és a jó hangulat köré csoportosulnak.

Tikkasztó nyarunk volt, hihetetlen melegekkel és rég nem látott aszályokkal, de reménykedjünk, hogy most már visszaáll a természet (időjárás) rendje! Szerencsésnek mondhatjuk magunkat a Dél-Alföldön és Szentes környékén, hogy a víz számunkra nem csak az égiek szeszélyétől, vagy a folyók-tavak vízállásától függ, hanem hihetetlen mennyiségű föld alatti vízkészlettel rendelkezünk a térségben, mely elengedhetetlen feltétele volt annak, hogy a helyi kertészetek világszínvonalú szintre fejlődjenek. Az üveg-házakban szerencsére most is terem a paprika és paradicsom, mely sokak szerint ország-világban párját ritkítja. Nem csoda tehát, hogy az elmúlt évben bevásárlották a HUNGARIKUMOK közé is a szentesi paprikát! Úgy bizony! Idén már hungarikummal fő nálunk a leccsó, és természetesen a koncertek, a szalonnasütések, a finom italok és a sztárvendégek sem maradnak el.

Tartsanak velünk Önök is ebben az igazi nyárázó-ősznyitó hangulatban!

Tisztelettel:
Mészáros Mariann,
szerkesztő



coop klub MOBIL APP
TÖLTSD LE AZ ALKALMAZÁST!

**GYORS, KÉNYELMES,
EGYSZERŰ!**
TÖRZSVÁSÁRLÓI KÁRTYÁD MÁR A MOBILODON!

Töltsd le most az

- Virtuális kártya
- Kuponok, extra kedvezmények
- Pontgyűjtés és -beváltás
- Üzletkereső
- Akciós szórólap

A Coop Klub törzsvásárlói program

Vásárlásai után a Coop Klub törzsvásárlói kártyájával pontokat gyűjthet. Minden 20 Ft vásárolt érték után 1 pont jár. Az összegyűjtött pontokért a törzsvásárlói kuponokkal jutalmazzuk. A törzsvásárló 5000 pontonként egy 500 Ft engedményre jogosító hűségkupon kap.



TÖLTSE KI AZ IGÉNYLŐLAPOT,
és már használhatja is
kártyáját



VÁSÁROLJON
Minden 20 Ft vásárolt érték után
1 pont jár.



GYŰJTSE A PONTOKAT



5000 PONT UTÁN
Vegye át kuponjait a pénztárnál:
500 Ft értékű hűségkupon + EXTRA kedvezmények

ISMÉT SZÍNPADRA ÁLL SZENTESESEN!

RIPORT ABEBE DANIVAL

A környéken biztos nem, de valószínűleg az egész országban sem kell már bemutatni senkinek Abebe Dani énekest, akinek pályája Szentes-Csongrádról indult, itt bontogatta a szárnyait, hogy aztán a legnagyobb színpadokig jusson el. Olyan meghatározó slágerek születésében játszott szerepet, amelyek egy egész generáció bulijait dominálták, hisz nem lehet rájuk nem táncolni! Az énekhangját azonnal bárki messziről felismeri, de még csak messzire sem kell menni: ismét összeáll egy szentesiekből, Szentes környékiekből álló formáció a Szentesi Leccsófesztiválon, és természetesen ebből Bebe sem maradhatott ki!



Mesélj kicsit a fiatalkorodról! Milyen emlékek kötnek Szenteshez és Csongrádhoz, milyen volt itt felnőni, a Batsányi gimibe járni?

A fiatalkorom szerintem hasonlóan telt, mint bárki másé, bár egy kis plusz dologgal: ugyanis mi egy ideig bent laktunk a szentesi kórház területén. Szüleim kórházi orvosként az orvosszálláson laktak, így ott nevelkedtem sok más gyerekkel karöltve. Emlékszem ez milyen klassz volt, ott megvolt gyakorlatilag mindenünk, mintha Hollywoodban éltünk volna. Ott volt bent a medence, ez a picike kis szolgálati lakás/házikó, volt konditerem, ahova járhattak edzeni a felnőttek. Mi nagyon élveztük, mert mindig egy csapatba voltunk verődve a többi gyerekkel. Amikor az egyikünk szülője dolgozott, akkor a gyerekek össze voltak zárva egy második vagy harmadik szülőnél. Tehát mindig volt

csapat, mindig volt társaság, akikkel így tök jókat bandáztunk.

Aztán az élet engem elszakított Szentesről, vagyis egy ideig csak idézőjelbe téve. Csongrádra költöztünk át. De gyermekkorom első hét évének minden emléke Szenteshez köt. A vízilabda szeretete, illetve az úszás szeretete az ott fogant meg, Csongrádon folytatódott, és hála Istennek mind a mai napig tart. Csongrádhoz az általános iskola, a középiskola, ami odafűz, és a legfontosabb a zene, ami gyakorlatilag az egész életemet meghatározza, hiszen, ott már tudtam, hogy ezzel szeretnék foglalkozni – a szüleim legnagyobb bánatára. Egyébként életem legjobb időszaka volt a középiskola. Nagyon-nagyon szerettem, és dilemmában is voltam, amikor el kellett menni főiskolára, de szerencsére ott is folytatódott tovább.

Mikor jöttél rá, hogy ezt a pályát válasszod - hogyan egyeztetted össze például a főiskolai tanulmányokkal, melyek egy teljesen más irányban mutattak?

A zene hétéves koromban már elindult nálam hódító útjára „gyerekzenekarunként” Szabó Csaba és Túri Peti barátommal. Valójában felcsaptuk az angol szótárt és felhasználtuk névnek az első szavakat, amiket találtunk: American Cleveland.

A középiskolában tudatosult bennem, hogy lehet, hogy ezzel valamit kellene kezdeni. A főiskola időszakában akárhányszor próbáltam a zenével szakítani, valahogy mindig visszaterelt az élet.

Kitől/kiktől tanultál meg professzionális szinten énekelni?

Nagyon sok embert felsorolhatnék, mert rengeteg, még élő, vagy már „eltávozott” „mentoraim” voltak. Eric Claptontól

Tina Turneren keresztül a nagy öregek, akik nekem nagyon meghatározó élmények lettek, illetve nagyon nagy tanulás. Tőlük mind a mai napig megvannak azok a kazetták, amiket hallgattam kisgyerekként, és néha-néha még nosztalgiaból mostanában is be szoktam tenni őket.

Mikor jöttél rá, hogy melyik zenei stílus áll hozzád legközelebb?

Haha! Még mindig nem jöttem rá. Merthogy fogalmam sincs, hogy melyik áll hozzám legközelebb... Egyébként ebben van egy kis csúsztatás, mert azt viszont megsúgom, hogy én világeletemben rocker voltam. Ez tudom, a pályámból végül sosem derült ki az emberek számára. Sosem firtattam ezt a dolgot, valahogy mindig kikerültem, mert azt gondoltam, hogy nem ezt várják tőlem. Sokan nem is tudják, hogy készült egy rocklemezem, amin az életemnek egyik legjobb dalai is szerepelnek. Vígh Arnold, ugyancsak szentesi illetőségű barátommal és Polyák Péterrel hoztuk össze. Titkon mind a mai napig imádom a rockzenét, valamiért nagyon megragadt bennem. De már ugyanúgy szeretem a funkyt, sőt elektronikus zenék közül is sokat... Talán mondhatjuk úgy, hogy egyetlen dolog érdekel a zenében: hogy jó legyen. Valami fogjon meg benne.

Melyek zenei pályafutásod legfontosabb és legemlékezetesebb pontjai?

Itt van egy-kettő. Ugye az első az Országunk néven futó zenekar volt, ami majdnem, hogy családi zenekar volt, hiszen a húgommal és a családnak legjobb

barátainak a gyermekeivel együtt (Túri család) alkottunk egy zenekart, és velük nyertük meg a Tokaji Rockfesztiválnak egy ilyen versenyét. Ezután a Magyar Rádióknak az egyik stúdió buszában fölvevük az első dalt, és le is játszották. Borzasztó jó érzés volt először hallani a saját dalunkat a rádióban. Ez máig nagyon megmaradt. Aztán a rock táborban ismertem és szerettem meg nagyon sok, a nagy generációhoz tartozó zenészt.

Fontos pillanat még az első gitárom volt, amit Túri Attilához lehet kötni, aki apai jó barát és zenész: ez egy SG Yamaha gitár volt, amit később – elárulom – nagyon hülye voltam, és eladtam. Nem tudtam, hogy milyen értéket kaptam anno, de az biztos, hogy most csillárdokat érne. De ő, Túri Attila volt az, aki egyébként ezen a pályán elindított. Ő táplálta belém azokat a blues zenéket, meg előadókat, akiket elmeséltem az előző kérdések kapcsán. Utána jött a Koktél zenekar, illetve a Murphy Band, akikkel nagyon sokat muzsikáltunk együtt. Ezer és ezer kellemes élményt szereztem abban az időszakban. Igazából ott kaptam meg azt a nagyon komoly kiképzést, ami aztán azt eredményezte, hogy nem okozott olyan nagy meglepetést egyetlen egy olyan performansz vagy esemény sem, amire mondjuk ne tudtam volna félig-meddig magabiztosan odaállni. Rengeteget muzsikáltunk a Murphy-ékkel (Mészáros Gábor). Egyszerűen annyi inspirációt, meg annyi tanítást kaptam tőlük, és annyi mindent lestem el, hogy gyakorlatilag a legnagyobb iskola ez volt.

A Murphy Band-es korszakból mire emlékszel vissza legszívesebben?

Mindenre. Nagyon jó dolgokat éltünk meg, sokat röhögtünk, nagyon jók voltak a próbák, meg maguk a bulik is. Szerintem lesz mit az unokáknak mesélni...

Lámpalázás típus vagy, vagy sosem volt gondod azzal, hogy színpadra állj és megtaláld a közös hangot a közönséggel és a rajongókkal?

Igen, lámpalázás típus vagyok mind a mai napig... Sőt, képes vagyok gyakorlatilag az idegességig, illetve hányingerig belelovallni magamat a színpadra lépés előtt. Ilyenkor általában nem is nagyon lehet hozzám szólni. Úgyhogy ez megma-



radt. Bár azt mondják a nagy öregek, hogy addig jó, amíg az ember úgy tud izgulni, mintha a legelső bulija lenne, mert akkor az azt jelenti, hogy még érdekli a dolog!

Szeretsz hazajárni Szentesre és a környékre? Mik itt a kedvenc helyeid?

Igen, szeretek hazajárni Szentesre és Csongrádra is. Sajnos nagyon keveset tudok, mert általában, amikor úgy lenne, hogy az ősök is otthon vannak, akkor nekem meg koncertek lennének. Azaz hála Istennek, rengeteg buli van, ez nem panaszkodás, csak ezért nagyon keveset tudok hazamenni. Ez így sokszor van, hogy inkább a családtagok jönnek hozzám.

Mik a legjobb emlékeid a Szentesi Lecsőfesztiválról? Szerinted miért fontos egy ilyen esemény, mi a legjobb dolog egy-egy fesztiválos fellépésben?

Nos..., az az igazság, hogy ott ismerem meg a páromat! Vagy inkább úgy





pontosítanék, hogy ez volt az első közös randi-kimozdulás, és gyakorlatilag a szülőkkel való találkozás is ott történt. Úgyhogy az érdekes volt, de jó hangulatban telt.

Szerintem miért fontos egy ilyen esemény? Azért, mert összehozza az embereket. Tehát egy ilyen esemény túlmutat a gasztronómián, mindenki szalad a hétköznapokban a saját dolgai után, a saját gondjai után, ám legalább ilyenkor az van, hogy itt összeérnek az emberek. Egy esemény ahhoz, hogy együtt legyünk, és tudom, hogy ez nagyon pátoszosan hangzik, de én ebben hiszek. Azért szeretem az ilyen összejöveteleket, mert itt tényleg az is találkozik, aki egyébként máskor nem tud, és mert igazán emberközeliek. Persze a nagy koncerteknek is megvan a maga csábereje, a maga meghatározó atmoszférája, de ezek a koncertek viszont annyira családias hangulatúak, hogy nem lehet nem szeretni őket.

Szereted a lecsót? Ha igen, hogyan?

Jajj igen, már szeretem a lecsót! De megmondom őszintén, régen nem csíptem... Viszont van egy úriember, Fásy Ádám, aki egyszer olyan lecsót csinált, hogy én azóta eszem meg! Egyszerűen az valami fantasztikus volt – speciális lecsót készített, meg nem mondom, hogy mi volt benne, mert nagyon érdekes volt, és ő többféleképpen el tudja ezt készíteni, de nagyon finom volt. Úgyhogy azóta megnyertek a lecsóval.



KOKTÉL – TONIK – MURPHY – BEBE: MI LESZ IDÉN KÖZÖS MINDEZEK BEN?

Természetes **SZENTES ÉS A LECSÓ-FESZTI!**

A szentesi **TONIC EGYÜTTES** esküvői – és party zenekar, azaz esküvőkön, partikon, rendezvényeken zenél.

A XXI. Lecsófesztiválon vendégekként kiegészülve csapnak a húrok közé.

Vendégünk lesz

Murphy (Mészáros Gábor), akivel már korábban együtt zenéltek a Murphy Band-ben és jelenleg is a Tücsök Zenekart alkotják.

Sztárvendégünk pedig **Abebe Dani - BEBE** lesz, akivel szintén korábban léptek már fel, zenéltek közös zenekarban.

Repertoáron a legnagyobb bulis és rock slágereket adják elő, ne maradjanak le róla!



LÁTVÁNYKONYHA SZŐKE BANDIVAL ÉS BEDE ROBIVAL!

Szőke Bandi rendező-színész-humorista, már veterán HUNOR COOP-os „alkalmazottként” turnézta végig a cégcsoport nagyobb üzleteit, hogy humorral fűszerezett fellépéseivel beálljon a pult mögé és onnan szórakoztassa a vásárlókat. A road-show osztatlan sikert aratott, ám messze még a befejezés!

A magyar konyha nagy rajongójaként már korábban is lelkes résztvevője volt szülővárosának, Szentesnek a híres Lecsőfesztiváljain, tavaly sztárvendégként barátjával

Bede Róbert mesterszakáccsal már tiszteletüket tették közösen is a rendezvényen, ám IDÉN még nagyobb „meglepetéssel” készülnek.

Saját standdal és látványkonyhás főzés-kóstoltatással várják a fesztivál résztvevőit, és garantáljuk, hogy a pultjuk környékén senki nem marad éhesen vagy nevetés nélkül!

Látogasson ki Ön is, találkozzon a bevált szakács-humorista párossal, hiszen ők ketten már korábbi főzőshowkban is bizonyították, hogy remek duót alkotnak!



AZ ÖTLETGAZDA A SZENTESI LECSŐFESZTIVÁL RÓL (DR. HORVÁTH GYÖRGY ÍRÁSA)



Hogyan is kezdődött?

Még a '60-as, '70-es években sokszor jártunk Mohácsra szerb muzsikát hallgatni, Bajára halászlét enni.

Akkoriban Baján, a Duna parti részen néhány halász nyaranta a frissen fogott halat ott főzte meg és kóstoltatta az arra járókat. Később már gyűltek a bográcsok és kinyitották az udvarokat, sőt kijöttek főzni az utcára.

Ottani barátaim többször vendégül láttak ezeken a főzéseken.

Innen jött az ötlet. Itt van Szentes, a paprika és paradicsom hazája, e kettő eleve ad egy főzési irányt, ez a lecsó. Mi lenne, ha mi is csinálnánk egy lecsőfőzést kint az utcán?

2000-re szerettem volna ezt összehozni, nem sikerült. Nem sikerült meggyőzőm az akkor az embereket, hogy van ebben fantázia. 3 éven keresztül próbálkoztam, sikertelenül.

Szerencsére nem adtam fel és a 4. év tavaszán is próbálkoztam, hasonló „eredménytel” járva, ám belebotlottam az akkori Áfész, most HUNOR COOP vezérigazgatójába, Mészáros Zoltánba. Elpanaszolva a kudarcomat, Ő csak annyit mondott: „megcsináljuk!” - később tette hozzá, hogy a mit és hogyan, azt akkor még nem tudta. Én ragaszkodtam az utcán főzéshez, Ő a Kála áruház környékét javasolta. Ott volt az első lecsőfőzőverseny, mert akkor így hirdettük. Emlékszem, az első évben 27 bográcsban rotyogott a lecsó. A főzők nagy része „a két szép szememért” vállalta. S benne volt a kudarac lehetőség is, hogy kinevetnek: lecsó az utcán...

Az első néhány évben még próbáltuk zsűriztetni a lecsókat, később, amikor megugrott a főzők száma (200-300) erre már nem volt lehetőség. A kóstolás helyett a kreativitást, a megjelenést emeltük ki, majd a sorsolást, mert ugye a „versenyző részt-



vevőkre” máig lecsőfőző díj-fakanalak (1,2,3 helyezés) várnak.

A főzők kreativitását bizonyítja, hogy legalább 100-120 féle teljesen különböző lecsó készül minden alkalommal. Ez is mutatja, hogy a lecsó az egyik legjobban variálható és legkedvesebb ételformánk, és bár az alapjai még a Balkán felől szivárogtak be hozzánk, mára igazi magyar étellé, hungarikummá vált.

Az egyszerű főzőversenyből fesztivál és Családi nap alakult. Örülünk, hogy sok gyerek van mindig jelen, lesz utánpótlás. Az egy délutánból 2 nap kerekedett. Így a hagyományosan szeptember első szombatján rendezett Lecsőfesztivált a péntek esti szalonna sütés indítja el és adja meg az alapot. A főzés mellett számos kulturális program is színesíti a műsort. Szerencsére a sok látogató miatt egyszerre akár 3 színpadon is van fellépő.

Hagyományosan a szombatot esti tűzijáték zárja és adja tudtul mindenkinek, hogy elfogyott a lecsó, ám mindenkit örömmel várunk jövőre is!

FELÚJÍTOTT, SZUPERMODERN ÁRUHÁZAK VÁRJÁK VÁSÁRLÓINKAT!



Gőzerővel folynak-folytak a munkálatok számos HUNOR COOP üzletben a kisebb településeken, ugyanis a Magyar Falu Program keretében átépítések és korszerűsítések mellett döntött a cégcsoport.

A tervezettek közül eddig kettő készült el: az első Fábiánsebestyénen, ahol a változás mértéke szinte lélegzetelállító. Egy, mai szemmel nézve már „apró boltból” hatalmas Coop Szupermarket emelkedett. Jelentősen megnőtt a bolt területe, belül világos, letisztult, modern lett. A vásárlók nagyon élvezik a tág tereket, az új polcrendszereket és önkiszolgáló megoldásokat, valamint két új innovatív pénztárgépes pult is kipróbálásra került ebben az üzletben.



A szigetelés, hűtés-fűtés, új napelemek pedig mind-mind a HUNOR hosszú távú fenntarthatósági és környezettudatos politikáját szolgálják.



Az utóbbi újítások Mártélyon is megtalálhatóak, mely a második állomása volt a HUNOR COOP/Magyar Falu Programnak.

Itt már a külső megújulás is azonnal messziről szembetűnő, de a benti modernizációs megoldások is maximálisan a vásárlók igényeit szolgálják. Mártély mára igazi kiránduló város: rengetegen látogatják a tanösvényét, és a strandot, így számunkra kiemelkedően fontos volt, hogy megfelelő szolgáltatásokkal tudjuk az ide utazó turisták igényeit is kielégíteni.



21.

SZENTESI

Hunor Coop

A COOP csoport tagja

LECSÓFESZTIVÁL

2022. SZEPTEMBER 2-3. • SZENTES, APPONYI TÉR • KÁLA ÁRUHÁZ KÖRNYÉKE

GYERMEK SZÍNPAD

Szeptember 3.
KÁLA PARKOLÓ
13:00 Népi játszóház
14:30 Grimask színház
16:00 Tücsök Zenekar
18:00 Iszkiri Zenekar

ROCK SZÍNPAD

Szeptember 3.
DEAK F. U.
15:00 Lini and her
Stepbros
16:00 Twinners
18:00 Crockodeal
20:00 Tonic

KIRÁLY
VIKTOR

SZABÓ
ÁDÁM

HELKA

SERES
ANTAL

BEBE

VAVRA
BENCE

BEDE
RÓBERT

SZÓKE
ANDRÁS

SZEPTEMBER 2. PÉNTEK

- 15.00 Hírverés Lovas kocsival, a Dobbantó néptáncegyüttes és a Városi Fúvószenekar közreműködésével
 - 18.00 Megnyitó
 - 18.00 Dobbantó néptáncegyüttes
 - 18.30 Veritas Fitness FitKid SE
 - 19.00 SZALONNASÜTÉS-TŰZGYÚJTÁS
 - 19.00 SZABÓ ÁDÁM
 - 20.00 KIRÁLY VIKTOR
 - 21.00 FUVI BAND
 - 23.00 Tűzoltás
- 25 ÉVES SZÜLINAPI KONCERT

SZEPTEMBER 3. SZOMBAT

- 13.00-19.00 Gyerekparadicsom - Tücsök játszóház (arcfestés, ügyességi játékok, kézműves foglalkozások) Ingyenes gyermekmegőrzés, Ugrálóvár
- 14.00 Szentés Város Fúvószenekara
- 15.00 Tűzgyújtás - Lecsófőzés
- 15.00 Zumba
- 15.45 Helka
- 17.00 Jövőkért Néptáncegyüttes
- 17.30 Seres Anti zenész, zeneszerző koncertje
- 18.00 Eredményhirdetés, díjkiosztás, tombolasorsolás
- 18.30 Pole Magic rúdtáncstúdió
- 19.00 Szilver Táncsport Egyesület
- 19.30 VAVRA BENCE
- 20.15 Jótékonyági kóstolójegy nyeresemény átadása
- 20.45 BEBE
- 21.30 Tűzijáték



AGRÁRMINISZTERIUM



MUTTER BT
Zöldésg - Gyümölcs Nagyker

METALCOM COOP FUTURE TECHNOLOGIES



fb.com/hunorcoop

www.hunorcoop.hu

HUNGARIKUMBÓL KÉSZÜL A SZENTESI LECSÓ

- HUNGARIKUM LESZ-E A LECSÓFESZTIVÁL IS?



2022. szeptember első hétvégéjén újra találkoznak a mindig lelkes lecsófőző csapatok az ország 10 legnagyobb gasztronómiai fesztiválja közé tartozó SZENTESI LECSÓFESZTIVÁLON! Több mint két évtizede, hogy ekkor Szentesre figyel a szabadtéri bográcsgasztronómia világa! „Az idei év azért lesz különleges, mert a hungarikumok közé választották a szentesi paprikát.” – mondta Mészáros Zoltán vezérigazgató a korábbi sajtótájékoztatón.

Szeptember 2-án, a Lecsófesztivál első napján kerül megrendezésre a városban a Paprika Nap is, mely a DélKerTÉSZ szakmai napja, és melyre minden érdeklődőt meginvitált a DélKerTÉSZ vezetője, Nagypéter Sándor.

A szövetséget jelenlegi csapata, és korábbi elnöke, Ledó Ferenc is rengeteg munkát fektetett abba az előző évtizedben, hogy a szentesi paprika különleges elismerésekben részesülhessen, és mára kiérdemelte helyét a hazánk minőségi értékeit képviselő gyűjteményben.

Nagypéter Sándor büszkén jelentette be, hogy az előző évben végre beért a sok munka és pályázat eredménye: A SZENTESI PAPRIKA HUNGARIKUM LETTI!

De ezzel még nincs vége...? A sajtótájékoztatón kiderült, hogy még egyéb célokat, ötleteket is tartogatnak...

Mennyi erőfeszítésbe került elérni azt, hogy hungarikummá avassák a paprikánkat? Mikor született meg az ötlet, és mi volt a procedúra?

A folyamat első lépése az volt, hogy megpályáztuk az uniós „oltalom alatt álló” jelzést, melyhez meg kellett határoznunk egy jól behatárolható területet, mely Szentes körülbelül 30 km-es vonzáskörzete lett, amelynek mentén a szentesi paprika termécsaládot termesztik. Magá-

nak a szentesi paprikának a múltját, eredetét, jelenét és jövőjét, és magát a terméket kellett bemutatni, a növényeket, a növényfajokat. Milyen múltra tekint vissza itt a termesztés, milyen hagyományok, milyen innovációk voltak. Nyilván itt könnyebb volt egy kicsit a helyzetünk olyan szempontból, hogy a bolgár kertészek 150 évvel ezelőtt Szegváron kezdték el a melegágyi növénytermesztést, így itt mindig is hagyománya volt a hajtatott termesztésnek, különösen a paprika, majd később a paradicsomhajtásnak. És az összefogás, ami ezen a környéken létrejött, az a hab a tortán. A DélKerTÉSZ Magyarország legnagyobb TÉSZ-e. Itt korábban is már nagyon sok termelő együttesen dolgozott. Valamint az itteni kertészek nagyjai mindig is a hagyományokat tisztelve, de folyamatosan megújulva dolgoztak. Mindig keresték az újdonságokat, külföldre utaztak, Hollandiába jártak a legújabb fejlesztések miatt. Tehát egy nagyon



De ezek szerint nem adták fel.

Szerencsére nem. Először nagyon sok hangsúlyt fektettünk a szakmaiságra, ám aztán rájöttünk, hogy talán a gasztronómiai és marketing értékei kevésbé voltak hangsúlyozva. Természetesen már itt is megjelenítettük a Szentesi Lecsófesztivált, a rendezvény volumenét és a több évtizedes együttműködést a szervezőkkel. Valamint például akkor már bizonyítottan volt arról tényleges kutatói adatunk, hogy az itt termesztett paprikában azáltal, hogy a napsütéses órák száma egyedien magas, az itteni klimatikus körülmények egy picit másabbak, mint más tájörzetekben, így a tápanyag és a C-vitamin tartalom is magasabb. Kidomborítottuk azt is, hogy mennyire élen jár a környék az innovációban, a termálenergia-felhasználásban, valamint a komoly bolgárkertészeti hagyományokat is. Végül a bizottság belátta, hogy valóban nagyon komplex háttér van a pályázatunkhoz, és hogy úgy mondjam: „mely paprika legyen hungarikum, ha nem a szentesi”?

Miért érezték fontosnak, hogy harcoljanak ezért az elismerésért? Miért fontos ez a közösségnek? Mik a további tervek?

Az lebegett a szemünk előtt, és úgy gondoljuk, hogy ez a közösség tett már annyit a kertészetért és a szentesi paprika, mint minőségi fogalomvá válásáért, hogy megérdemli, hogy továbbvigye ezt a védjegyet. Ez közös érdek, az egész tájörzet és kertész generációk



fontos, nagyon hosszú procedúra előzte meg, hogy egyáltalán jól behatárolható legyen, jól meghatározható legyen, hogy mit tekintünk a szentesi paprika tájörzetnek. A lényeg az, hogy a hungarikummá válásig végig kellett mennünk az úgynevezett „értéklánc piramison”: először a helyi (szentesi) értéktárba vetettük fel, majd a megyeibe, országosba. Ezután jött az uniós oltalom alatt álló földrajzi eredetjelzés, és csak utána próbálkoztunk meg a hungarikummá nyilváníttatással. Annyi kulisszatitkot elárulok, hogy sajnos először ez nem is sikerült, hiába dolgoztunk vele sokat...

munkájának eredménye. És hogy mik a további tervek? Nos, most már nem titok... azt gondoljuk, hogy a Lecsófesztivál tekintetében a HUNOR COOP is megérdemelné, hogy a Szentesi Lecsófesztivál szintén hungarikum legyen, hiszen itt mindenki rengeteget tett már ezért az évek alatt. Valamint ne felejtjük el ennek a rendezvénynek a közösségépítő erejét, mely csak egyre jobban elmélyült az évek alatt. A hagyományok tiszteltben tartása, a közösségépítés, ez mind nagyon fontos dolog. A szentesi paprika már hungarikum, és ez a fő adaléka a szentesi lecsónak, és természetesen a Szentesi Lecsófesztiválnak...!

MIK IS PONTOSAN AZOK A HUNGARIKUMOK?

A hungarikum gyűjtőfogalom, amely olyan megkülönböztetésre, kiemelésre méltó értéket jelöl, amely a magyarságra jellemző tulajdonságával, egyediségével, különlegességével és minőségével a magyarság csúcsteljesítménye. A hungarikumtörvény rögzíti és szabályozza, hogy mi is számít hungarikumnak.

Története:

A 2000-es évek elején egyedülálló kezdeményezés bontakozott ki Magyarországon, amelynek célja volt, hogy a nemzeti értéket összegyűjtse és értéktárakba rendezze. A mozgalom legfőbb célja az értékek megfelelő védelme és nyilvántartása, valamint a következő nemzedék számára történő megőrzése volt. Ezen kiemelt törekvés hatására született meg végül a magyar nemzeti értékekről és a hungarikumokról szóló 2012. évi XXX. törvény,[2] amelyet az Országgyűlés [3] 2012. április 2-án fogadott el.

1. Pálinka (*Herend, 2013. 03. 21.*)
2. Törkölypálinka (*Herend, 2013. 03.21.*)
3. Csabai kolbász vagy Csabai vastagkolbász (*Székesfehérvár, 2013. 09.24.*)
4. Tokaji aszú (*Székesfehérvár, 2013. 09.24.*)
5. Hízott libából előállított termékek (*Székesfehérvár, 2013. 09.24.*)
6. Gyulai kolbász vagy gyulai pároskolbász (*Ópusztaszer, 2013. 11.28.*)
7. Szódavíz (*Ópusztaszer, 2013. 11.28.*)
8. Kalocsai fűszerpaprika-örlemény (*Tápiószentmárton, 2014. 01.30.*)
9. PICK téliszalámi (*Budaörs, 2014. 03.18.*)
10. Magyar akác (*Szarvas, 2014. 05.16.*)
11. Magyar akácméz (*Szarvas, 2014. 05.16.*)
12. HERZ Classic téliszalámi (*Szarvas, 2014. 05.16.*)
13. Makói vöröshagyma (*Szarvas, 2014. 05.16.*)
14. Szegedi fűszerpaprika-örlemény (*Budapest, 2015.01. 29.*)
15. Magyar szürke szarvasmarha (*Szentendre, 2015. 04.23.*)
16. Unicum keserűlikőr (*Szentendre, 2015. 04.23.*)
17. Debreceni páros kolbász (*Debrecen, 2015. 10.13.*)
18. Fröccs (*Debrecen, 2015. 10.13.*)
19. Alföldi kamillavirágzat (*Debrecen, 2015. 10.13.*)
20. Kürtöskalács (*Budapest, 2015. 12.03.*)
21. Törley pezsgő (*Kisvárd, 2016. 06.17.*)
22. Piros Arany és Erős Pista (*Kisvárd, 2016. 06.17.*)
23. Egri bikavér (*Eger, 2017. 03.21.*)
24. A magyar pásztor- és vadászkutya fajták (*Eger, 2017. 03.21.*)
25. Szőregi rózsatő (*Budapest, 2020. 05.21.*)
26. Szentesi paprika (*Szentes, 2021. 12. 07.*)



A hungarikummá nyilvánítás:

A hungarikummá nyilvánítás többlépcsős, piramisszerű, alulról felfelé építkező folyamat. Az adott értéket először a területileg hozzá köthető települési vagy tájegységi értéktárba kell felvetetni, amelyek kezelője jellemzően a helyi önkormányzat. Az értékvételt bárki kezdeményezheti. Ezt követi – ha a felvett érték megyei jelentőségű – felterjesztése a megyei értéktárba, de kivételes esetekben – például helyi értéktár híján – rögtön ide is történhet a betérjesztés. Amennyiben az adott érték nem köthető konkrét helységhez, sokkal inkább egy ágazathoz, a javaslat a minisztériumok által kezelt



ágazati értéktárakba nyújtható be. A helyi (települési, tájegységi és/vagy megyei) vagy ágazati értéktárba történő felvételt követően hivatalosan is úgynevezett nemzeti értéké válik az adott tétel. A már



felvett nemzeti értéket ezután – amennyiben országos jelentőségű – kiemelkedő nemzeti értéké lehet nyilvánítani. A Magyar Értéktárba történő felvételhez a Hungarikum Bizottsághoz kell javaslatot benyújtani.

Nemzeti érték: a magyarság és a magyarországi államalkotó nemzetiségek tevékenységéhez, termelési kultúrájához, tudásához, hagyományaihoz, a magyar



tájhoz és élővilághoz kapcsolódó, nemzetünk történelme, valamint a közelmúlt során felhalmozott és megőrzött minden szellemi és anyagi, természeti, közösségi érték vagy termék, illetve a tájhoz és élővilághoz kapcsolódó materiális vagy immateriális javakat magába foglaló tájérték, amely tanúskodik egy emberi közösség és az adott terület történelmi kapcsolatáról.

A Hungarikumok Gyűjteménye mára szép magas számot ért el, aktuálisan 83 tételnél jár, de jelenlegi cikkünkben csak egy kisebb betekintést nyújtunk ebbe a listába, az *Agrár- és élelmiszergazdaságot* lefedő alpontba, mely a minket is érintő legfrissebb tétellel zárul!

(Források: hungarikum.hu)



PAPRIKA-PARADICSOM KISOKOS

Nap, mint nap használjuk őket, szeretjük, megbecsüljük, büszkék vagyunk a magyar minőségre, de mennyit is tudunk a legnépszerűbb paprika- és paradicsomfajtáiról?

Egy olyan zöldségről és gyümölcseről van szó (mert bizony a paradicsom gyümölcs!), amelyek már teljesen beleolvadtak a magyar konyha esszenciájába, olyan sokrétűek és annyi mindenben felhasználhatóak, hogy gyakorlatilag megkerülhetetlenek a mindennapi életben és már önmagukban jelképei a hazai ízeknek.



PAPRIKA

Származása, története: A nemzetségek valamennyi faja Közép-, illetve Dél-Amerikából származik, de mára a mérsékelt és a trópusi égövben szerte a világon termesztik őket. Az indiánok (inkák stb.) nemcsak ismerték, de termesztették is. Európába Kolumbusz orvosa, Diego Alvarez Chanca hozta 1494-ben, aki Kolumbusz második útján gyűjtötte be és írta le az első paprikákat. Az akkori paprikák nagyon hasonlítottak a mostani díszpaprikatípusokra. Afrikában, Ázsiában a spanyol és portugál kereskedők ismertették meg a paprikát a 16-17. században. A paprikát kezdetben leginkább dísznövényként termesztették színes bogójáért; fűszerként csak lassan hódított teret, mivel azt híresztelték róla, hogy mérgező.

Magyarországon: Eleinte a paprika főúri kastélyok virágoskertjeit díszítette. Már 1570-ben díszlett „vörös törökbors” néven Zrínyi Miklós nevelőnőjének Széchy Margitnak a növényi ritkaságokat gyűjtő kertjében. Egyes nézetek szerint éppen azért került be az országba, mert a törökök lezárták kereskedelmi útvonalainkat kelet felé, ahonnan a borsot importáltuk, és ezért a portugálok közvetítésével jutottunk hozzá. Mint mindenütt, Magyarországon is először mint érdekesség jelent meg. Csak a 18. században vált általánosan ismertté; legelső termesztő körzete Szeged környé-

kén volt. Európában Spanyolország mellett itt, majd később Kalocsa vidékén kezdtek tömegesen fűszerpaprikát termesztani. A 18. század végétől fokozatosan, olcsó borspótló fűszerként vált népszerűvé, és teljesen átalakította a magyar konyhát. Az 1831. évi kolerajárvány alatt mint megelőző gyógyszer terjedt, és természetesen nem feledkezhetünk meg a Nobel-díjas Szent-Györgyi Albert által felfedezett C vitaminban (aszorbinsav) játszott szerepéről! Finom, egészséges, C vitaminban gazdag – mi kell még? A paprika gyakorlatilag egy igazi joker növény a zöldségek között!

Fajtái:

Felhasználás szerint beszélhetünk étkezési és fűszerpaprikáról. A fűszerpaprikát azzal a céllal termesztjük, hogy termését megszárazítjuk, majd megőröljük, ebből készül a fűszerezéshez használható csemege, édesnemes vagy csípős őrlemény. Konyhakertekben inkább az étkezési paprika a je-



lentősebb, melyeket alakjuk és színük alapján tovább csoportosíthatunk. A mindenki számára ismert almapaprikák, pritamin, kápia típusúak, hegyes erősek és a fehér tölteni valók (TV paprika) mellett léteznek még a blocky típusúak, kosszarv formájúak és a lamuyók is. De csoportosíthatunk az alapján is, hogy mi a felhasználás célja: friss fogyasztás, feldolgozás, savanyítás, csili termékek készítése.

Chili paprika fajták:

A chili paprika fajták azok, melyek erősek, vérpezsdítők és függőséget is okoznak. Röviden így jellemezhetjük azokat a paprikákat, amelyeknek népszerűsége rohamosan megnövekedett az elmúlt években az egész világon. Különböző termékek készülnek belőlük, mint például őrlemények, szószok, krémek, savanyúság, italok, de még édességek is.

Öt paprika fajba tartoznak a különböző chili fajták, melyek között megtalálható a Jalapeño, Cayenne, Habañero, Serrano, Tabasco, Scorpion.

Almapaprika fajták:

Főként savanyításra érdemes őket termesztani. Többnyire csípősek, de találunk közöttük édes fajtát is. Legjellemzőbb fajták: Nagykúti, Csípősalma, Javított bogyszlói, Édesalma.

Óriás paprika fajták:

A világ legnagyobb paprikája a Capsicum annuum 'Giant Aconagua' egy argentin hegyről kapta a nevét, akár 30 cm hosszúra is megnőhet.

Az óriás paprika fajták édesek, lédúsak, ezért kiválóan alkalmasak friss fogyasztásra, azonban tölteni, savanyítani és grillezni is lehet őket.

Kápia paprika fajták:

Újabbán nagyon kedvelt ingyencsúgnak számítanak a kápiák. Hosszúkás, piros, vastag húsú, jellemző rá, hogy nagyon hosszú ideig tárolható. Sütni, grillezni kiválóan alkalmas.

Hegyes erős paprika fajták:

A csípős ízek kedvelőinek a friss fogyasztásra való paprikafajták közül ezeket a hosszúkás, világos- vagy középzöld fajtákat ajánljuk. A hegyes erős paprika fajták: Palóc, Rekord, Rapires.

TV paprika fajták:

A fehér tölteni való paprikák a legnépszerűbben az üzletek és zöldségesek polcain.

Pritamin paprika fajták:

A pritamin paprika fajták az utóbbi években eltűntek a zöldségboltok polcairól, ugyanis hajlamosak voltak a magházpenészesedésre. Azonban a pritamin rendelkezik a legnagyobb C-vitamin tartalommal, sőt, Szent-Györgyi Albert a pritamin paprikából vonta ki először a C-vitamint. Húsa vastag, édeskés, egyaránt alkalmas friss fogyasztásra és tartósításra is. Fajták: Greygo, Pritavit, Bihar.

Blocky paprika fajták:

A Blocky elnevezés a kocka formára utal. Az általunk kaliforniai paprikának ismert fajták ebbe a típusba tartoznak. Vastag húsú, édes, jól tárolható, és mára már nem csupán a boltok polcain találkozhatunk vele, hanem termesztésbe is vonták. Fajták: Apollo, Tál-tos, Brill, Kaliforniai Piros.



Lamuyo paprika fajták:

A lamuyo a blocky-hoz hasonlóan szögletes formára utal, de a termés hosszúkább. Tipikus fajta: Albatros.

Kosszarvú paprika fajták:

Hosszúkás háromszög alakúak vagy szarv formájúak, a magháznál hullámosak. Főleg friss fogyasztásra valók. Fajták: Szentesi Fehér, Szentesi Zöld.



PARADICSOM:

Az aztékok gyógyerejű csodagyümölcs, az európai lakomák új ínycsodája – a paradicsom magyarul sem véletlenül kapta a „paradicsom” nevet... Elsőre logikus megoldásnak tűnhet, hogy az édenkertben alma helyett valójában paradicsom volt a tiltott gyümölcs, de bármennyire is adja magát, a valódi történet ennél kacifántosabb. A nö-

vény Amerikából Európába kerüléséig a paradicsom nem jelentett gyümölcsöt - 'Éden' volt a jelentése.

A magyarban a piros zöldség úgy kapta meg az édenkert addigi nevét, hogy az alakja az emberekben az almát idézte (olaszul máig pomodoro = aranyalma), ízét pedig mennyeinek találták, innen a bibliai képzeletábrítás. A régies német elnevezés nyomán (Paradeisapfel) paradicsomalmának hívták, ez rövidült végül paradicsommá.

És ha már a nevében ennyi minden van, mennyi egészséges táp- és hatóanyag rejlik magában a zöldségben? Nos, mindennek előtt jó sok vitamin és egyéb, jótékony hatású összetevő! Vitaminok közül a C-vitamint viszonylag nagy mennyiségben tartalmazza, de ezen kívül még tizenegynéhány további vitamin található meg benne pl. A1, B1, B2, de tartalmaz karotint és tomatint is, utóbbi a gombás betegségek, gyulladások elleni anyaga. Ezen kívül a likopin szintén egészségmegőrző hatású, csökkenti egyes daganatos megbetegedések kialakulásának esélyét.

Hazánkban hamar nagyon elterjedté vált, a bolgárkertészek által behozott melegágyas kertészeti megoldások pedig megalapozták ennek a gyümölcsnek a későbbi fóliasátra és üvegház modern innovációkkal folytatott termesztését, melyben büszkén mondhatjuk, hogy hazánk, és a Dél-Alföld ma is élvonalban jár!

Mára több, mint 100 paradicsom fajta kapható Magyarországon! Ma már találunk közöttük kisebbet, nagyobbat, pirosat, sárgát, zöldet sőt feketét is.

A paradicsom fajták csoportosítása különböző szempontok szerint történik:

Befőzni való paradicsom fajták pl.: Ace 55, Buau 50, Marmande, Mobil, Kecskeméti jubileum, Ökörshív, Unibac, Zömök, San Marzano.

Friss fogyasztásra kiváló választás pl.: Ananas noire, Bolíviai vadparadicsom, Sun Gold.

Befőzésre és friss fogyasztásra is alkalmas a Balkonstar vagy az Ace55.

A paradicsom fajtákat ezek mellett három fő csoportba oszthatjuk. Az egyik a determinált vagy bokorparadicsom,



a másik a folytonnövő vagy másnéven futó paradicsom fajták, valamint a féldeterminált kategória. A paradicsom determinált akkor, ha a növekedése leáll, ha a fajtára jellemző magasságot eléri, virágba borul majd kezd érlelni a terméseit. Bokorparadicsomot kis helyigényük miatt, teraszon, erkélyen, ládában, cserépben kezdő kertészek is szívesen termesztnek. Aki egyszerre nagyobb mennyiségben szeretne szüretelni, válassza ezeket a fajtákat! A féldeterminált fajta jellemzője, hogy növekedését a 8-9. fűrt zárja le.

Koktélp paradicsom fajták – Az "édes paradicsom fajták":

A koktélp paradicsom fajták jellegzetesége, hogy sokkal kisebb termést nevel, mint rokonai. Édes paradicsom, mérete miatt igen praktikus, leginkább nyersen fogyasztjuk. Mutatózöldséllátékba téve, hidegtálakon, és egészben sütve is igazán feldobja például a grill ételeket is. A koktélp paradicsomok kimondottan ízletes paradicsom fajták.

A koktélp paradicsom íze, függ a talaj minőségétől és a növekedés során kapott tápanyagoktól.

A koktélp paradicsom fajták közé soroljuk, többek között a Caralina, Goldkrone, Zebriño, Sungreen, Mcdreamy, Sunstream paradicsom, Sole, Mini On, Coralina paradicsom stb.

Ezek mellett a jellemző csoportosítások mellett még számos különböző alcsoport van, de mivel csak hazánkban 100 fajta létezik, így csupán érdekességképpen említjük meg még ezeket a teljesség igénye nélkül:

- Óriás paradicsom fajták
- Savmentes paradicsom fajták
- Fürtös paradicsom fajták
- Determinált paradicsom fajták
- Kecskeméti Paradicsom fajták
- Balkonparadicsom fajták
- Féldeterminált fajták

(Források: kreativfarmer.hu, agroinform.hu)

Mindig friss!
Keresse üzleteinkben a Zombor termékeket!

ZOMBOR CIPÓ KFT.
1036 Budapest, Petőfi utca 2.

Bajor magvas kenyér, Paraszt cipó, Light cipó, Anatólyos toast, Durum toast, Korpás cipó, Gyöngy kenyér, Formakenyér, Kósdás vebra

Kóstolja meg!

Hunor Coop
A COOP csoport tagja

A FESZTIVÁLOK PSZICHOLÓGIÁJA

Mögöttünk a nyár, előttünk az ősz – két évszak, melyek alatt nem szűkölködhetünk magas színvonalú fesztiválokban, legyenek azok zenei, kulturális vagy gasztronómiai rendezvények. Hazánk az utóbbi évtizedekben kimondottan fellegvára lett az efféle kikapcsolódásoknak, és most, hogy végre minden újra nyitott, az emberek nem is hezitáltak sokat, hogy visszatérjenek a közös élményekhez.

Mivel a Szentesi Leccsófesztivált már egy ideje a tíz legnagyobb hazai gasztronómiai (és ezzel egybekötött zenei) rendezvény között tartják számon, ezért úgy gondoltuk, utánajárunk, miért is szeretjük annyira ezeket az óriás méretű "kertiparkokat/házibulikát"!

Vajon milyen hatással vannak ránk a fesztiválok, és milyen pozitív hozadékaik vannak, ha részt veszünk ezeken az eseményeken?

Az emberek különböző okokból vesznek részt fesztiválokon. Amellett, hogy híres/kedvenc előadókat, együtteseket hallgathatunk meg, nagy szerepet játszik a közösségi érzés megélése is, illetve az, hogy végre kiszakadhatunk a hétköznapiokból és magunk mögött hagyhatjuk a problémáinkat.

A zene pozitívan hat a jóllétünkre:

A legtöbb kutatás megerősíti, hogy a zene felemel minket, ha szomorúak vagyunk, emellett segít a koncentrációban és a relaxálásban is. Amikor zenét hallgatunk, megváltozik a hangulatunk és az agyunkban is változás zajlik le. Croom (2011) kutatásában bebizonyította, hogy a zene hatására bekövetkező intenzív érzelmi állapot dopamin hormon felszabadulásával jár. A dopamin elégedettségérzéssel jár, nem véletlen, hogy boldogsághormonként is emlegetik. Kwok (2018) kutatása alapján a serdülők aktív zenehallgatás hatására remény érzését és magasabb szubjektív boldogságot tapasztaltak meg. Emellett a zene jelentősen csökkentette a szorongásukat is.

A tudósok szerint a zenehallgatásnak nincs biológiai oka, de annyi bizonyos, hogy már az őseink is rengeteget foglalkoztak a zenével, különböző hangszerek elkészíté-



sével, így egyértelmű, hogy az embernek igénye van rá.

A zene összehoz minket és megemeli a boldogságszintünket.

Ráadásul nem is lehet túlzásba vinni!

„Kik hasonlítanak egymásra találnak...”

A fesztiválok egyik nagy vonzereje maga a közösséghez való tartozás megélése. Az emberek azt érzik, hogy tartoznak valahova, az egymáshoz való kapcsolódás és a szocializáció pedig alapvető igényünk. A fesztiválokon és a koncerteken hasonló gondolkodású emberek gyűlnek össze, amely egyszerű alkalmat biztosít az ismerkedésre és a kapcsolatépítésre. Az élmények intenzitása és az euforikus hangulat nagyban annak köszönhető, hogy a fesztiválok közösségi élmények.

Vonzalmunk az újdonságok iránt

Yolal és munkatársai (2009) a fesztiválok népszerűségének okait kutatták, és

azt találták, hogy a legtöbb ember az együttlétet, az izgalmat, az esemény újdonságát és a szocializációt emelte ki. Még ha évről-évre ugyanazon fesztiválon veszünk is részt, soha nem lesz a megélt élmény kétszer ugyanaz.

A fesztiválok egy másik világba re-pítenek minket

Már a várva várt esemény előtt akár hónapokkal átélhetjük a várakozás és a készülődés izgalmát.

A fesztiválok kiszakítanak minket a hétköznapiokból, ezáltal teljesen más világba csöppenünk, ahol megváltozik az időérzékelésünk, sokkal kevesebb szabálynak és korlátnak kell megfelelnünk.

Az embert alapvetően örömelel vezérli, szeretne minél boldogabb és elégedettebb lenni, ehhez pedig a fesztiválok remek lehetőséget biztosítanak.

Nem csak bulizunk, szociális készségeink is fejlődnek

Azok, akik fesztiválokon vesznek részt, önállóbbak, talpraesettebbek lesznek és szociális készségeik is fejlődnek. A koncertek hangulata és az alkohol oldja a gátlásokat, így könnyebbé válik a kapcsolatfelvétel azok számára is, akik a mindennapokban kissé visszahúzódozóbbak. Megfigyelhető, hogy a fesztiválózó emberek elfogadóbbak lesznek más kultúrákkal szemben, és segítőkészebbek egymással szemben is.

Emellett a zene és a fesztiválhangulat oldja a feszültséget és stresszcökkentő hatással is bír. Nyáron igyekszünk kikapcsolódni és magunk mögött hagyni a rutinszerű hétköznapi teendőket.

A vonzó programok és a kellemes időjárás a szabadság illúzióját kelti bennünk.

Az emberek nagy része nyáron gyűjti a legtöbb meghatározó élményét, mivel ilyenkor mozdulunk ki a legtöbbit és ilyenkor érezzük magunkat a legszabadabbnak.

(Források: mindsetpszichologia.hu)

HUNOR LECSÓS RECEPTAJÁNLÓK

Nem túlzás kijelenteni, hogy a HUNOR COOP-nak immár több, mint két évtizede a „kedvenc étele”, jelképe a finom szentesi lecsó. Rengeteg helyi receptet gyűjtöttünk az évek alatt, már saját kis receptkönyvünk is megjelent a résztvevők ötleteivel, különleges hozzávalóival. A lecsó kétségkívül egy olyan speciális étel és alapanyag-összetétel, mellyel szinte végtelen kombinációig lehet kísérletezni!

Jelen külökiadásunkban ezekhez a speciális kísérletezésekhez gyűjtöttünk ötleteket, hogy még véletlenül se unja meg senki a lecsót!



KOLBÁSZOS-BAZSALIKOMOS LECSÓ KAKUKKFÜVES GALUSKÁVAL

HOZZÁVALÓK:

- 1db cukkini
- 1db patisszon
- 4db paprika
- 3db paradicsom
- 1fej vöröshagyma
- 2db kolbász
- 10dkg kolbász
- só
- tarkabors
- 1tk paprikakrém
- 1 marék bazsalikom
- 2ek étolaj
- 30dkg liszt
- 2db tojás
- só
- kakukkfű
- 2ek étolaj
- 2dl víz

ELKÉSZÍTÉS:

A cukkinit, a patisszont és a paradicsomot megmossuk, kisebb kockákra vágjuk. A vöröshagymát és a paprikát vastagabb csíkokra vágjuk. A kolbászt vékonyan felkarikázzuk. A bazsalikomot apróra vágjuk.

Az olajat felhevítjük egy serpenyőben vagy wokban, majd hozzáadjuk a felcsíkozott vöröshagymát, és pár perc alatt megfolyasztjuk. Ezután hozzáadjuk a kétféle, vékonyra felkarikázott kolbászt, pár percig pirítjuk, majd hozzáadjuk a felkockázott cukkinit és patisszont is. Ízlés szerint megsózzuk, megborsozzuk, majd hozzáadjuk az erős paprikakrémet, és a serpenyőt félig lefedve pár percig pároljuk.

Ezután hozzáadjuk a paprikát, majd amikor a paprika már félpuhára párolódott, a paradicsomot, és a bazsalikomot is. Óvatosan összeforgatjuk, és addig pároljuk tovább, amíg a zöldségek még roppanósak maradnak, és a paradicsom sem esik szét.

Közben elkészítjük a galuskát. A kakukkfű leveleit lecsipkedjük a száráról, a liszthez adjuk, és egy nagyobb csipet sóval együtt összekeverjük. Ezután hozzáadjuk a villával előzőleg kissé felvert tojásokat, a víz felét, majd összekeverjük. Keverés közben apránként hozzáadagoljuk a maradék vizet, hogy egy sűrűbb, szaggatható masszát kapjunk.

Egy edényben bőséges mennyiségű, enyhén sós vizet forralunk, majd amikor már forr, beleszaggatjuk a galuskatésztát. Ezután megvárjuk, amíg feljön a víz tetejére, 1-2 percig főzzük, majd leszűrjük, és hideg vízzel leöblítjük. Az olajat felhevítjük, majd hozzáadjuk az alaposan lecsepegtetett galuskát. Ízlés szerint megsózzuk, majd összekeverjük, és tálalásig melegen tartjuk. A lecsó mellé kínáljuk.

CUKKINIS LECSÓ FÜSTÖLT SZALONNÁVAL

HOZZÁVALÓK:

- 2fej hagyma
- 40dkg paprika
- 40dkg paradicsom
- 25dkg cukkini
- só
- 10dkg szalonna
- 1ek pirospaprika

ELKÉSZÍTÉS:

A hagymát és a szalonnát felaprítjuk. A paprikát a magháza és az erei eltávolítása után kis darabokra vágjuk. A paradicsomot felkockázzuk. A végei levágása után feldaraboljuk a cukkinit.

Felforrósítunk egy közepes méretű lábost, és ropogósra sütjük benne a szalonnát. Levesszük a tűzről, a porcöket szűrőlapáttal kiemeljük, majd félretesszük.

A visszamaradt zsiradékban üvegesre sütjük a hagymát. Rádobjuk a paprikát, és néhány percig fonyasztjuk együtt. Hozzáadjuk a cukkinit, meghintjük a pirospaprikával, végül belekeverjük a paradicsomot, alaposan megsózzuk, és az egészet puhára főzzük. A sült szalonnakockákkal kínáljuk.

RATATOUILLE - MEDITERRÁN LECSÓ

HOZZÁVALÓK:

- 1ek olívaolaj
- 1db vöröshagyma
- 2gerezd fokhagyma
- 1db padlizsán
- 4db cukkini
- 2db paprika
- 40dkg paradicsom
- 1db babérlevél
- 1ág kakukkfű
- 7dkg fenýőmag
- só
- bors
- 7dkg napraforgómag

ELKÉSZÍTÉS:

A hagymát megpucoljuk, apróra vágjuk, és forró olajban pároljuk néhány percig. A fokhagymát megpucoljuk, összezúzzuk vagy lereszeljük. A padlizsánt és a cukkinit megtisztítjuk, kockára vágjuk, és a kierezett, kockára vágott paprikával és a fokhagymával együtt az üvegesre párolt hagymához adjuk. 10 percig főzzük, közben néha megkeverjük.



Hozzáadjuk a paradicsomot és a fűszereket, majd kb. 30 percig főzzük, amíg a zöldségek megpuhulnak. Beleszórjuk a fenyő- vagy napraforgómagot, és még ízesítjük, ha szükséges.

LECSÓS CSIRKEMELL

HOZZÁVALÓK:

- 2db csirkemellfilé
- csirkefűszersó
- bors
- 2ek olaj
- 1db hagyma
- fél TV paprika
- 4db közepes paradicsom
- só
- bors
- 1db csilipaprika



- 1csom mozzarella
- 0,5doboz Mascarpone
- friss bazsalikom

ELKÉSZÍTÉS:

A csirkemellet megmossuk, lecsepeg-tetjük, majd késsel kinyitjuk, és enyhén kiklopfoljuk. Megfűszerezzük csirkefűszersóval és borssal.

Egy serpenyőben olajat hevítünk, és oldalanként 2-2 perc alatt elősütjük a csirkemellet, majd ráteszünk 1 ek vizet, és további 2-3 percig lefedve pároljuk.

Közben összevágjuk a hagymát és a paprikát, és felkarikázzuk a paradicsomot. Az elősütött csirkemellet átrakjuk egy tep-sibe.

A serpenyőben, a megmaradt zsiradék-on elkészítjük a lecsót: megdinszteljük a hagymát és a paprikát, megsózzuk, megborsozzuk, beletesszük a felaprított csilit, és hozzáadjuk a paradicsomot.

Félpuhára főzzük, majd a csirkemell te-tejére rakjuk. Beborítjuk a felszeletelt moz-zarellával és mascarponeval, végül meghintjük néhány friss bazsalikom levéllel.

Alufóliával beborítjuk, 180 fokok sűtő-be toljuk, ahol kb. 15-20 perc alatt készre sűtjük. Az utolsó 5 percben levesszük az alufóliát.

(Források: mindmegette.hu)

HUNOR HUMOR

Gazdagéknál házibulit tartanak, és meghívnak minden szomszédot, köztük Kovácsot, aki nemrég költözött oda vidékről. A kertben, a medence mellett mulat a társaság, amikor a házigazda jókedvűen megszólal: - Figyeljen mindenki! Van egy négyméteres krokodil a medencében. Akinek van elég mer-sze beugrani hozzá, annak adok egymillió forintot! Egyszer csak látják, hogy Kovács repül be a medencébe. Nagyon csobban, majd felbukkan az óriási hulló feje, és kemény harc kezdődik. Fröcsköl ki a víz, mindenki tátott szájjal nézi a küzdelmet. Végül, hogy, hogy nem, Kovács épségben mászik ki a vízből. A gazda odamegy: - Nahát! Te aztán bátor vagy! Megérdemled az egymilliót! - Dehogyan kell az nekem! - mondja a hős. - Akkor mondd, mennyit fogadsz el, félmilliót? - Nem, annyit sem! - Akkor mit szeretnél? - Csak annak a nevét, aki beledobott!

A kisbéka elmegy a jósnőhöz, aki a következőt jósolja neki:

- Nemsokára találkozni fogsz egy csinos lánnyal.

Mire a kisbéka: - És hol találkozunk, egy buliban?

- Nem... Biológiaórán.

- Hogyan főz az óvatos szakács?

- ???

- Vigyáz a tepsi épségére.

Nagypapa mesél az unokáinak a háborús emlékeiből:

- Egyszer egy teljes századot tettem harcképtelenné, teljesen egyedül!

- Tényleg? Tüzér voltál?

- Nem... szakács!

Elégedetlen vendég az étteremben:

- Pincér, ez az étel ehetetlen! Hívja ide a szakácsot!

- Főlöslleges, uram, ő sem tudja megenni...

Az étteremben a pincér udvariasan megkérdezi a vendégtől:

- Hogy ízlik a bécsi szelet, vendég úr?

- Mint szakértő, mondhatom, remek darab!

- Ön szakács?

- Dehogyan, cipész vagyok.

Mi a legfinomabb lecsó elengedhetetlen hozzávalója? A választ megtalálják a megfejtésben!

◆		GAMBRIENUS ITALIA	ÖSSZE- KUSZÁLÓ	EINSTEINRUP	HAGYÍTÁS JELE	SINTOISTA DÉSZKAPU	◆
1							E
FAGYL, NÉHETÜL					CSONT, LATINIA		
LIBANONE AUTÓJEL				... HURK; MÓRDCZ FÜ	VEGYJEL URÁN		
SPARTACUS NÉPI				INDULATSZÓ			
◆	2	K, KIEJTVE	HÜLT IDŐ JELE	ÁK	LENDÜLET JELE		ARCZOH- GÖRCS
			TANULÓ VEZETŐ	OXIGÉN VEGYJELE		A JACHT VÉGE!	
PETRÓLEUM NÉPKESZ					HÉLY HEG- GYŐZŐDÉS		
					NÉHA SAJÓ!		
ARGON VEGYJELE			INDULATSZÓ	KELET, NÉHETÜL		LENDÜLET JELE	
			LENDÜLET JELE	ÉGYEK VITAMIN		LENMAG!	
◆	LP				ENERGIA MÉRTÉKE	ECET- CSEPPER!	

IMPRESSZUM

Felelős kiadó: HUNOR COOP ZRt • Szerkesztő: Mészáros Mariann

Fotók: Vidovics Ferenc, Mészáros Mariann, pixabay.com

Web: www.hunorcoop.hu • Facebook: www.facebook.com/hunorcoop

Előkészítés, nyomdai munkák: Rensz Magyarország Kft. • E-mail: szorolap@rensz.hu