



# NÉPI TEJTERMÉKEK, TEJALAPÚ ÉTELEK MAGYARORSZÁGRÓL ÉS A KÁRPÁT-MEDENCÉBŐL

**Dr. Kenéz Árpád**  
(Állattenyésztési Teljesítményvizsgáló Kft., Gödöllő)

Az elmúlt időszakban két olyan cikket is olvashattak partnereink, amelyekben különleges, tejalapú ételeket, italokat mutattam be Önöknek a világ minden tájáról. Most

azonban kevésbé elterjedt vagy már rég elfeledett, kárpát-medencei vonatkozású, népi tejtermékekkel ismerkedhet meg a kedves olvasó.

## ZSENDICE (ZSENDLICE, ZSEMLICE, PUJNA, KUKERCA, KUKORCA)

Korábbi cikkeinkből is kiderült, hogy a sajt- vagy túrókészítés mellékterméke a savó még értékes termékeket szolgáltat, gondoljunk csak az ordára, a ricotta-ra vagy a brocciu-ra (albuminsajtok). Pusztán maga a savó is alkalmas emberi fogyasztásra, de a felforralt, tejjel felöntött oltós változata, a zsendice, még inkább elterjedt, hidegen és melegen egyaránt finom, sűrű, rögzös ital/ételféleség volt. A tehetősebb gazdák már nem foglalkoztak a savó, illetve a zsendice értékesítésével, így a juhászoknak adták, ezáltal a juhászok feleségei gyakran 10-20 liter zsendicével is kiballagtak a piacra. A szállítás során köcsögökben tárolták és kis bögrékkel mérték (Kálnási 2015, Varga 1993). Moldvától Kelet-Dunántúlra ismert tejtermék volt, ennek ellenére a Tiszától nyugatra már voltak olyan juhászok, ahol egyáltalán nem készítették, sőt nem is ismerték a zsendicét (<http3>). Ha a savóból mégsem zsendicét készítenek, hanem sajtot, akkor azt zsendicetúrónak is nevezik (lásd orda vagy ricotta) (<http3>). Értékes fehérje-, ásványi anyag és vitaminforrás (<http4>).



*A savó melegítésekor megjelennek a zsendicerögök (<http15>)*

## GULÁSZTA (GULÁSZTATEJ, GURÁSZTA, GUROSZTA, ZANGURA, URDA)

A főcstejből melegítéssel készült savós, édes ízű étel. Az irodalmak olvasása közben az körvonalazódott bennem, hogy a főcstej fogyasztása elsősorban inkább szakrális eredetű szokás lehetett, mintsem ínségmegoldás, ugyanis a források szerint szomszédok vagy a gyerekek között osztották szét a friss főcstejet vagy a gulásztát, hogy minél többen egyenek belőle, ezáltal is biztosítva a tehén jó tejelését. Sokszor a gulásztát evő gyerekeket is lelocsolták vele, vagy a szomszédok a kóstolót vivőt fröcskölték le tejjel, szintén a bőséges és jó tejjelérés érdekében (http5, Kálnási 2015). Kenyérrel reggelire is fogyasztották. A gulászta elnevezés csakúgy, mint a zsendice, a vlach eredetű népcsoport szókincséből került a magyarba, de a szlovákba és az ukránba is. Arisztophanész egyik művének fordításában Arany János is megemlékezik erről az ételről: „Élhetne bizony húszezer átheni polgár csupa nyúlpecsenyével, Csupa gulásztával.” (http6).



Krémszerű étel a gulászta (http16)

## SÁRGATÚRÓ (SÁRGA TÚRÓ, ÉDESTÚRÓ, SZIREC, SZIRKA, SZIRIKK)

A sárgatúróval Gödöllőn talákoztam először, azonban Borsod-Abaúj-Zemplén megyéből származó barát házaspár asztalán. Az én felmenőim (Csongrád-megye) tudtommal ilyet nem készítettek, ezért is furcsálltam azokat a sárga szeleteket a tányéron.

Egyértelműen húsvéti étel és jelenlegi hazánk területén főként Szabolcs-Szatmár-Bereg és Hajdú-Bihar megyékben készítik, de Erdélyben is jellemző. Elsősorban a görög-katolikus szokásokhoz kapcsolódik, de a fent említett területeken a római-katolikusok is készíthetik (http1, http2, Kálnási 2015).

Lehet édes, vagy akár sós is. Az édes verzióba kevés cukrot és mazsolát kevernek. Elkészítés: forrásban lévő tejhez kell hozzákeverni a gyengén felkavart tojásokat (pl. 4 liter tejhez 40 tojás), majd takaréklángon főzni, míg vízszűrűvé válik a keverék és benne túroszerűen összeáll a tejfehérje és a tojás. Ezt le kell szűrni és ruhában vagy tésztastrűrön



Sárgatúró mazsolával (http14)

csepegtetni, míg össze nem áll, meg nem keményedik a massa. Ezt követően szeletelve lehet tálalni (http2).

## TEJLEVES (TEJBELASKA)

A sárgatúróhoz hasonlóan ezen étel kapcsán is ízléseknek, szokásoknak megfelelően találkozhatunk édes és sós változattal is. E leves alapját tehát nem víz, hanem tej képezi. Általában böjti étel, nem kimondottan a kemény fizikai munkához ajánlott étel („Ja, egész nap trágyarakás meg szétterítés, a kaja meg vékony, tejleves meg főzelék, pörkölt vagy valami fogósabb, még a pirospaprikát sem ismerik, kenyér helyett meg főtt krumplics – áradt a panasz a válaszólból.”) (Ilyés 2008). Czifray István szakácskönyvében is a tejlevesek receptjei (tej-leves, tej-leves tojáshóval, tej-leves tojáshó karimával) a böjti levesek között olvashatók és kivétel nélkül cukros verziók (Czifray 1888). Gyakran gerslit (hántolt árpa), rizst, reszelt tésztát vagy laskatésztát főztek bele (Kálnási 2015). Néha őrölt paprikával is fűszerezték (Varga 1993, http7). Gyakran a tejet vízzel hígították és/vagy csak kenyéret törtek bele, és ezt is tejlevesként emlegették.



Őrölt paprikával ízesített, tejleves túróval töltött tésztaval (http17)

Hiedelmek szerint a tejbe való kenyéret nem vághatták késsel, mert akkor véres lesz a tehén teje (http8).

## POGÁCSATÚRÓ (GÖFÖLYE, POGÁCSASAJT, FÜSTÖSTÚRÓ, SZÁRAZTÚRÓ, FÜSTÖLT TÚRÓ)

A pogácsatúró lényegében a tej egy tartósítási formája. A nomadizáló vagy nomád gyökerekkel bíró népek is készítenek hasonló terméket (mongolok, kazahok). Főként hazánk jelenlegi területén, de Erdélyben is több területről ismert e tejtermék készítésének hagyománya (Őrség, palócok lakta területek, Debrecen és környéke, Kis- és Nagykunság, Hargita) (K. Kovács 1970). Az aludttejből készült túrót kicsepegtették, majd sóval (néha tört paprikával) keményre gyúrták, majd gombócokat, gúllakat formáztak belőlük, melyeket azután felfüstöltek (sárgára). Vászomba tekerve polcokra rakták. Akár egy évig is eltárolható volt ebben a formában (http9). Akár magában, szeletelve vagy reszelve, friss túróval keverve is felhasználhatták tésztákhoz, kenyérre. Finomra tört változatából friss túró,



Elkészült, felfüstölt pogácsatúró (http18)

tejföl és fűszerek hozzáadásával szerdékútúrót, házisajtot gyúrtak, akár 1-5 kg-os tömböket (K. Kovács 1970).

## BÁLMOSS

Elsősorban a juhtenyésztéshez köthető ételféleségek, készételek gyűjtőneve. Elképzelhető, hogy Erdélyből, azon belül is kalotaszegi vándoraratókkal vált ismertté hazánk mai területén is (Varga 1993). Már az első nyomtatott magyar szakácskönyvben (megjelent 1695, Misztótfalusi Kis Miklós nyomdájából) is szerepel a bálmos. Itt tűzön lágyított juhsajtot jelöl, amely alá vaját, tejszínt vagy tejet tesznek, majd a masszához kevés lisztet kevernek. Kenyérrel vagy puliszkával fogyasztják (http12, Varga 2013). Ezt bizonyos források Úrbálmosnak nevezik, míg az olvasztott, vöröshagymával ízesített juhsajtból készült ételt juhászbálmos, pakulárbálmos néven említik (Varga 1993). Harmadik étel, mit bálmosként is ismerünk, a savóban főtt kukoricadara. Ez utóbbit bálmaspujszkanak is nevezik, míg magát a savót bálmasnak, bálmosnak (http12). A negyedik bálmos inkább alapanyag, mintsem készétel. A juhsajtból forró savóval vagy forró vízzel kioldott tejszír, amit lekanalaztak és összegyűjtöttek, az így kinyert zsiradékot pedig főzéshez használták (Varga 1993). Jókai 10 kedvenc



Az abrudbányai bálmos (http19).

étele között az abrudbányai bálmos is megtalálható (http13). Magyarhon szépségei művében így emlékezik meg az ételről: „a fiatalság tánczolt csárdást, oláh tánczot, a komolyabb oláh urak nemzeti bálmost készítenek sajátkezüleg számunkra, s estefelé a legjobban illusztrált kedélylyel poroszkáltunk vissza ismét Abrudbányára.” (Magyarhon szépségei, More Patrio, Regényes kóborlások).

## TERMÉKENYÍTÉSI ADATOK ELEMZÉSE A SZAPORÍTÁS JAVÍTÁSÁÉRT

2. ÁBRA: AZ "A" MÓDSZERREL ELLENŐRZÖTT TEHENEK HAVONKÉNTI TERMÉKENYÍTÉSEINEK SZÁMA ÉS MEGOSZLÁSA A TERMÉKENYÍTÉSEK SORSZÁMA SZERINT | VIZSGÁLT IDŐSZAK: 2016. 10. 01 - 2017. 09. 30.

