

Hunor Magazin

22. ÉVFOLYAM, 50. SZÁM



Tavaszi témák
Receptek
Kirándulástippek
Cseresznyevirágzás



CSALÁDI HÚSVÉT ÉS
NÉPI HAGYOMÁNYOK
Interjú Pintér Zsófiával

Mindig friss!
Keresse üzleteinkben a Zombor termékeket!

ZOMBOR CÍPO KFT.
6600 Szentés, Petőfi u. 5.

Bajor magvas kenyér
Paraszti cipó
Light cipó
Tonkolyós toast
Durum toast
Korpás cipó
Gyöngér kenyér
Formakenyér
Kovácsos vaski

Hunor Coop
A coop csoport tagja

Kóstolja meg!

FORNETTI

**AZ ÉLMÉNY MINDIG
FRISSSSSSS!**

WWW.FORNETTI.HU **FORNETTI MAGYARORSZÁG**  



**AJÁNDÉKOZZON
EGYSZERŰEN**

Hunor Coop
A coop csoport tagja

Vásárlási utalvány
500 Ft
Vásárlási utalvány
1000 Ft
Vásárlási utalvány
5000 Ft
Vásárlási utalvány
2000 Ft

☒ TÖBB EZER
TERMÉKRE

☒ ELEGÁNS
AJÁNDÉK

☒ EGYSZERŰEN,
KÉNYELMESEN

Megvásárolhatja üzleteink pénztárában!

Hunor Coop
A coop csoport tagja

Akar Ön egy lendületesen fejlődő csapat tagja lenni?
**A Hunor Coop ZRt. teljes és részmunkaidős
dolgozókat keres** élelmiszerüzleteibe.
Ha érez magában erőt, energiát,
hogy egy lelkes csapat tagjaként nálunk dolgozzon,
akkor örömmel várjuk jelentkezését.
A pályázatokat írásban a 6600 Szentés, Petőfi u. 5. címre
vagy a jelentkezes@hunorcoop.hu e-mail-re
kérjük elküldeni.

coop klub MOBIL APP

**MEGLEPETÉS KUPON
AZ APPBAN!**

**BLOKKVÉGI
KUPON**

**500 FT
KEDVEZMÉNY**
1000 Ft feletti vásárlás esetén

**VÁSÁROLJ ÉS
VÁLTSD BE!**

TARTALOMJEGYZÉK

- 3. oldal Köszöntő
Tartalomjegyzék
COOP Törzsvásárlói rendszer
- 4. oldal Családi húsvét és népi hagyományok
- 6. oldal Miniszterelnöki konzultáció COOP vezetőkkel
Kreatív ajándék ötletek húsvétra
- 7. oldal Tavaszi egészségtippek
Dr. oldal Horváth György írása
- 8. oldal Hanami: A cseresznyevirág ünnepe
- 9. oldal Csodás helyszínek cseresznyevirágzás idején
Magyarországon
- 10. oldal Tavaszi kirándulástippek:
Lenyűgöző lombkoronásétnyok Magyarországon
- 12. oldal A Boros-díj nyerteseit szponzorálta a HUNOR COOP
- 13. oldal Kurca Roadshow
„Az én Kurcám” – Rajz- és fotópályázat
- 15. oldal Húsvéti receptajánlók
Túrós-sonkás-medvehagymás fonott kalács
Sajtos-tormakrémes sonkatekerics
Húsvéti sárgatúró
- 16. oldal Húsvéti receptajánlók
Céklás töltött tojás
HUNOR HUMOR
Keresztretjétny

KEDVES OLVASÓNK! KEDVES TÖRZSVÁSÁRLÓNK!

Áprilisi számunk igazi tavasz-ünnepre, rózsaszínbe borult cseresznyefák árnyékába, és lombkoronásétnyok magaslataiba invitálja a kedves olvasót.

A tavaszi témák, az újjászületés mellett a feltámadás ünnepe is központi gondolatunk. A húsvét a néphagyományok, a család, a játékos programok, a kézműveskedés és az ínycsiklandó ízek idősza.

Böjt után kiérdemelt a lakoma, ezért most számos húsvéti receptkülönlegességet válogattunk össze olvasóinknak! Hoztunk dekorációs tippeket és egy interjú keretében a Nyári családon keresztül kicsit bepillantást nyerünk abba, hogyan ünneplik a kisgyerekes családok a húsvétot. Megtudjuk, hogy a mai

világban mi kerül a fókuszba, illetve Pintér Zsófia néprajzsként beavat néhány érdekességbe is az ünneppel kapcsolatban.

A HUNOR COOP Társadalmi szerepvállalása is előtérbe kerül, hiszen a cég szponzorálta az idei Boros-díjak nyerteseit, valamint nagy volumenű rajz- és fotó pályázatot is hirdetett a Kurca Roadshow keretében. Részletek a magazinban!

Kellemes lapozgatást kívánunk!
Mészáros Mariann
szerkesztő



IMPRESSZUM

Felelős kiadó: **HUNOR COOP ZRt**

Szerkesztő: **Mészáros Mariann**

Fotók: **Vidovics Ferenc, Mészáros Mariann, HUNOR COOP ZRt, PixaBay**

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

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

A Coop Klub törzsvásárlói program

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

CSALÁDI HÚSVÉT ÉS NÉPI HAGYOMÁNYOK

Húsvét manapság kifejezetten a családok ünnepe, és azok számára a legizgalmasabb, akik kisgyermekikkel járhatnak locsolkodni vagy várhatják a locsolókat, és különböző kézműves alkotásokkal és tojáskeresős játékokkal tehetik színesebbé az ünnepi hétvégét.

Húsvéti különszámunk interjújához felkerestünk egy ilyen kisgyermekes családot, ahol az édesanya néprajzkutatóként is foglalkozott már a húsvéti néphagyományokkal és a keresztény ünnep érdekes, országonként-nemzetenként egészen eltérő megjelenési formáival.



Pintér Zsófia Szentesen született, és ott járt középiskolába, majd utána Szegedre ment egyetemre, ahol néprajz szakot végzett. Ezután muzeológusként elhelyezkedett Budapesten a Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban, ám végül hazahúzott a szíve a Dél-Alföldre. Dolgozott a Tornyai János Múzeumban, valamint a szentesi Koszta József Múzeumban egészen első kislánya megszületéséig. **Dalma** 2018-ban látott napvilágot, most lesz első osztályos. Húga, **Izabella**, két és fél éves, így Zsófia most tért vissza a munka világába. Jelenleg egy német telekommunikációs cég angol és német nyelvű minőségi- és folyamatkoordinator egy ötfős csapatban. Férje, **Nyári Ádám**, aki egy energetikai vállalat gázelosztási mérnöke, Üllésről származik. Szegeden jöttek össze, és ezért is döntöttek úgy, hogy itt költöznek össze, hiszen ez mindkettejük szülővárosához közel van, így gyakran tudják látogatni a nagyszülőket.

Néprajzszakosok számára a húsvét egy különleges ünnep, hiszen gyakran egyedi alakot ölt a népi kultúra a hagyományokban, világszerte más-más formában ünneplik. Miben térnek el a magyar szokások a többitől, illetve tájegységeket tekintve mi az, ami különböző?

Húsvét a kereszténység legnagyobb ünnepe, hisz Jézus, legyőzve a halált, harmadnapra, értünk föltámadott és megváltott. Ezért a nagyhét a lelki és a testi megtisztulásé. Nagypéntek Jézus kereszthalálának a napja, ilyenkor van a legnagyobb böjt, és ez a gyász ideje.

A katolikusoknak Európa-szerte megvannak a saját hagyományaik, amik az évszázadok során kialakuló liturgikus világból jönnek. Emellett jelentek meg az egyedi népi szokások is, melyek nem-hogy országonként, de tájegységenként is eltérnek. Ami számomra első emlékezetes élményként nagyon megdöbbentő és furcsa volt, az egészen az általános iskolás korom végéhez nyúlik vissza, amikor is volt egy német levelezőtársam. Húsvéti üdvözetet küldtem, és kérdeztem, hogy ő elmegy-e locsolkodni? Egy nagyon vicces levél jött vissza, hiszen nem értette, hogy miről van szó. Mit locsoljak, kit locsoljak? – kérdezte. Ekkor lett világos számomra, hogy a locsolkodás egy hungarikum, kifejezetten magyar jellegzetesség. Az már egy új kérdés, hogy jelenleg mennyire tartják, de ez attól is függ, hogy épp faluról vagy városról van-e szó, van-e kisfiú a családban, vagy egyáltalán családon belül mennyire közkedvelt ezt a hagyomány. A kisebb településeken, vagy ahol a néptáncnak nagyobb hagyománya van, ott jellemző, hogy a táncsoport tagjai lovaskocsival járkálják a falut, mint például férjem szülőhelyén, Üllésen is – és ott tényleg meglocsolják a táncos társaikat kantárból, vízzel. Persze a lányok nagyon „mérgesek”, de azért van később egy közös összejövetel is. Szegeden három nagy

néptáncgyűlés van, úgyhogy sokan viszik tovább itt is ezt a hagyományt.

Vannak az Alföldhöz köthető, egyedi húsvéti hagyományok?

Ami különleges, az a nagypénteken felállított szent sír a katolikus templomokban. Ez mindenhol egyedi, minden településen és minden templomban. Más-más a díszítési hagyomány, illetve a szobor kidolgozása. Ezt érdemes tanulmányozni. Nekem még az egyetem alatt minden évben feladat volt, hogy dokumentáljuk, a szülővárosunkban hogyan néz ki a szent sír, és hogy mennyien zárandokolnak oda, mennyien nézik meg, esetleg milyen szokások vannak, visznek-e virágot, stb.

Szentesen nagypénteken állítják fel délután, és akkor megtekinthető.

A szent sírt a templom elejébe szokták elhelyezni, a bejárathoz közel.

Az északi területeken jellemző a sokszínűség, ahol például van népviselet, ott akár a virágok színében is visszaköszön ez, mert nemcsak a fehérre tesznek rá a hívek.

A Dél-Alföldön a szentelt barkának nagy jelentőséget tulajdonítottak, orvosságként használták, valamint a bőséges, jó vizet, a család és az otthon oltalmazását várták tőle. A gonosztól való védelemért beszívták a barka füstjét, és torokbaj ellen lenyeltek belőle egy szemet. A családi otthont úgy óvták a bajoktól, a vihartól, villámtól, hogy a tűzhelybe dobták. Szentí Tibor hódmezővásárhelyi néprajzkutató járt részletesen utána ennek az egyedülálló hagyománynak: A „szögedi tájon” úgy tartották, hogy szobába nem jó bevinni, mert akkor sok légy és bolha lesz a nyáron, és egyéb rontásokat is okozhat, ezért inkább a padlásra tették vagy az eresz alá tűzték. Az eladósorban lévő lányokat barkával megvesszőzték, ezzel kívánták „elősegíteni”, hogy hamarabb férjhez menjenek.

Húsvétkor a legények hajnalban sor-kukorékolással ébresztették Szeged lakóit, majd a Tiszához mentek, megfürödtek. Pénteken tilos volt az állattartással, földműveléssel kapcsolatos munka.

Húsvétvasárnap az ételszentelés ideje is volt: a délelőtti misére letakart kosárral



mentek a hívők, mely bárányhúst, kalácsot, tojást, sonkát és bort rejtett, a pap megszentelte, és azt megáldva fogyaszthatták el.

Egyes vélekedések szerint a kereszténység előtt a húsvét a termékenység ünnepe volt, így kötődik hozzá a nyúl (nagyon szapora jószág), és a tojás.

Ti hogyan ünneplitek a húsvétot?

Én nagyon örülök neki, hogy már pár éve a nagypéntek is munkaszüneti nap. Sőt, az iskolában már tanítási szünet lesz a nagycsütörtök is. Mi családként a böjtöt általában nem tartjuk, viszont amíg Dalma a katolikus óvodába járt, ott pénztelenként valóban csak tészta ételeket szolgáltak fel a gyerekeknek. Szerepeltek minden évben a nagyobb ünnepeken a templomban, így örömmel jártunk azokat megnézni. Alig várjuk, hogy Izi is bekerüljön az oviba, hisz akkor jövőre mehetünk újra, mert ha a mise alkalmából szerepel a kisgyereked, akkor az igazán különleges.



Most milyen programokat terveztek velük? Az óvodában, bölcsiben szokás-e még a saját húsvéti ünnepség, van-e tojásfestés, kézműveskedés húsvét előtt?

A bölcsődében lesz egy húsvéti délután, kézműveskedéssel. Lehet vinni testvért is, így ott leszünk mindannyian. Illetve szoktuk figyelni a könyvtári rendezvényeket, Szegeden és akár Szentesen is, el szoktunk rájuk menni, ha éppen ott vagyunk. Szeretünk ezeken a helyeken festeni, díszeket készíteni. Itthon is tervezzük, hogy festünk tojást és csinálunk kis kosarakat, egyéb dekorációkat.

Mivel készültök a locsolóknak?

Természetesen kapnak szép tojásokat, és mivel nem rég óta van saját 3D-s nyomtatónk is, így nagyon élvezzük, hogy különböző kis dolgokat készíttettünk vele. Így biztos nyomtatunk majd nyuszis de-

korációs tárgyakat, különleges kis meglepetéseket.

Milyen locsolók járnak hozzátok? A kislányokhoz is jönnek már barátok, ismerősök?

Szentesen már kevésbé, de itt Szegeden a házunkon belül szoktuk tartani a hagyományt, betérnek a szomszédok, az itteni kisfiúk locsolkodni.

A húsvét hétfőt Üllésen töltjük, hisz ott még nagyobb a hagyománya ennek. A férjem az apukájával, a sógorával, és a keresztfiával el tud menni locsolkodni a női rokonokhoz, barátokhoz.

Tojáskeresést szoktatok szervezni a gyerekeknek?



Igen, vasárnap és hétfőn is: Szentesen kezdjük, Üllésen folytatjuk, sőt, még itthon a lakásban is szoktunk elrejteni a lányoknak kis meglepetéseket. Az biztos, hogy ők nem unatkoznak majd az ünnep alatt!

Nálatok mi kerül az asztalra húsvétkor? Mik a kedvenc ünnepi

és tavaszi ételeitek? Mennyire vagytok édesszájúak?

A szokásos ünnepi ételek nem maradhatnak el: sonka, tojás, torma – ezek az elengedhetetlen kellékek. Illetve a friss zöldségek, a retek, hagyma, paradicsom, paprika. Pároméknál Üllésen divat a sós kalács. Mi Szentesen mindig édessel ettük a sonkát. Ez is egy érdekes eltérés.

Üllésen nagyon jellemzőek még a különböző rétesek, illetve a sok-sok csokittojás, cso-

kinyuszi mellett még a linzer a kedvenc édessége a lányoknak, ezzel fogunk készíteni desszertnek.

Mennyire tartjátok fontosnak, hogy hazai recepteket helyi hozzávalókból készítsetek el, mennyire figyeltek oda a magyar termékek vásárlására?

Szeretjük, és odafigyelünk rá. Sok zöldséget-gyümölcsöt még a szüleink kertjéből is fogyasztunk. A nagyszülők általában a Coop-ban vásárolnak, és mi is gyakran járunk ebbe az üzletláncba. Kifejezetten szeretek ott vásárolni, gyerekekkel nagyon kényelmes.

Élvezzük, mert nagy az újságválaszték, sok gyerekeknek szóló termék van. Dalma különösen szereti azokat. Finom a Fornetti, jók a Coop márkatermékek, de az olyan „non-food” termékek is nagyon jók, mint mondjuk a gyurma, a színes füzetek. Van, hogy éppen nem is terveztem, de itt meglátok valamit, és rájövök, hogy az jól fog jönni. Emellett a zöldségáru is szép szokott lenni, azt is szívesen fogyasztjuk.



(Forrás: delmagyar.hu/helyi-kultura/2021/04/husveti-nepszokasok-hiedelmek-es-hagyomanyok-a-del-alfoldon)

MINISZTERELNÖKI KONZULTÁCIÓ COOP VEZETŐKKEL

2025. március 22-én meghívást kapott a Coop Üzletlánc 10 legnagyobb társaságának vezetője Orbán Viktortól a miniszterelnöki hivatalba, mely a budai várban elhelyezkedő Karmelita Kolostorban működik.

A konzultáció témája az élelmiszertermékek inflációjának okai, azok csökkentésének, megszüntetésének lehetőségei. Az árrés-stop nagyon komoly hatással van a Coop hálózat jövedelmezőségére, a tényleges számokat egy hónap távlatában tudják majd közölni.

Mészáros Zoltán elnök-vezérigazgató, a HUNOR COOP képviselőjében, mint az ország 7. legnagyobb Coop társaságának vezetője vett részt a megbeszélésen.

A Coop vezetők napi friss tapasztalataikat megosztották a miniszterelnökkel, és javaslatokat tettek a piaci problémák kezelésére. A hazai kiskereskedelmi lánc első számú irányítói

szerint a többi szereplő magatartását is meg kell vizsgálni, és a teljes kép birtokában lehet átfogó értékelést adni.

A találkozó igen konstruktív, jó hangulatban telt és a felek további szoros együttműködésről állapodtak meg.

A Coop delegáció meghívást nyújtott át Orbán Viktor miniszterelnöknek a Coop Üzletlánc 30 éves születésnapjára, melyet 2025. november hónapban rendeznek a Művészetek Palotájában.



KREATÍV AJÁNDÉK ÖTLETEK HÚSVÉTRA

Papírpohár nyuszik

Egy olyan kedves és gyorsan elkészíthető húsvéti ajándék ötletet keresel, amit a gyerekekkel közösen is megvalósíthatnátok? Próbáljátok ki ezt a szuper aranyos műanyag (vagy papír) csokitojás-tartó poharat!

Ez a kedves pohár nyuszika pillanatok alatt elkészíthető, akár a legkisebb kreatív kezek által is, és remek ajándékok lehetnek húsvétra (különböző apróságokkal töltve)! Az elkészítésük is nagyon egyszerű: csak egy kevés színes papírra, egy pár darab golyú szemre és egy műanyag pohárra lesz hozzá szükségetek. Természetesen műanyag pohár helyett, papír pohárból, vagy henger alakúra hajtogatott papírból is készülhetnek hasonló „ajándék doboz” nyuszikák.



Izgalmas tojás dekupázs- vagy szalvétatechnikával

Hozzávalók: fehér színű kifújt tojások, olló, ragasztó, színtelen lakk (vagy tapétaragasztó), ecset, mintás szalvéta.

Elkészítés: A szalvétából vágd ki a kiválasztott motívumokat (virágok, képek, egyéb minták), a szalvéta alsó rétegét távolítsd el és csak a mintás réteget használd.

Ecsettel vidd fel a tojásra a ragasztót és ragaszd rá a szalvétamintákat.

A ragasztós ecsettel simítsd el a ragasztott mintát, hogy sima legyen.

Végül fixáld színtelen lakkal és hagyd száradni.

Nagyon mutatós és nagyon különleges ajándék lesz a locsolóknak!

(Források: onelittleproject.com, zoldneklennijo.hu)



TAVASZI EGÉSZSÉGTIPPEK

(DR. HORVÁTH GYÖRGY ÍRÁSA)



A tavasz érkezésével automatikusan megszaporodnak a kerti munkák, mely, mint korábban írtuk, egy nagyon hasznos, egészséges dolog a léleknek, remek testmozgás, viszont nem tagadható el, hogy gyakran derékfájáshoz is vezethet.

Ám ez sem ilyen egyszerű, hisz gondoljuk végig a napunkat, hogy a természetes mozgásunkon kívül tettünk-e szokatlan, erőltetett mozdulatokat, ami okozhatja a derékfájásunkat.

A hirtelen megnövekedett aktivitás okozta fájás pár nap múlva elmúlik. Viszont, ha hasi panaszokkal, netalán vizezési problémákkal is párosul, az már felfázásra utal. Sajnos tavasszal ez igen gyakori. Sőt, ha még a hát irányába való fájdalom is fellép, az már veseproblémára utalhat.



A hirtelen mozgás, a váratlan túlterhelés a csigolyák közötti porckorongoknál okozhat gondot. Ez akkor lép fel leggyakrabban, ha hosszabb ülő munka után, átmenet nélkül, megterhelő fizikai munkába fogunk. Itt is be kell tartani a fokozatosság elvét. Mindez még felerősödhet, ha a téli időszakban felszedtünk néhány fölösleges kilót.

A sima, fáradásos derékfájás egy kis gyulladáscsökkentő krémes kezeléssel, tapaszokkal pár nap alatt helyrehozható. Érdemes viszont mindennapossá tenni a mozgást, fokozatosan hozzászoktatva a szervezetünket. A kerti munka megvár, nem kell mindent egy nap alatt megcsinálni.

Téli időszak végére gyakran alakul ki vitaminhiány, melyet akár a bőrünk is elárul. A száraz, hámló bőr A, B, E vitaminhiányt mutat, míg a sebes, berepedezett bőr főleg C-vitamin hiányt feltételez. A vissza-visszatérő ekcémás tünet hátterében általában emésztési problémák állnak. Leginkább a bélflóra helyreállításával, egy kis joghurtos kúrával, javíthatunk a helyzeten.

A lassan gyógyuló sebek, elmérgesedő kiütések cink és B-vitamin hiányra utalnak, sőt egy esetleges cukorbetegség első jelei is lehetnek.

Sokan szenvednek berepedezett szájjal. Ajakápolók mellett növeljük a B-vitaminok bevitelét egy kis vassal kiegészítve, a gyorsabb gyógyulás reményében.

Ugyancsak vashiányra utal a sápadtság és a színtelenné váló ajkak. Különösen a vegánoknak fontos a B-vitaminok fokozottabb bevitele. Az akné, a sok pattanás viszont már komplex vitaminhiányra utal. A multivitaminokat célszerű Béres-cseppel kiegészíteni, mert így pótolhatjuk a nyomelem hiányunkat is.

Hasonló hiányra utal a hajhullás is és a lemezesen szétváló, töredező köröm is.

Mindezeket megelőzhetjük, ha változatossá tesszük az étrendünket. A betegségek majd 80%-a az életmóddal, azon belül is az étkezéssel függ össze.

A most megjelenő kora tavaszi zöldségek felfrissítik a szervezetünket és jórészt pótolják a vitaminhiányunkat is.

Ne feledjük, hogy a dohányzáson kívül a szénsavas italok és a savas ételek is



roncsolhatják a fogainkat. Viszont nem szabad azonnal étkezés után fogat mosni. Hagyjunk egy kis időt, hogy a nyálunk tisztítsa a fogzománcot. Fél-egy óra elteltével fogjunk hozzá a fogmosáshoz, így kevésbé sértjük meg kefével a fogzománcunkat.

Emellett viszont, ha tavasz, akkor irány a kert és a természet! Sok-sok séta és beszélgetés feltölti a szervezetünket, jobbá varázsolja a hangulatunkat is, használjuk ki a jó idő és a szabadlevegő adta lehetőségeket!



HANAMI: A CSERESZNYEVIRÁG ÜNNEPE

*Tavaszi eső.
Kövér cseppeké szűri
a meggyfa lombja.*

(Haiku: Macuo Basó, 1644-1694.
Ásványi Tibor fordítása)

Világszerte egyre népszerűbbé válik Japán leghíresebb ünnepének megtisztelése, hisz egy nagyon szép, élménygazdag hagyományról van szó.

De honnan is ered a cseresznyevirág ünnepe? Mi a története?

A hanami (szó szerint „virágnézés”) gyönyörködés a tavasszal virágzó cseresznyében és japán szilvában. A cseresznyefa virágzása március végétől május elejére hullámzik végig Japánon. Ez az időszak nagyon rövid, az időjárási viszontagságok ezt az időt még inkább lekurtíthatják.

A mai Japánban a hanami a piknikezéshez hasonló, űzhetik nappal és éjszaka egyaránt, utóbbi esetben jozakurának hívják.

A szakurafák (cseresznye) alatti rendezvények résztvevői általában fiatalok, ezért igen zajos és zsúfolt ez az esemény. Így az idősebbek szívesebben szemlélik a szilvafák virágba borulását, ami sokkal csendesebb légkörben zajlik.

Történelem:

A hanami gyakorlása több évszázadra nyúlik vissza. Úgy tartják, hogy a Nara-korszakban (710–784) kezdődött, mikor a kínai Tang-dinasztia sokféleképpen hatott Japánra; egyike volt ezeknek a

virágokban való gyönyörködés szokása. A szakurát szentnek tekintették a japánok, és annyira fontos helyet foglalt el a köztudatban, hogy még ma is Japán kulturális szimbóluma. Az emberek hittek a fában lakozó istenekben, és a hanami kezdetben az évi termésről való jóslásra és a rizsültetés idényének bejelentésére fenntartott alkalom volt. Akik jelen voltak a hanamin, azok felajánlásokat tettek a szakurafák gyökereinél, majd a szertartás után részt vettek az áldozati szaké elfogyasztásában.

A heian-kori Saga császár átvette ezt a szokást, és ünnepségeket tartott, hogy a szakéfogyasztás és lakoma közben szemlélhessék a virágokat a szakurafák virágzó ágai alatt a kiotói császári udvarban. Magasztaló verseket írtak a törekeny virágokról, amelyekre mint az élet metaforájára tekintettek: gyönyörű, de igencsak rövid ideig tart. Az életnek effajta „ideiglenes” szemléletmódja nagyon népszerű a japán kultúrában és általában a létezés csodálatra méltó formájának tartották; ilyen például a szamuráj alapelv szerint az élet végetérte, mikor az még szép és erős, ahelyett, hogy vén és gyenge lenne.

A heian-kori költők arról írtak verseket, hogy mennyivel könnyebb lenne tavasszal a szakuravirágzás nélkül, mivel a létük az élet rövidségére emlékeztet bennünket.



Hanami napjainkban:

A japán lakosság folytatja a hanami tradícióját, nagy számban összegyűlve bárhol, ahol virágzó fák találhatók. Emberek ezrei lepik el a parkokat, hogy lakomázhassanak a virágba borult fák alatt, és olykor ezek a rendezvények akár késő éjszakába nyúlnak. Több mint fél Japánban a cseresznyefák virágzásának napja egy időben köszönt be a szünet utáni iskola- és munkakezdéssel, ezért a fogadó ünnepségeket gyakran a hanamival nyitják meg. Általában az emberek órákkal vagy akár napokkal előre letelepednek a parkokban, hogy megszerezhessék a legjobb helyeket a barátokkal, családdal vagy munkatársakkal együtt töltött hanami ünnepségre. Sokhelyütt, mint a tokiói Ueno parkban is, papírlámpásokat függesztenek ki az éjszakai hanamira.

A hanami mostanság Japánon kívül is közkedvelté vált.

Az utóbbi években hazánkban is virágzik ez a hagyomány, amely esemény formájában minden év áprilisában a budapesti ELTE Füvészkertben kerül megrendezésre. A japán cseresznyefák alatt nem csak piknikeznek az oda betérő látogatók, de részesei lehetnek a többnapos programsorozatnak, amik természetesen japán tematikájúak. A felhozatal többek között magába foglal tradicionális japán fegyverek kiállítását, íjászati bemutatót, hagyományos japán hangszeres koncertet, manga- és gasztronómia workshopot, stb.

(Források: wikipedia)



CSODÁS HELYSZÍNEK CSERESZNYEVIRÁGZÁS IDEJÉN MAGYARORSZÁGON



Fontos tudni, hogy mikor is virágoznak a cseresznyefák, hiszen a tavasz március elején kezdődik, de a fák virágzása egy kicsit későbbre várható, nagyjából április elejére. A varázslatos cseresznyevirágzás akár május közepéig is eltarthat, de a legjobb időpontnak – tapasztalatok alapján – áprilist tartják a természeti jelenség csodálására.

Az alábbi helyszíneken kellemes tavaszi sétát tehetünk a gyönyörű cseresznyevirágoktól borított környezetben:

Budai Vár, Tóth Árpád sétány

Az egyik legnépszerűbb pontja a fővárosnak a cseresznyevirágzás idején nem véletlenül a Tóth Árpád sétány, ami a Budai Várnegyedben található és Budapest legszebb sétányának is mondható, hiszen a környezet, a fák és a kilátás is magáért beszél. A sétányon jó pár pad is található, egészen közel a cseresznyefákhoz, így tökéletes helyszín a virágzó fák közeli szemlélésére.



ELTE Fűvészkert, Sakura ünnep

A pesti oldal is rejteget szépségeket, tökéletes tavaszi program lehet ellátogatni az ELTE Fűvészkertjébe, az áprilisi Sakura ünnepre. Ilyenkor a parkba látogatók a japán tradíciók szerint a helyszínen piknikeznek és gyönyörködnek a fák virágzásában.

Zuglói Japánkert

A japán vonatkozásnál maradván, a méltán híres Zuglói Japánkert is egy tökéletes tavaszi programhelyszín lehet.

A Varga Márton Kertészeti és Földmérési Szakképző Iskola udvarán található japánkert meglátogatásával igazán autentikus élmény keretein belül csodálhatjuk meg a virágzó fákat és tudhatunk meg sok érdekességet a japán kultúráról.

Budai Arborétum

Visszatérünk a budai oldal cseresznyefáira, a Budai Arborétum egy kevésbé zsúfolt cseresznyevirág lelőhely, ami tökéletes helyszín egy kiadós sétára vagy egy kellemes piknikre, miközben figyeljük, ahogy ébrednek a természet tavasszal.



A híres nagykörűi cseresznyefák

A Tisza mentén található Nagykörű egy Jász-Nagykun-Szolnokban lévő kis falu, aminek az egyik legnagyobb büszkeségei a cseresznyései. A Körűi medence rendkívül kedvező éghajlati és talaj feltételekkel rendelkezik a cseresznye számára, így a környék sok helyen virágba borul a cseresznyevirágzás időszakában. A falu legtöbb cseresznyefája Nagykörű templomkertjében található, a 200 hektáros területen több mint 100 fajta cseresznye található, csodás látványt nyújt egy tavaszi kirándulás során.

Szegedi Fűvészkert

Szegeden található az ország egyik legnagyobb Fűvészkertje, ahol fák, cserjék, egynyári növények, évelők és gyógynövények is felfedezhetők. Tavasszal az egyik legszebb látványossága a két részből álló japánkertje. A fűvészkert japánkertjében hanamit, azaz virágnézést is tartanak tavasszal.

Szentendrei Japánkert

Szentendre sok szépséget rejt magában, az egyik ezek közül a japánkert, ami egy rendkívül központi helyen, a Duna Korzón közelében található. Ez egy kisebb kert a listán, azonban érdemes megláto-

gatni magát Szentendrét is és a japánkertet is, hiszen ez a helyszín köztudottan a 'festők városa', így a kert tervezése során belevitték az alkotók a természet és a művészet találkozását.

Sárospatak

A sárospataki görögkatolikus templom előtti sétányt díszítő japán cseresznyefák csodálatos látványt nyújtanak tavasszal. A helyszín ideális célpont egy fárasztó városnézés után, hiszen a fasor mentén több pad is található.

Nyíregyházi Tuzson János Botanikus Kert

A nyíregyházi botanikus kert is egy kiváló tavaszi programötlet. A Tuzson János Botanikus Kert a gyönyörű Sóstói erdő közvetlen közelében, a Nyíregyházi Egyetem Karai mellett helyezkedik el. Az intézmény rendelkezik egy gyönyörű japánkerttel is, amit szintén érdemes megnézni tavasszal a cseresznyevirágzás idején.

A japánkertben található egy tó tündérrózsákkal és lótuuszokkal, emellett tavasszal virágoznak a kertben a liliumfák, a tulipánfák és természetesen a japán cseresznyefák is. Érdemes a botanikus kert többi részét is felkeresni, illetve Nyíregyházán az állatpark is méltán népszerű úti cél.



Kaposvár

Kaposváron szintén több helyszínt is érdemes felfedezni cseresznyevirágzás idején. A helyi Temesvár utcában lévő fák már több mint 30 évesek, és általuk ez az utca a város legismertebb cseresznyevirágzó helyszíne. Ugyanakkor ha már erre járunk, látogassunk el az Ady Endre, illetve a Fő utcába is, amelyeket szintén fantasztikus atmoszférával töltenek meg a japán cseresznyefák.

(Források: startlap.hu/utazas)

TAVASZI KIRÁNDULÁSTIPPEK:

LENYŰGÖZŐ LOMBKORONASÉTÁNYOK MAGYARORSZÁGON

Az egyre népszerűbb lombkorona sétányok remek kirándulási úticélok egy tavaszi romantikus sétára, vagy egy családi kis túrára.

De mi is hivatalosan a lombkorona sétány?

Egy, a fák lombjainak magasságában emelt, legtöbbször fából épült szerkezet. Tanösvény, ahol információs táblák nyújtanak segítséget a környék növény- és állatvilágának megismerésében.

Lássuk, mik a legjobb helyszínek itt-hon a lombok közé tervezett sétákhoz:

Desedai lombkoronaösvény (Kaposvár)

A Deseda arborétumban, azon belül a Deseda-tóban található félszigeten van a Kalanderdő élménypark lombkoronaösvénye. A fejlesztést 2017-ben adták át, a látogatók 6 méter magasban, 20 méter hosszan csodálhatják a fák lombkoronáit és az ott élő állatokat, és ingyenesen látogatható.

Erzsébet ligeti lombkoronasétány és kilátó (Gyomaendrőd)

Az Erzsébet ligeti tanösvény a Hantoskerti holtág szomszédságában található. A több szintes lombkoronasétány különlegessége, hogy egy vízi tanösvényhez kapcsolódik, így egy részét gyalog, másikat csónakkal járhatjuk be. A teljes tanösvény ingyenesen látogatható.



Kaszói lombkoronasétány

A Kaszói kirándulóközpontban található, amelyet 2017-ben adtak át a látogatóknak. Az Öregerdő Tanösvény bővítéseként funkcionáló lombkoronasétány 9

méter magasban, 124 méter hosszan várja a látogatókat. A Kaszói lombkoronasétány szintén ingyenesen látogatható.

Lengyel-Annafürdői lombkoronasétány

Lengyel község szomszédságában található, egykor az Apponyi grófok által üdülőnek használt Annafürdő parkerdejében. A 9 méter magasban és 30 méter hosszan húzódó lombkoronasétány különlegessége az erdő közepén álló Ré-tisaszfészek-kilátó. A lombkoronasétány használata itt is ingyenes.

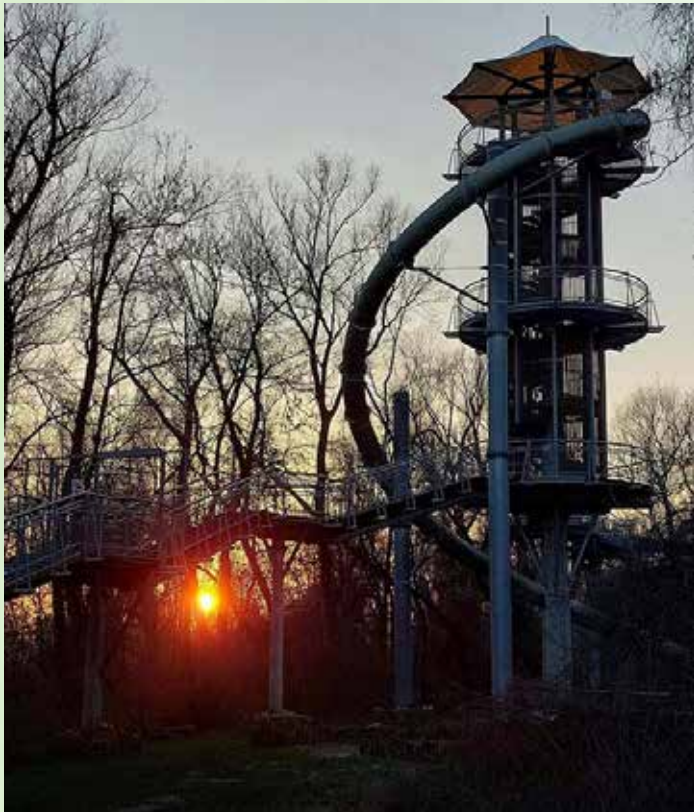
Lombkoronaösvény a Zempléni Kalandparkban

A Sátoraljaújhelyen található Zempléni Kalandpark egyik friss fejlesztése a lombkoronasétány, amelyet a Magas-hegyi libegővel közelíthetünk meg. A sétányon található egy távcső is, mellyel tiszta időben nagyon messzire is eltekinthetünk.

Makói lombkoronasétány

Makón található Magyarország egyik leghíresebb és leghosszabb lombkoronasétánya. A 10 méter magasban, 191 méter





hosszan húzódó, 10 állomásos, függőhidakkal, esztétikus „hagymatikum elemekkel” összekötött lombkoronasétány végén egy 18 méter magas kilátó várja a látogatókat, amelyről (párszáz forintért) akár csőcsúszdán is lejuthatunk. A Maros jobb partján, az ártérben található lombkoronaösvény ingyenesen látogatható, csak a csúszdáért kell fizetni.

Pannonhalmi lombkorona-tanösvény

2018-ban épült Pannonhalmán a 14 méter magasan fekvő, 80 méter hosszú, hal alakú lombkoronasétány. A hal fejénél álló kilátópontról csodálatos panoráma tárul elénk a környező dombokra. A sétány akadálymentesített, és ingyenesen látogatható.

Sás-völgyi lombkorona-tanösvény (Hetvehely)

A Mecsek domborulatain található Sás-völgyi lombkoronasétány 2017-ben nyitotta meg kapuit a látogatók előtt. A Mókus Suli Erdészeti Erdei Iskola közelében fekvő lombkoronasétány 6 méter magasan, 50 méter hosszan várja a kirándulókat, és a belépés itt is ingyenes.

SZÉP Kártya elfogadóhely



Hunor Coop
A coop csoport tagja

**Fizesse vásárlását SZÉP Kártyával,
bővebb információ a pénztáraknál!**

A BOROS-DÍJ NYERTESEIT SZPONZORÁLTA A HUNOR COOP



Március 14-én volt a **Hódmezővásárhelyi SzC Szentesi Boros Sámuel Technikum** – röviden csak „közgének” becézett középiskola – legnagyobb ünnepe, a **Boros-díj** átadás.

Ez egy több évtizedes nagyon nemes hagyomány, amikor is az iskola a legkiválóbb tanulóit, a legaktívabb tagjait kitünteti és elismeri.

Öt díjat adtak át ebben a kategóriában, melyből az egyiket a Hunor Coop Zrt. szponzorálta. Az elismerést a cég vezetője, **Mészáros Zoltán** elnök-vezérigazgató adta át, aki annak idején maga is a szentesi szakközépiskola diákja

volt és nagyon szép emlékeket őriz az akkori évekből.

Különlegessége volt ennek az eseménynek, hogy a díjazottunk épp **Juhász Attila** volt, aki a helyi Ifjúsági Rotary Club, azaz az Interakt volt elnöke, rendkívül aktív tagja, illetve a „Higgy magadban” pályázatok egyik nyertese is, amit szintén a helyi Rotary Club indított el. Így egyszer már vehetett át díjat Mészáros Zoltántól, aki maga is a klub tagja.

Egy nagyon szép ünnepség keretében az igazgató asszony köszöntő beszéde, versek, táncok és történelmi, szabadságharcra kapcsolatos megemlékezések



után ünnepelt az egész iskola a Megye-háza nagytermében.

Az öt díjazottat öt szponzor támogatta anyagi elismeréssel: az önkormányzat és a Hunor Coop mellett helyi meghatározó gazdasági társaságok álltak be a nemes ügy mögé.

(Fotók: Hódmezővásárhelyi SzC Szentesi Boros Sámuel Technikum Facebook)

AJÁNLATAINK A SPÓROLÁS MESTEREINEK!

TUC keksz
(több íz)
100 g
469 Ft,
4690 Ft/kg

2 db vásárlásakor
429 FT/DB
4290 Ft/kg

COOP Vajkrém
(több íz)
190 g
649 Ft,
3416 Ft/kg

COOP KLUB ÁR!
599 FT
3153 Ft/kg

Soproni ízesített sör
(több íz)
500 ml
DRS
339 Ft,
678 Ft/l

2 db vásárlásakor
299 FT/DB
598 Ft/l

7Days Croissant
(több íz)
60 g
249 Ft,
4150 Ft/kg

2 db vásárlásakor
199 FT/DB
3317 Ft/kg

2025. április 3 - 9.

Coca-Cola, Fanta
(több íz)
2250 ml
DRS
799 Ft,
355 Ft/l

COOP KLUB ÁR!
699 FT
311 Ft/l

Löwenbrau dobozos sör
500 ml
DRS
339 Ft,
678 Ft/l

2 db vásárlásakor
319 FT/DB
638 Ft/l

Visszaváltási logó esetén* +50 Ft díj=799+50=849 Ft, 699+50=749 Ft. Visszaváltható a REpont üzleteinkben.

Visszaváltási logó esetén* +50 Ft díj=339+50=389 Ft, 299+50=349 Ft. Visszaváltható a REpont üzleteinkben.

Visszaváltási logó esetén* +50 Ft díj=339+50=389 Ft, 319+50=369 Ft. Visszaváltható a REpont üzleteinkben.

KURCA ROADSHOW

„AZ ÉN KURCÁM” – RAJZ- ÉS FOTÓPÁLYÁZAT

A Hunor Coop Zrt. amatőr rajz- és fotópályázatot hirdet „Az én Kurcám” címmel a Kurca Roadshow 2025 programsorozat részeként – jelentette be Mészáros Zoltán, a cég vezetője a szentesi Dózsa Házban tartott sajtótájékoztatón.



„Tavaly hatalmas sikere volt a Kurca Roadshow programnak, amely során sokan kenúztak, SUP-oztak, vagy éppen gyalogosan fedezték fel a Kurca természeti szépségeit. Szívemhez nagyon közel áll ez a környezet, és örömmel támogatunk minden olyan kezdeményezést, amely népszerűsíti a Kurcát.” – mondta **Mészáros Zoltán**.

„Már 2024-ben jeleztük, hogy szeretnénk egy rajz- és fotópályázatot indítani, hogy minél több fiatal csábitsunk ki a természetbe, és alkotásra ösztönözzük őket. Most elérkezett az idő, hogy útjára indítsuk a pályázatot. A rajzpályázatra óvodás és általános iskolás gyermekek alkotásait, a fotópályázatra 12 évnél idősebb korosztályok képeit várjuk! Az alkotóknak nem kell sietniük, hiszen a beadási határidő június 15.” – tette hozzá.

„A pályázatra elsősorban a Kurca folyó mellett fekvő települések – szentesi, szegvári és Mindszenti kötődésű alkotók munkáit várják. A rajzpályázatra minden gyermek egy alkotással nevezhet, míg a fotópályázaton indulók maximum 5 digitális képet küldhetnek be” – ismertette a részleteket **Csatordai Lajos**, a Hunor Coop kereskedelmi igazgatója.

Valkai Zsolt, a Kurca Roadshow főszerzője elmondta, hogy a fotósok számára külön túrákat is szerveznek. A résztvevők például napkeltekor vagy napnyugtakor olyan helyszíneket járhatnak be, ahol az érintetlen természet nyújt ihletet a képekhez. Ezzel kapcsolatban információkat a St. Jupát honlapján és közösségi oldalán találhatnak az érdeklődők.

A rajzpályázatra készült alkotásokat a szentesi, szegvári és Mindszenti Hunor Coop üzletekben lehet leadni, míg a fotópályázatra készült képeket elektronikusan kell feltölteni. A pályázattal kapcsolatos további információk a www.hunorcoop.hu weboldalon érhetők el.

A nyertesek ünnepélyes díjátadója és a pályaművek közzététele pedig egy igazi kiállítás keretein belül valósul meg!

2025

Kurca

ROADSHOW

www.kurcaroadshow.hu

Kurca, ami összeköt

ROADSHOW

„Az én Kurcám”

Rajz, és Fotópályázat!

A Hunor Coop Zrt., a Kurca Roadshow 2025 programsorozat keretében hirdeti meg rajz, és fotópályázatát. Elsősorban, szentesi, szegvári és Mindszenti kötődésű alkotók pályamunkáit várjuk!

Az alkotások beérkezési határideje: 2025. június 15.

A **Rajzpályázatra** óvodás és általános iskolás gyermekek alkotásait, a **Fotópályázatra** 12 évnél **idősebb** korosztályok képeit várjuk!

A Rajzpályázatra papíralapon, a Fotópályázatra digitálisan lehet pályaműveket benyújtani.

További részletek az alábbi linken olvashatók:
www.hunorcoop.hu/rajzesfotopalyazat2025.pdf

A Kurca Roadshow 2025 további programelemeiről a kurcaroadshow.hu címen lehet tájékozódni!

Hunor Coop Magazin – 2025. április 13

ÁPRILISI AKCIÓ

2025. április 3-13-ig.



Fornetti Bejgli
mákos, diós, 300 g
Fornetti



899 Ft
2997 Ft/kg

Eredeti ár: ~~990 Ft~~
Eredeti egységár: ~~3300 Ft/kg~~

Fonott kalács
250 g
Zombor Cipó Kft.



669 Ft
2676 Ft/kg

Eredeti ár: ~~799 Ft~~
Eredeti egységár: ~~3196 Ft/kg~~
Csak a Zombor Cipó Kft. által ellátott üzletekben kapható!



Korpás cipó
500 g
Zombor Cipó Kft.

699 Ft
1398 Ft/kg

Eredeti ár: ~~769 Ft~~
Eredeti egységár: ~~1538 Ft/kg~~
Csak a Zombor Cipó Kft. által ellátott üzletekben kapható!

XXL Margherita snack
Fornetti



289 Ft
289 Ft/db

Eredeti egységár: ~~369 Ft/db~~

Sertés darálthús

70%, 500 g, Nagykun-Hús



939 Ft
1878 Ft/kg

Eredeti ár: ~~999 Ft~~
Eredeti egységár: ~~1998 Ft/kg~~



Soproni Radler
több íz, 0,0%, 500 ml
Heineken

339 Ft
678 Ft/l

Eredeti ár: ~~359 Ft~~
Eredeti egységár: ~~718 Ft/l~~



Kubu
több íz, 300 ml
Maspex

299 Ft
997 Ft/l

Eredeti ár: ~~549 Ft~~
Eredeti egységár: ~~1830 Ft/l~~



Knoppers ostya
több íz, 25 g
Bonbonetti

159 Ft
6360 Ft/kg

Eredeti ár: ~~179 Ft~~
Eredeti egységár: ~~7160 Ft/kg~~



Löwenbrau
világos sör
4,0%, 500 ml
Borsodi

339 Ft
678 Ft/l

Eredeti ár: ~~389 Ft~~
Eredeti egységár: ~~778 Ft/l~~

Falusi füstölt kolbász
1000 g, Nagykun-Hús



COOP KLUB ÁR:
3699 Ft
3699 Ft/kg

Eredeti ár: ~~4599 Ft~~
Eredeti egységár: ~~4599 Ft/kg~~

Pilóta kakaós
karika
150 g
Mondelez



COOP KLUB ÁR:
679 Ft
4527 Ft/kg

Eredeti ár: ~~899 Ft~~
Eredeti egységár: ~~5993 Ft/kg~~

3999 Ft/kg

Kedves vásárlóink!

Üzleteinkben
SZÉP kártyát is
elfogadunk!

Jót, jó áron, a jó szomszédtól!

Legyen Ön is a Coop Klub tagja!
Igényeljen TÖRZSVÁSÁRLÓI KÁRTYÁT!
Regisztráljon üzleteinkben!



HÚSVÉTI RECEPTAJÁNLÓK

TÚRÓS-SONKÁS-MEDVEHAGYMÁS FONOTT KALÁCS

Hozzávalók:

A tésztához:

- 45 dkg liszt
- 2 dkg élesztő (friss)
- 2 dl langyos tej
- 1 db tojás (nagy)
- 1 ek olívaolaj
- 1 tk só
- 1 tk cukor

A túrós töltékhez:

- 25 dkg tehéntúró
- 1 ek tejföl
- 1 mokkáskanál pirospaprika
- só

A medvehagymás töltékhez:

- 8 db medvehagyma (ér nélkül, aprítva)
- 1 ek tejföl
- só

A sonkás töltékhez:

- 15 dkg sonka
- 0.5 ek tejföl

Elkészítés:

A langyos tej feléhez keverjük hozzá a cukrot, morzsoljuk bele az élesztőt, és futtassuk fel. A maradék tejet öntsük bele a keverőtálba, adjuk hozzá az olajat és az egész tojást, majd keverjük össze. Ezután öntsük hozzá a felfuttatott élesztőt, majd szitáljuk hozzá az előzőleg sóval elkevert lisztet, és pár perc alatt dagasszuk be a tésztát.

A megdagasztott tésztát tegyük át egy kelesztőtálba, majd langyos helyen kelesszük kb. másfél óráig. A megkelt tésztát ezután borítsuk kilisztezett felületre, gyúrjuk át, majd osszuk el három egyforma részre, és mindegyik tésztát formázzuk gombóccá.

A túrót villával törjük össze, majd adjuk hozzá a tejfölt, a pirospaprikát, és ízlés szerint sózzuk. Ezután keverjük alaposan össze. A medvehagymát vágjuk fel apróra, távolítsuk el az ereit, majd adjuk hozzá a tejfölt és egy csipet sót, és keverjük alaposan össze. A sonkát vágjuk fel apró kockákra. A tejföl majd a tészta lekenéséhez kell.

Az egyik tésztagombócot nyújtsuk ki kb. 35x30-cm nagyságúra, majd egyenletesen kenjük meg a túrós töltékkel. Ezután a két szélét kicsit hajtsuk be, majd tekerjük fel mint a bejglit, óvatosan kicsit sodorjuk meg, és tegyük félre.

A második tésztagombócot szintén nyújtsuk ki 35x30-cm nagyságúra, majd egyenletesen kenjük meg a medvehagymás töltékkel. Ezután a két szélét kicsit hajtsuk be, majd tekerjük fel mint a bejglit, óvatosan kicsit sodorjuk meg, és tegyük félre.

A harmadik tésztagombócot szintén nyújtsuk ki 35x30-cm nagyságúra, majd



egyenletesen kenjük meg a tejjel, és szórjuk meg az apróra vágott sonkával. Ezután a két szélét kicsit hajtsuk be, majd tekerjük fel mint a bejglit, óvatosan kicsit sodorjuk meg, és tegyük félre.

Végül fonjuk össze a három megtöltött tésztaarudat, és helyezzük sütőpapírral bélelt tepsibe (én egy 18x27 cm-es tepsibe tettem, hogy sütés közben ne terüljön majd el nagyon).

Ezután konyharuhával takarjuk le a tepsiben lévő tésztát, és szobahőmérsékleten kelesszük 25 percig (közben melegítsük elő a sütőt 160 fokra). Kelesztés után kenjük le egész tojással a kalácsot, majd helyezzük előmelegített sütőbe, és közepesen kicsit magasabb hőmérsékleten süssük 45-50 perc alatt szép pirosra. A sütőből kivéve helyezzük rácsra, és hűtsük ki egészen.

SAJTOS-TORMAKRÉMES SONKATEKERCS (15 perc, 10 adag)

Hozzávalók:

- 10 dkg füstölt sajt
- 3 ek reszelt torma
- 25 dkg mascarpone
- só
- bors
- 1 csokor snidling
- 20 dkg csirkemell sonka

Elkészítés:

A sonkatekercek töltelékéhez lereszeljük a füstölt trappista sajtot. Tálba

öntjük a mascarponét, hozzáforgatjuk a reszelt tormát, majd a reszelt sajtot is.

Ízlés szerint sózzuk, borsozzuk, átkeverjük, majd beleforgatjuk a leöblített, apróra vágott snidlinget. A mascarponés töltékkel megkenjük a sonkaszeleteket, majd felcsavarjuk mindet.

Kínálhatunk mellé kaszinótojást, tojáskrémeket, húsvéti kalácsot és persze sok-sok friss zöldséget.



HÚSVÉTI SÁRGATÚRÓ

Elkészítési idő: 75 perc (8 adag)

Hozzávalók:

- 2 liter tej
- 1 csipet só
- 10 ek cukor
- 0.5 db citrom reszelt héja (elhagyható)
- 1 csomag vaníliás cukor
- 20 db tojás

Elkészítés:

A húsvéti sárga túró elkészítéséhez a tejet feltesszük melegedni a sóval, a cukorral, a reszelt citromhéjjal és a vaníliás cukorral.

A tojásokat egyenként felütjük egy táliba, és éppen csak annyira keverjük össze



sze, hogy a sárgájuk kifakadjon.

A lehető legóvatosabban hozzáöntjük a tejhez, és nagyon lassú tűzön, óvatosan kevergetve, hogy szép mozaikos legyen, addig főzzük, amíg a tejsavó kicsapódik a tetején.

Ekkor beleszedjük egy szűrőbe fekte-

tett gézdarabba, és néhány órára, hűvös helyre akasztva kicsepegtetjük belőle a tejsavót. Miután lecsepegett, hűtőbe tesszük pár órára, tálalásig.

A sárga túró tálaláskor szeletekre vágva kínáljuk főtt sonka, kolbász és a húsvéti kalács mellé.

CÉKLÁS TÖLTÖTT TOJÁS

Hozzávalók:

- 8 db tojás
- 1 db cékla
- 1 db babérlevél
- 5 szem egész bors
- 1 tk só
- 1 tk cukor
- 2 ek fehérborecet
- 2 ek tejföl
- 1 ek majonézes torma
- 1 tk mustár
- friss kapor (vagy snidling)

Elkészítés:

A tojásokat keményre főzzük, majd hideg vízben lehűtjük.

Ezalatt elkészítjük a céklás pácot: a céklát meghámozzuk, majd apróra kockázzuk. Egy nagyobb, jól zárható műanyag edénybe szórjuk, hozzáadjuk babérlevelet, a szemes borsot, a sót és a cukrot, majd hozzacsurgatjuk a fehérborecetet.

A főtt tojásokat meghámozzuk, majd hozzáadjuk a céklás keverékhez, és felöntjük annyi hideg vízzel, amennyi ellepi.

Lezárjuk az edényt, és egy éjszakára pácolódni hagyjuk a tojásokat.



Másnap kivesszük a tojásokat a céklás pácból, lecsepegtetjük őket, ezután félbevágjuk őket, és kivesszük a sárgájukat. Villával összetörjük, és krémesre keverjük a tejföllel, a majonézes tormával, a mustárral, és ízlés szerint megsózzuk.

Kiskanállal visszatöltjük a félbevágott tojásokba a keveréket. Friss kaporral vagy snidlinggel megszórva tálaljuk. Pirítóst vagy kétszersültet kínálhatunk mellé.

(Források: mindmegette.hu)

HUNOR HUMOR NYUSZIKA VICCEK HÚSVÉTRA

Új bolt nyílt az Erdőn.

Az állatok érdeklődéssel állnak sorban nyitás előtt a bejáratnál.

Egyre hosszabb a sor, az állatok egyre türelmetlenebbek.

Egyszer csak megérkezik Nyuszika, és el akar menni a sor mellett a bejárat felé.

A Medve idegesen elkapja a bundáját, és „Várd ki te is a sorodat!” kiáltással a sor végére hajtja.

Másnap ugyanez megismétlődik.

Amikor a harmadik napon is a Nyuszi a sor végén találja magát, megrántja a vállát, és azt mondja:

„Na, akkor ma se nyitok ki!”

A nyuszika mondja a kigyónak:

- Bocs, hogy piszkáltalak azzal, hogy nincs lábad...

- Semmi baj.

- Na, akkor kezét rá!

A jó tündér azt mondja a nyuszikának:

- Teljesítem két kívánságodat.

- Legyen inkább három! Hiszen mindig három kívánság szokott lenni!

- Rendben, legyen három. És mi a második kívánságod?

Egy nap a nyuszika bátran felüvölt a kocsmában:

- Ki akar velem verekedni?

- Hát például én! - szólal meg a medve.

Mire a nyuszika:

- Jó, medve, akkor te velem vagy!

Találós kérdések:

- Mi az előnye annak, ha szenilis vagy?

- ???

- Elrejtethet magadnak a húsvéti tojásokat.

- Hogy hívják a népszerű nyulat?

- Vastapsifüles.

- Hová viszik a beteg nyulat?

- A nyulam-bulam-ciára.

- Hogy hívják az sugárfertőzött nyulat?

- ???

- Paksifüles.

- Hogy hívják a sült nyulat?

- ???

- Tepsifüles.

Miből ered a „húsvét” magyar elnevezése?
Helyes válasz a megfejtésben!

	... HOPP GYORSAN	VEGYEL URÁN	AUTÓMÁRKA	... GIBSON: SPÉNŐZ	ANTONOV GÉPHELE	
1						G
LENDŐLET JELE		INDÁN CSÓKARE				
KAUFELL FORMA		ONÁRE AUTÓHELE				
ÉNKELMAGÁD					TÖRÉSMUTATÓ JELE	
					VELÁGTALAN	
	2	NÉVELŐ	NAGYLEMEZ, RÖVIDEN	NÉMET AUTÓHELE	VÁROSI KÖPA, RÜV	
		SASFEKE EGYIK NEVE		EREDETI SÉ	CAPEK DRÁMA	
VALÉRIA, BECÉZVE			EDZEN SÁRA			
			KÁRTYA JELES			
KÖRÖMRE		FORMA, IDOM		FENN TESTENSÉG		
		EGYIK VITAMIN		... A HANGYA		
	L T		KONALITA, RÖVIDEN		ZORRO JELE	