

OHRID MACEDÓN FOLKEGYÜTTES
DEBRECENI EGYETEM NÉPRAJZI TANSZÉK

Macedón tudományos és kulturális közlemények

Macedón Füzetek

A szerkesztőbizottság tagjai:

ILJOVSZKI RISZTO, NIKOLOVSZKI RISZTO

Lektorok:

KEMÉNYFI RÓBERT, LJUPCSO RISZTESZKI

Olvasószerkesztő:

LISZTES MÓNIKA ÉVA

Tiszteletbeli főszerkesztő:

BARTHA ELEK

Felelős szerkesztő:

BÓLYA ANNA MÁRIA

A szerkesztőség címe: Bólya Anna Mária, Ohrid Macedón Folkegyüttes,
H-1024 Budapest, Margit krt. 99.

Telefon: +36 70 312 6825, e-mail: bolya.annamaria@macedon.hu

A folyóirat megjelenését támogatja
a Macedón Köztársaság Külügyminisztériuma és a Debreceni Egyetem

BUDAPEST
II. évfolyam 2019/1. szám

TARTALOMJEGYZÉK

Bólya Anna Mária Велигденски игри во Порече – Врски со творештвото на Косово II	3
Nikolovszki Riszto A Magyarországon élő makedónok kulturális múltja	15
Zdravkova-Dzseparoszka, Szonja Унапредување на врските помеѓу Македонија и Унгарија во културата	18
Iljovszki Riszto A makedón konyhaművészet titkai	22
Huszty Zoltán – Urbán Csilla A megváltozott Szkopje – Balkan Experience úti beszámoló	26
Bólya Anna Mária Folklórszövegek fordításai	30
KÉPMELLÉKLET	33
A SZERZŐKRŐL	36

ILJOVSZKI RISZTO

A MAKEDÓN KONYHAMŰVÉSZELET TITKAI

A népi kultúrák értékeinek megismeréséhez nagymértékben hozzátartozik konyhaművészetük széles és gazdag tárházának felfedezése is. Minden nép büszke lehet saját konyhaművészetének hagyományaira, gazdag és eredeti ételek készítésével. Ahogyan a népszokásokban, viseletekben, népdalokban, táncokban, vallási és világi ünnepeken megőrzött értékeket kutatjuk, ugyanúgy az ételkészítés évszázados hagyományát is az emberek és népek mindennapi életéről szóló gyakorlatnak kell tekintenünk.

Ezen a téren a régi hagyományokkal rendelkező makedón konyha is gazdag, annak ellenére, hogy kevésbé ismert a világon. Ha viszont Makedóniába látogatunk, és egyszer megkóstoljuk ennek a konyhának különlegesen egyedülálló és változatos ételeit, akkor kellemes benyomást szerzünk erről az ízekben és választékban gazdag konyháról.

Makedónia szerencsés földrajzi fekvése (magas hegyek és tápanyagban gazdag köves és termékeny talajjal rendelkező medencék), a viszonylag (az esztendő több mint nyolc hónapjában tartó) meleg éghajlat kiváló feltételeket biztosítanak a különböző zöldségek, gyümölcsök és fűszerek termesztéséhez. Tulajdonképpen ez szolgáltatja az alapot a sokféle és különböző hatásokat ötvöző gasztronómiához, és emiatt a makedón konyha különösen változatos. Ez a balkáni konyhaművészet a mediterrán és a török gasztronómiai hatások ötvözete. Ennek a konyhai hagyománynak az egységét megbontották az 1912-1913. évi balkáni háborúk során bekövetkezett változások, amelyek azt eredményezték, hogy a szomszédos népek (görögök, bolgárok, szerbek és legújabban az albánok) étkezési kultúrája befolyást gyakorolt a hagyományos makedón konyhaművészetre is. Ezért a mai makedón konyháról elterjedt az a vélekedés, hogy az különböző étkezési kultúrák keveréke.

Mégis a hagyományos makedón konyha megőrizte magában a nép ízlését. Ugyanakkor az éghajlat sajátos jellegét is figyelembe véve egyre gazdagabbá válik és felzárkózik a fejlettebb gasztronómiai világhoz. A makedón étkezés alapját elsősorban a zöldségek, gyümölcsök és tejtermékek sokszínű tárháza képezi. Húsból (sertés, marha, birka, baromfi, hal) és fűszerekkel gazdagon tarkított egyszerű ételek készülnek.

Ígéretéhez híven a Macedón Füzetek szerkesztősége örömmel bocsátja közre folytatólagosan a gazdagon készített makedón ételekről szóló recepteket azzal a reménnyel, hogy az olvasó közelebbről megismerkedjen ezekkel a Magyarországon kevésbé ismert ízletes ételekkel.

Tavcse-gravcse

A Makedóniába látogató turisták között nem létezik olyan vendég, aki ne lelkesedne fel a *tavcse-gravcse* kellemes és gazdag ízétől. Ezt az ételt tekintik Makedónia nemzeti ételének, amit magyar nyelvre babos serpenyős egytálételként fordíthatunk. A *tavcse-gravcse* hús- és tejtermék nélkül készül, ennek ellenére laktató. Makedónia minden vendéglátó egységében és otthoni körülmények között is készítik. A fűszerezett babnak a makedónok régóta kultikus jelentőséget tulajdonítanak, és már nevének említése is valamilyen csodálatos és varázslatos hangulatba ejti az embert. Ennek a speciális módon készült ételnek az elkészítését ajánljuk minden olvasónak, aki még nem látogatott el a térségbe.

Hozzávalók:

500 g nagyobb szemű fehér bab
5 fej vöröshagyma
1 dl étolaj
2 db zöld paprika
2 db piros paprika, vagy néhány szárított paprika
őrölt fekete bors
őrölt fűszerpaprika
só
menta
1/2 csokor felaprított petrezselyem
néhány gerezd fokhagyma

Elkészítés:

A babot megmossuk és egy éjszakára beáztatjuk. Kicseréljük a vizet, és meleg vízben 15 percig lassú tűzön forraljuk. Ügyeljünk arra, hogy a bab ne főjön szét – az a jó, ha a szemek egészben maradnak. Ezt követően leszűrjük, de nem teljesen, hogy egy kis mennyiségű víz maradjon az edényben. A vöröshagymát vékony szeletekre vágjuk és olajon megpirítjuk. Amikor megpuhult, piros őrölt fűszerpaprikát adunk hozzá, és az így elkészített babot megsózzuk és az előkészített edénybe vagy tepsibe (*tava*³) helyezzük. Kedvünk szerint adhatunk hozzá némi őrölt fekete borsot, néhány gerezd fokhagymát, felaprított petrezselymet és mentát. Ízlés szerint rakhatunk a tetejére magjuktól megtisztított zöld vagy piros, esetleg csípős paprikákat (lehet szárított is), és kedvünk szerint tehetünk rá szeletelt paradicsomot is. Kiegészíthetjük még más fűszerekkel (pl. bazsalikom, babérlevél). Végül leöntjük a megmaradt olajjal és betesszük a sütőbe. Addig sütjük, míg a teteje kicsit megpirul.

³ Tava – ovális vagy kör alakú mázas, tradicionális cseréptál. Előnye, hogy az étel melegségét órákig megőrzi

Akkor tökéletes a sült bab, amikor még puha, szaftos marad, és nem száradt ki, ugyanakkor összeértek az ízek, egyszóval a kóstolgatásnak eljött az ideje. Ha Makedóniába látogatunk a *tavcse-gravcsét* érdemes kenyérral fogyasztani és száraz borral (*Tikvesko crno vino*) leönteni.

Pasztrmalija

A makedón módra elkészített „pizza” gasztronómiai különlegességnek számít, amely nagyon ízletes specialitás. Egy pasztrmalija elegendő étel egész napra. Emiatt a makedónok nagyon kedvelik. Aki szereti a zamatos lével felöntött húsos tésztát, az ezt az ételt fogja választani. A húsos pita elsősorban Észak-Makedónia városaiban (Stip, Szveti Nikole, Velesz és Valandovo) számít közkedvelt ételnek, és több változatát ismerjük. Stip városában friss hússal, Veleszben tojással, Kratovóban pedig füstölt hússal készítik.

Ez alkalommal szerkesztőségünk a Velesz és környékén készített húsos pitát ajánlja olvasóinknak elkészítésre. Amennyiben eredeti pitát szeretnénk enni, látogassunk el Velesz városába. Ott feltétlenül fogyasszunk el egy, a városban helyi specialitásnak számító húsos pasztrmaliját. Ezt a különlegesen ízletes pasztrmaliját birkahús hozzáadásával teszik különlegessé.

Hozzávalók:

1 kg sertéshús
30 dkg birkahús (pasztrma)
sertészsír
2-3 db tojás
1 kg liszt
2 dl étolaj
kb. 4-5 dl langyos víz
1 kocka (4 dkg) friss élesztő
1 kiskanál cukor
1 evőkanál só

Elkészítés:

A birka- és sertéshúst apróra vágjuk és összekeverjük. A húst nem sózzuk meg, mert a birkahús eléggé sós. A tésztához szükséges összes hozzávalót összekeverjük és közepes keménységű tésztát dagasztunk belőle. A megkelt tésztát 6 részre osztjuk és konyharuhával lefedjük, majd 20 percig várunk és tovább kelesztjük. Az egyik részből ovális hosszúkás formát készítünk, és a széleket felfelé hajtjuk. Ez után a tésztát, elsősorban annak széleit, disznózsírral bekenjük és a tetejére szórjuk a húst.

Ugyanezt az eljárást megismételjük a tészta félretett többi részével. A pitát 230 fokon sütjük kb. 20 percig, míg megpirul. Kivesszük a sütőből, hozzáadunk 1-2 tojást és újból sütjük 5 percig. Ha sósabb pitát kívánunk készíteni, akkor kevéssel több birkahúst használunk. A kész pasztrmaliját zöld vagy piros szárított csípős paprikával, vöröshagymával díszítjük. Fogyasztása ivójoghurt vagy vörösbor mellett ajánlott.

Ajánlott irodalom

Вучичевиќ, Викторија-Димевска-Анчевска, Трајка-Дирјан, Лилјана, *Македонска национална трпеца и 150 балкански специјалитети*, Скопје, 1993.

Калеова, Драгица, *Македонска кујна*, Тетово, Просветно Дело, 2009.

Abstract

This article presents the richness of Macedonian gastronomy. It gives the exact recipe for two traditional dishes: the bean dish tavche-gravche and the pasztrmalija, known as the „Macedonian pizza”.