

SZERB ZSIGMOND

ÉLJEN AZ ÉLET!

A GASZTRONÓMIA REGÉNYE



BÉTA I R O D A L M I R T. K I A D Á S A

424438 — Athenaeum, Budapest

Felelős kiadó: Juhász Vilmos

Felelős: Kárpáti Antal igazgató



BEKÖSZÖNTŐ

Uram! Uram, Olvasó Uram, szállok az Úrhoz!

Engedd meg, hogy tegezzetek, azt hiszem, én vagyok az öregebbik. Ha elolvastad kis könyvemet és tetszett, úgy visszategezhetsz, örülni fogok neki. Ha nem tetszik írásom, úgy örök harag és magázás, mint a lányiskolákban szokták mondani.

Mielőtt azonban belefognál az olvasásba, sietek Veled közölni, hogy ne végy hozzá mély lélekzetet, nem valami nagytudományú és nagyképű szakmunka került kezeid közé. Szó sincs róla, annyit olvastam, tanultam és tapasztaltam már a gasztronómia terén való földi bolyongásaim közben, hogy ha összeszedném magamat, talán meg is tudnám írni a táplálkozás, étkezés, sőt az ínycsiklandó rendszeres történetét is. De nem írom, mert azt tartom, amit a ferney-i bölcs mondott: minden zsáner jó, kivéve az unalmasat. Azért csak úgy kapásból összeszedtem egy kötetre való érdekességet a magam és még inkább a mások memóriájából.

Igyekeztem ezeket a vázlatokat a történelem időtálló zsinórjára felfűzni, hogy szét ne hulljanak és prezentábilis alakjuk legyen.

Nem is arravaló ez a könyvecske, hogy egyfolytában olvassák. Inkább arra gondolok, hogy zord időkben, sivár napokon jól fog esni benne lapozgatni. Egy sikertelen ebéd vagy vacsora után avagy szerelmi csalódás estéjén még vigasztalást is meríthetsz belőle. De mindenesetre jó lesz arra, hogy eltérítsen a sötét benyomásoktól és levezesse gondolataidat.

Ha egyebet nem, annyit mindenesetre megtanulsz belőle, hogy a mások élete sem volt fenékgig tejfel.

Akik pedig jó hangulatban vették kezükbe írásomat és kedvüket lelték benne, azokon beteljesült a kívánságom, hogy olyan szívesen olvassák könyvemet, mint amilyen szívesen én azt megírtam.

Hogy pedig a Jóisten minket, jókedélyű embereket soká ne éltsen, arról szó sincsen. Egészségetekre kívánom az ételt, italt, az éjszakai nyugalmat és az olvasást. Még sok-sok éven át, mindaddig, amíg örömetek telik bennök.

A szerző.



B E V E Z E T É S

Ha meg akarjuk érteni a jelent, ha a jövőbe szeretnénk belepillantania mindig a múltba kell érte visszatekintenünk.

Csakis a fejlődő emberiség táplálkozásának megismerése révén érthetjük meg a Ma emberének életszükségeit és azon irányokat és célokat, amelyek felé az emberi nemnek biológiai haladása vezet.

Amikor az ember — valamikor réges-régen — a természetben, vagy mondjuk helyesebben: a földön megjelent, elejétől fogva két hatalmas ösztön vezette az élet útjain. Minden kultúra-igyekezete oda irányult, hogy e két, még az állatvilágból átvett ösztön helyes, *emberhez méltó* irányba terelődjék, róla az állati vonások — a természetadta határok közt — lecsiszolódjának, lefaragtassanak. De a két hatalmas ösztön uralma megmaradt és meg is fog maradni mindenha, mert az örökkévaló természet azt így rendelte és

annak megváltoztatása minden emberi hatalmon túl van.

E két ösztön: a táplálkozás és a fajfenntartás. Közvetlen rugóik az éhség és a szerelem.

Csodálatos, hogy az utóbbival a tudomány aránytalanul többet foglalkozott, mint az előbbivel. Igaz, hogy itt nemcsak a szűkebb értelemben vett tudáskeresésre, tudományos kutatásra gondolunk, hanem a költők és írók reális természet-tudományi alapon mozgó *szellemi* megnyilvánulásaira, melyek a virágnak színét és illatát dicsőíthetik ugyan, de élettartamát meghosszabbítani nem tudják.

Pedig ha a természetbúvár tárgyilagos szemzőgéből nézzük az emberi életet, a táplálkozás mégis csak a legelsődlegesebb szükséglete az emberi, sőt az állati szervezetnek is.

Utóbbi révén szemünkbe ötlük a tudomány fejlődésének egy másik hiányossága is. Az ember táplálkozásával, annak élettani, egészségügyi, társadalomtudományi, sőt politikai fontosságával komolyan még csak az utolsó század kezd foglalkozni. De ez a haladás is csak egyes tudományos intézetek mellékajtasaként látott napvilágot. Egyes tudósok elég rosszul dotált és főleg tanítási célokra szolgáló intézeteikben mellékesen tudták csak magukat a táplálkozástán óriási anyagából egy-egy részletkérdés felderítésének szentelni.

De hol maradnak ezek a laboratóriumok a dúsan ellátott és fényesen felszerelt mezőgazda-

sági intézetek mögött, amelyek világszerte az állatok, elsősorban a háziállatok táplálkozás-tanával és takarmányoztatásával foglalkoznak.

Hol maradnak a mi szerény kis emberkísérleteink a rendszeresen üzött és máris fényes gyakorlati eredményeket is felmutató tömeges állatetelési kísérletek mögött?

Nem nehéz e kirívó ellentét magyarázatát megtalálnunk. A mögöttünk levő utolsó évszázad, amelybe tudományunk fejlődésének java esik, annyira a gyakorlatiasság jegyében folyt le és a fejlődés oly rohamos volt, hogy nem vehetjük néki rossz néven a rövidlátóságot, amellyel csak a ma és holnap elérhető hasznot látta meg és nem kereste a jövőben elérhető, amely egészen más perspektívákat nyújt.

Végigtekintve a táplálkozás történetén, az alapigazságok egész sorával fogunk találkozni, amelyek az emberi művelődés pilléreivé váltak: az ember azzá lesz, amit eszik, monda Paracelsus és igaza volt.; Foszfor nélkül nincs gondolat, monda Moleschott és neki is igaza volt. Aki egy hadsereget akar felépíteni, monda Nagy Frigyes, annak a gyomron kell kezdenie. Minden időkből azok a népek produkálták a vezető szellemeket, amelyek a legnagyobb fejérnyefogyasztók voltak, stb. stb.

Ne engedjünk fantáziánknak szabad folyást, bár fantázia nélkül a tudományban sincs haladás, de azt képzeljük, hogy ha a táplálkozást ki

tudjuk fejleszteni és annak szociológiai vonatkozásainak a gyakorlatban is képesek vagyunk érvényt szerezni, úgy az emberiség fejlődésének szolgálatában eredményes munkát végeztünk, mely fajunk létét megjavítja, helyzetét a világban megerősíti.





A FÖLD ÉS A TÁPSZEREK KELETKEZÉSE.

Folyékony tűzében izzó fénygolyó száguld saját tengelye körül forogva az idők végtelenségében a világűrön keresztül. Évek millióin át szórja sugarait maga körül a határtalanságba. Míg idővel lassan-lassan megkezdődik fokozatos lehülése, felszíne besűrűsödik, megszilárdul, a földgolyót az őskőzet kérge vonja be. A még mindig izzásban levő központi magból feltörnek még forró gázok, amelyek átszakítják magukat a mind szélesebb rétegekben szilárduló, de még mindig forró kötömegeken, hogy ott kráterek alakjában tegyenek tanúságot a föld szívében egyre lobogó tűzről.

Amint a kőréteg lehülése tovább haladt, idővel megérkezett a földre az első eső. Ismét beletelik néhány millió esztendő, míg az esővíz már nem párolog el nyomban, hanem megül a

mélyebb helyeken. Előbb forró vízü krátertavak, utóbb szilárd talajú tócsák és tavak keletkeznek, amelyekben már megindul a szerves élet leg-alacsonyabbrendű moszatok alakjában.

Egyidejűleg rohamosan halad a föld szervetlen részének átalakulása is. A külső kéreg lehülése tovább tart, zsugorodni kezd, ráncok képződnek rajta, a hasadékokban megáll a víz, majd elindul mélyebb területek felé, folyók és patakok születnek meg. A nagy víztömegek valamennyien a tengerek felé igyekeznek. Ott rakják le az ősközeteknek magukkal hozott, általuk kimosott porát, ott halmozzák fel az egyik iszapréteget a másik fölé.

Ezen iszaprétegek a tengerek fenekét mindjobban beborították, ürét kitöltötték, a víz szintjét emelték. Idővel azonban vegyi és fizikai tényezők behatása alatt az iszap ismét megszilárdult és amint megkövesedett, rétegei közé szorítva örök időkre megőrizte a maga korszaka szerves életének emlékeit, állati és növényi maradványait. Ezek az u. n. fossziliák, sorvezetőink az őskor krónikájának lapozása közben.

A tengerek vándorlása és a tengerfenék emelkedése révén egyre több olyan szikla és hegység vált számunkra hozzáférhetővé, melyek földünk szerves múltjának legrégebb fejezeteit tárták fel előttünk. Sőt, a megkövesedett állatok és növények korát is meg tudjuk határozni az őket magukba záró kőrétegek és talaj minémúségéből.

A stratigraphia nagy képeskönyvében lapozgatva nyomon követhetjük a szerves élet teljes fejlődését a legrimitivebb algáktól az ezidő-szerint legkomplikáltabb lényig, az emberig.

* *

Sajnos, a kőbe vésett krónika az állati és növényi testnek csak szilárd részeit őrizte meg, a lágy részek nem voltak az iszapban és kőben konzerválhatók.

Mennyivel könnyebb volna a helyzetünk, ha most, amikor az ősemlék táplálkozásáról készülünk véleményt mondani, ősemléknek nemcsak csontjai, hanem tápcsatornája is szemünk előtt volna. Mert egészen kétségtelen, hogy az ember emésztőszervei is óriási átalakuláson mentek át az évezredek és évmilliók folyamán. Hiszen ez az átalakulási folyamat, melynek legfőbb indító rugója az alkalmazkodás, még ma sem állott meg. Hogy csak egy kézzelfogható példát említsünk, gondoljunk az állandóan növényi koszton élő népek bélhuzamára, amely néhány méterrel hosszabb a vegyes koszton élőkénél, hogy ezáltal nagyobb felszívódási felületet tudjon nyújtani az erre rászoruló növényi tápszereknek.

De ha a zsigereket nem is demonstrálja nekünk a kövek krónikája, más irányokban felbecsülhetetlen értékű adatokat tartogat számunkra.

Nincs még száz éve sem, hogy az első őskori koponyák birtokába jutottunk, ma már közel száz van belőlük a különböző múzeumokban. Minket e leletekben főleg a fogak érdekelnek, mert ezek alkata utal arra, hogy mikkel táplálkozott legrégebbi ősünk.

A meglehetősen éles, vita, mely az ősemberi fogazat körül dúlt, ma már elült. A régi Cuvier-féle felfogást, melyet Darwin is magáénak vallott, már Virchow megdöntötte. Az ősember nem volt vegetáriánus, hanem omnivora, mindent evő. Ebben rejlett egyik erőssége is, életképességének, életrevalóságának ez volt egyik titka.

Persze, ha hideg fővel, logikusan gondolkodunk, csak úgy képzelhetjük el a dolgok menetét, hogy az ősember az ő legősibb formájában, amikor még alig távolodott el az emberszerű majmoktól, csak úgy kosztolhatott, mint az ő közvetlen elődei, a majmok. Gyümölcsön, magvakon, gyökereken és leveleken élt, de talán annak örült legjobban, ha néha egy-egy madártojásra akadt és azt kiszürcsölhette. Csak utóbbiban ütött el a mi szigorú nyerskosztosainktól, kik még a tojást is tiltják.

De jöttek zord idők, amikor a beraktározott magvak már nem nyújtottak elég táplálékot. Hiszen az ősemberiségnek négy jégkorszakot is végig kellett szenvednie. Lehet, hogy ezen mostoha időkben kapott rá ősünk a húsevésre, rovarokat, hüllőket, majd kisebb gerinces állatokat

fogyasztott, utóbb azután testi ügyességének és szerszámainak fokozatos fejlődésével halakat és nagyobb emlősállatokat is felhasznált táplálkozási céljaira. Hogy még embertársait sem vetette meg, annak megdönthetetlen bizonyítékait szolgáltatja a krapinai lelet, ahol a kemence elszenesedett csontmaradványai közt női és gyermekcsontok is felismerhetők.

De ha kemencéről szólunk, úgy elérkeztünk ahhoz a ponthoz, mely ősemberünk táplálkozásában a legfontosabb forduló pontot jelenti: a tűz bevonul a konyhába, a nyerskosztot felváltja az elkészített étel uralma.

Hogy miként jutott az ember a tűz birtokába, arról minden időnek és minden népnek megvan a maga legendája. Szépek, de mégis csak legendák. Talán az a legvalószínűbb, hogy valamely erdőtűz alkalmával odasült vagy megpörkölődött vadhús megízlelése révén jött rá az ősember a sütés előnyeire. Lehet az is, hogy amint barlangjában ülve leste a zivatar végét, villámsújtotta madár hullott elébe. Íme a sültgalamb ősi formája.

Mindez azonban csak feltevés, bár mindenestre van bennük annyi valószínűség, mint Prometheus mítoszában.

Sokkal több pozitívummal szolgálhatunk azonban a tűz készítése, előállításának legrégebb módjai irányában.

Ígaz, hogy a fejlődés legprimitívebb fokán

megállott, u. n. természetes népeknél még ma is találkozunk a száraz fadarabok egymáshoz való dörzsölésének módszerével, de számos lelet mégis amellettszól, hogy a tűz csiholásának legrégibb módja abban állott, hogy kemény köveket ütöttek egymáshoz és a kipattanó szikrát valamely gyúlékony anyagon felfogták. Skandináviában számos leletre akadtak, ahol pyrit (kénkovand) és kvarc együttes jelenléte a tűz előállításának legrégibb módjára utal. Talán igaza van Mucknak, ki azt vallja, hogy az ember kőszerszámainak készítése alkalmával jött rá a tűzre. A cölöpépítmények embere már két tűzkövet ütött egymáshoz és a szikrát taplón fogta fel. Az eszkimó tapló helyett a fűzfa szőrös magvait használja. Szicíliában még most is járja a jeneszter, Cytisus, (Pfriemenkraut) nevű növény, melyet külön e célra termelnek.

A nem könnyen szerzett tüzet őrizni is kellett. Ez már a nő munkakörébe tartozott. A férfi a táplálék után járt, néha messzire elkóborolt hazulról, hogy vadat ejtsen el, halat fogjon. Íme a két legősibb foglalkozás eredete, a vadászat és halászaté.

A hazahozott húsból jutott az asszonynak is, aki elkészítette. Persze ez az elkészítés eleinte csak abból állott, hogy az emészthetetlen részeket szőröket, bőroket, pikkelyeket eltávolította kezei, körmei, éles csont-, kő- és fadarabok segélyével. De a nő szedte össze az „otthon” körül vadon

termő, később már termelt ehető füveket, leveleket, magvakat és bogyókat is. Túlnyomóan ezekből élt is. Így vált a férfi, mondja Somló Bódog, túlnyomóan húsevővé, a nő növényevővé. A táplálék különböző volta hozta magával a két nem testalkatának fokozatosan haladó, mind kifejezettebb különbözőségét. Az erősebben táplálkozó férfi mind izmosabbá vált. A nőnek alá kellett magát vetnie az erősebb nemnek. Íme a „gyenge nem” eredete.





AZ ŐSEMBER TÁPLÁLKOZÁSA

Szükség és kényszerűség vezették az ősemberet tápláléka összeállításában. Amikor pedig szükség és kényszerűség nehezedik a mai kor emberére, ő is csak visszatér az ősi koszthoz. A világháború folyamán és kapcsán ősrégi táplálkozási szekták vad fanatizmussal kaptak új életre. Ősapáink nyerskosztját lelkes apostolok az emberiség megváltó igéje gyanánt hirdették. A legrövidebb táplálkozási módra való visszanyúlást a természethez való bűnbánatos visszaterés mázával vonták be. Mindenféle zavaros etikai és humanisztikus elgondolás színes sallangjával díszítették fel és azt akarták az emberiséggel elhitetni, mert ők — néhány világcsalótól eltekintve — maguk is hittek benne, hogy megtalálták a minden emberi bajok ellenszerét, a mindenkit boldogító nyerskosztot. Mintha az ősember olyan nagyon boldog lett volna vele? Ha igen, úgy miért kellett volna kínlódnia, míg a tűzre és az ételnek tűzön való elkészítési módjára rájött?

Ha már az ősrégi, de mostanában fejét oly gyakran felütő táplálkozási móddal az élettan megvilágításában közelebből akarunk megismerkedni, úgy hozzunk előbb tisztába néhány sarkalatos pontot.

Kezdjük azon, hogy a köztudat a nyerskosztot és a vegetár diétát többnyire egy kalap alá fogja. Ami pedig elvi tévedésen alapszik. Ha én ebédre kaviárt, osztrigát, wesztfáli sonkát, meg vajat, vacsorára pedig heringet, néhány nyers tojást, végül egy darab sajtot fogyasztok el, kifogástalan nyerskosztos vagyok. De nem vagyok vegetáriánus még akkor sem, ha a fentiekén kívül csupa gyümölcs és főzeléken élek és ezeket is nyersen kebelezem be. Azért az, amit ma a tömeg nyerskosztnak nevez, fogalomzavaron alapszik, mert tulajdonképen a legszigorúbb fajta vegetarizmust kell alatta érteni és azért ezzel együtt kell vele foglalkoznunk.

Kezdjük pedig azon, hogy a tulajdonképeni nyerskoszt mint állandó táplálkozási mód ellen nem kell elvi kifogást emelnünk. Keretein belül kétségenkívül könnyű a tápanyagok (fehérje, szénhidrát, zsír, víz, ásványi sók és vitaminok) oly mennyiségét a szervezetbe állandóan belevinni, amely erőnk fentartására, sőt, teljes munkakifejtésünkre is elegendő. Más kérdés azonban az, hogy okos dolog-e magunkat az ételnek tűzön való elkészítésének előnyeitől megfosztanunk? Nemcsak a kórokozó csíráktól való

mentesítésre és a könnyebb emészthetőségre gondolunk, hanem az elkészítés révén elérhető konyhai előnyökre is. Hiszen a konyhai mester-ségek már évezredek óta egyre fejlődnek és a kultúra legbiztosabb fokmérőivé váltak. Hogy pedig az az étel, amely szemünket, orrunkat és szánkat csiklandozza, jobban emészthető is, mint az, amelyik csak — eledel, azt már Pavlov klasz-szikus kutyakísérletei előtt is tudtuk mi is, ősapáink is.

Ha tehát a mai nyerskosztolás tulajdon-képen nem más, mint a vegetárizmus egy szigorú fajtája, úgy ismétlődések elkerülése céljából legjobb, ha egyenest erre térünk rá.





VEGETARIZMUS

A vegetárizmus, az emberi táplálkozás ezen legegyszerűbb alakja mélyen gyökerezik a népek valláserkölcsei felfogásában. Mert míg az őseink, ki nem ismert sem vallást, sem erkölcsöt, csak a szükségtől űzve, de talán ösztöneitől is hajtva tért le róla, az etikai fejlődés nyomán minduntalan jelentkezik a növényi táplálkozás felé való visszakanyarodás hajlama. A vegetárizmus vörös fonálként húzódik végig az emberiség történelmében. A régieket vallásuk, hitük és erkölcsi felfogásuk vezette oda, ahová a mai embert tudományos meggyőződése vezeti vissza. Pythagorastól napjainkig könyvtárakat írtak össze a vegetárizmus mellett és ellene, hihetetlen energiákat pazaroltak egy oly kérdés megoldására, melyet a természet rég eldöntött. Pedig aki nem érti meg a természet szavát avagy akinek esze túl akar járni a természetben, annak jobb hallgatnia és letennie a tollat, mert sohasem lesz igaza.

Pythagoras nagyon okos ember volt, ő nem is vette kezébe a tollat, illetve a palavesszőt, nem maradt ránk egy sor írása sem. Mindaz, amit tanítványai szájába adnak, épen csak száj-hagyomány. Azt mondják, hogy a számoszi bölcs, aki a legegyszerűbb növényi koszton élt, irtózott minden hústól, mert az állatot nem szabad leölni. Az istenek tiltják a gyilkosságot. Meg azután nem lehet tudni, nem valamelyik elődünk lelke lakozik-e az állatban, amelyet megenni készülünk. Nemes, humanisztikus és etikus elvek. De hogyan fér össze ezzel a felfogással a tény, hogy mikor rájött híres tantételére, mely azóta már sok diáknak okozott rossz órákat, örömeiben az állatok hekatombáit áldozta fel az isteneknek. Jól mondja a csípős Börne, hogy azóta, valahányszor egy nagy igazság kiderül, reszketnek a marhák.

Akárhogy vélekedünk is a vegetárizmus lényegéről, egyet el kell ismernünk. Minden időközön keresztül és minden torzítások dacára, amelyek ellenesei, de még inkább hívei részéről érték, sohasem hagyta el erkölcsi alap gondolatát. Ezen alapzat köveit hordták össze a hívők, köztük a régi nagy vallásalapítók Brahma és Zarathustra, a görög világ mélyiséges bölcselői Pythagoras és Diogénestől Sokratesig, a klaszszikus Róma legvilágosabb elméi Ovidiustól Senecáig. Ennek fogadnak örök hűséget és tartják becsülettel fogadalmukat a kereszténység

legszigorúbb szerzetesrendjei és ide térnek meg a szabadgondolkodó Rousseau és a múlt századnak talán legradikálisabb elméje, Tolsztoj.

Ha a mi korunk vegetáriánus mozgalmait közelebbről elemezzük, érdekes megfigyeléseket tehetünk. A vezetők többnyire nem mindennapi tehetségű, de gondolatviláguk egyoldalú fejlettsége, excentricitásra hajló, túlradó temperamentumuk révén szélsőségekre hajlamos, hol erőszakos, hol lágy szentimentalításra diszponált egyéniségek. Életfelfogásuk a tömeg számára szimbólumnak alkalmas ugyan, de a reális következetesség, az életvezetéshez szükséges tárgyilagosság teljesen hiányzik belőlük. Klaszikus példák erre Byron és barátja, Shelley. Istenáldotta tehetségű költők, de embergyűlölő pesszimisták, akik az ő világuk elől menekültükben a vegetarizmus jelszava alatt gyülekező természetimádók, az életet leegyszerűsítő szektáriusok táborába vetették bele magukat.

A szektarizmus volt mindig a vegetarizmus legnagyobb veszedelme. A mozgalom vezetői sosem elégedtek meg azzal, hogy tanaikból egy, az emberiségre hasznos, a tömegek számára is hozzáférhető, gyakorlatilag könnyen keresztülvihető, egészséges táplálkozási módnak vessék meg alapját. Nem, ez nekik sosem volt elég, mert mindig arra törekedtek, hogy a szolid élet-tani, de mindenesetre anyagi alapot elhagyva, a vegetár életmódot mint valami erkölcsi emel-

kedettséget állítsák oda, melynek Jákob-lajtorján, a követőkől hívők válnak, kik a legmagasabb lelki szférák mennyeibe eljutni hivatottak.

Ezt pedig mégsem lehet elfogadni. Ehhez a zöldséggel és gyümölcssel beérő, leegyszerűsített életmód mégis csak kevés és ebbe bukna bele az u. n. kultúrországokban újból és újból felmerülő mozgalmak és ezért tartja magát évezredek óta a vegetarizmus a keleti népeknél, kik ilyen túltengő lelki ambíciók hiúságától mentesen élik le a maguk rendes, egyszerű növényevő életét jó egészségben, erőben és csendes megelégedettségben.

Mert az emberiségnek körülbelül fele még ma is vegetáriánus. De nem szektárius.

Évezredek óta, amióta csak létezik az ország, mely a világ egyik legrégebb kultúráját képviseli, él Japán népe jóformán kizárólag növényi koszton. Legfeljebb a partvidék lakossága az, amely a halak húsával teszi táplálkozását változatosabbá. Az ország belsejében élő tömegek kizárólag rizsen, főzelék és gyümölcsön élnek. Japán szellemi és anyagi téren való állandó előretörése, napjainkban is szembetűnő politikai és gazdasági téren egyaránt rohamos emelkedése már egymagában is eldönti a kérdést, vajjon a kizárólagos növényi táplálkozás mellett képes-e egy nép fejlődésre. Igaz, hogy az utolsó évtizedekben, épen az európai elemekkel való intenzívebb érintkezés kapcsán, a vezető körök táplálkozása

kezd európai jelleget magára öltetni. De mit jelentenek ezek a kozmopolitizmusra hajló osztályok a nép óriási rétegeihez képest, amelyek az ősi táplálkozási mód hagyományait híven követik. Hogy pedig ez a rizkoszt tud-e erőt, ügyességet, kitartást és szaporaságot magából kitermelni, arra épen napjainkban fényesen megfeleltek. Akár az oroszok elleni háború japán győzelmeire, akár a nemzetközi sportünnepélyeken aratott csodálatos sikereikre, akár az ipar és kereskedelem terén elért, ránk európai népekre oly veszedelmes üzleti eredményeikre gondolunk, be kell vallanunk, hogy e növényevő nép ma már minden téren oly előnyökre tett szert, amelyek nemcsak politikusainkat és közgazdászainkat, hanem természetbúvárainkat is kell hogy megdöbbentsék.

Ha pedig akár a japáninál is régibb kultúrájú Kína, akár a még mindig rejtelmes India avagy a sötét maláj népek életviszonyait tanulmányozzuk, úgy a táplálkozástan újabb és újabb csodáival kerülünk szembe.

De e csodák csak látszólagosan azok. Mert az a tudomány, mely nem engedi magát egyes elfogultaktól félrevezettetni, véglegesen eldöntötte a kérdést: kizárólagosan növényi koszt is meg tud élni az ember, sőt meg is erősödhet és a legnagyobb testi és szellemi munka kifejtésére is képessé válhat Mert megtalálja a növényi eredetű tápszerekben mindazokat a tápanyagokat,

amelyekre szervezete fenntartásához, meleg termeléséhez és munka kifejtéséhez szüksége van.

A vegetarizmus legadázabb ellenségei sem vitatták, hogy a növényi eledelben nincs elég szénhidrát. Hogyne volna, mikor a lisztet, a cukrot épen a növényvilág szolgáltatja. A zsírokat pedig szintén megkaphatjuk, elsősorban a növényi olajok alakjában. A vitaminoknak meg épen a hazája a növény teste. Csak épen a fejérnyekérdés volt az, melybe az antivegetárók évtizedeken át bele tudtak kapaszkodni. Váltig azt állították, hogy a növények nyújtotta fejrnyje sem minőségileg, sem mennyiségileg nem képes az emberi szervezet szükségletét kielégíteni.

Ami már most a fejrnyje mennyiségbeli igényét illeti, azt alaposan kikezdte a világháború, ez az eddig elképzelhetetlenül hatalmas tömegkísérlet. Bebizonyult, hogy az eddiginél aránytalanul kisebb fejrnyeadagokkal is be tudjuk érni. Egyes tudósok tanítványaik és a maguk testén bizonyították be, hogy a fejrnyeminimum alsó határai az eddiginél 50, sőt 60 és 70 százalékkal lejjebb szállíthatók a szervezet komoly megkárosodása nélkül.

De ha a napi fejrnyeadagot fokozni akarjuk és ha nincs is kedvünk Mandzsuoország legnagyobb kincséhez, a 33 % albumennel kérkedő szójababhoz fordulni, rendelkezésünkre állanak a hüvelyesek, köztük a fejrnyében leggazdagabb lencse és a dió, meg a mandola. Gyakorlatilag

pedig mindezeknél fontosabb a búzakenyér. Kenyéren és dión meg lehet élni. Sokkal inkább mint például kizárólagos húskoszt, melybe rövidesen belepusztul az ember.

Legyen szabad itt közbeszúrunk egy legeslegújabb megfigyelést. Stephenson, az Amerikai Földrajzi Társaság északisarki expedíciójának vezetője azt állítja, hogy olyan eszkimótörzsekre akadt, amelyek évszámra kizárólag húson és faggyún élnek, szénhidrátokat és növényi táplálékot nem is ösmernek és ezen egyoldalú koszt mellett egészen jól megvannak

Az ilyen jelentéseket, még ha ilyen tekintélyes helyről hangzanak is el, kellő rezerváltsággal kell fogadnunk. Már csak azért is, mert az eszkimók ma is a legrövidebb élettartamú néptörzsek közé tartoznak.

Ami azt a szintén sokat vitatott kérdést illeti, hogy tényleg csak a húsfehérje volna az az elsőosztályú, teljesértékű albumen, amelyre szükségünk van, már évezredek óta megadta erre a választ maga az élet, mely a Kelet népeinek milliárdjait termelte ki magából, teljes életképességű tömegeket, amelyek kizárólag növényi fehérnyéből fedezték ezirányú szükségleteiket. Ezzel szemben az élet mögött ezúttal igazán elmaradt tudomány jóformán még csak az utolsó évtizedekben jött rá, hogy az emberi szervezet, ez a csodás szerkezet a növényi fehérnyét épp oly teljesen tudja a maga céljaira értékesíteni, mint

az állatit. Épen csak hogy a feldolgozó műhely más, mint amannál, de az eredmény így is abszolút megfelelő.

Mielőtt azonban a növényi táplálkozás kritikájában tovább mennénk, le kell szegeznünk, hogy kétféle vegetárizmust kell elismernünk. Az egyik a szigorú rendszer. Követői nemcsak hogy kerülnek az élő vagy leölt állat testével való táplálkozást, hanem tartózkodnak minden állati eredetű tápszertől, tojás, tej, vaj és egyéb tejtermékektől is. Ellenben az enyhébb vegetáriánusok csak az állat húsát, zsíráját kerülnek, produktumait azonban megengedik maguknak, tejet, tojást, vaját, sajtot, stb. rendszeresen fogyasztanak. Tulajdonképpen csak az első rendszer tekinthető igazi vegetárizmusnak. Az utóbbira inkább illik az ovo-lakto-vegetábilis koszt elnevezése. Tiszta sor, hogy a két irányzat nagyon különböző megítélés alá esik, mert például az utóbbival szemben a fejrnyve vesszőparipáján lovagló ádá az orthodoxok aggályai is maguktól összeroppannak.

A szigorú vegetárok között is a leg-szigorúbbak a nyerskosztosok, kik a tűzben és a főzésben látják minden emberi degeneráltság, testi és lelki leromlottság végokát. Egyáltalán nem szándékozunk velük vitába bocsátkozni, mert gondolatvilágaink nem egy térben mozognak. Fegyvereink sincsenek ugyanazon fémből kovácsolva. De mégis szükséges, hogy ezzel a táp-

lálkozási móddal részletesebben is foglalkozunk, mert napjainkban, mikor nagy örömmel látjuk a diétának, az orvostudomány egyik legrégebbi gyógyszerközének diadalmas újjászületését, épen a nyerskoszt az, mely egyik legértékesebb gyógymódunkká küzdötte fel magát. Vese- és szívbajosaink ezreinek áldása kíséri útján.

Mindazok a hiányosságok, amelyeket a tápszervegység a nyerskosztól zokon vesz, teszik azt értékessé a diétetikus szemében. Fejérnyeszegénysége és sótalansága avatják elsőrangú gyógytényezőkké. Hogy az úgynevezett purinanyagok, melyek a beteg szervezetre igen károsak tudnak lenni, többnyire teljesen hiányzanak, ellenben a vitaminok csorbítatlanul vannak képviselve, még fokozzák a gyógyítás körüli értéküket.

De nem szabad elhallgatnunk a nyerskosztal szemben táplált aggályainkat sem. Igaz, hogy ezek nem annyira a diétás kezelés, mint inkább csak a tömegek táplálása szempontjából bírnak gyakorlati fontossággal.

A higienikus szemszögéből nézve a nyerskoszt épen nem mondható kifogástalannak. Mily gyakran válik a nem hámozható, apróbb fajta gyümölcs, a saláta, káposztaféle súlyos fertőző betegségek terjesztőjévé. Az egyszerű nyári bélhuruttól a vérhasig, tífusz és koleráig mily sokféle infekció kútforrását képezheti. Azért teljesen indokolt a nyerskoszt propagálóinak követelménye, hogy csak teljesen friss és kifogástalan

eredetű nyersanyagot szabad forgalomba hozni. Gyakorlatilag azonban ez még mindig csak — *pium desiderium*.

Az is bizonyos, hogy a nyerskoszt aránytalanul nagy igényekkel lép fel az emésztési szervekkel szemben. Hiába, vajmi kevesen vagyunk, kik ősapáink nagyszerű gyomrát, belét örököltük. Hisz látjuk is napról napra, amikor valamelyikünk önszántából vagy orvosi rendeltetire át akar térni a nyerskosztra, mily zavarokkal jár az, főleg eleinte. De mily gyakran fordul elő az is, hogy egyáltalán keresztülvihetetlennek bizonyul és a kísérletet abba kell hagyni. Gyógyszempontbói ez azonban nem fontos, mert az orvos csak jó gyomrú betegeinek rendeli el a nyerskosztot és a megfelelő óvatossági rendszabályokat mindig szem előtt tartva, semmit sem kockáztat.

Épen úgy mellékes a diétás kúra szempontjából az is, hogy a nyerskoszt tápértékben szegény. Hiszen épen azon betegeink kapják, akiket nem is akarunk erősen táplálni és akiknek életmódja sem kívánja meg a teljes tápértékeket. Ami pedig a tömegek nyerskoszttal való táplálásának élettani elégtelenségét illeti, azon a már említett módokon, ha nem is mindig könnyűszerrel, de mégis csak lehet segíteni. Ott, ahol van komoly nyerskosztirányzat, gondoskodnak arról is, hogy az év minden szakában és hozzáférhető áron álljon megfelelő nyers tápszerkészlet a fogyasztók rendelkezésére.



KARNIVORIZMUS

Megfelelő részletességgel és kellő türelemmel mentünk végig a vegetáriánusok táborának hadállásain. Megismertük mentalitásukat és megértő kritikával mérlegeltük életfelfogásuk erkölcsi és tárgyi indokolását. Nyugodt lélekkel folytathatjuk tehát utunkat, mely most a másik táborba, a húsevők közé vezet bennünket.

Az első meglepetés, mely minket itt ér, a csend, a nyugalom, a magától értetődő igazságoknak egyszerű, etikai és humanisztikus sallangoktól mentes feltárása.

Mert ahogy a táplálkozás általában magától értetődő dolog, úgy a húsevés is az. Természetes, hogy eszünk és az is természetes, hogy húst is eszünk. Humanizmus? Állatot ölni nem szabad? Hát a növényt szabad? Hisz a növény is az Isten teremtménye, az is élőlény, mely lélegzik és táplálkozik, sőt érez is. Nemcsak tápcsatornája, de még idegei is vannak. Idegingervezetésének sebességét már meg is tudjuk mérni.

Életet, sőt generációk életét oltjuk ki, amikor a növényt a földből kitépjük, hogy meg-együk. Ha vegetárek gondolatmenetét következe-tesen végig akarjuk vezetni az életen, tulajdon-képen csak lehullott gyümölcsrel szabadna táp-lálkozni vagy talán még azzal sem, hisz mag-vából új fáska sarjadzhatna ki.

De ne kövessük ezt a gondolatmenetet. A mélyében meghúzódó beteges túlérzékenységet könnyű volna ad absurdum vezetni. Maradjunk meg természetes ösztöneink biztos talaján, mely már az ősembert a húskoszt felé vitte. Mert nem igaz, hogy a kényszerűség volt az egyetlen tényező, mely arra terelte. Nem, emberi ösztönei, az emberré válás tudatalatti megérzése, emberi mivolta fölényének megérzése, testi ügyességének, szellemi felülemelkedésének tudata vezette őt a hústáplálkozás felé.

Mert ez volt az ő természetes rendeltetése mint azt fogazata is bizonyítja. Nézzük csak meg annak a 200.000 éves koponyának, melyet neanderthali néven a berlini múzeum őriz, bámulatosan konzervált fogsorát a húsevő állatot jellemző erős szemfogaival. És hiába mondják a vegetáriánusok, hogy a fogazat alakult át és alkalmazkodott a táplálkozási módhoz. Vannak vidékek, hol növényevő kérődző állatokat a viszonyok kényszerűsége folytán évszázadokon át hússal, illetve hallal kellett táplálni. Sosem hallottuk, hogy ezeknek fogazata az átalakulás

legkisebb jelét is mutatta volna. Amióta Újzeelandban 1815-ben meghonosították a juhtenyésztést, az ottani keapagájok csapatostul rávetik magukat a hóban rekedt juhokra és kitépik húsukat, holott azelőtt gyümölcsből, magvakból és legfeljebb rovarokból éltek. Ugyanígy váltak ragadozókká Afrika bizonyos madarai is, amióta a marhavész fellépése révén könnyű szerrel juthatnak marhahúshoz. De egy adat sincs arról, hogy ezen madarak rágószerkezetei a kosztváltoztatás révén mutatnának valamelyes átalakulást.

De húsevésre predesztinált állat az ember ma is. Ahol csak lehet és amikor csak lehet, igyekszik húshoz jutni vagy meglevő húsadagját fokozni. Az ember uralkodásra hivatott lény és ez megnyilvánul az emberek politikai egyesülésében, a népek életében is. Amely nép uralomra jut, húsfogyasztása egyre fokozódik. Ha pedig átmenetileg kénytelen adagjait csökkenteni, úgy viszonyai jobbrafordultával az első, amin javítani igyekszik, táplálkozási módja s ebben ismét a hús jár elől. Amióta csak létezik tudományosan megalapozott statisztika, minden adat emellett bizonyít. Főleg rohamosan nyilvánult meg ez a tendencia az utolsó évszázadban, íme csak egy példa: Szászországban 1835-ben minden lakosra évenként 15 kg húsfogyasztás esett. 1865-ben már 25 kg, 1885-ben 35, 1905-ben 45, mostanában pedig 51 kg-ra emelkedett az

évi húsmennyiség. Ezzel szemben az angol 59, az északamerikai 64, az argentinai 155 kg húst eszik évente! A napi fogyasztás átlaga az Egyesült Államokban 149, Angliában 130, Németország és Franciaországban egyaránt 92, Olaszországban csak 29, Japán és Kínában pedig csupán 15 gramm. Berlin lakosságára 1931-ben fejenként 71 kg hús esett évente. Budapest húsfogyasztása a millenium gazdaságilag is ragyogó évében érte el az utolsó félszázad maximumát, a fejenkénti 61 kg-ot, azóta némi ingadozásokkal, de sajnos egyre csökken.

Ez a néhány számadat is arra vall, hogy épen azok a népek, amelyek világalomra törekcsenek, kifejezetten húsevők. De meg kell adni, hogy e népek egyszersmind a kultúra hordozói is. A vegetárok egyik főérve, hogy az antik Hellász és a régi Róma addig voltak nagyok és hatalmasak, amíg egyszerű és „természetes” koszon éltek, olybá, korrigálandó, hogy igenis hanyatlásuk egyik főoka az erkölcsök elfajulása, az élvezetek hajhászása, a testi örömökben való tobzódás volt. Hogy ezekhez az élvezetekhez tartozott a talán mértéktelen húsfogyasztás is, az már igazán nem fontos.

Sokkal alaposabb, találóbb érvet lehet a húsfogyasztás ellen azon kpzel kétmilliárd embertársunk életmódjából meríteni, aki még ma is a vegetárjellegű néptáplálkozás híve. Elsősorban a fennmaradt kultúrák legrégebbikére,

a kínaiéra és a ma annyira előretörő japánokéra kell gondolnunk. Nos a mai kínai nép, eltekintve szaporaságától, minden téren a hanyatlás jeleit mutatja. Japánban pedig a húsevésnek mostanában erősen emelkedő tendenciája konstatálható, mint már említettük. Épen a vezető körök, az uralkodó osztályok táplálkozása egyre jobban közeledik az európaiakéhoz, a hús különböző fajtái egyre nagyobb szerepet játszanak ellátásukban. És itt jutunk el az emberi táplálkozás fejlődésének talán legfontosabb mozzanatához, amelynek szemszögéből kell az egész kérdéskomplexumot áttekintenünk, hogy világosan lássunk.

Nem igaz az, hogy az ember vérszomjas, ragadozó, húsevő állat. Nem a hús kell neki mindenáron, hanem a fejténye. A fejtényeéség vezet bennünket az emberi táplálkozás fejlődésében, fejtényére éhezünk, mert ez a mi legnélkülözhetetlenebb tápanyagunk. A zsír és a szénhidrát közül ha az egyik elmarad, az nem végzetes ránk nézve, mert szervezetünkben pótolni tudják egymást, de fejténye nélkül nincs energia, nincs élet.

Az emberi test térfogatának körülbelül fele, testsúlyának azonban csak egy tizenhatoda a fejténye. De az élet igazi szubsztátumát mégis a fejtényék és a lipidák alkotják, bár az élethez a többi szerves anyag jelenléte is szükséges.

Igaz, hogy a fejtényét az ember szervezete meg tudja szerezni a növényvilág szolgáltatata

anyagokból is. Ma már megdőlt ugyan a tétel, hogy a növényi eredetű fejrnyé nem volna teljesértékű. De nem dőlt meg és hamarjában nem is fog megdőlni, hogy épen azt a fejrnyét, amelyre szükségünk van, a legtökéletesebben, a legegyszerűbben és legkényelmesebben a húsból tudja szervezetünk előállítani.

Egész biológiai adottságunk a húsfejrnyére van beállítva, tápcsatornánk és annak összes mirigyei ezen irányban tudják tevékenységüket a legtökéletesebben kifejteni.

Ahogy a fosszíliák korában a fogazat, úgy a mi korszakunkban az életvegytan szolgáltatotta adatok mutatják meg az emberi táplálkozás fejlődésének természetadta, tehát egyedül helyes útját.

Rávezetik ezen útra ösztönei az állatot is és az egyszerű embereket is, akikben még él az ösztön. A kizárólag növényen élő szalonka fiókáinak bizonyos életkorukban, mikor fejlődésükhöz húsfejrnyére van szükségük, kukacokat szállít csőrében, melyeket ő maga sosem enne meg. Vannak darázsajták, amelyek fulánkjaik csodálatosan ügyes szúrásaival nagy férgek ideggyökereit bénítják meg, hogy ne tudjon megmozdulni az állat és ezek testében helyezik el petéiket, hogy az ott kikelő új nemzedék mindjárt friss hústáplálékhoz jusson. De hogy mindennapi emberi életünkben is hozzak fel egy példát, háziasszonyaink eleget panaszkodnak, hogy a kis

cselédlány, ki odahaza falujában kenyéren és szalonnán élt, amint hozzánk kerül, mind kisebbre fogja kenyéradagját és csak húst, kizárólag húst, szeretne enni.

Minden diétás eljárás — eltekintve a hízókúrától — bizonyos tápszerek megvonásával jár. Ha ezen megvonás a húsrá, tojásra vonatkozik, ami ma egyik legfontosabb diétánk sarkalatos elve, akárhányszor megesik, hogy a beteg rövid idő múlva nyíltan ellenszegül vagy alattomban húskihágásokat követ el. Ellenben a még ma is annyira népszerű, régifajta cukorbetegkosztot, amely a diabetikust annyi hússal tömi meg, amennyit csak elbír, évek során át is betartják anélkül, hogy komoly ellenvetést hallatnának a betegek.

De egészséges emberek közt is akadnak sokan, akik egyoldalú húskoszt felé hajlanak és óriási mennyiségű húst képesek napról napra elfogyasztani. Ez az egyoldalúság indokolt volt nomád népeknél, akik folytonos vándorlásaik közben egyéb tápszerhez alig jutottak és indokolt oly éghajlati viszonyok közt élő népeknél is, kiknek földjén, vizében más mint hús vagy hal nem terem. De a legújabb kutatások megvilágításában még az eszkimók annyiszor idézett, hírhedt példája sem állotta ki a próbát. Iramszarvas- és fókahúson, faggyún kívül eszik ám az eszkimó zuzmókat is, mohát meg magvakat és bogyókat, hacsak szerét tudja ejteni. Legfőbb csemegéje pedig az iramszarvas gyomra, mely

tele van félig emésztett növényi anyagokkal, íme a világ egyik legprimitívebb népe is megérzi, hogy szervezetének a húson kívül a növényi kosztra is szüksége van.

Nagyon kevés igazság rejlik azon kifogásokban, amelyeket a vegetáriánusok a húskoszt ellen u. n. biokémiai alapon emelnek. Még az sincs bebizonyítva, hogy a sok hús okozza a köszvényt vagy a vesekövet, amely tannak azelőtt sok híve volt. Az a vád, hogy a sok hús a gyomrotbelet megterheli, kifárasztja, sokkal jogosabban emelhető a vegetáriánus irányban túlzókkal szemben. Hogy pedig a húskoszt a neurasthenia okozója, abban tárgyilagosan gondolkozó orvos nem hisz.

Ellenben le kell szögeznünk azon tényt, hogy kizárólag húson az ember nem tud megélni, okvetlenül belebetegszik, sőt belepusztul. Nem szabad elzárkóznunk az élettan azon sarkigazságai elől sem, amelyek világosan bizonyítják, hogy a húskoszt is csak akkor fogja az emberi szervezet céljait legelőnyösebben szolgálni, ha növényi eredetű tápszerek kísérik.

Ha pedig a vegetárok és karnivorák elássák fanatizmusuk harci bárdját, feltétlenül el kell jutniok a táplálkozás tudománya legfőbb igazságának megismeréséhez: az egyetlen helyes a vegyes koszt. De nem is lehet ez másképp, mert erre van az emberi szervezet predesztinálva úgy bonctani, mint élettani adottságainál fogva.



E G Y I P T O M

A régi Egyiptom életéről ma már elég tiszta képet nyerhetünk. Ami a Biblia és a klasszikus történetírók, Theophrastus, Hencdotos, Diodorus, Dioscorides és Strabo révén tudomásunkra jutott, azt a templomokban és a sírokban talált leletek, rajzok és feliratok, főleg pedig a papyruszok ma már megfejtett titkaiigen értékesen egészítik ki. Bátran állíthatjuk, hogy amióta Champollion zsenialitása, Lepsius és társainak szorgalma és tehetsége a hieroglifák írását megmagyarázták, teljes betekintést nyertünk az antik világ ezen talán legérdekesebb országának életébe.

Egyiptom földjét a Nílus teremtette meg a sivatag homokjából. Ez a hatalmas folyam, mely az Amazon után a föld leghosszabb lefolyású vize, utat vágott magának a sivatagon keresztül. Tőle jobbra-balra teljesen terméketlen homoktenger terül el, de amerre az ő vize az évenként ismétlődő áradások révén eljut, ott áldás nő nyomában.

Ez e roppant víztömeg nemcsak hogy átáztatja a földet, hanem magával hozott nagy iszapmennyiségek által termékennyé is teszi. Így válik a Nílus az egyiptomi termőföld tulajdonképpeni szülőanyjává. De politikailag is a Nílus alkotta meg Egyiptomot, mert a belátás, hogy az ár emelkedését és süllyedését szabályozni kell, az öntözést, csatornázást rendszerbe kell foglalni, vezette az embereket azon meggyőződéshez, hogy mind-ezt egy egységes akaratnak kell vezetnie, egy egységes központnak kell irányítania. Ez a gondolatmenet hozta létre a Nílus völgyében az ősi egyiptomi államot.

A termőföld nem volt nagyobb 25.000, egy másik kútfőnk szerint 32.000 négyzetkilométernél, tehát hazánk mai területének körülbelül egyötödénél. Hogy az egyre szaporodó lakosság ezen az aránylag kis területen megélhessen, rá voltak kényszerülve, hogy földjüket intenzív módon műveljék meg.

Legrégibb adataink Kr. e. körülbelül 6000 évre nyúlnak vissza. Sírokban talált kőkorszakbeli szerszámok, fejszék, nyílhegyek, szigonyok, egyszerű cserépedények, halcsontból durván faragott műszerek arra vallanak, hogy vadászat, halászat, bogyók és magvak összegyűjtése voltak azok a foglalkozások, amelyek a táplálék megszerzésére szolgáltak. Egy későbbi kultúra már a földművelésre és az állattenyésztésre helyezi a súlyt Primitív faekéjükkel felszántják a földet,

de az ekét már marhák vontatják. Égetett agyagból készült sarlójuk éle berakott tűzkőből áll, ezzel aratnak. A cséplést, illetve a szemek kitaposását a marha és a szamár végzi el, amint azt képes ábrázolataikon számtalanszor láthatjuk.

Az árpát és a búzát Babylonból hozták Egyiptomba a Kr. e. ötödik évezredben. A gabona-félék előtt az ország őslakossága a mocsarakban és a folyószéleken dúsan termő lótuszból és papyruszból élt. A lótusz, mely mindvégig megmaradt a klasszikus Egyiptom kedvenc virágának, számos régi generációnak főtápláléka is volt. Megvárták, míg a termés tokja rothadásnak indult, a magvakat kihámozták, megszáritották, porrá zúzták és kenyeret készítettek belőle. Azért hívta Homérosz az egyiptomiakat lótusz-evőknek. Másik tápláló növényüket pedig, a papíi nádat gyökerestül tépték ki a mocsár fenekéből, a szár vastagabb, alsóbb részzeit megfőzték, megpörkölték vagy nyersen ették meg, de csak a nedvét szítták ki, a rostokat kiköpték, mint ahogy mi a spárgát esszük. A felső részekből kosarat, csónakot, terítőt, kötelet, cipőt és egyebet készítettek. Papirost már 3300 évvel Kr. e. tudtak előállítani. A nád gyöktörzsével pedig tüzeltek.

Mire azután az árpát, később pedig a búzát is megismerték, táplálkozásuknak színvonala hatalmasan fellendült. A Nílus völgye, amelyet a nagy víz évről-évre friss iszapréteggel trágyázott, hihe-

tetlenül termékeny volt. Az aránylag kicsi ország az antik világ magtárává lett. Eredetileg, ahogy az a legtöbb ősnépnél járta, a megpörkölt búzaszemeket rágták meg. Utóbb rájöttek, hogyan kell lisztet készíteni és kenyeret sütni belőle. Eleinte mozsarakban súlyos dorongokkal zúzták össze a gabonaszemeket, utóbb két kőlap között porrá őrölték. Ebből a durva lisztből vízzel tésztát készítettek, azt kézzel-lábbal átgyúrták és lepénnyé lapították. Ezeket alulról melegíthető tepsikbe rakták avagy edény körül fonták, melyben tűz égett. Ez a sütési mód olyanjetezdetleges volt, hogy a lepény vagy mondjuk, lepénykenyér kérge többnyire odasült, mint az egyes sírleleteken még máig is felismerhető. Belül pedig tele volt korpával, porral, kőszilánkokkal. Nehéz mesterség volt ezt a kenyeret megrágni, nem csoda, hogy annyi múmia szájában találni lekoptatott, teljesen lecsiszolt koronájú fogakat és oly gyakori köztük a fogszú.

Persze a kenyérbécszés művészete a századok folyamán mind tökéletesebbé vált. A szomszéd országokkal való élénkebb forgalom hozta magával, hogy mindig újabb és újabb fajtájú lepények és cipók kerültek az asztalra. De csak a gazdagabbak konyhája bővült ki velük. A nép egyszerű tömegei megmaradtak ősi lepényüknél. Egy nagy újításra azért ők is hajlottak. Megismerték a kenyér savanyításának módját. Hogy a kovász nagyon népszerű lehetett, azt az Ó-

testamentumból is látjuk, amikor a zsidók Egyiptomból kijövet a kenyér kovásztalanságán búsulnak. De búsulnak ők a hús után is és Mózes az Úrhoz fordul, mondván: hol vegyek húst mindezek számára? Az egyiptomi húsosfazekak elnevezése mindmáig fennmaradt.

Nos, Egyiptom tényleg nem volt húsnak híjjával. Már a legrégebbi időkben is nagyban űzték a marhatenyésztést. Juhuk és kecskéjük is volt bőven. A húst darabokra vágva az éléskamrában függesztették fel. Füstölést, pácolást nem ismertek, a konzerválást a száraz klímára bízták, mely azt pontosan el is végezte. Hisz a szárított hal náluk is a köznép állandó húspótlója volt évezredek óta.

Tejet sokat fogyasztottak, úgy áldozat alakjában mint magáncélokra. A királyok az isteni tehén tejével éltek, ettől várták halhatatlanságukat. A vaját, sajtot nem ismerték.

A sertés tisztátalan állatszamba ment, a régi reliefeken, rajzokon nyomát sem találjuk. Egy későbbi korszakban már látunk disznócsordákat ábrázolva. De hogy ették-e már akkor a disznóhúst, nem tudjuk. Ellenben az antilopot tenyésztették és kövérré hizlalták, az áldozati állatok közt gyakran szerepel.

Sok fajta szárnyasuk élt vadon a mocsaras vizekben. A ludat, kacsát, galambot, hattyút, darut, gémet úgy fogták, ahogy bírták, többnyire hálóval, azután a „tyúkólban” tartották. Vala-

mennyi táplálékul szolgált, sőt a liba töméséhez is értettek már. A szelíd tyúkcsalád csak egy későbbi korszakban kb. 600 évvel Kr. e. jutott Egyiptomba, de annál nagyobb becsben tartották a madarat „amely naponta szül”.

A növényvilágból már a legrégibb időkben ismerték a már említetteken kívül a hagymát, a pórét, mely a kenyér mellett a legszegényebb néposztályok mindennapi kosztjához tartozott. De termeltek tököt, ugorkát, retket, görög- és sárgadinnyét is. Az indiai bab magvaira is akadunk egyes sírokban.

A fák közül a datolyapálma-, a füge- és szent jánoskenyérfán kívül volt még egy sor bokor- és pálmafaj, amelyek gyümölcsét ma már alig ismerjük. A datolya — akárcsak mostanság — tömegélelmi cikkük volt. Bort is készítettek belőle.

Legértékesebb azonban az olajfa volt. Bogyói-ból nyerték az akkoriban egyetlen komoly zsiradékot, az olajat, mely nemcsak mint tápszer játszott nagy szerepet, de a sütés, főzés és világításon kívül a hihetetlenül fejlett kozmetikus iparnak is alapanyagául szolgált és a ricinusolajjal együtt a gyógyszerészetben is felhasználott. A cédrusolajat, amelyre a bebalzsamozásnál volt szükségük, külföldről hozták be.

A régi egyiptomi szerette az italt. Nemcsak a vizet, melyet a szent folyám szolgáltatott, — ennek vizét annyira megbecsülték, hogy az

előkelők utazásaikon kecskebőrből készült tömlőkben hozták maguk után — hanem a szeszesitalokat is. Egyiptom sok szeszt fogyasztott és a részegség nem volt szégyen. Eleinte csak sört ittak, amelyet árpából készítettek. Fiatal, ki nem erjedt sör volt a köznép mindennapi itala, utóbb már nagyon kifinomult a serfőzés mestersége és a legkülönbözőbb minőségeket tudták előállítani. A datolyaboron kívül a szőlőből készített bort is megismerték. A jobbmódúak a maguk szüretelte borát itták, de a gazdagok külföldről is importáltak borokat.

Édesítésre általában csak a méz szolgált, hisz az ókor más cukrol nem ismert. A méhészet elég magas színvonalon állott.

A növényi fűszerek közül a kömény és ánizs, a kapor, majoránna, bazsilikom, a cikória és a kardamomot találjuk felemlítve. A mákot, salátát, kelkáposztát, úgy látszik, hegy még nem ismerték.

Mindebből azt látjuk, hogy a régi Egyiptom vegyeskoszton élt. A nép kasztokba volt beosztva és a különböző osztályoknak különböző táplálkozási módok voltak előírva és ennek megfelelő tápanyagok kiutalva. Legjobban éltek a papok és az udvari emberek, de főleg az uralkodók és hozzátartozóik. Egészen képtelenek azok a mennyiségek, amelyek ezeknek kijártak. De viszont bizonyos ételekhez nem szabadott nyúlniok, tiltotta a vallás. Például papi embernek

halat, sertést, babot nem volt szabad ennie. Úgy látszik, hogy a felsőbb osztályok aránytalanul több húst ettek, mint a köznép. Hisz a vadászat is, mely az előkelőek egyik főfoglalkozása volt, bőséges zsákmánnyal járt. Bizony a köznép, főleg pedig a rabszolgák elég szegényes, egyhangú és túlnyomóan növényi koszton éltek. Nem valószínű azonban, hogy táplálékuk elégtelen lett volna, mint azt mostanában némely szerző állítja. Munkabírásuk ékes tanúságául szolgálnak a minden korok leghatalmasabb építkezései, melyeknek imponáló emlékei még ma is csodálatba ejtenek bennünket. Alig hihető, hogy éhező munkástáborokkal ezeket az óriási templomokat, királványokat, szfinkszeket és gúlákat fel lehetett volna építeni.





ELŐÁZSIA RÉGI KULTÚRÁI

Hagyjuk el Egyiptomot, az antik kultúra bölcsőjét és kövessük Izrael népét a pusztaságba és negyven esztendei sanyarú bolyongásuk után a Kánaán földjére.

Az ókor népei közül a zsidók táplálkozási viszonyairól rendelkezünk a legmegbízhatóbb adatokkal, mert a Biblia a legnagyobb részletességgel informál bennünket. Az egyetlen még ma is homályos részlet a sivatagban főtáplálékul szolgált manna kérdése, amelynek természetéről a kutatók nézetei még eltérőek.

Kétségkívül Mózes volt az ókor legkiválóbb higiénikusa, sőt, ha nem hangzik kissé frivolan, mondhatnám gasztronómusa is. Ha újra végigolvassuk V. könyvének 3. pontjától a 21-ig terjedő tilalmait, a legnagyobb csodálattal kell meghajolnunk a mély belátás előtt, a természettudományos megfigyelés előtt, mely a pátriárkát előírásaiban vezette. Ismerte népét, ismerte szokásaikat, de épúgy tudója volt a házi és

vadállatok életmódjának, táplálkozásának és a tropikus klíma a hús- és zsírneműekre való befolyásának. Ilyen szemszögből nézve az ő némelyek előtt ma már furcsának látszó és mégis időtálló konyhai rendelkezéseit, egy a természetet még az ő mestereinél, az egyiptomi főpapoknál is mélységesebben megfigyelő bölcs agyvelő szülötteinek kell elismernünk.

A II. könyv 3. pontja pedig, mely a tilalmakat bevezeti és egyszerűen így szól: Semmi utálatosságot meg ne egyel, minden gasztronómia első alaptétele.

De megtudjuk a Mózes tilalmainak sorozatából azt is, hogy a nép széles rétegei gyakran szenvedtek szűkséget és ilyenkor olyan táplálékra vetemedtek, mely egyáltalán nem emberhez méltó. Mert miért kellett volna különben eltiltani a gyíkot, kígyót, egeret, sünt, a vakondot, a saskeselyűt, ölyvet, baglyot, hollót, sólymot, kakukot, gémet, sőt denevért is? Úgylátszik, hogy az a nagy ellentét, amely a vagyonos néprétegek és a szegény néposztály táplálkozása közt Egyiptomban megvolt, az onnan kivonult zsidóságnál is megmaradt.

Ékesen szól erről Mózesen kívül Jób könyve, azokról „akik keserű füveket csemetékkal egyben szagatnak vala és a gyökerek s a fenyőmag vala az ő eledelük.”

A Biblia kimeríthetetlen tanulságai közt böngészve, egy bennünket különösen érdeklő

fejezetre akadunk Dániel próféta könyvének első részében. Nabukodonozornak megtetszett Dániel és őt még három jóképű és értelmes júdeai „ifjúval” együtt udvarába fogadta. Elrendelte a király, hogy ezek az ő ételéből egyenek és az ő borából igyanak. Izrael egyszerű gyermekei pedig a fejedelmi koszt mellett egyre rosszabbul érezték magukat, elgyengültek, arcszínük annyira megromlott, hogy a komornyikok „Fejedelme”, kire a király ellátásukat bízta, félt, hogy ura „halálos szentenciát” mond ki a fejére, ha meglátja őket. Dániel kértére azután kísérletképen megengedték, hogy tíz napig régi életmódjukat folytathassák, csak borsót ettek és vizet ittak rá. Mire pedig a király elé kerültek, testileg-lelkileg teljesen összeszedték magukat.

Hát nem ugyanaz a diétetikai tanulság van itt letéve, mint a Hindhede dán falusi orvos esetében, aki pompásan fejlett kislányait kenyéren, tejen és kenőszajton tartotta. Mikor pedig az egyik gyermeket Kopenhágába küldte az iskolába, a kislány az ottani változatos, de városias koszt mellett néhány hónap alatt annyira leromlott, hogy csakhamar haza kellett vinni, ahol a régi egyszerű, sőt primitív táplálkozás mellett rövidesen összeszedte magát.

Íme a Hindhede világhírű táplálkozási kísérlete a Biblia megsárgult lapjain.

A diétetika gondolata elvezet bennünket Indiába, melynek legrégebbi szent könyvei, a

Védik egyszersmind a legrégebb diétás kútfőknek tekinthetők. Bámulatos, hogy ezeknek az ősrégi indusoknak a figyelme mi mindenre terjedt ki. Hogy étrendi és élelmezési előírásaik nagyrészt azonosak a Mózesével, az egyáltalán nem meglepő, hiszen ugyanazon égöv alatt, hasonló klimatikus viszonyok közt éltek, mint a zsidók. De ami igazán bámulatos, mennyire belemerültek a diéta részleteibe, évezredekkel Hippokrates előtt. Igaz, hogy előírásaik közt akad sok olyan is, melynek értelmét mi már nem tudjuk felfogni. Sőt olyan bizarrságok is, hogy milyen eledelt milyen világtáj felé fordulva egészséges fogyasztani.

Amit az asszírok és perzsák konyhaművészetéről tudunk, azt majdnem kizárólag Athenaeosnak köszönhetjük. Erről a krónikásról még szólni fogunk. Most csak annyit, hogy Közép-ázsia régi hódítóinak lakomái főleg az elfogyasztott ételek irtózatos mennyiségével imponálnak a mai olvasónak. De ha azt halljuk, hogy az udvartartás számára naponta ezer darab marhát, ürüt, lovat, szamarat és szarvast öltek le, számtalan lúdon, tyúkon és stuccmadárcn kívül, úgysem szabad elfelejtenünk, hogy a király nemcsak házanépét, hanem az egész helyőrséget is kosztoltatta.

Aristophanes, aki követségben járt a perzsa udvarnál, leír egy születésnapig ebédet, melyhez képest egy bácskai lakodalom szerény villásreggeliszámba megy. De míg a gazdagok naponta

egy ökröt, tevét, lovat vagy legalább szamarat egészben megsüttetnek, a szegényeknek egy kisebb állat fejével kell beérniök. Elmondja azt is, hogy a király gazdagon megjutalmazza azt, aki egy új ételt talál ki. Ellenben csak olyan eledelnek szabad asztalára kerülnie, amely az ő országaiból származik. Íme az autarchiás ellátás az antik világban.

A Tigris és Eufrát között terült el a régi Bátorion kicsiny, de fejlett országa. Vannak tudósok, akik azt tartják, hogy itt ringatták a föld legrégebb kultúrájának bölcsőjét. A feltevés helyesége mellett szólnak a legújabb ásatások eredményei is. A bibliai Úr városának, Ábrahám szülőhelyének és a szomszédos Kishnek közelében végzett kutatások egy alattuk elterülő, még sokkal régebb település maradványait hozták napvilágra. Az ott talált szerszámok, cserépedények, sarlók, konyhai felszerelések mind oly előrehaladt értelmességről tesznek tanúságot, mely ebben a korszakban egyedülálló.

Hogy ez a babyloni és ősbabyloni nép hogyan táplálkozott, arról főleg a sírkamarák leletei elég pontos felvilágosítást nyújtanak. Az egész ország nem volt nagy. Termőföldje körülbelül akkora, mint a régi Egyiptomé vagy a mai Belgiumé. Hogy az aránylag kis terület a 7 millió lakost táplálni tudja, elsőrangú öntözőcsatornákkal és vízvezetékekkel látták el földeiket, városaikat.

Főtermékük az árpa volt. Ebből készült kenyerek és még inkább kásájuk. A babyloniaikat a szomszéd népek kásaevőknek nevezték. De főleg árpából főzték nemzeti italukat, a sört is, melyet az összes néposztályok bőven fogyasztottak. A munkások és tisztviselők járandóságuk egy részét szintén sör alakjában kapták. A sör minősége és napi mennyisége az illetők társadalmi rangosztályához alkalmazkodott. Mert míg az egyszerű mezei munkásnak naponta 1 l. könnyű sör járt, már a kőműves, az ács 1 l. duplasört kapott, kistisztviselő ugyanebből a fajtából két litert. A templomi iskolákat végzeteknek, az udvari hivatalnokoknak és a háremhölgyeknek napi 3 liter jutott. A legnagyobb adagot — 5 litert naponta — a vezető főtisztviselők kapták. A nagy sörfogyasztás következtében a részegeskedés országos csapássá nőtte ki magát. Miután az isteneknek is hoztak söráldozatokat, a templomok éppoly kevésbé maradtak a részegektől megkímélve, mint a többnyire nők által vezetett kocsmák, utóbbiakban azonban nemcsak szórazkodtak és duhajkodtak, de összeesküvéseket is szőttek.

Egyéb szeszesital is állott rendelkezésükre, mert a dúsan termő datolyából készítettek bort, sőt pálinkát is. Már szőlőből készült bort csak a gazdagok engedhettek meg maguknak, mert azt külszörzágokból kellett behozni. De volt erre is pénz bőven, mert az ország javarésze fejedelmi,

főnemesi és főpapi kézen levő nagybirtokokból állott. Az adózási rendszer is alaposan ki volt építve, még a vizet is jól meg kellett fizetni.

A kisembernek csak kertgazdaság jutott. De ezt meg is művelte alaposan. Datolyapálmáin kívül az almát, gránátalmát és fügét szerette, de a szent jánoskenyérfát, mandolát és pisztáciát is ösmerték. A főzelékek és fűszeres növények közül a saláta, vízi torma, kapor, kakukkfű, sáfrány és köménymag, sárgarépa, retek és ugorka mindennapi eledeleik közé tartoztak. Valamennyinél nagyobbra értékelték azonban a fokhagymát, melyből óriási mennyiségeket fogyasztott az ország.

Állatállományuk sosem lehetett jelentékeny, mert kevés volt a legelő. A marhát igavonásra használták, húsa drága volt. Annál olcsóbb volt a disznóhús, mert tisztátalan állatnak tekintették a sertést, a jobb néposztályok nem is éltek vele. A húsfogyasztás tömegcikkét a juh és a kecske szolgáltatta. Ezek adták a mindennapi tejet és a belőle készülő sajtot is.

Kacsa, liba, tyúk és galamb akadt bőven. A folyók deltái és a tenger dúsan ellátták a népet hallal, teknősbékával és rákkal.

Babylon népe jól élt árpakenyere, kalácsa, ürühúsa, teje, sajtja, datolyája, fügéje, fokhagymája és söre mellett. Szerették ételeiket sózni, ha pedig édességre vágyódtak, mindig kéznél volt a datolyaméz. Ez volt az olaj és aludttej mellett süteményeik és kásaik főalkatrésze is.



H E L L A S Z

Az ókori kultúra a klasszikus Hellaszban és Rómában került azon utakra, amelyek végterményükben mai műveltségünkhöz vezettek.

A régi görögök táplálkozása nemes egyszerűség keretei közt mozgott, mint ahogy azt az iskolában tanultuk. Agamemnon vendégül látja sátrában Hellász legelőkelőbb vezéreit, Patroklos kínálja körbe fonott kosárban a kenyeret, Achilleus személyesen szeleteli fel a húst, így olvassuk az Iliász IX. énekében ékes distichonokban megírva. De az étrend némileg egyhangú. Kecské- és ürügerinc, meg kövér sertés lapockája egészben megsütve. Ebből kapnak kenyerükre egy-egy darabot, melyet a „szent sóval” megszórva fogyasztanak el. Vízzel hígított bort isznak hozzá.

A görög hőskorban nagyon egyszerűen éltek az emberek és ebben Spárta vezetett az ő híres mindennapos fekete levesével, mely véreben főtt, ecettel és sóval ízesített disznóhúsból állott.

Utána sajt, olajbogyó vagy füge már be is fejezte az ételsort. Más vidékeken főleg kásán éltek. A véreshurkát is ismerték, de főleg kecske gyomrából készítették. Friss és szárított halakon kívül egy macza nevű lisztes pép szolgait néptápszerül. Utóbbit kiszárították és csak a fogyasztás előtt nedvesítették meg vízzel. A búza- és árpakenyeret többnyire a piacon szerezték be. Különböző zöldsézelékeken kívül a hüvelyeseket is ismerték, de különösen kedvelték a vöröshagymát, fokhagymát, ezekből salátát készítettek. A spárga, gomba és articsóka is megfordultak asztalukon.

Görögország azon tartományai, amelyekkel a természet nem bánt oly mostohán, mint a hegyvidékkel, Bceotia és Tesszália unták meg legkorábban ezt a spártai egyszerűségű konyhát. Utóbb azonban egész Hellászra kiterjedt a Keletnek, amellyel mind sűrűbb érintkezésbe jutottak és még inkább Szicíliának s az ő dúsgazdag görög telepeseinek konyhát és ízlést nemesítő hatása.

A Krisztus előtti 5. században kezd a görög gasztronómia kifejlődni és bár sohasem érte el azt a fokot, amelyre Rómában eljutott, sok irányban igen üdvös befolyással volt a nemzet szellemi fejlődésére. A görög irodalom és művészet első melegágyai mégis csak a *symposionok* voltak.

A homéroszi időszakban a görögök csak addig maradtak az asztalnál, amíg jól nem

laktak. Utódaiknál azonban csak asztalbontás után kezdődött az élet s ezt hívták symposionnak.

Az asztalokat kivitték és a rabszolgák gyorsan megtisztogatták a padlót, amelyen szanaszét heverték a csontok, gyümölcshéjak és egyéb hulladékok. Akik a dáridón nem akartak résztvenni, ilyenkor csendesen eltávoztak. A többiek szagosított agyaggal vagy illatos szappannal megmosták kezeiket és egymás egészségére ürítették kupáikat. Síp- és fuvolaszó mellett, felhordták a fűszerezett ételek tarka sorozatát, melyekre oly jól csúszott a bor. Az italokat hóval töltött vödörökben szolgálták fel, behűtötték, mint manapság a pezsgőt. A likőröket még nem ismerték, de helyettük fűszerezett bort és illatosított gyümölcsnedveket ittak.

A mulatság azzal kezdődött, hogy egy symposiarch-ot választottak. Ez dirigálta azután a többieket, még a ház rabszolgái is neki voltak alárendelve. Ő választotta ki a borfajtákat is, ő parancsolta rá az egyesekre, mit és mennyit igyanak, szóval úgy intézkedett, mint a német Burschenschaftok elnökei, a Chargierter-ek és a Fuchsmajorok. De a mi felköszöntéseink és a „Szállok az úrhoz” és hasonló ivászati szokásaink is megvoltak már ebben az ó-görög Commentben.

Külön érdekességet kölcsönöztek ezen mulatságoknak a közbeszótt, gyakran ékes, szellemes, sőt néha mélyen szántó gondolatokkal megtűzdelt

párbeszéd, amelyről Plato és Xenophon is megemlékeznek. Nagyobb symposionból a zenének és táncnak sem volt szabad hiányoznia. Erről szép táncosnők, lantoslányok, fiatal rab-szolgák, színészek és bűvésznők gondoskodtak. A vendégek egyrésze kocka és egyéb társasjátékot folytatott. De inni, ittak valamennyien és aki győzte, azt a symposion végén egy kaláccsal jutalmazták. Aki pedig kidőlt és elaludt, azt a kelyhekben maradt borral öntötték végig.

Így mulatott a klasszikus Hellász elitje, főleg az Ūr születése utáni első két évszázadban.

Hogy mindezt honnan tudjuk ily pontosan, sőt még pontosabban, hisz mi csak rövid vázlatban ismertethetjük azt a tarka csillogó képet, amely a symposionok korát jellemzi? A szakácskönyvekből és egyéb gasztronómiai művekből. Mert a régi görögöknek könyvtárakra terjedő gasztronómiai irodalmuk volt, mely minden részletre kiterjedt. Azzal az elevenséggel, életvidámsággal írták meg szakácskönyveiket, lakomái szokásaikat, étkezési rituáléikat, amely e tehetséges népet minden irodalmi és művészeti ténykedésében jellemezte.

Sajnos, a görögök fénykorát követő zord századok zűrzavarában e könyvek elpusztultak, csak egy-egy kis töredék maradt meg némelyikéből.

Ellenben a sok elveszett kincs javarészt megmentette számunkra a már említett Athenaeos.

Ez a kiváló görög bölcselő Egyiptomban született, ott élt Alexandriában, utóbb pedig Rómában. Itt írta meg élete főművét a „Deipnosophistae” (tudósok lakomája) c. 15 kötetes munkát, melynek eleje csak kivonatban, de 12 következő része jóformán szószerint fennmaradt korunkra.

Athenaeos több mint 1500, azóta már túlnyomóan elpusztult írásmű kivonatával ismeret meg bennünket asztali beszélgetések alakjában. Ezen párbeszégeket kora legnagyobb tudósainak szájába adja. Résztvesz bennük többek közt Galenus, a leghíresebb orvos és Ulpianus, a legnevesebb jogász is. Az asztal Örömeiből kiindulva ezen nagy elmék elmondják nézeteiket a tudomány, művészet, irodalom, a családi és a közélet aktuális kérdéseiről, de a közelmúlt és régebbi évszázadok minden olyan jelenségeiről is, amelyekről megemlékezni érdemesnek tartották. Ezek közt pedig a gasztronómiai ismeretek is előkelő szerepet játszottak.

Mi pedig, késői utódok mondjunk hálás köszönetet a bölcs és hangyaszorgalmú Athenaeosnak.





R Ó M A

Sokkal könnyebb a feladatunk, amikor a régi Róma gasztronómiájával akarunk megismerkedni. A rómaiak nemcsak hogy szerettek enni, még pedig jól enni, sőt inni is, hangszerretek írni is arról, hogy mit hogyan kell elkészíteni, feltáralni és elfogyasztani. Nemcsak hogy számtalan kulináris tárgyú tanulmányuk maradt fenn hanem — ami még jellemzőbb e korszakra nézve — legkomolyabb történetíróik is részletesen megemlékeznek műveikben Rómának és az általa meghódított országok népeinek ételmezési és táplálkozási viszonyairól.

Kútforrásaink között kettőre akadunk, amely alaposságával és tárgyismeretével messze kiemelkedik a többiek közül. Ha figyelmesen átolvassuk csupán e kettőt, máris tiszta képzet alkothatunk magunknak arról, hogyan éltek az előkelő és gazdag néposztályok — de csakis ezek — abban a városban, amely akkoriban tényleg a világ közepe volt.

Az egyik mű, amelyből merítünk, az Apicius Caelius tízkötetes híres szakácskönyve: *De Arts coquinaria*.

Gabius Apicius Róma fénykorában, Augustus és Tiberius császárok idejében élt és már Plinius úgy beszél róla, mint a legnagyobb gasztronómiai szaktekintélyről. Ínyencsége nem ismert korlátokat, ő volt a pacsirta sülteknék és az énekesmadarak nyelveinek híres fogyasztója. Megtette azt a bolondot, hogy egy cseréptálon olyan ételt tálaltatott fel magának, mely körülbelül 600.000 szeszterciájába került, ami vagy egy negyedmillió pengőnek felel meg. Így azután nem csoda, hogy sikerült huszonöt millió pengőre tehető vagyonának nyakára hágnia. Miután pedig szerényebb életmódra nem akart ráfanyalodni, filozófus módjára a halált választotta. Hallatlan fényűzéssel összeállított búcsúlakomája végén kiürítette az utolsó kelyhet és halva esett össze az ínyencség csataterén.

A könyvet azonban nem ő írta, hanem egy Caelius nevű nagy szakács, aki a maga neve mellé felvette Apiciusét, amivel nyilván a római konyha legelső mecénásának nevét akarta megörökíteni. Ami neki sikerült is, mert a világ-irodalom ezen legrégebbi komoly szakácskönyve, melynek egyik kiadása Lister angol udvari orvostól származik 1679-ből, a mi századunkban is több kiadást ért meg. Az ő 478 konyhai recipéje minden idők egyik legérdekesebb olvasmányául

fog szolgálni. Persze, nem arra valók, hogy utánozgassuk őket. Egyrészt manapság ezen nyersanyagok javarészéhez hozzá sem tudunk jutni, eltekintve áttolj hogy annyi pénzt konyhájukra még a mai leggazdagabbak sem szoktak szálni. De a legtöbb étel a Caelius recipéje szerint elkészítve nem is volna ín्यünkre való. Úgy mint minden más örömök terén, az asztal örömeit illetőleg is igen nagyot változott az emberek ízlése 1700 év alatt. Ellenben mindenki, aki hivatásból vagy műkedvelésből a konyhaművészetekkel szeret foglalkozni, ám olvassassa Apicius Caelius recipéit. A régiségek közt sok olyan gondolatra fog rájönni, amely némi változtatással a mai konyhában is megvalósítható, sőt már meg is valósult. Higiénikus természetű tanácsai pedig — főleg amelyek a nyersanyagok konzerválásával foglalkoznak — ma is példaadásul szolgálhatnak.

Korántsem mondható ily komoly és megbízható természetűnek másik kútforrásunk, a szélesebb körökben is ismert „Trimalchio lakomája”.

Szerzője Petronius, Nero korának egyik legértékesebb alakja, politikus, író és világfi, akit mint arbiter elegantiarum-ot tiszteltek. Szatírái, amelyekben kíméletlenül ostorozta a maga korának kinövéseit, hallatlanul népszerűek voltak. Híres, útirajzokkal és kalandokkal fűszerezett regénye, mely kétségkívül a legmulat-

ságosabb olvasmányunk az ókorból, csak hézagosan maradt fenn. Ennek a regénynek egy hiánytalanul megőrzött részlete a nevezetes Trimalchio lakomája.

A kéziratot egy olasz könyvbúvár fedezte fel 1650-ben egy csendes dalmát városkában, a gyönyörű székesegyházáról ismert Trauban. Isten tudja, hogyan került oda az írás és hogyan jutott onnan egyszerre csak Párizsba. Tény, hogy Párizsban, ahol akkoriban a humanisztikus tanulmányok fénykorát éltek, Petronius hamarosan annyira az érdeklődés előterébe került, hogy művét még hamisítani is érdemes volt. A rabszolgasorból milliommossá felvergődött Trimalchio minden eddigi dőzsölést felülmúló díszlakomája pedig annyira megtetszett egy alkalmi mecénásnak, hogy 30.000 aranyfrank költségén megvalósította az egész lakomát, úgy ahogy a könyvben meg van írva és nagyon megnyerte vele a régens tetszését. 1702-ben a hannoveri udvar színpadra vitte karneváli multság gyanánt a híres lakomát, választófejedelmek, örgrófok és udvarhölgyek léptek fel a római rabszolgák szerepeiben. Még a tehetséges, okos Sarolta királyné is résztvett a némileg szilaj multságon, férjének, a szigorú erkölcsű királynak nem kis bosszúságára. Amint-hogy azt Leibniz, a nagy filozófus részletesen megírta Lujza hohenzollerni hercegnőhöz intézett francianyelvű levelében.

Most pedig mondjunk el néhány részletet

ebből a híres, sőt hírhedt végnélküli lakomából, melynek külsőségei oly mély benyomást tettek a XVII. és XVIII. század „haute volée”-jára.

Amint a vendégek fekhelyeiken elhelyezkedtek, mert akkoriban az előkelő rómaiak már nyugágyakon féloldalt dülve étkeztek, énekelő rabszolgák havas vízzel megmosták az urak kezeit, sőt lábaikat is. Gondos manikűr és pedikűr egészítették ki ezt az ebédelőtti toilletet. Az egész kiszolgálás énekszóval járt, a fiúk, akik a bort hozták, szintén énekeltek. Úgy festett a dolog, mintha nem is ebédlőben, hanem színházban lennének.

Ezzel már meg is kezdődött az ételek sora. Egy hatalmas asztali dísz, mely korintuszi ércből készült szamarat ábrázolt, hordtak körül. A szamár hátáról két zaboszsák csüngött le, az egyik fehér, a másik fekete olajbogyókkal töltve. A szamarat borító két hatalmas ezüstoffedőbe be volt vésve a házigazda neve és az edények súlya. Mézben párolt borssal behintett mogyorószegek, majd ezüstroston még gőzölgő, apró kolbászkák, a rost alatt gránátalma belével töltött szíriai szilvák folytatták az előételek sorát.

Ekkor hozták csak be egy zajos szimfónia hangjai mellett nyugágyán Trimalchiot, minden korok legnagyobb parvenüjét. Ezüsttel, arannyal, bíborral és tarka szalagokkal felcicomázott nevetéses alakjának láttára a vendégek egyrésze hahotába tört ki, amit ő, úgy látszik, bóknak

nézett, mert nyugodtan folytatta megkezdett kockajátékát.

Közben éneklő rabszolgák egy fából faragott, kiterjesztett szárnyú tyúkot hoztak. A szárnyak alól nagy tojásokat szedtek elő, amelyeket a házigazda, ki csak most kezdett érdeklődni vendégei iránt, elmésen pávatojásoknak nevezett. Mindenki kapott 1 egy félfont nehéz ezüstkanalat, hogy a kemény tésztaból készült tojáshéját feltörhesse. És most jött az első meglepetés: a tyúk költötte pávatojásból borsos tojássárgájában kirántott fürjek kerültek elő.

Karének kíséretében rabszolgák újabb takarítást végeztek, miközben az egyik egy a földre került ezüst tányért a szemétből kiemelt. Trimalchio csattanó pofonnal jutalmazta érte, mire egy komornyik az ezüstöt is a szemét közé dobta.

Gondosan begipszelt dugójú palackok jelentek meg, melyek nyakán ott díszlett a címke, hadd tudja mindenki, hogy százesztendős falernói bort iszik.

Majd kerek tálak mentek körbe, amelyek szélén a tizenkét csillagzat volt felrajzolva. Minden Zodiakus mellett a megfelelő étel felhalmozva. A rák mellett rákok, a bika mellett marhahús, az oroszán mellett afrikai fűgék, a vízöntő mellett liba és így tovább. A tál közepét zöld pázsit borította, rajta lépesmézzel. A házigazda jelt ad, a szolgák leemelik ezt a túlegyszerű-

nek talált tálat s alóla egy másik kerül elő szárnyassal, sertéstőgyével és egy szárnyas nyúllal, mely a pegazust ábrázolja. A tál négy sarkában faunokból borsos kaviáros mártás ömlik a halakra, melyek mesterséges tavacsákban úszkálnak. Ezt a meglepetést már nagy tetszészivaj kísérte.

A szín változik. Vadászjelenetekkel és hálók-kal telehintett szőnyegetek terítenek a vendégek elé. Spártai kutyák nagy csaholással rohannak be a terembe és az asztalok körül futnak. Egy alkotmányon hatalmas vadkant tolnak be, fején süveg, agyarain két kis pálmaágból fonott kosárka, az egyikben datolya, a másikban tébai dió. A sertés körül apró, kalácsból készült malacok, melyeket a vendégek hazavihetnek maguknak. Belép egy nagyszakállú vadász, késével felhasítja a vaddisznó oldalát, belőle rigók raja repül szerte.

Ismét zene, takarítás a madarak összefogdosásával egybekötve. Majd három fehér sertést vezetnek be a terembe, szépen fel vannak díszítve szalagokkal és csörgőkkel. Trimalchio behivatja a szakácsot és elrendeli, hogy a legnagyobb disznót le kell ölni, megtisztítani és megsütöni. Pár percnyi beszélgetés után máris megjelennek a szolgák egy nagy tálalódeszkával, rajta egy hatalmas sült disznóval. Hát ez mi, kiált magánkívül haragjában Trimalchio, hiszen ez az állat nincs kizsigerelve. Herkulesre mondom, ez már sok. Kerítsétek elő nekem a szakácsot,

azt a gazembert. A reszkető konyhafőnök beismeri, hogy tényleg megfélekedett a kizsigereletről. Trimalchio előbb példásan meg akarja büntetni, utóbb megbocsát és ráparancsol, hogy vágja fel a disznót. Alighogy beleszúr a szakács, kolbászok és karmonádlík tömege dől ki a hasadékból.

A vendégek még magukhoz sem tértek a meglepetéstől, egyszerre csak recsegés, ropogás riasztja fel a társaságot, mintha a terem be akarna szakadni, pedig csak faragott fából való teteje válik ketté és a nyíláson óriási hordó ereszkedik alá. Aranyos virágfüzerek és balzsammal töltött alabástrompalackok lógnak le róla. Mialatt mindenki fölfelé néz, hirtelen egy új asztaldísz kerül az asztalra, hatalmas figura, mely ölében gyümölcsöt és minden fajta szőlőt tart. De hajh, valamennyi sáfránlével van töltve és sárgára mázolta azt, aki beleharapott.

A tréfás és komoly szárnyasok végtelen sora után a házigazda elrendeli, hogy most már hozzák be a desszertet. Közben két részegnek látszó rab-szolga egymás fejéhez vágja a boroskorsókat, persze nem bor ömlik ki belőlük, hanem osztriga és egyéb ehető kagylófajta. A szakács ezüstroston sistergő, frissen sült csigákat kínál. Hosszúfürtű fiúk a vendégek lábait illatos olajjal dörzsölik be. Végül általános részegségbe fúlnak a híres lakoma végakkordjai.

Minket, gasztronómusokat ezen ételorgia

leírása nemcsak mint kultúrtörténéseket érdekel, bár kétségkívül a Róma bukása előtti korszakot e lakoma jellemzi legjobban. Benne van a felcseperedett újjgazdagok gögje, a mindenkit lefőzni akarás, fantáziájuknak szárnyakat ad határtalan nagyravágyásuk, hóbortjaiknak, elfojtott indulataiknak nem szab korlátot az erkölcs, amely nincs és a jónevelés, amely nem is volt.

De mindennél jobban érdekel bennünket a konyhafőnökök számos merész elgondolása, találmónysága, a nyersanyag sokfélesége és a végtelen ételsorban is elég helyesen keresztülvitt rendszer.

Nevezetes ez a menü azért is, mert itt találkozunk először a meglepetést rejtegető ételekkel, amelyek a középkor és a rokokó konyháit uralták, amikor az volt a nagyobb szakács, aki a legvadabb meglepetésekkel tudott szolgálni. Ez az álarcosbálszerű bizarr, sőt groteszk tálalási művészet, melynek leegyszerűsített példáival még ma is találkozunk a sült fagyalt, lángoló omletté stb. formájában.

Még egy mai gasztronómiai divat született meg ebben a korban. Egyes ételeket császárokról és egyéb közéleti nagyságokról neveztek el, különösen Viteliusról, Verusról, Tiberiusról, sőt Caesarról is, akiről azt mondja Plutarchos, hogy szintén nagy konyhaszakértő volt. Másrészt Tacitus Vitelius császárt disznónak nevezi, mert hét hónap alatt 42 millió tájiért pazarolt el konyhájára. Heliogabalus vendégeire gyöngyöket és

drágaköveket szórt. Ellenben Gratianus császár eltiltotta a köznépet az „előkelő ételek” fogyasztásától.

A régi római polgár az ő étkezési rendjét körülbelül úgy osztotta be, mint manapság az angolok. Reggelire tejet, tojást, sajtot, sózott kenyeret, szőlőt, olajbogyót fogyasztott. Délben hideg vagy meleg húsétel járta. De a főétkezés estefelé volt, ezt is elég szerényen állították össze, nem terhelte meg túlságosan a gyomrot s a pénztárcát. Az asszonyok s a rabszolgák egy koszton éltek a ház urával, sőt asztalát is megosztották vele.

Ezen patriarkális életmódnak vége szakadt, amikor a győzelmes hadak egymásután levertek a görögöket és az ázsiai népeket. A hazatérők nemcsak citromot hoztak a médektől, kajszinbarackot és dinnyét az örményektől, őszibarackot és diót Perzsiából. De magukkal hozták az akkor már nagyon elfajult görögök étkezési szertelenségét, mértéktelenségét és féktelenségét is. Mohó igyekezetük, amellyel minden örömet és élvezetüket a végtelenségig fokozták, kétségkívül hozzájárult Róma bukásához.

A polgárság, sőt a köznép is felvette a gazdagok étkezési divatjait, valóságos dőzsölési láz terjedt el a városban és a tartományok nagy részében. Dús keletje lett a rabszolgasorból kiemelkedett szakácsoknak és most már nemcsak alkalmilag, hanem állandóan folyt a lakmározás

a *civis romanus* házában. A provinciákból dült az arany és a sok idegen csemege. Már alig hígtották a bort, pedig azelőtt barbárnak tekintették, aki tiszta bort ivott. Az asszonyok is kezdtek résztvenni a dáridókon, amelyek a *görög symposio*nok alakját öltötték. Azt hitték, ez mindig így fog menni. Sose halunk meg, mint nálunk szokás mondani.

Szegény, sokat irigyelt, még többet kigúnyolt, csúf kis Trimalchio a végén rájött az igazságra: a mértéktelen kicsapongás elsorvasztotta a rómaiak velejét.

De akkor már késő volt.





ÁTMENET AZ Ó-KORBÓL A KÖZÉPKORBA.

A régi Hellász területének 60 százalékát hegyek borították. A megmaradt 40 százalékon a szorgalmas lakosság árpát, utóbb búzát termelt, de a hüvelyeseket és a kölest is művelték. A háziállatok közül a juhokat becsülték legtöbbszörre. A juতেj és az ebből készült sajt egyik fő táplálékuk volt. Ahogy ezt Homérosz a királyokról és a hősookról megírja, körülbelül ugyanígy táplálkozott a köznép is. Talán ha nem is oly bőségesen, de a minőség azonos volt. Durván megőrölt búzából vagy árpából készült lefrény vagy kása képezte mindennapi kenyerüket. Hüvelyesek, répafélék, káposzta, hagyma és fokhagyma, gyümölcs, főképpen füge, végül pedig sajt, ezekből tevődött össze mindennapi kosztjuk. Csakis ünnepe napokon jutottak kecske- és disznóhúshoz, marhahús csak az áldozati barmokból került. Legolcsóbb volt a hal és a szamárhús.

A régi Görögországnak is voltak lakottabb és kevésbé sűrű lakosságú részei, szerényebb és nagyobb igényű néptörzsei. Hogy a termékenyebb részek feleslegét a szűkebben ellátott országrészekbe eljuttathassák, arra az akkori szállítási eszközök kezdetlegessége mellett gondolni sem lehetett. Így azután a nép, amely nem találta meg odahaza a néki megfelelő megélhetési viszonyokat, felkerekedett és kivándorolt. A középtenger partjain egymásután keletkeztek a virágzó görög kolóniák, melyek némelyike jelentőségében az anyaországot is felülmúlta. Ezek a kolonizált görögök szorgalmuk és ügyességük révén új hazájukban csakhamar jövedelem és vagyonhoz jutottak, ellenben régi egyszerűségükből kivetköztek, az új haza dús táplálkozási és választékos étkezési szokásait vették fel. A spártai fekete levessel és az árpakenyérrel együtt azonban eltűnt a spártai életmód és a görög erkölcs is.

Az etruszok rég megszűnt népe, úgy látszik, szeretett enni. A hamvvedrekben és a hamuládákon az elhunytat terített asztal mellett fekvő helyzetben szokták ábrázolni. Hogy miből tevődött össze táplálkozásuk, azon nem kell sokat gondolkoznunk, mert amint Róma virágzásnak indult, az ő szokásai uralták az egész apennini félszigetet. Róma pedig szerette a húst, kevésbé a marháét,

az igavonó állatét, mint a sertését, amelynek nem volt más rendeltetése. A disznóhús iránti előszeretetük annál is inkább érthető, mert a vaj úgy a görögök, mint a rómaiak előtt teljesen ismeretlen volt. Az olajfát 600 évvel Kr. e. kezdték kultiválni, de csak a Kr. e. első században vált Itália az olajban leggazdagabb országgá. Addig a tejen kívül kizárólagosan a disznó szolgáltatta a táplálkozáshoz szükséges zsiradékot. A vidék bőségesen fogyasztotta a juhok és kecskék tejét és nagyon kedvelte a belőle készített sajtot. A legszegényebb néposztályok azonban túlnyomóan babon és sárgaborsón éltek, amellet bőségesen fogyasztották a különböző kelkáposztaféleségeket is. Utóbbiakhoz könnyen juthattak, hisz Itália partjain még vadon is termett egy kçlfajta. Ügy-látszik, hogy ez az őshazája, arra vall az is> hogy nálunk a nép a kelt még mindig olaszkáposz-tának nevezi.

Hogy mily óriási különbség volt a régi Rómá-ban a néposztályok táplálkozása között, — még akkor is, ha az olyan vad dōzsölőknek mint Vitel-lius császárnak, az elmebeteg Nérónak, a bolond Trimalchiónak, avagy Lucullusnak, a zseniális ínycencnek lakomáit nem tekintjük normának, hanem csak a Plinius és más tárgyilagos történelmi írók adatait tartjuk szemünk előtt — ma már szinte érthetetlen. Plinius elmondja, hogy házánál ebédre árpadarán kívül olajbogyókat, ugorkát, répát és salátát fogyasztottak, hús helyett pedig

néhány tojást ettek. Ez volt az egész. De már egy főpapi installáció alkalmával osztrigán és egyéb kagylókon kívül spárga és fenyőmadár képezték az előételt. Erre hizlalt tyúkok következtek, majd kecske combját, sertés tőgyét és vaddisznó fejét, mindenféle halat, vadkacsát és sült nyulat tálaltak, végül tésztafélék fejezték be az ebédet.

A császárok alatt a hatalmasok és gazdagok táplálkozási módja mind esztelenebb méretet öltött és mind egészségtelenebb irányba fejlődött. A lakosság száma is rohamosan megnőtt, úgy-hogy Itália egymagában már nem volt képes ellátni népét. A tengeren túlról való behozatal némileg segített ezen, de az alsó néprétegek élelmezésének hiányosságán a szónokok és írók intő szózatai éppoly kevésbé tudtak segíteni, mint ahogy az élelmiszerek árát leszorító és szabályozó rendeletek sem voltak arra képesek. Hiába szabta meg Diocletian császár még az ürge és veréb húsának árát is, ez is legfeljebb annak a jele, hogy mennyire koplalt a nép, ha ilyesmi is élelmiszerek számba ment. Ezzel szemben a gazdagok folytatták az ő mindenképpen egészségtelen, gyilkos táplálkozási módjukat. Hogy mily esztelenül pazarolták a fűszereket, arra jellemző, hogy Alarich gót király Róma ostrománál egyebek között 3000 font borsot követelt váltságdíjul.

Hiába volt Rómának nagy intelligenciája, tudósainak fölénye, íróinak literátus készsége, a köznép kiéhezett és elkorcsosult szervezete épp

oly kevésbé bírta az ellenállást, mint az előkelőek elfajzott vére és leromlott idegrendszere. Róma bukásának okát önmagában keressük. A reátört és a várost gyűrűben körülzáró barbár és félbarbár népek izomereje és szaporodási képessége elvégezte a többi. A klasszikus Róma eltűnésének élettani okai voltak.

* *

Régi római kútforrások, főleg Tacitus írásai alapján évszázadokon át tartotta magát a köztudatban a hit, hogy a germánok nomádok voltak. De a cölöpépítmények és a körülöttük levő dombok feltárása és gondos kivizsgálása erre alaposan rácsáfolt. Mert annyiféle és oly változatos növényi koszon csak az olyan nép élhetett, amely már régóta és következetesen foglalkozott földjei megművelésével, ami vándorló népeknek sohasem volt szokásuk. Ezen hulladékokban találunk gabonafélék közül árpát és kölest. A zab csak később vált előttük ismeretessé, a rozst pedig, ezt a tipikusan germán gabonafajt a szittyák lakta Dél-Oroszországból hozták be. Főzelékek közül a hüvelyeseken kívül a répafélékkel és salátákkal találkozunk. Ismerték az almát, körtét, cseresznyét, szilvát, szamócat, málnát, áfonyát és a szőlőbogyót. A diót, mogyorót nagyban fogyasztották. De ismerték a mákot, a lent, a kenderet és a különböző fajta gombákat is. Tacitus

is megemlíti, hogy a tej volt a germánok legfontosabb élelmiszere, ami arra vall, hogy tejgazdasággal behatóan foglalkoztak. Az édes tejen kívül fogyasztották az aludttejet, egy fajta sajtot is készítettek beiöle. Eltartható, időtálló sajtot azonban csak akkor kezdtek készíteni, amikor a rómaiaktól eltanulták a borjú és nyúl gyomrából készült ojtó használatát. Itt találkozunk először a vajjal is, melyet a tejből egészen kezdetleges módon, rázogatással állítottak elő. De tekintettel a takarmány gyenge voltára, tejük oly zsírszegény volt, hogy abból csak kevés vaj volt előállítható. Nem is vált az soha néptápszerükké, mert csak a gazdagoknak jutott belőle. Valószínűleg ezek is jórészt kenőcsül használták.

Plinius írja, hogy Tiberius császár, ki hosszabb időt töltött Germániában, később is onnan hozatta a retket és a sárgarépat. Bizonyára, mert különösen zamatosnak találta őket. Az olajnövények közül, úgylátszik, hogy csak a dió volt elterjedve, egyéb zsiradékukat a sertés szolgáltatta. A germániai sonkának már Rómában is jó híre volt. A juhokat szintén húruk miatt tenyésztették. Libának, kacsának, tyúknak nem voltak szükében, sokat szállítottak belőlük Rómába is. Az erdőkben akadt bőven vad, a tengerben és a folyókban hal és így a germánoknak mindig volt elegendő húruk. ínyencfalatjuk azonban a lóhús volt. Különös gonddal tenyésztettek fehér lovakat, melyeket azután az isteneknek áldoztak fel, végül

pedig élvezettel elfogyasztották őket. Nem csekély fáradságába került utóbb a keresztény egyháznak, hogy ezeket a pogány világra emlékeztető, lóhús fogyasztásával egybekötött ünnepeket beszüntesse. Csak amikor a lónak egészségtelen és betegségeket okozó hírét terjesztették, voltak képesek a népet e lakmározásoktól eltéríteni.

A sót ősidők óta ismerték. Ellenben édesítő anyaguk kizárólagosan a méz volt. Ebből készült mét nevű közkedvelt italuk is, melyet csak a XII. században kezdett a bor kiszorítani. Azonban még 300 év kellett hozzá, míg a nép abbahagyta a méz fogyasztását. Tacitus említést tesz még egy italról, mely árpából és búzából készült. Utóbb már komlót is adtak hozzá, egyszóval valamilyen olyan ital lehetett, melyből később mai sörünk fejlődött. Annyi bizonyos, hogy a sör csak a XVI. században vált népszerű itallá.

A gabonamagvakat ősi szokás szerint pörköelve fogyasztották el, vagy pedig kövek között, durván megőrölték. A liszt készítését csak nagykésőn a rómaiaktól tanulták meg. Első kenyérük egy lepényforma vok, utóbb valamiképpen rájöttek a kelesztés tudományára, talán a rómaiaktól tanulták, akik már régóta ismerték a bor és sör üledékének tésztát kelesztő képességét. Bizony a régi germánok nyersen ették a húst, akárcsak a hunok. Hiszen az étlapok nyelvén „Deutsches Bifstek” névé alatt még ma is vagdalt nyers marhahúst értenek. A hús megfőzésének tudo-

mánya már csak a kolostorok konyháiból indult el. Ha készletüket hosszabb ideig akarták tartani, úgy megfüstölték, ehhez régtől fogva értettek. Szárítani nem tudták, mert erre klímájuk nem volt alkalmas, besózásra sem került a sor, mert a só költséges portéka volt.

* *
*

Az első északi nép, amellyel a rómaiak az Alpeseken túl harcba kerültek, a gallok voltak. Az ő életmódjukról maga Julius Caesar mond el érdekes részleteket. Rendszeres földmívelést űztek, de túlnyomóan a föld legigénytelenebb terményeit, a kölest és a babot kultiválták. Azért nem ösmertek ínséges éveket. Caesar megemlíti, hogy az ostromlott Massilia (mai Marseille) lakói régi kölesen és romlott árpán éltek. Plinius úgy jellemzi a keltákat, akik az ország északi részén éltek, hogy a bab volt főtápszerük.

A mai Belgiumban a kelták és a germánok összekeveredve éltek és nagyban űzték a sertés-tenyésztést, de baromfijuk is bőségesen volt. Sózott disznóhúst és eleven libákat tömegesen szállítottak Itáliába.

Minél magasabban haladunk észak felé, annál inkább szemünkbe ötlük a tapasztalati igazság, hogy a délvidéki népek túlnyomóan növényi kosztot, ellenben az északiak majdnem kizárólag húson éltek. A Britanniában élő kelták-

ról beszéli Mommsen, hogy az ország északi részein kizárólag a vadászat és a juhtenyésztés táplálta a lakosságot és csakis a déli részeken üzték a földművelést, a bányászatot és a marhatenyésztést. Macaulay szerint a felvidéki skótok általános tápláléka még a XVII. század végén is árpalevesből és állati vérből készült lepényből állott. Gallok, kelták, britek egyaránt meleg hamuban sütötték kenyerüket, mely egészen lapos volt, mert a sütőkemence és az élesztő használatát csak a római hódítóktól tanulták el. Konyhaeszközeik egyáltalán nem voltak, a nyers füstölt vagy sózott húst kényei szeletekre helyezve fogyasztották, akárcsak az Iliász hősei. De mint látni fogjuk, a kanálon kívül a kés volt az emberek egyetlen evőeszköze még sok évszázadon át.

Az ünnepek hozták ezen egyszerű és igénytelen északi népek életébe az egyetlen örömteljes változatosságot. Hol a családi eseményeket ülték meg elég szűk keretben, hol az évszakok fordulóit az egész országra kiterjedő jelentőségükkel. Utóbbiak nagy áldozati tüzekkel és többnyire egy hatalmas vadkan megsütésével voltak egybekötve.

Ezen ünnepek, amelyek a norvégektől indultak ki és mind nagyobb népszerűsége tettek szert a középeurópai törzsek körében is, később a hús tömeges fogyasztásában és a bőséges sör élvezetében kulminálódtak.

A diadalmas kereszténység bölcseségének tanúsága, hogy e skandináv-germán ünnepeket,

amelyek a természet imadásából sarjadzottak és mélyen gyökereztek a nép lelkében, átvette és a maga tisztult életfelfogásához átalakítva, meg-nemesítve, de meghagyta. A tél közepét jelző Jul-ból lett karácsony szent ünnepe, a Nap tiszteletére gyújtott máglyából a karácsonyfa. A tavaszi áldozati ünnepségből a húsvét szép ünnepe. A nyárközépi szertartásokból a Szt. János napja, az aratás befejeztével rendezett áldozati ünnepből Szt. Mihály napja. Sőt még a Szt. Márton nap ludai is a régi pogány ünnepből erednek, amelyen szentelt libákat áldoztak fel. Hogy ilyen Jul-ünnep hogyan folyt le, annak pontos leírását megtaláljuk a Frithjof-regében, amikor Thorsten fia eljön Ring királyhoz, hogy ott töltsse az ünnepeket. Ilyenkor — a pogány karácsony estéjén — tartották a legtöbb eljegyzést is. Amint az Angliában még most is szokás. Az északi népeknek a tradícióhoz való ragaszkodását jellemzi, hogy a Jul-t, lehetőleg a régi szokások betartásával, Izlandban és Dánia egyik nagy szigetén még ma is megülik.





K Ö Z É P K O R

Az egyszerű életig igénytelen, de testben és lélekben egyaránt egészséges, romlatlan néptörzsek megindultak az Alpeseken át, eláraszották Itáliát és véget vetettek az elfajult rómaiak uralmának.

A népvándorlás kora a gasztronómia egyik legsivárabb korszaka, mert a latin közmondás szerint: *Inter arma silent musae*. Fegyverzajban hallgatnak a múzsák. Hallgat *Gastrea* is, a tizedik múzsa, a gasztronómia múzsája.

A világ leghatalmasabb birodalma Összeomlott, Róma koronája a porba hullt. A sorvasztó belső kórság, mely a császárok uralma óta rágódott rajta, ölte meg. A barbár és félig barbár külső' ellenség megadta neki a kegyelemdöfést.

Az évszázadok folyamán benne kifejlődött gasztronómiai kultúra Rómával együtt eltűnt a

népvándorlás forgatagában. De az emberiségnek szerencséjére a pogány életfelfogás helyét lassanként elfoglalta a szelíd erkölcs, a kegyesség, jóság és emberszeretet, a nemeslelkűség uralma. Egy jobb, nemesebb élet hajnala derengett.

A szeretet vallásának terjesztői és zászlóhordozói között számos hívünk akadt, akiket ma szentjeink sorában tisztelünk. Magyarországi Szent Erzsébet, Szent Lajos és az angol Szent Tamás a szegények, az elesettek táplálásának szolgálatába állították életük javát. Szent Paulus, a későbbi verduni püspök maga sütötte a szegények kenyereit, Szent Radegunda a konyhában dolgozott számukra és nővérével együtt hordta az ételt a remetéknél. Szent Benedek — a mórnak nevezett — 27 évig volt az egyik ferences-zárda konyhamestere. Baronius bíbornok előzőleg évenként át szakácskodott kolostorában, amelynek tűzhelye fölé sajátkezűleg írta címét: Baronius Caesar — állandó szakács. Főzés-sütés közben akárhányszor oldotta meg a legnehezebb teológiai kérdéseket. Maximius császár felesége maga terített Szent Mártonnak és maga szolgálta fel az ebédet is.

Az irgalom és az emberszeretet gondolata szelídítette meg a népvándorlás alatt eldurvult erkölcsöket. Az üdvös változás a táplálkozás szokásaiban és az étkezés külsőségeiben is megnyilvánult. A császárok és fejedelmek jó példával jártak elől. Nagy Károly a maga ebédelői asz-

tála mellé állítottott néhány alacsonyabbat, ahol a szegények is ehettek.

A középkor kezdetének sötétségében a kolostorok világa szolgáltatta a fényt, amely nélkül a gasztronómia eltévedt volna. A szerzetesek nemcsak a hit és jámborság terjesztése körül szereztek maguknak halhatatlan érdemeket, de ők voltak a konyhai tudományoknak jóformán kizárólagos zászlóvivői is. Nekik köszönheti a táplálkozásban a főzelékek, a konyhai füvek, a gyümölcs értékének felismerését és terjesztését. Az Egyház elrendelte a mai higiéné által annyira becsült böjtöknek betartását. Az országok vezetői és a papság szigorúan ügyeltek a pénteki, adventi és nagyböjti tilalmak respektálására. De mivel táplálkozzék ilyenkor a nép? Halhoz az akkori közlekedési viszonyok mellett csak a partmenti lakosság jutott. A burgonyát még nem ismerték, a kolostorok kertjei voltak az iskolák, ahol a főzelékek termelését megtanulták. A zárdák hatalmas földekhez jutottak a kegyes ajándékozók és hagyományozók jóvoltából, hogy bőségesen jutott hely a zöld főzelékek és a gyümölcsfák kultiválására. Hogy pedig ezeket hogyan kell elkészíteni és konzerválni, azt mind a zárdák konyháin tanulták meg a barátok és az apácák jóvoltából. Egyes kolostorok híresek voltak jó konyhájukról. Például a svájci St. Gallenba évszázadokon át jártak buzgólkodni a világ ínyencei. Voltak és vannak azonban olyan rendek

is, amelyek szigorúan aszkéta életmódot követelnek meg tagjaiktól, mint a trappisták, kartauziak, karmeliták stb. Ezek többnyire vagy kizárólag növényi koszton élnek.

Hálásak lehetünk azokért a kitűnő italokért is, amelyeket egyes kolostorok szerzetesei állítottak elő, égettek mindenféle illatos gyógyfüvekből. A savoyai Grand-Chartreûse, a fécampi Benedictine még ma is a likőrök fejedelmei.

Vessünk most egy pillantást Kelet felé. Bizánc fényes trónján VII. Konstantin császár ül, aki oly behatóan foglalkozik az udvari élet és főleg az étkezések ügyével, hogy egy könyvet adat ki, mely az udvari szertartások minden részletére kiterjed. Nemcsak azt rendeli el, hogy milyen rangsort foglaljanak el a vendégek az asztalnál, de az egyes fogásokat megillető sorrendet is szabályozza.

Ezt a rangfokozati beosztást egymásután átvették a szláv udvarok, sőt utóbb még a porosz szertartásmesterek is felhasználták. De persze leegyszerűsítve, mert a bizánci nehányszáz fokozat helyett Poroszországban a hadnagytól a főudvarmesterig szerény 93 rangfokozattal érték be.

Cremonai Luitprand, ki mint I. Ottó császár követe, többször időzött a bizánci udvarnál, részletesen leír egy ottani karácsonyi ünnepet, mely

12 napig tartott, ezalatt reggeltől estig jóformán állandóan ettek és ittak.

Egyáltalán a középkor gasztronómiai divatjának két főirányítója volt: az egyik az emberek falánksága, a másik az egyház mérséklő igyekezete.

Minél nagyobb mennyiségeket fogyasztottak el a régiek, annál büszkébbek voltak a lakomára, amelyek emlékét krónikáikban is megörökítették. Valósággal kérkedtek vele. Hogy a sok példa közül csak néhányat említsünk, a landshuti György herceg esküvői ünnepe nyolc napig tartott. Ezalatt 3000 ökröt, 62.000 tyúkot, 5000 ludat, 75 vaddisznót és 7500 rákot fogyasztottak el és 440 hordó különböző fajta bort ittak meg. A multság 70.000 aranydukátba került. Hogy műy hatalmas evők voltak még az angolok is, arról tanúságot tesz az a 28 ökör és 300 ürü, mely töméntelen szárnyason kívül naponta elfogyott II. Richárd király évről-évre ismétlődő karácsonyi lakomáin. Az ebéden, amelyet John Mansell, a király tanácsosa 1255-ben a felségek tiszteletére adott, a 700 tál előétel kevésnek bizonyult, a házigazda a legnagyobb zavarba jött, mint azt a krónikás némi örömmel feljegyzi.

* *
*

Milánó városa 1368-ban hat hétig ünnepelte egyfolytában Licnel clarence-i herceget, Violanta Visconti férjét. Egy ezen időbe eső lakoma alkal-

mával nemcsak az ételsor volt meglepő, hanem az is, hogy minden fogást az értékes ajándékok egész sora kísért. A 18 fogás közt szerepel tüzet okádó aranyozott malac, aranyozott halak, nyulak és borjak, vadak, pástétomok, sütemények, az obligát pávák és pávanyelvek, végül a főzelék, gyümölcs és a közkedvelt parmezánsajt. De minden fogással behozták a stílszerű mellékleteket is. Mégpedig nemcsak az agárkutyákat, vadászszólymokat, ezüstveretű páncélzatokat, aranyhímzéses nyergeket, öltözeteket és térítőket, hanem a sajtok kíséretében 12 kövér tehenet is.

Az előkelő lakodalmak legalább két hétig tartottak. Béla király Ottokár cseh király unokahúgát vette feleségül. Az akkori ünnepségekről egy Ottokai von Horneck nevű történetíró azt beszéli, hogy a sok bor elegendő lett volna mindkét ország lakossága számára. Horneck, úgy látszik, nem ismerte kitűnő eleink borfogyasztó képességét. Azon is csodálkozik, hogy hol vették azt a sok szárnyast és vadat. Mintha a két ország minden verebe és cinegéje tyúkká változott volna át. A hajók alig bírták a Dunán a sok elemózsia súlyát cipelni, némelyik meg is hasadt belé, beszéli krónikásunk.

De a polgárság sem hagyta magát. Egy Gundlinger nevű augsburgi pékmester 1493-ban olyan lakodalmat rendezett, amely nyolc napig tartott és amelyet 20 ökör, 46 borjú, 49 kecske, 30 szarvas, 95 sertés, 106 lúd, 25 páva, 515 darab

szárnyasvad és 15.000 hal és rák elfogyasztása tett emlékezetessé. A vendégek jórésze már a hetedik napon kidőlt, jelenti a krónika.

Egy Rosenberg nevű csehországi úr XVI. századbéli lakodalmáról beszél Hans v. Schweinichen lovag, ki gazdája, XI Henrik lignitzi herceg kíséretében résztvett az ünnepségeken, amelyek 100.000 birodalmi tallérba kerültek. A konfekt és a marcipán magában 12.000 tallér ára volt. 12.000 tyúk, 40.000 tojás, 2000 nyúl és 15.000 ponty fogyott el egy hét alatt.

Ugyanezen Schweinichen lovag saját lakodalmáról boldogan jelenti, hogy a harmadik napon már minden résztvevő annyira be volt rúgva, hogy a tervezett táncmulatságot nem lehetett megtartani. Mire pedig menyasszonyát haza vezette, barátai útközben is nagy ivásokat rendeztek. Végül kivétel nélkül mindenki teljesen elázott, mondja Hans úr, egyszóval nagyon sikerült, gyönyörű lakodalom volt.

Mert mégis csak az ital volt a középkori lakomák legfontosabb tényezője. Az ennivalók többnyire csak a tömegükkel hatnak, néha még az sem. Akárhány krónikás meg is rójja a várurat vagy magisztrátust, kevesli a mennyiséget és szegényesnek nevezi a menüt. Valami nagy fantáziát nem is árul el ezen ételsorok összeállítására. Egy templomszentelésen például a weissenfeldi városi tanács a kétnapos traktamentum alatt a következő menüvel szolgált a meghívott

püspöknek: Sáfrányos tojásleves, köleskása ürü-
hússal, sült csirke szilvával. Egy másik ebéd:
Tőkehal olajban mazsolával, főtt angolna borsó-
sán, piritott hering mustárral. De volt tészta is,
palacsinta mézzel és szőlővel töltve. Desszert
pedig gyümölcskocsonya mandolával megtűz-
delve és ánizzsal behintve.

A XIV. század német konyhája nagyon egy-
szerű volt. Rizses hal, borsós kacska, sült kakas,
körte, dió és sajt volt az obligát ünnepi menü.
De évszázadról évszázadra bővült a műsor. Fo-
goly és szalonka, kappan, többféle gyümölcs,
igen jó sör és még jobb borok gazdagították a
vendéglátó asztalát. Olaszország, mely már ekkor
az ingyencségben a vezető szerepet ambicionálta,
hétköznapi is fogyasztotta a sáfrányos ételeket, az
almával, birssal és fokhagymával töltött libát.
Nagy súlyt helyeztek a fügére és sajtra, édes
konfektekre és a tyúkból, halból készült fagylal-
tokra, amelyek a mi chaud-froidjainknak és
kocsonyáinknak felelnek meg. Nagyon szerették
a marcipánt is, mely Romeo és Júliában is meg
van említve. Elnevezése — Marci páni, Márkus
kenyere — velencei származásáról tesz tanúságot.

* * *

A látványos lakomák kora a XIV. században
kezdődött. Burgundiái Merész Károly lakodal-
mán húsz harsonás herold vezette be a menetet,

utánuk 200 díszes ruhába öltöztetett szolga hozta a dúsan megrakott tálakat. A desszertet aranyedényekben hordták körül.

Ezen időkből jött divatba az is, hogy az ételeket, italokat lóháton vitték be. Miután ez csak a fejedelmi udvarok hatalmas ünnepi csarnokaiban volt lehetséges, csakhamar beszüntették a lovasított lakomákat.

A XV. század az asztaldíszek és a parádés tálak túlzásaiban élte ki magát. Újból életre keltek a császárok Rómájának óriási pástétomai a legkülönbözőbb alakokban és szárnyas, sertés- vagy nyúlhússal töltve. De a legnagyobb szenzáció az volt, amikor a pástétom felvágásánál ünnepi ruhába öltözött kislányok ugrottak ki avagy a csörgősipkás házitörpe került ki belőle.

Ez volt az aranyozott és ezüstözött pávák, hattyúk és ludak korszaka. Az volt az igazi nagy szakácművész, aki úgy tudta megsütni e madarakat, hogy tollazatuk rajtuk maradt. Az igazi tálalómester pedig úgy tudta felszeletelni őket, hogy a tollas részeket megkímélte.

Az asztalok mellett díszes ünnepi ruhákban ékszerekkel megrakodva ültek az ország legelőkelőbbjei és gyönyörködtek a terítékek pompájában, a felhordott ételek nagyszerű látványában. A kép mint látványosság hallatlanul szép volt. De ahogyan ez a mindenképpen díszes társaság étkezett, evett, ivott és viselkedett, azt a mai ember el sem tudja képzelni.

Thomasin von Zerclaere „Welsche Gast“-ja, „Des Tantäusers Hofzucht“, „Die Wiener Tischzucht“ és még sok más ebből az időből fennmaradt más olyan intelmekkel látja el a lakomák résztvevőit, amelyekre ma már a legalsóbb néprétegek sem szorulnak.

A gazda gondoskodik róla, hogy elég legyen az enivaló és ne táltasson olyat, amit vendégei nem esznek. A vendég legyen szerény. Ne egye meg egész kenyerét még az első fogás előtt, ne tömje szájába két kézzel cipóját. Teli szájjal ne igyék és ne beszéljen. Senki se egye meg mindazt, ami a tálban akad, hogy asztaltársának is jusson belőle. A kezek és körmök tiszták legyenek, hogy mikor a tálba nyúlnak, ne keltsenek undort a többieknél. Étkezés közben nem illik az orrot piszkálni vagy a fülben turkálni. Az asztalterítőbe ne töröld kezeidet, orrodát még kevésbé. Ne nyúlj pusztá kézzel a sótartóba, ne használd szomszédod kanalát, ne szürcsölj a tálból, ne töröld ki az ujjaddal, ne könyökölj az asztalra, ne szuszogj és ne büfögj és ne old meg övedet étkezés közben.

De a hölgyek is megkapják a maguk — úgy látszik — egyáltalán nem felesleges intelmeit. Nézzük csak, mit ajánl a „Roman de la rose” figyelmükbe. Hadd lássák, hogy a háziasszony törődik háztartásával, azért jöjjön utolsónak az asztalhoz és csak akkor üljön le, ha már mindenki elfoglalta helyét. Szomszédjának, ki vele egy tál-

ból étkezik, rakja tányérjába a darabokat és szeletelje fel. Amellett ügyeljen arra, hogy kezeit ne merítse csuklóig a tálba, ajkait ne piszkítsa be zsíros hússal, ne vegyen egyszerre túlsokat a szájába. Kis kortyokban igyék és ne ürítse ki egyszerre poharát. A vendéghölgyek pedig ne faljanak vadállatok módjára, ne nyalják le ujjait és ne igyák le magukat.

Bizony évszázadok kellettek hozzá, míg a mély tányér és a villa divatba jött. Hiszen Mátyás királyunk felesége, Beatrix modenai villákat, kér „borravalóul (beveraggio)” a ferrarai követőtől azért, hogy öccsének, Hippolytnak az esztergomi érseki széket megszerezte.

V. Károly császár, kinek országában a nap sosem nyugodott le, roppant nagy úr volt egy féltucat villa birtokában. A francia udvar csak a XVI. század végén ismerkedett meg a villával. A nép nagy ellenszenvvel fogadta az idegen jövevényt.

Évszázadok kellettek, míg megtanulták, hogy kezeiket az asztalkendőbe és ne ruhájukba vagy a körülöttük lebzselő kutyák bundájába töröljék.

* *

Így éltek, így lakmároztak akkoriban a legelőkelőbbek és a leggazdagabbak. A titulus bibendi sosem hiányzott és értettek hozzá, hogyan kell minden alkalmat kihasználni. Egy-

hónapos lakzik, kéthetes keresztelők és nyolcnapos halotti torok egyáltalán nem tartoztak a ritkaságok közé.

De nemcsak az előkelők és a gazdagok, a kisember is bőségesen kosztolt a középkor nyugodt éveiben. Tápláléka egyszerű, sőt kissé primitív volt, de keresete mellett el tudta érni azon nem csekély mennyiségeket, amelyeket ez időben fogyasztani szoktak, mert az élelmiszerek aránylag is olcsók voltak. Húst ettek sokat, vad is volt még akkoriban töméntelen, ettek sok kenyeret, mely búza, zab vagy árpából készült — rendszeren keverték a lisztfajtákat — és sört vagy bort ittak hozzá. Hal is akadt bőven, persze a tengeri halakat csak szárított alakban fogyasztották, mert az akkori közlekedési eszközök mellett friss tengeri halhoz csak a partmenti lakosság jutott. A rák oly bőségben volt és annyira olcsó, hogy külön rendelettel kellett megtiltani, hogy a cselédséget böjtnapokon kizárólag rákkal lássák el.

A cukor az egész középkorban még igen drága volt, azért az ételek édesítéséhez, úgy, mint az ókorban, mézet használtak. Főzelékre, gyümölcsre nem helyeztek súlyt még akkor sem, amikor a keresztes vitézek révén konyhájuk sok újfajta zöldséggel és veteménnyel bővült.

Ismerték a répa- és káposztaféléket, a hüvelyeseket csak a köznép kedvelte. Ellenben a vízben vagy tejben főtt kásák nagy szerepet játszottak.

tak. A hazai gyümölcsöket megették, de a délvidékieket csak az ételek ízesítésére használták.

A kávé, tea, burgonya még ismeretlenek voltak. Reggelire leves járta, melybe kenyeret áztattak avagy valamilyen kása.

Aki dolgozott, bőségesen megkereste az enni-valóját. Bajorországban például egy napszamos a XV. században 18 fillért keresett naponta. Ebből rendesen megélhetett, mert egy font marhahús 2 fillérbe, kolbász pedig 1 fillérbe került. Napi keresete feléért, 9 fillérért vásárolhatott egy font húst, 7 tojást, egy mérce borsót és egy itce bort. Keresete másik fele megmaradt ruházkodásra és egyebekre.

Még azt is tudjuk, hogy ebben az időben egy polgári ház szakácsnejének 7—8 forintot fizettek évente. A frankfurti polgárság keservesen panaszkodik, hogy 1501-ben két weszfáli sonka 13 schillingbe kerül, holott négy évvel azelőtt feleannyiért volt kapható. Már akkor felismerték, hogy a magasabb pénzegység, amelyet behoztak, idézte elő a drágulást.

Az emberek ettek bőségesen és ittak még bőségesebben, a lakomák akárhányszor véres verekedéssel, sőt emberhalállal végződtek. Nagy Károly szükségesnek látta, hogy külön törvényben intézkedjék a lakomái gyilkosságok és a jelenlevők felelőssége ügyében. Ő fosztotta meg az iszákosokat a tanúskodás jogától.

Hogy a táplálkozás e módjának, mely a nagy tömegek fogyasztására helyezte a súlyt s amelynél a minőség alig játszott szerepet, a magasabb gasztronómiához vajmi kevés köze volt, bizonyításra nem szorul. Hogy pedig nem is volt egészséges ez a csupán bőséges táplálkozási mód, mutatja, hogy középkori ember átlagos élet-tartama mindössze 30—35 év. Amiben nyilván jó része volt az antihigienikus táplálkozásnak is.

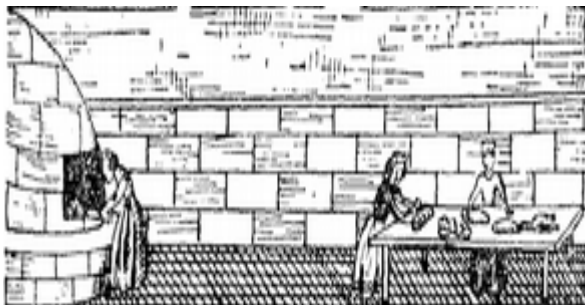
Az egyetlen számottevő tényező, mely ezen, gyakran szinte állatias táplálkozási mód ellen küzdött, az egyház volt. A böjtök bölcs intézményei és egyéb dogmatikus étrendi előírások tömértelen sok egészségi károsodásnak vették elejét.

De mint már említettük, éppen a kolostorok voltak Róma pusztulása óta a gasztrgnomia leg-első mentsvárai. Első szóra talán furcsán hangzik, de úgy alakult tényleg a helyzet, hogy a jámbor szerzetesek, kiknek életmódját a nagy rendalapítók. Szent Benedek, assisi Szent Ferenc, Szent Ágoston külön-külön a legszigorúbb korlátok közé szorították, éppen e korlátok betarthatása érdekében foglalkoztak a gasztronómia fejlesztésével. Meg is kellett ezt tenniök, hisz kizárólag ők voltak a nép tanácsadói lelkiekben és testiekben egyaránt.

X. Leo pápa, Michelangelo és Raffael bőkezű pártfogója, kinek volt érzéke a konyha művésze iránt is, jelentékeny enyhítéseket eszközölt az egyház táplálkozási tilalmain.

Úgy a kolostori krónikákat, mint a csak néhány századdal később megszületett első német szakácskönyveket a mi szemünkben az teszi különösen értékessé, hogy a kulináris szempontok mellett a higienikusokról sem feledkeztek meg. Rámutatnak arra, hogy mely ételek és italok az egészségesek és melyek az ártalmasok. Hippokratés és Galenus óta most ébredt fel először álmaiból a diétetika.





RÉGI MAGYAR KONYHA

Magyar konyhánk legrégebb írott emléke a középkorból származik. Báró Radvánszky Béla „Régi, magyar szakácskönyvek” című kitűnő munkájában facsimilében reprodukálja a sajnos csak egy lapból álló töredéket, mely a müncheni királyi könyvtár egy XV. századbéli kódexéből származik. Németnyelvű feljegyzés néhány jó magyar étel főzésének művészetéről: Vermerk ein guede Kunst von ungrischen oder pechamischen essen zu kochen dy guet sein. Ponty, fácán, kappan és csuka elkészítési módjain kívül egy vadaprólék-recepttel ismertet meg bennünket. Ezekből nemcsak azt látjuk, hogy nálunk már akkor is magas-fokon állott a kulináris művészet, hanem, hogy már akkor is messze földön elismerték a magyar konyha kiválóságát.

Amit az ősmagyarok táplálkozásáról tudunk, javarészt csak legenda. Legenda a nyereg alatt puhított hús is. Ezen balhiedelem — hogy ne

nevezzük történelmi pletykának — abból származhatott, hogy a feltört hátú lónak sebét egy szelet nyers hússal fedték be, ami az ú. n. természetes *gyógymód hívei szerint is* kitűnő terápiás eljárásnak mondható. Ha pedig fel kellett ülni a paripára, úgy a hús fölé került a nyereg. Ellenben tény, hogy nomád nép létükre a maguk előtt hajtott gulyák húsán éltek. A leölt marhák húsát napon szárították meg, porrá zúzták és tömlőkben nyergükre akasztva vitték magukkal. íme a húskonzerv elsődleges alakja. A pihenők alatt tüzet raktak és húsporukból vízzel „levet” főztek, mely némileg a spártaiak fekete levesének volt párja.

A magyar faj tanulékonyságának és tagadhatatlan konyhai tehetségének volt köszönhető, hogy a legprimitívebb kosztolásból aránylag rövid idő alatt a kulináris művészetek azon fokáig vitték, amelyről az említett müncheni kódex is tanúságot tesz.

Az ilyen haladásra csak az olyan nép képes, mely szereti a maga jó konyháját és meg tudja becsülni annak művelőit. Mihály mestert, Bebek György szakácsát és Antal mestert, a Perényi Gáborét még késő századok múlva is emlegetik, mint tanító mestereiket.

Anonymusnak, III. Béla király névtelen jegyzőjének, úgy látszik, nem volt sok érzéke a gasztronómia iránt. Krónikája mindössze arról tesz jelentést, hogy Árpád és vezérei a Nyírség meghódításának örömeire „fecerunt magnum aldu-

mas” egy hétig tartó ünnepi lakomát ültek és naponta megittasodnak vala ...

Kronologice az első komoly gasztronómiai értesüléseink Mátyás király udvarából származnak. A nagy renaissance-király olasz történetírói, Marzio Galeotto és Bonfini bőséges adatokkal szolgálnak az akkori ragyogó udvari életről.

Kazinczy Gábor fordította magyarra a Marzio Galeotto munkáját. Ez és Csánki Dezső pályadíjat nyert „Mátyás király udvaráról” című műve legmegbízhatóbb kútforrásaink. E két munkából teljes betekintést nyerhetünk a XV. század legmagasabb színvonalon álló magyar konyhájának művészetébe, mely nem maradt el semmiben a firenzei Medicieké mögött sem.

Gundel Károly szakavatott kézzel merít az említett forrásokból, midőn az ő pompás könyvében, a Vendéglátás művészetében színes képet rajzol történelmünk e legragyogóbb korszakáról.

Legyen szabad e vázlatok közül néhányat itt visszaadnunk.

„Igazán fejedelmi udvartartás volt Mátyásé.

Az udvari konyhára sáfár ügyelt fel, gondoskodott az élelmiszerek beszerzéséről, ezek jóságát ellenőrizte, felügyelt az éléstárakra s az ő kezéhez járt ki a konyhapénz s a konyhaszemélyzet szegődött bére.

A konyha élén a főszakácsmester állott, akinek a kezébe tette le a sáfár a többi szakácsok, kukták és szolgák fizetését. Az 1460-as évek

közepe óta nagyszakácsú Veres György volt a konyhamester, aki már 1462-ben a szakácsok közt szerepel. Érdekes, hogy a szakácsok között is több Kiss-, Nagy-, és Külső-Szakácsiból (Somogy megye) származó szakács szerepel (Orros, Kis, Győrfi, Egyed).

Megjegyzi Csánki, hogy Mátyás sokat költött konyhájára, özvegy korában a vendégek sokasága, Beatrix idejében a vendéglátás folyton növekedő fénye miatt. Bonfini szerint, ha Mátyásnak kedves vendége volt, maga is kiment a konyhába, személyesen nézett szakácsai után s olykor-olykor még segített is nekik. A szakácsok száma nagyobb lehetett, mint utódja, Ulászló korában, pedig akkor is tízen-tizenketten dolgoztak a konyhán, a kuktákat és segítőket nem számítva. Ha utazott Mátyás, több szakácsot vitt magával, sőt küldött előre. 1480-ban Raguzába ment látogatóba s hogy jólétét biztosítsa, pénzt küld előre és Zágrábból egy falka ökröt, mely véleménye szerint elég leendő otléte alatt a királyi konyha szükségére.

A személyzethez tartozott az udvari tárnok, akire az evőeszközök, ruha- és fegyvertár gondja hárult, az ajtónállók, étékfogók, pohárnokok.

Hű kísérője a királynak az udvari bolond csengetyűcskével telerakott tarka ruhájában.

Hosszan foglalkozik Csánki az udvar arany- és ezüstművekben, evő- és ivóedényekben való gazdagságnak leírásával.

Beatrix menyegzője alkalmával a pfalzi fejedelem követe és a boroszlói jegyző írnak erről a gazdagságról.

A királyi asztal előtt négyszögű, nyolc-lépcsőjű emelvény, tálak, medencék, poharak sokaságával. Ezen az egy pohárszéken 560 tárgyat számlált meg a krónikás, pedig ezenkívül még 7 pohárszék állott a teremben. Az asztal előtt 300 font ezüsből készült művészi kézre valló szökőkút állott, odább egy kétakós ezüsthordó függött a mennyezetről számos csővel, csappal, amely belül több részre osztva, különféle italokat foglalt magában. Ebből csapoltak a királyi s a többi asztal számára zamatosnál zamatosabb italokat. Az ez alkalommal használt ezüst és aranyedények számát 980-ra teszik, kiemelve közülük a két egyszarvút (melyek már Olmützben is szerepeltek), az egyiket egy közönséges ló, a másikat egy számár nagyságához hasonlítván.

Érdekes, amire Beatrix már említett kívánsága is rávilágít, hogy az arany és ezüst eszközök mérhetetlen gazdagsága mellett a villa, mely akkor már ismert eszköze volt Olaszországban az asztalnak, hiányzott.”

Galeotto, Mátyás „csodaszerű tisztaságának” külön fejezetet szentel előbb említett munkájában (XII.). Ezeket írja benne: „A magyarok négyszögű asztaloknál esznek, ami a régi rómaiakról maradt fenn s minden étket lévben tálaltak,

a lévneműek minden éték szerint változván. Mert a ludat, kacsát, kappant, fácánt, fogolyt és seregélyt, mik ott bőven vannak, továbbá a marha-, bárány-, gödölye-, házi és vaddisznóhúst s a különféle halakat s több efféléket mindig más és saját levőkben főzik vagy pácolják. „Aut mer-guntur, aut condiuntur, szakács műnyelven: hosszú (azaz sok híg lév, az úgynevezett úti-lév) és kurta lével (a mostani becsinált) főzik”, jegyzi meg a fordító: Kazinczy Gábor.

„Szokásban van az is, hogy nem — mint ezidőszerint nálunk (Itáliában) — kiki külön, hanem egy tálból vesznek mindnyájan, sem villát nem használ ott senki az étdarab vagy hússzelet kivevésére, ahogy az most a Pón túli Olaszországban divatoz. Mert a terített asztalnál kiki tetszése szerint vesz a köztálból s darabokra metélve ujjaival rakja szájába. A magyaroknál nemigen szokás tálnokokat tartani: azért az ő tömött vendégségeikben s dúsgazdag asztalaiknál igen bajos megóvakodni, hogy a kezét s ruhát lecsepegő sáfrányos lév el ne piszkolja. Ugyan-is sáfrány, olasz dió, fahéj, bors, gyömbér s más fűszerekkel igen bőven élnek. Mert miután a magyarok izmosb s hevesb természetűek az olaszoknál: úgy látszik, nem ok nélkül élnek fűszerekkel, mivel Avicenna tanúsága szerint, a hevítőszeret megfelelnek a hő életműveknek s táperővel csupán hasonszerű anyagok bírnak. Hogy az ily, fűszerekkel bővöködő étkek hevítőb-

bek, belátja kiki, s hogy a leves és sáfránylév, főleg a körmök és ujjakat, mikkel az étkeket fogjuk, elsárgítja, kétséget nem szenved.

Hanem Mátyás király kézzel fogva mindent, soha el nem mocskolja magát, ámbár figyelemmel követi a beszélgetést... stb.”

Majd alább így folytatja Galeotto: „magam szemével álmélkodva láttam a királyt, társalogva, vagy éneket vagy beszédet nagy figyelemmel hallgatva, folyvást étkezni, a nélkül, hegy valaha elpíszkoltta volna magát. Ami valóban bámulatos, miután másek a legnagyobb figyelem és ügyelés mellett sem képesek kikerülni, hegy kezeket vagy öltözetüket el ne mocskolják. Természeti tulajdona tehát a királynak e tisztaság, miután azt a hazai szokás és befolyás ellenére, mindenekfölött kedveli”.

Roppant érdekes, ahogy szerzőink Mátyás és Beatrix lakodalmáról írnak. Helyszüke miatt már csak azt a részt veszem át, mely az egyes ételneműekkel foglalkozik.

„A királyi asztalra kerülő étkek sora bő és változatos. Bel- és külföldi tudósítások egyaránt gazdagnak mondják Magyarországot égaljunk minden állat- és növényfajtájában és valóságos Kánaánnak festik, melyből minden bőségesen tellett az udvari konyhára.

A kenyérrre nagy gondot fordítottak: magyarosan, kovásszal készítették s még Beatrix jöttével sem cserélték fel a jó magyar kenyeret az olasz zsemlye-kenyérrel.

A húsételek közül a marha, juh, kecske és sertés, a szarvas, őz, nyúl, szárnyasokból a kacsá, fogoly és a seregély állottak első helyen, főleg azonban a kappan és a fácán, melyet sokkal nagyobb mértékben tenyésztettek, mint manapság. A páva húsát — melyet ma nem is igen ismerünk — akkor különös becsben tartották s töltve élvezték az e célra hizlalt állatokat. A pulyka ritka madár volt akkor minálunk s éppen Mátyásnak köszönhetjük elterjedését. 1490-ben a milánói hercegtől kért tenyészállatokat s egy szolgát, aki bánni tud velük.

A halakat is nagyon kedvelték. Galeotto szerint a legjobb és más országokban teljesen ismeretlen halakban is dúslakodott Mátyás birodalma. Szerinte a hálót az ország egyetlen folyójába vagy halastavába sem vetették ki hiába. A mennyhal és a csuka voltak a legkedveltebbek. A hazsi halakon kívül, különösen az angolnát kedvelte Mátyás és a kövi pisztrángot is megbecsülte. Ez utóbbi különösen lakomákon szerepelt. 1488-ban fia lakodalmára is pisztrángot hozatott Stájerországból.

A mellékételek közül a sajtra fordítottak nagy gondot. Beatrix kedveltette meg a királlyal a kitűnő talján sajtokat. Nemsokára sajtkészítő mestereket hozat Szicíliából, Olasz- és Franciaországból Budára.

A zöldségművek közül a hagymának volt jelentős szerepe. Húsételekhez sütvé vagy párolva

kiváltképpen a király szerette nagyon. Beatrix maga írja meg nénjének, Eleonóranak Ferrarába, oly apróra menő részletességgel, mely sokkal fontosabb dolgokhoz is méltó volna, mily gyönyörűséget okoztak az Olaszhonból érkezett vörös- és fokhagymagumók. (Ha gyöngyökből lettek volna, sem örülhetett volna a király jobban!)

A gyümölcsök közül különösen a füge volt kedvence, de ettek hazai gyümölcsöket is. Galeotto különösen a tökkörtéért lelkesül, melyet alig lehet két marokkal átfogni és mégis pompás íze van.

A cukrászsüteményeket akkoriban nem a szakácsok készítették, hanem a gyógyszerekkel üzérkedő specialisták, akik Beatrix királynéval jöttek az országba.

A vízre is súlyt helyeztek. Budán és Visegrádon a közeli hegyekből vezették a palotákba.

Sört is fogyasztottak, de a bort jobban szeretik. Külföldről idekerült írók a magyar borokat általában s a Mátyás borait különösen kitűnőknek találják s myit külföldön szokatlan dolgot említik meg, hogy a király és a főurak egyaránt sokféle bort fogyasztanak evés közben.”

* *

Most pedig ránduljunk át a Királyhágón, nézzünk szét a mindig híres erdélyi konyha környékén. Milyen világ járta ott a Nagyságos

Fejedelmek idejében. I. Apafi Mihály korában vagyunk.

Ha valaki közülünk megunva azt a sok zavarosságot, amit manapság össze-vissza olvassunk, meg akarja fürösztelni lelkét a régi daliás idők emlékeiben, szerezzen magának egy jó napot és lapozza végig az Apor Péter kis könyvét, mely a dr. Balló István kiadásában mindenki számára hozzáfélhető. Nagy gyönyörúsége fog telni irodalomtörténetül, kelemek emlékében.

Címlaja így szól:

Metamorphosis Transylvaniae

azaz

Erdélynek régi együgyű alázatos idejében gazdagságából e mostani kevély, cifra, felfordult állapotjában koldusságra való változása.

Melyen a mint életében sohasem kapott, hanem Erdélynek régi alázatos együgyúségében holtig megrrwadott, úgy a következő maradváinak örökös emlékezetire

írt le

hazája felfordult állapotján szánakozó igaz hazafia és gyökeres székely

Báró Al-torjai Apor Péter

Végezte penig el munkáját az 1736. év életének 60-dik esztendejében, alsó-torjai udvarházánál.

Et haec meminisse juvabit.

(Segített, hogy erre emlékezzünk.)

Mondanivalóit a szerző „cikkelyekbe” foglalja össze. Legyen szabad az első cikkelyt, mely bevezetésszámba megy, egészben szó szerint leközölnöm:

„Oka ezen írásnak.

Kedves maradváink! Ezen régi erdélyi módot és szokást sokat gondolkodtam, ha deákul írjam-e le vagy magyarul? Végtére, hogy tisztában és értelmesebben az dolgokat kitehessem és maradváink is jobban megérthessék, eltökéltem magamban, hogy magyarul írjam.

Oka pedig ezen írásomnak az, hogy mivel ab anno 1687, az mely esztendőben az német legelsőben bejőve, azoltától fogva látom minden esztendőben új-új mód avagy, amint az német mondja, Náj módi vagyon, úgy hogy mentől inkább szegényedünk, annál nagyobb titulusra és cifrább paszomántos köntösökre vágyunk és már az atyáink szokott eledelit meg sem ehetjük, hacsak német szakácsunk nincsen és különbnél különbféle drága étkeket nem főz; hogy azért azon időbeli bécsi szokás, az melyben az mint másutt is íram, más munkában, midőn erat pingvissimus vitulus et rarissimus titulus, maradváinknál épen feledékenységben ne menjen, az mi kevés eszembe jut, leírom.”

A második cikkely „Az titulusokról”, a cím-kórságról beszél.

A harmadik, mely minket legjobban érdekei, „Az vendégségről és ebédről és vacsoráról” szól.

Ennek javarészét pontosan leírtuk:

„Az titulusról lépünk által az vendégségekre és ebédekre s vacsorákra. Legelsőben is reggeli kávé, herbathé, csokolátának híre sem vala; ha valakinek azt mondottad volna: kell-e kávé, talán azt értette volna, hogy állj el mellőle ha: kell-e thé, talám azt tudta volna, hogy tezed; ha csokolátával kínáltál volna valakit, talám azt tudta volna, ha tudta volna, hol volna Kacsulatafalva Fogarasföldin, hogy az Kucsuláti patakból kínáld, ha valakit kínáltál volna rosolissal, talán azt gondolta volna, hogy napfeljötté előtt harmatot szedtél s avval kínáld avagy rozsból is sült kenyérral kínáld. Híre sem vala ezeknek az régi időkben, hanem Brassóban főzték az fahéj vizet, azonkívül az reggeli italt hívták aquavitának, vagy tiszta égett bort ittanak, honnan is az úrasszonyok apró pincetokokban, úgy az nemes — és főasszonyok is úgy kínálták s kivált az idegen embert. Vagy penig égett bort töltvén tálban, azt megmézelték, egy vagy két fügét vagy egynéhány szem malosaszöiőt tettek köziben, meggyújtották az égett bort s úgy keverték az tálban kanállal, azután megoltván az tüzet, azt itták, az fügét utána ették. A férfiak reggeli ital gyanánt jó finom édes, csípős ürmös bort is ittanak s egészségesnek tartották, mert nem vala olyan paszomántos gyomrok, mint a mostaniaknak.

Régi magyar étkek ezek valának: tormával disznóláb, káposzta tehénhússal, lúdhússal, sza-

lonnával vagy télben új disznóhússal, tehénhús polyékával (leves), kukrejtrel, (mártás) árpakásával, de abban soha azelőtt citromlevet nem töltöttek, tehénhús rizskásával, murokkal vagy petrezselyemmel, röstölt lével, nyárban új hüvelykes borsóval; lúd törött lével, tyúk sültve fokhagymával, ecettel, szalonnával; borsó vagy héjalva s arra felül szalonnát perzselteinek s úgy töltötték azt tálban vagy hajatlan hígan, abban darab szalonnát vagy disznóhúst tettek; berbécshús spékkel vagy tárkonnyal vagy ecettel, vereshagymával (ennél kedvesebb étke nem volt az öreg Teleki Mihálynak, sem Apor Istvánnak), tehén- vagy disznóhús kaszáslével, ennél s az káposztánál magyar gyomorhoz illendőbb étket nem tartának az régi időben, nyúlhúst fekete lével, csukát tormával vagy szürke lével etc. Vajat nem tettek semmi étkekben, hanem az kása közepiben mikor feladták asztalhoz, mikor kalácsot, lepént, bélest sütöttek, abba tettek vajat vagy pengig pánkot, noha inkább ették akkor az új oltasztott hájban forralt pánkot, mint az vajban sültet. A kapornya volt minden étkeknek jó ízt adó szerszáma.

A kerék asztalnak híre sem vala, hanem négyszegletű asztal vala az embereknek az eleinél; olyan volt, hogy mind alól, mind feljül kihúzhatták, az mint az vendég jött; ha annyi vendég volt, hogy annál el sem tért, toldást tettek az asztalhoz. Az asztal az fal mellett

állott, belől a fal mellett bélelt padok voltak, kül pedig karosszékek. Nem francia módon, mint most, hanem tíz órakor ettenek ebédet, hat órakor vacsorát. Mikor közelített az tíz óra, az pohárnok az asztalt megterítette, az főhelyre egy vagy két tányéért tett, az asztalkeszkenyővel betakarván az egész cipót, oda egy vagy két ezüst kalánt tevén, azután asztalkeszkenyővel annyi cipót tett oda tányérra, az mennyit gondolt, hogy elég leszen az asztalhoz ülőknek és azt az pohárszéken tartotta mindaddig, az míg asztalhoz leültek, azután kinek-kinek beadta az tányéért és cipót keszkenyővel. De kést senkinek nem adtának, hanem az igen nagyjánál az embereknek az inasánál volt az maga kése, úgy adta be az urának, de ezenkívül is, akármely nagy ember volt, az öviben hátul az hüvelyiben volt az kése, mikor asztalhoz ült, elévette az hüvelyit, kivette az kést és ett vele, azután hogy ett vele,' megint az hüvelyibe betette, az háta megé az övibe szúrta. Mindazáltal ebéd előtt vagy vacsora előtt az inas elkérte a kést, megtisztította, az úrnak úgy adta oda s úgy tette az hüvelyiben.

Az ón tányér igen ritka volt, mind inkább fa tányérról ettenek... Mikor az tíz óra eljött, az étket befedve az asztalra elhozták és befedve lerakták; ón tálból ettenek még az nagy uraknál is, mert az egy fejedelmen kívül senkinek ezüst tálból szabad nem volt enni.

Rendszerint mikor elhozták az étket, azután az palotára elébb az férfiak kimentenek, azután az asszonyok, az leányok az asszonyok előjt jöttek, azok közül pedig az, ki legkisebb volt az jött legelői; azok előtt egy öreg rend szolga, mint egy hopmester, lassan jött előttök. Mikor osztán rendet állottanak, az pohárnok eléállott az mosdóvízzel és kendővel az nagyjánál az embereknek ezüst mosdókorsó volt s ezüst medence, az alávalókmíi vagy réz vagy ón, de medence nem volt; és legelsőbben is az leányokat es asszonyokat megmosdatták, azután az pohárnok az korsóval és az is az' ki az medencét tartotta, az gazda rendre kínálni kezdte az vendégeket ilyen szóval: „Mosdjék uram kegyelmetek”... Mikor már megmosdottak volna, az pap elé állott és az asztalt megáldottra, azt elvégezvén, az asztalnok a csatlóssal eléállott annak kendő lévén az nyakában és az étkeket felfedte, az fedőtálakat az csatlós elvévén, azután leültének. Az asszonyok itt előbb mentenek s az leányok hátrább maradtanak; az legkisebb legalól, belől az fal mellett ültének az asszonyok és az leányok, hanem egy az asszonyok közül az asztal végén fenn ült, azt főhelynek hittak; kül az férfiak ültének, egy férfi fenn az asszony mellett, az ki, az mint íram, az főhelyen ült; az gazda rendszerént az asztalnok az végén ült. Leülvén, a gazda rendszerént kínálni kezdte az vendégeket: „Egyék, uram, kegyelmetek etc.” Akkor

az nagyjának az inas beadta az kést, az többi az háta megül az öviből elévette az hüvelyit, kivonta az késit. Ott semmi gazdálkodás (kínálkodás) nem volt, hanem az kinek micsodás éték volt előtte vagy legközelebb hozzá, az melyiket szerette, abból enni kezdett kiki. Nem vala akkor szokás, hogy az vendég innya kérjen, ha valaki akkor mondotta volna, hogy glasz wein wein, soha bizony nem tudta volna, hogy kitől kéri, az vajjat kér-e vagy mit. Eleget adatott ott az gazda. Elsőben is, midőn annak volt az ideje, veres máztatlan fazékban beadták az ürmösbort, azután megint hasonló fazékban másféle bort, rendre egymás után ittanak. Nem vak ekkor híre az karafínának, mert ha előhoztad volna, hogy karafín, más megharagudott volna, mert azt gondolta volna, hogy kurafíázod. Nem vala híre a credenciának is, mert ha előhoztad volna, hogy credencia, más talám az tt gondolta volna, hogy hiteles levélt kérsz credencia nélkül. Két kézzel beadják vala az asztmálhoz az nagy veres fazék bort, két kézzel veszik vala asztalhoz be, két kézzel fogván, úgy hajtják vala fel, úgy isznak vala, mégis jóízűn esik vala. Az asszonyoknak rendszerént ezüst pohárban adtának bort bé, az kik mondani alig mártották még az ajkokat benne s rendre úgy adták elébb. Rendszerént mikor az második fogást elhozták, mikor vígon akartak lenni, akkor kezdetenek innya, bekért az gazda hol kért, hol három ejteles fazakat, hol segesvári ejteles viaszas szép

új kupát, azokat másod-, harmad- vagy negyedikével elköszönté s úgy ittak mindaddig, míg mind az gyümölcsöt beadták, akkor egyest kezdetiének innya. De nem vala akkor híre az tekel glaz, mert ha akkor azt mondottad volna, talám azt értette volna más, hogy kötél gaz kell; hanem vagy almási veres csuporból, vagy járai hólyagos csuporból vagy segesvári fél-ejteles vagy kisebb szép új viaszas kupából. Nem vala akkor olyan cifra gyomor, mint most, hogy némelyeknek az apja talám azt sem tudta, mi az bor, mégis most nem ihatik új bort.

Mihelyen az új bor annyira forrott, hogy egy kis csípőssége volt, mindjárt új bort ittanak, dicsekedvén, mely finom s édes csípős; az ó bort kocsis, lovász itta, még az asztali szolga is neheztelte, ha ó bort adtának innya. Mikor az gyümölcsöt beadták, kivált dinnyeéréskor, olyan hosszúszájú üvegekben, melyeket kortyogós üvegeknek híttak és Porumbákon, Fogarasföldin csináltak, a meggyes bor rendre teli töltve úgy állott az jeges cseberben, mindeniknek asztalhoz egyet-egyet beadtanak, azután még többet, azt olyan jóízűen kortyogdogólag itták. Ugyanakkor, mikor az gyümölcsöt beadták, az vendég szolgálái az ebédlő házban vagy palotában bementenek, ott rendet állottanak, azoknak nagy veres fázékban vagy nagy ezüst pohárban bort adtának, azok egymásra rendre köszönték s úgy ittanak urok háta megett. Az asszonyok is az kést magok

hordozták; rendszerént egy hüvelyben, két kis kések voltak s egy villájok, az sinórra övekhez kötötték, hosszan sinórral az előruhájok mellett lebecsátották, hogy az hüvelyek vége csaknem az bokájokat érte. Ittak ugyan, de igen ritkán bokályokból is, kivált sert. Igaz dolog, volt kristály is, de csak ama velencei kristály; az közepin, az hol fogták, majd olyan forma volt, mint az kétfejű sas vagy sasnak két szárnya; de nem ittak belőle, ha ittak is, igen ritkán...

Mikor megittasodtanak az emberek, soknak énekes inasai voltának, akkor énekelni kezdettek, valami szép régi magyar dolgokról énekeltek, néha szerelem énekét is mondottanak kivált az nagy embereknek régi időben. Mikor mulattanak, igen kedves muzsikájok volt az török síp, egyszerűmind az dob. Akkor szép magyar nóták voltának s azokat fűtták s annál ittak az nagyja az embereknek. Amely nótákat pedig az síppal futtának, ugyan indította az embereket mind az italra, mind a vigasságra; most talám azokat az szép magyar nótákat senki Erdélyben el sem tudná fűni. Trombitáltak is némelykor, de azt úgy fűtték, mintha egy farkas farkas ordított volna. (Baxamétának híre sem vala, mert kivált az ki tudja, hol Baxafalva, ha mondották volna az baxaméta nótát, talám azt tudta volna, hogy Baxafalvára kell menni.)

Asztról felkelvén vagy még asztrálnál ülén is, készen volt az hegedű és duda; ottan-ottan

az furulya és cimbalom is, azután táncolni kezdettek, nem ugrándoztak kecskemódon, mint most, hanem szép halkan járták, gyakorta kiáltván: három az tánc.”

Azután sorjában leírja, a szerző, az akkor divatos táncokat: a lengyel változót, a lapockás táncot, az egerest, a gyertyást, meg a süveges táncot. Végül keserűen megjegyzi:

„Most az ilyeneknek semmi keleti nincsen, sem a szép lassú magyar táncnak, hanem azt kiáltják: „Vonjad az német, francia, tót táncát;” úgy ugranak mind az legény, mind az leány, mint az kecskék.”

„Az minevétnek híre-helye sem volt; ha éléhoztad volna az minevétet, talám más azt tudta volna, hogy azt kérded, ma mit ett.”

A negyedik cikkely a fejedelem ebédiről és vacsorájáról szól. De ezt és a többieket már csak tessék személyesen elolvasni, nem fogják megbánni.

* *
*

Kétségkívül erdélyi származású az a legrégibb magyar szakácskönyv is, amelyet Radvánszky báró már említett érdemes munkájában ismertet. A szakácsmester eredeti kézírata elveszett. Ellenben két másolata megvan nemzeti múzeumunk könyvtárában. Az ismeretlen szerző sokat utazott, sokat látott és tapasztalt külföldi udvarok konyháján is, mert akárhányszor meg-

jegyzi, hogy ezt vagy azt az ételt Lengyelországban vagy Németországban így meg így készítik. Rudolf császár Prágában úgy szerette, nálunk Erdélyben a fejedelem udvari konyháján meg emígy szoktuk készíteni, feltálatni.

Hatvanhat fejezetbe foglalt recipéi közül a legérdekesebbek a halakról, a vadakról és a gombák elkészítéséről szóló cikkelyek. De a szakembernek érdemes valamennyit áttanulmányoznia, sok új ötletet meríthet e régi klasszikus forrásokból.

Az eredeti kézirat a XVI. századból származott, mert a szerző több ízben hivatkozik tanítóira, akik közül kettőt névszerint meg is említ, Mihály mestert, aki Perényi Gábor konyháját vezette, Ő maga nyilván a Báthoryak udvarának volt főszakácsa és öreg korában írhatta meg könyvét, mert gyakran korholja benne a fiatalok munkájának megbízhatlanságát.

Radvánszky művében tovább lapozva Wecker János Jakab „celeberrimi quondam, medici” egykor nagyon híres orvosnak túlnyomóan diétás jellegű szakácskönyvével ismerkedünk meg. Ezek az előírások ma már persze nem állják meg helyüket.

Sokkal érdekesebb a munka utolsó része a gróf Thurzó Szaniszló étlapja 1603 január havából, melyet Hidas János, a galgóczi vár sáfárja állított össze. Megtudjuk belőle, hogy naponta mit ettek a nagyúr udvaránál és hogy mibe került,

mert az egyes fogásokon kívül a beszerzési árak is külön fel vannak tüntetve. Joannes Hidas pontossága példás, de ami nekünk még jobban imponál, az az urak és vendégeik étvágya. A hónap elején és végén különösen gazdag az étke. A közepe felé a sáfár úrnak talán kissé takarékoskodnia kellett. Délben 6—12 tál étel járta, de voltak 20—21 fogásos napok is, nyilván ünnepek vagy nagyobb vendégségek. Vacsorára még több volt, rendszerint 8—22 fogás. De nem szabad elfelejteni, hogy akkoriban nem este, hanem délután volt az estebéd.

A galgóczi urak gasztronómiai igényei azonban mindenesetre irígylésreméltók és azt mutatják, hogy Magyarországon is akadtak konyhák, amelyek nem maradtak el az erdélyiek mögött.

Hogy mennyire foglalkoztak a régi magyar urak a gasztronómiával, arról tanúságot tesz Esterházy Pál feleségéhez írott levele is, mely 1684. október 6-ról van keltezve a budai táborból. Még ott is ráért a nagyúr konyhája ügyeivel foglalkozni.

Azt írja: „Édesem, szakácsot olyat fogadtam a ki finom és czukkerpacker is, ainkauer is. Igenigen derék, jó szolga, konyhamesternek is tettem. Mindenféle vizeket, tafeldekkeralt tud csinálni, de alább nem szolgál 300 forintnál. Francia ember ugyan, de németül is tud, két szakácsot kíván és két kuktát maga mellé otthon ... Prinz Salm szakácsa volt. — Még más szakács is van

itten, olcsóbbszerű, aki is jó magyar módon főző szakács, talán azt is megfogadom és a magamét elbocsátom, úgy az kuktát is, mert semmire valók.”

Mikor gróf Bercsényi Miklós ungvári várának berendezését 1701-ben lefoglalták, kilenc szakácskönyvet vettek leltárba, abból kettő kéziratban, hét pedig nyomtatásban volt meg. Hová lettek? ... Isten tudja ...

Volna még sok, sok elmondani valónk, de talán majd máskor. Hisz már ennyi is bőségesen elég bizonyíték arra, hogy a mi magyar konyhánk is megvannak a maga tradíciói és hogy mi sem maradtunk el a múlt századok gasztronómiai versengéseiben.

Nagyszerű konyháink és még nagyszerűbb étvágyú elődeink emlékének felidézésénél mi késői utódok hejh felsóhajthatunk a költővel:

Régi magyar konyhánk régi dicsősége...
Hol késel az éji homályban?





SHAKESPEARE KORÁBAN

Ha azt akarjuk tudni, hogyan éltek és étkeztek Shakespeare korában az angolok, úgy olvassuk el azt a hatalmas munkát, amelyet Shakespeare's England néven a Clarence Press Oxford adott ki. Ennek XX. fejezetében Percy Macquoid egykorú dokumentumok alapján a legnagyobb részletességgel mondja el az akkori angol úri ház életmódját.

Még azt is megemlíti, hogy az asztali áldást étkezés előtt mondták el. Reggelijök, melyet félhétkor szoktak elfogyasztani, nem volt oly bőséges, mint az előző korban. Erzsébet királynő sajátkezűleg aláírt rendelete értelmében vajaskenyér, ürü-, marha-, borjúhúsból vagy csirkéből és házinyúlból állott. Ehhez bort vagy sört ittak. A dinnernek nevezett főétkezés déli 11 és 12 közti időre esett. Ekkor már a mi szokásos húseteleink, a tengeri és édesvízi halak, osztriga és rák járta. Azonkívül főzelékek és gyümölcs egé-

szítették ki az ebédet. A vacsorát félhatkor tálalták. Nagyjában ugyanazok a fogások szerepeltek, mint az ebédnél, de szerényebb adagolásban.

Szerzőnk megjegyzi, hogy az urak és a kereskedők egyformán étkeztek. A cselédségnek azonban külön ellátása volt. Általában 3—4 fogás szokott szerepelni az urak asztalán, ha azonban vendég volt a háznál, úgy öt-hatfélét tálaltak.

Hogy az angol milyen mértéktelen húsfogyasztó, azt nemcsak a statisztika mutatja, de Shakespeare műveiben is gyakran találunk erre célzást. V. Henrikben is azt mondja:

Azt fogjuk holnap találni, hogy csak az evésre van gyomruk és nem a viaskodásra.

De nemcsak a húsról, de egyéb ennivalókról és még inkább innivalókról is bőven emlékeznek meg Shakespeare drámáinak hősei, sőt hősnői is. A konyha kultusza ebben a korszakban már jelentős fejlődésnek indult és túljutott az előző századok tespedésén, ami feltétlenül a normán befolyás felülkerekedésének tudható be. Az óangol konyha a nagy darab véres roastbeef körül forgott, ehhez egy kis kenyér járta és sok sör. Utána az obligát pudding, esetleg 1—2 narancs. De a parádés ebédeken a töltött sertés- vagy vad-disznófej volt a parádés étel. A norman-francia befolyásra az étlap megélnkült. Egy jómódú agglégény 1589-ből való konyhakönyve áll rendelkezésünkre, melynek déli étlapja egy darab marhahúson kívül egy borjúcombról, 2 csirkéről

és narancsokról számol be. Vacsorára az ürülapoc-kán, hideg marhasültön kívül két házinyúl és sajt van felsorolva. Egy nyári ebéden vendégek is résztvettek. Ekkor a négyféle húsételen kívül cseresznye és eper, cukrozott ibolya és más virágok, valamint narancs és citrom is került az asztalra. Bor nem volt. helyette csak az állandó sör járta ilyenkor is. Főzelék, sütemény, tésztákról szó sincs. Csak pénteken járt ki a többféle halétel mellé saláta, egy pint fehér bor és egy másik, vörös bor is. A gondos gazdasszony még azt is feljegyzi a kiadások közé, hogy mibe került a salátához való olaj és cukor. Sőt egy font gyer-tya ára is oda van illesztve a számla végére.

Hogy a pedanteriában mennyire mentek, annak mulatságos példája az az 1610-ből való elszámolás 6 pennyről, amelyet a St. Margaret templom gondnoka adott Wells asszonyságnak sóra, hogy azzal a templomi széke ülésében fészkelő bolhákat irtsa ki.

Az igazi — akkor még Virginiának nevezett — burgonya még ritkaság volt. Ellenben répát, hagymát, retket, ugorkát és babot bőven fogyasztottak. Hüvelyeseket főleg a köznép. Az úriosztály kedvenc főzeléke az articsóka volt. Gyümölcsre is szívesen költöttek, többnyire elég drágán jutottak hozzá, mert behozatalra szorultak. Persze Titániának a Szentivánéji álom királynőjének könnyű tündér létére bíborpiros szőlőt, zöld fűgét, őszibarackot és „harmatos bogyókat”

rendelnie. Capulet úr, a Júlia édesapja is elég egyszerűen oldja meg a háztartási kérdést, kiadja az utasítást, hogy annyi vendéget kell meghívni, amennyi fel van írva és rendeljenek a házhoz húsz ravasz szakácsot. Nem hiszem, hogy a mai Veronában ez olyan egyszerű volna.

A nép az istenadta nép pedig ette a szózott halat, a sok babot, borsót meg a fekete kenyeret. Ezt a fajtát jobb szerették, mint a fehéret, mert tovább érzi az ember a gyomrában és nem lesz olyan rövidesen megint éhes.





A ROKOKÓTÓL A BIEDERM EIERIG

Eljutottunk a gasztronómia fénykorához, a XVII—XVIII. századhoz, a rokokóhoz.

A rokokó. Ha erre a gyönyörű álmvilágra gondolkodom, nem tehetek róla, de mindig eszembe jut az a bűbájos költemény, mellyel a Loris álneve mögé bújt Hoffmannsthal Schnitzler remek Anatolját bevezeti.

Hohe Gitter, Taxushecken,
Wappen, nimmermehr vergoldet,
Sphinx, durch das Dickicht schimmernd ...
...Knarrend öffnen sich die Tore
Mit verschlafenen Kaskaden
Und verschlafenen Tritonén
Rokokói verstaubt und lieblich,
... Hinter einer Taxusmauer
Tönen Geigen, Klarinetten ...

Und sie scheinen den graziösen
 Amoretten zu entströmen.
 Die rings auf der Rampe sitzen
Fiedelnd oder Blumen windend,
 ... Auf der Rampe zwischen ihnen
Sitzen auch kokette Frauen,
 Und im Gras, zu ihren Füßen
 Und auf Polstern, auf den Stufen:
 Kavaliers und Abbat...
 And're heben and're Frauen
Aus den parfümierten Sänften.. .
 Eine Laube statt der Bühne
 Sommersonne statt der Lampen,
 Also spielen wir Theater
 Spielen uns're eig'nen Stücke,
 Frühgereift und zart und traurig.
Die Komödie uns'rer Seele
 Böser Dinge hübsche Formel,
 Glatte Worte, bunte Bilder,
 Halbes, heimliches Empfinden,
 Agonien, Episoden .. .
 Manche hören zu, nicht alle...
 Manche träumen, manche lachen,
 Manche essen Eis ... und manche
 Sprechen sehr galante Dinge ...
 ... Nelken wiegen sich im Winde
 Hochgestielte, weisse Nelken,
 Wie ein Schwärm von weissen Faltern...
 Und ein Bologneserhündchen
 Bellt verwundert einen Pfau an...

A rokokó pasztelszínekben szikrázó műarannyal bevont hangulata mélységesen áthatotta korának minden életnyilvánulásai, de legerősebben a művészet egyes ágaiban jutott kifejezésre. Amit egy Watteau, Boucher, Fragonard vásznaikon és gobelinjeiken juttattak kifejezésre, az a gasztronómiában ékes visszhangra talált. A mi tudományunkért ez a kor úgy tudott lelkesedni és annyira tudta értékelni, amint a császárok Rómája óta egyik sem. Nagy Frigyeszt Voltaire avatta be a konyhai művészetek misztériumába és a zord porosz király francianyelvű költeményében dicsőítette Noëlt, udvari szakácsát.

Míg azonban a római lakomák az ételek és italok tömegével, féktelen pazarlásukkal, a résztvevők szertelenségével, a házigazdák kérkedésével és alantas durva tréfáival orgiákká fajultak el, a gasztronómia újkorbéli újjászületésénél a kifinomult erkölcsök és a nemes tradíciókból fakadó jóízlés voltak a keresztszülők.

A XVIII. század gasztronómiai renaissance-a mindig a rokokó előkelő zománcával van bevonva. Egy kicsit mesterkéltséget, egy kicsit sok rajta a cifra-ság, csavarodott, de kecses vonalak, talán kissé édeskés színek, de sosem rikítóak, mindig diszkrétek, finomak és előkelők.

Érdekes, hogy míg a régi konyha felvirágzását a Caesar, Augustus, Tiberius császárok korabeli férfiaknak köszönhette, az újkori lendületnek előkészítői és fenntartói javarészt asszonyok

mégpedig a legfelsőbb társadalmi rétegekből kivált dámák voltak.

Még a legsötétebb középkorból emelkedik ki az egyik meroving házból való király feleségének, *Radegundának* ragyogó alakja. Az ő nemes lelke megundorodott az akkori udvari élet bűnös fertőjétől és elhatározta, hogy Istennek szenteli életét. Poitiers vidékén zárdát alapított, melynek fejedelemasszonyává hűgát Ágnes tette meg. Gyóntatójuk a jámboréletű Fortunát püspök volt, ki úgylátszik ínycsaj hajlamokkal bírt. Az ő kedvéért Radegunda a legmagasabb fokra fejlesztette ki kolostora konyhaművészetét. Nemcsak, hogy egykori krónikás feljegyzések maradtak róla, hanem a legnagyobb francia történetírók egyike is lelkesedéssel emlékezik meg róla.

Radegundát és Fortunátot pedig századok múlva *szentté* avatták. Máig is bennük tiszteljük a szakácsok patrónusait.

A francia királynék majdnem kivétel nélkül a legnagyobb érdeklődéssel viseltettek a konyha iránt. Navarrai Margit sok új ételt gondolt ki. Az általa kreált „potage à la reine” még ma is szerepel étlapjainkon.

Agnes Sorel, VII. Károly jó szelleme, a „salmi de bécasse” megalkotója.

De a francia konyha fénykorának igazi megindítója mégis csak Medici Katalin, Lorenzo il Superbo lánya, aki atyja ragyogó firenzei udvarából, az olasz gasztronómiai tudás akkori fő-

iskolájából egy egész sereg szakácsot hozott magával. Ezek ismertették meg II. Henrik udvarát azokkal az édességekkel is, amelyek készítése azelőtt a gyógyszerészek munkaköréhez tartozott. Minden nagyobb lakomához a patikus szállította a bonbonokat, a különböző szörpöket és egyéb frissítőket. A legtöbb országban ez a szokás még évszázadokig fennmaradt.

A Mediciek szakácsai és cukrászai készítették Franciaországban először a tejszínhabos, mandolakrémes süteményeket, amelyeket feltalálójuk, Frángipani mester után neveztek el.

De nemcsak a Henrik királyok dicsekedhettek gasztronómus feleségekkel. XV. Lajos neje, Lesczinska Mária az ő lengyel hazájából hozott értékes konyhai ismereteket magával. Az ő „bouchées à la reine”-je még ma is oly népszerű, mint „poulet à la reine”-je.

A történelem azt állítja, hogy egyes francia királyok nem étkeztek mindig odahaza. Nagyon természetes, hogy a vendéglátó hölgyek szintén azon voltak, hogy felséges és fenséges vendégeiket a konyhaművészet remekeivel lássák el. Mert csak a szellemes társalgás kedvéért az ilyen nagyurak nem fáradtak volna el hozzájuk. Különösen az újszerű ételeknek volt nagy keletjük. Nagyon találékony volt e téren Pompadour márkiné, aki a szárnyas-szeletek en Bellevue, a tengeri Sol à la Pompadour és a gödölye egy eredeti elkészítési módjával örökítette meg nevét a szakácsművé-

szetben. De Mme du Barry, Mlle Lespinasse, Mme Lambert, de Tenein, de Deffand, Mme Maintenon sem maradtak el vetélytársnőjük mögött. Berry hercegnőről nyúl szeleteket, Mauconseil márkinőről a kelkáposztában párolt foglyot nevezték el, melyet még ma is szívesen látunk asztalunkon és éppúgy ismerünk, mint a Villeroy hercegnő tyúkját, Conti hercegnő ürügerincét, Mme de Lauzun omelettejeit és a burgundi hercegnő mártásait. Madame de Genlis egy levelében azzal dicsekszik, hogy már hat új ételre tanított ki egy német asszonyt.

XV. Lajos, ezen nagynevű hölgyek leggyakoribb illusztris vendége maga is szeretett a konyhán tevékenykedni és naponta komoly tárgyalásokat folytatott Monthier úrral, főszakácsával, akinek atyja a király elődjének udvarában ugyanazon magas és felelősségteljes hivatalt töltötte be.

Az összes Bourbonok híres nagyevők voltak. De valamennyiöket felülmúlta XIV. Lajos, a napkirály. Marquise de Sévigné az ő klasszikus leveleiben több ízben megemlékezik a király falánkságáról. Háziorvosa, Fagon ennek tulajdonította a súlyos köszvényrohamokat is és panaszkodik, hogy a királyt egyre kell foltoztatnia.

A régenség és a Lajosok alatt a gasztronómia egyre fejlődött. 1770 körül nyílt meg az első vendéglő is Párizsban. XVI. Lajosnak még a Temple-ban is hat emberből állott a konyhaszemélyzete.

A rokokó és a barokk konyhaművészetének nagy előnyére szolgált, hogy éppen ezen időbe esik számos olyan tápszer és élvezeti cikk népszerűsítése, amelyeket azelőtt Európában egyáltalán nem, vagy alig ismertek, mint a kávé, a tea, a burgonya stb.

A kávé őshazája Közép-Afrika, Perzsiában már 875 körül ismerték, innen került Arábiába. Ellenben Európa alig 400 éve látta az első kávé. Velenceiek hozták 1600 körül Konstantinápolyból Olaszországba, Párizsba 1643-ban jutott el. De XV. Lajos alatt már 250 kávémérést, 1782-ben pedig nem kevesebb mint 1800-at írtak össze. Lipcsében 1694-ben nyílt meg az első kávéház.

Óriási hadjáráttal kellett az új élvezeti cikknek megküzdenie. Az angol asszonyok a parlamentet hívták segítségül a kávé ellen, amelyről azt állították, hogy kiszárítja, elsorvasztja férjeiket. Attól féltek, hogy ha a kávéházakat be nem zárják, az új nemzedék majmokból és törpékből fog állani. Poroszország megkísérelte, hogy a kávé élvezését csak a városi lakosságnak engedje meg és ott is csak az intelligenciának. Persze ez a korlátozás nem sikerült, a kávé haladt a maga diadalútján tovább. Nagy Frigyes és Voltaire, Buffon, a természetbúvár, Nagy Napoleon, Balzac és Beethoven lelkes hívei voltak, ellenben Goethe gyűlölte a kávé, viszont a teát kedvelte.

A teát, amelyet a keleti népek évezredek óta ismernek es rajongással szeretnek, hasonló harci

zaj fogadta Európa különböző tájain. Egyszerűen kinevezték méreggá s ezzel azt hitték, hogy elintézték. Roppant jóízűen mondja Hans Balzli, Svájc legkiválóbb gasztronómusa: Aki a kávé malátakávéval vagy hasonlóval, a teát füvek forrázatával és az alkoholt málnavízzel akarja kiszorítani, annak nemcsak hogy belátása nincs, de kultúrája sincs. Tanúságot tesznek erről ezen világmegjavítók mindenki szemének láttára lódenköpenyükkal, felgombolt Schiller-gallérjukkal és reform-fehérneműjökkel. Hát termett valaha egy nagy költői mű malátakávé mellett, egy filozófiai alkotás hársfateából vagy egy zenei kompozíció szódavízből?

Tényleg, ha elolvassuk a japán Kakuzo Okakura kis remekművét „A teáról való könyvet”, rá kell jönnünk, hogy a tea hozzátartozik a mai kultúremlékiséghez.

Európába a Keletindiai Társulat hajói hozták az első szállítmányt 1610-ben, Franciaországba 1636-ban jutott el, de tulajdonképpen csak az utolsó félszázadban vált ott népszerűvé. Az angolok 1646 óta ismerik és kedvelik. Unland megénekelte, de Bontekoe brandenburgi orvos terjesztette legerélyesebben, ő maga is itta éjjel-nappal.

Érdekes, hogy az egyszerű, becsületes burgonyának, mely ma szerte egész Európában a legjellegzetesebb néptápszert, még viszontagságosabb volt a sorsa, amíg őshazájából Dél-Amerika nyugati részéből hozzánk eljutott.

Ott ismerkedtek meg vele Pizarro katonái, onnan hoztak belőle Spanyolországba és Olaszországba is 1535 körül. Három évtizeddel később merül fel először Angliában, ahová Francis Drake emberei importálták. Valószínűleg spanyol hajókról kalózkodták el. Franciaországba a spanyolok révén jutott, 1615-ben szerepelt először XIII. Lajos király asztalán. Párizs környékén csakhamar elterjedt és a köznép élt is vele, De az úri osztály tudni sem akart róla.

A burgonya becsületét francia földön Parmentier mentette meg. Ez a kiváló közgazdász, aki a burgonya értékét német hadifogsága alatt ismerte fel, burgonyaföldeket létesített, amelyeket nappal őriztetett, hogy ezáltal a népet éjszakai kifosztásukra ingerelje. Az ő kértére XV. Lajos burgonyavirágot tűzött gomblyukába azon a lakomán, amelynek összes fogásai kizárólag burgonyából voltak összeállítva húszféle mártás kíséretében.

Parmentier évről-évre folytatta tudományos és gyakorlatias propagandáját, terjesztette a burgonyatermelést, nemesítette a fajtákat és megmutatta, hogyan lehet éhínség idején a burgonyát kenyérsütésre felhasználni.

Nevét a gasztronómia a Potage Parmentier alakjában örökítette meg, mely nem más, mint — krumplileves.

Németországban a burgonya csak a XVIII. században tudta a parasztság ellenállását küz-

deni. Néhány ínséges esztendő azután észretéritte őket. Ellenben az orosz parasztokat még 1840 körül is karhatalommal kellett kényszeríteni a burgonyaföldek megművelésére. Azt tartották, hogy a gumók az ördögtől valók és ha meg akarják enni, varanggyá változnak át s elgurulnak.

De mit akarunk a szegény, állati sorban felnőtt muszka pórtól. Mikor 1639-ben Raleighnek, ki Drake-vel együtt hozta be Angliába a burgonyát, szobrot állítottak, egy neves angol tudós tiltakozott ellene. Azt állította, hogy Raleigh műve nem hozott áldást az országra, mert egyetlen eredménye abból áll, hogy azóta a lakosság száma megkétszereződött.

* *

Ezen korszakba esik bele egy, a gasztronómia szempontjából igen érdekes szeszesital feltalálása is.

A pezsgővel Dom Perignon, a haut-villers-i apátság pincemestere gazdagította az ínycsemegetőasztalát. Ő vezette be a parafadugókat is. Előtte olajozott kenderpamatokkal zárták le a palackok nyakát.

Eleinte azt hitték, hogy a pezsgő csakis a Champagne borából készülhet. De nemsokára rájöttek, hogy tulajdonképpen minden borból lehet pezsgőt előállítani, miután minden, még ki nem erjedt bor szénsavat fejleszt és pezseg.

(Forr a bor, mondjuk és nem megyünk ilyenkor a pincébe.) Csak az volt a kérdés, hogyan kell a bort ebben a ki nem érett, pezsegő állapotában megtartani? Ez sem maradhatott soká a jó páter titka.

A pezsgőkészítés technikájának másik sarkpontja az ú. n. likőr elkészítése és adagolása volt. Ez a likőr egy tömény eszencia, mely kandisz-cukorszörpből, egy nemes borfajtából és alkoholból tevődik össze. Minden nagyobb pezsgőgyárnak megvan a maga titkos likőrreceptje. A pezsgőhöz adagolt eszencia összetételétől és mennyiségétől függ a készítmény minémősége, sőt gasztronómiai értéke is.

Általában háromfajta pezsgőt szokás megkülönböztetni. A legkönnyebb fajta az ú. n. crémant. Ez alig pezseg, ha a pohárba öntik, csak felületén gyöngyözik. Többnyire édeskés ízű. Ha rózsaszínűre festik, — a franciaországi Fismes városka után fismenek hívják e festékanyagot — crémant rosé a neve. A mousseux már erősebben habzik. Ha kihúzzuk a dugót, kiszalad a palackból és még a pohárban is pezseg. A grand mousseux az a bizonyos fajta, amely maga löki ki dugóját a közismert és — közkedvelt durrogás kíséretében, mihelyt a drótakadályoktól megszabadítottuk. Még a pohárban is habzik és onnan is kiszalad, főleg, ha ügyetlen kezek öntik.

A pezsgő ma világcikk, maga Franciaország a palackok sok millióit hozza évente forgalomba.

De a Champagne-on kívül Európának jóformán minden részében gyártanak hol jobb, hol rosszabb pezsgő borokat. Hazai egészen kitűnő pezsgőinken kívül ismerünk német, svájci és olasz pezsgőmárkákat, amelyek kifogástalanok. Persze a champagnei évszázados tekintélyével megbirkózni egyik sem tud.

A kávé és tea csak kissé térített el bennünket a rokokó gasztronómiájának hímes mezejéről, a burgonya már nagyon is népies irányokba vezette tollunkat. Ellenben a pezsgő, ez a mégis csak mű-bor, az ő rózsaszínű mámort osztogató képességeivel visszavezet bennünket abba a korba, melyben az egész „elite” félkábulatban élt és azt hitte, hogy e buborékok sosem fognak szétfoszlni.

Nemcsak az udvari élet gerincét képezték a dáridók, fantasztikus lakomák, fényűző vadászatok, negédeskedő pásztorjátékok és a kegyencnők intrikái, mindezeket talán még kibírta volna a gazdag ország az ő igénytelen és szorgalmas közép- és alsó néprétegeinek áldozatkészségéből. Azonban a határtalan luxus, amely a Lajosok udvarából áradt, előntötte a velük érintkezésbe jutott főnemesség kastélyait és az állam magasabb tisztviselőinek házait is. De eljutott a szomszéd országokba is. Németország apró uralkodói, hercegek és örgrófok csupa kis Versaillesst alkottak maguk körül. Ha nem futotta már pénzükből, kisajtolták az állampénztárból. Ha az is kiürült,

zálogba adták koronaékszereiket, sőt városaikat és falvaikat is. Ha pedig már ezekből sem tellett, nem átalították áruba bocsátani alattvalóik harc-képes tömegeit sem. Eladták őket zsoldosoknak, Hollandia és egyéb gazdag országok megvették a legényeket koloniális szolgálatuk részére. Amit Jelky András, a bajai szabólegény erről beszél, nem egészen mese.

Rendkívül érdekes korrajz François Vatelnek, — kit a gasztronómia máig is mint a „nagy Vatel”-t tisztel — élettörténete. A legszerényebb sorsból magát felküzdött cukrászból ügyessége, tehetsége, de főleg lelkiismeretessége és ezen korszakban egyedülálló becsületessége révén Fouquet főintendánsnak, utóbb a nagy Condénak teljhatalmú majordomuszává válik. Vatel egész hosszú szolgálati ideje alatt pontos könyvet vezetett a rábízott, több mint fejedelmi háztartások kiadásairól. Gazdái mindent rábíztak, nemcsak az ünnepélyek, a galadiner-k rendezését, a személyzeti ügyeket, az istállót, a majorságot, a vad-állományt, hanem azt is, hogy honnan kerítsen minderre pénzt. Az ő fejük nem fájt, de annál jobban a Vatelé. Nem csoda, hogy végül, tizenhárom napon át éjjel-nappal teljesített szolgálat után, afeletti izgalmában, hogy a böjti ebédre rendelt tengeri halak nem érkeznek meg idejében és gazdája nem vendégelheti meg kellőképpen a kastélyában időző XIV. Lajost, kardjába dőlt. Meghalt mint a gasztronómia hősi halottja.

Csillagászati számsorok merednek elénk, ha Vatel gazdasági kiadásait átnézzük. Milliókra rúgott egy-egy év büdzséje. Hiszen volt ebéd, mely 20.000 livrebe, ünnepszék, mely 180.000 livrebe került. Közgazda legyen, aki ki tudja számítani, hogy ez a mai értékben milyen horribilis összegeket tesz ki.

Vatelt, a nagyszerű udvarmestert és konyhafőnököt időnként a király és Mazarin bíboros is kölcsönkérte, ha valami egészen nagystílusú lakoma rendezéséről volt szó. Ilyenkor a legdrágább élelmiszerekkel megrakott kocsisor követte őt működésének ideiglenes színhelyére. Ellenben Condé herceg, a nagy hadvezér annyira eladósdott, hogy cselédségét sem tudta fizetni, Fouquet pedig, aki nem tudott elszámolni az állampénztárból kivett pénzekkel, sikkasztás miatt börtönbe került.

Érdekes, hogy a gasztronómia történetének egyes képei mennyire megmutatják a jövő kialakulását. Trimalchio és társainak, főleg pedig császárainak orgiái után Róma pusztulásának kellett bekövetkeznie. Ha a rokokó kifinomult korának szertelen dőzsöléseit idézzük szemünk elé, a történelem logikája nem enged meg más végkifejlést, mint azt, amely tényleg bekövetkezett.

Ha végigmegyünk az emberiség kultúrhistoriáján, állandóan találkozunk e jelenséggel, melyre azt kell mondanunk, hogy a gasztronómia a jövő tükre.

A Bastille ostroma egy világ összeomlásának volt nyitánya. A rémuralom keserves évei a másik szélsőségnek nyitottak utat. Spártai egyszerűség jelszava alatt meglehetősen koplaltak az emberek, hisz a termelés meg volt akasztva, az élelmiszerek szállítása pedig nehézkessé vált.

De kinek is volt kedve az étkezéshez, amikor Párizs piacain a hekatombák nem csirkékből tevődtek össze és Sámson mester volt a főszakács.

A vérgőzös idők elmúltával az első kultúr-tényező, mely kábulatából magához tért, a gasztronómia volt. A jakobinusok és girondisták nem voltak ínycselek, ellenben a muscadin-ek és incroyable-ok már erősen érdeklődnek a konyha örömei iránt.

A direktórium alatt, mintha mi sem történt volna, egymásután nyíltak meg a régi s az új vendéglők, kávéházak Párizsban. Vercy és Vefour restaurantjai még III. Napoleon korát is túléltek. Híres volt Méot is, mert Danton és Mirabeau odajártak étkezni. Divatossá váltak a nyári kertvendéglők. A legnagyobb élet a Frascati nevűben volt, hol sűrű lugasok mélyében buja zene és a legkiválóbb borok mellett folyt esténként a gondtalan mulatozás. Már el is felejtették a nagy forradalmat s a terror éveit.

A kor mentségéül szolgáljon, hogy maga a direktórium járt elől a példával. Barrasnak és

barátnőinek életmódja mintha egyenes folytatása akart volna lenni a Lajosok korának. A *directoire* nemcsak az öltözködésben, hanem lakomáiban is a régi Rómában kereste modelljeit. Híres volt Barras egy ebédje, amelynek főfogása egy hatalmas pástétom volt, melyből fiatal lányok ugrottak ki, akik korszerűen lenge ruházatban balettot lejtettek.

Ouvrard bankár és hadseregszállító barátnőjének, a szellemességéről és szépségéről egyaránt híres Mme Talliennek tiszteletére *raincy-i* kastélyában adott lakomájáról még évek múlva is beszéltek. Az ünnepség az Ezeregyéjszaka jegyében állott, keleti pompával rendezték be az egész házat és díszítették fel az asztalokat. A főhelyen egy márványmedence állott, melyben exotikus halak úszkáltak. A terítékek színaranyból voltak, az ételek, italok, csupa válogatott drágaság. Az ebédlőterem négy sarkát szökőkutak díszítették, amelyekből állandóan ömlött a bor és a punci, a narancsvíz s a mandulatej.

Ouvrard óriási jövedelme elbírta ezt a halhatlan fényűzést. De hogy miből fedezték a kisebb pazzarlók gyakori lakomáik költségeit, az többnyire rejtélyes volt.

Ezek közé tartozott a kreolszármazású Beauharnais márkiné is, aki kis palotájában pompás estélyeket adott, holott teljesen vagyontalan volt. De a sok szóbeszéd dacára mégis *Joséphine császárné* lett belőle.

Közben pedig a tömegek nyomorogtak és éheztek. Mialatt az újjgazdagok és az ország új urai hallatlanul dőzsöltek, a köznép jóformán *kizárólag* burgonyán élt, amelynek igazi értékét csak most ismerték fel. Jellemző a párizsi drágaságra, hogy 1796-ban egy font hús 60, egy kenyér 50, egy font cukor 350 frankba került.

Hogy ez a lehetetlen társadalmi zűrzavar ismét csak forradalmi felforduláshoz vezetett volna, bizonyításra nem szorul. De éppen a kellő időben rajzolódik ki a jövő borús szemhatárán a kis káplár szürke alakja.

Az első konzul vaskeze hamarosan rendet teremtett. Amint kezébe ragadta az ország kormányrúdját, máris elűzte onnan az élősdiakat, a népszíjolyozókat, a léhákat, élvhajászó félbolondokat, a császári Róma megkerült majmók. Megszervezte a népélelmezést és kellő korlátok közé szorította a vagyonosok életmódját.

Napóleon Bonaparte nem volt ingyenc, beérte a maga korzikai egyszerű ételeivel. Legszívesebben csirkét evett. A háborús világban volt is benne része bőven. Néha egyebe sem akadt a folytonosan vándorló tábori konyhának. A gasztronómiai legenda meg is őrizte ennek emlékét. Azt beszélik, hogy a marengói ütközet után a császár kijelentette szakácsának, hogy a győzelem örömeire valami jót szeretne enni vacsorára. De ne legyen megint csirke, mert már unja. Jókedvében meg is fenyegette a szakácsot,

hogy jaj neki, ha megint csirkét talál. Mit tegyen a rémült mester, hiszen nem volt a szárnyason kívül egyebe, mint egy kis paradicsom, gomba és olajbogyója, amit a szegényes faluban össze tudott szedni, no meg vörösbor, ami a táborban mindig akad. Így sütötte ki kínjában a poulet à la Marengo-t, amelyért a császártól dicséretet, a gasztronómiától pedig *örök hírnevet* kapott.

Napóleonnak az volt a legfontosabb, hogy étkezéseire ne kelljen sok időt fordítania, 10—15 percnél többet nem szánt rá. Gyorsan evett, talán ennek is volt némi része későbbi végzetes gyomorbetegségének előidézésében.

Az udvari ebédek csak második felesége idejében kezdtek hosszabbra kinyúlni. Mária Lujza a bécsi udvar szertartásait hozta magával és ezeket igyekezett új otthonában is meghonosítani. Mária Terézia, II. József, Ferenc császár idejében az osztrák udvarnál sok ceremóniával étkeztek, a galadiner-kre nagy súlyt helyeztek.

Napoleon ugyan nem adott sokat az evésre, de tisztában volt a gasztronómia értékével, mert diplomatáinak azt az utasítást szokta adni, hogy „tenez bonne cuisine et soignez les femmes”. Vezessenek jó konyhát és gondozzák a nőket. Az udvari konyha költségei évente 3 millió frankra rúgtak. Főszakácsának, Laguipierrenek nagy híre volt. Mire a császár kezdett az ínyesmesterség iránt is érdeklődni, szerencsecsillaga már letűnőben volt. Szent Ilona-szigetén volt ideje konyhája-

val is foglalkozni. De az ottani nyomorúságos viszonyok, a nyersanyag beszerzési nehézségei, a rendelkezésére álló tápszerek rossz minősége sokszor elkésérítették amúgy is örömtelen életét. Udvartartása még mindig 45 személyből állott. Ehhez képest jövedelme elég szűken volt kiszabva. Szakácsainak minden igyekezzete kárbaveszett, mert a homokos délafrikai liszt, a sovány szentilonai ürü, a szálkáshúsú brazíliai marhából és a három évig is utazott hüvelyesekből, rizsből és makaróniból a legnagyobb művész sem tudott olyan fogásokat összeállítani, amelyek a császár ínyének és egyre romló gyomrának megfelelték volna.

Napóleon még elég fiatal korában gyomor-ráknak esett áldozatul, mely májára is áterjedt. Újabban ki akarták sütni, hogy egy tropikus májbetegség ölte meg, de ez politikai tendenciákból eredő ráfogás volt.

A napóleoni és Napóleon utáni idők legnagyobb konyhai szaktekintélye kétségkívül Talleyrand volt. Ő a maga személyére teljesen igénytelen maradt, ellenben a legnagyobb súlyt helyezte szakácsai megválasztására és a vendégségek ételsorának egybeállítására. El is érte azt, hogy egész Európában elismerték, hogy az ő asztalánál étkeznek legjobban. Kétségtelen, hogy diplomáciai csatáinak legsikeresebbjeit lakomái közben vívta meg. Meg is mondta XVIII. Lajosnak, amikor útrakelt és a király írásbeli utasításokkal akarta ellátni: Felség, nem annyira instruk-

ciókra, mint inkább jó konyhafelszerelésre van szükségem.

Híres volt Cambacérés kancellár konyhája is. Nagyon fukar ember létére akárhányszor a lakomákról megmaradt ételeket fogyasztotta napokig. De mindig elsőrangú szakácsokat tartott, hogy parádés ebédein kitehessen magáért. Meg is szokta mondani Napóleon a diplomáciai tárgyalások végén a követeknek, ha úgy akarnak étkezni, mint egy katona, jöjjenek hozzám ebédre, de ha úgy akarnak enni, mint egy király, úgy el kell menniök a kancellárhoz.

Általában a XIX. század első évtizedei a gasztronómia egyik fénykorának mondhatók. Nemcsak az udvarok, a főnemesség és az országok politikai vezérei érdeklődtek a konyhai művészetek iránt, hanem egyre-másra nyíltak a metropolisokban olyan színvonalú vendéglők, amelyek a legmagasabb kulináris igényeknek is megfeleltek. Sok nagyúr pusztult el a forradalmakban, sok hatalmas családi vagyon úszott el a háborúk révén, előkelő háztartások oszlottak fel, személyzetüket szélnek eresztették. A híres szakácsok, sok patinás konyhai recept egyedüli ismerői nagyrészt nem találtak megfelelő elhelyezkedést, hát önállósították magukat, vendéglőik a biedermeierkorszak legkedveltebb összejöveteleinek gócpontjaivá váltak. A legtarkább ürügyek alatt és elnevezések mellett alakultak meg az ingyencek klubjai. Európa örült, hogy a sok izgalom és

viszontagság után végre megpihenhet és nyugodtan az asztali örömöknek szentelheti magát.

A rokokó gasztronómiáját a *directoire*, *empire* és kongresszusi korszakon át a *biedermeier*ig egy erős kéz vezeti át, talán minden idők legzseniálisabb szakácsa, kit már a maga idejében a konyha Napóleonjának neveztek. Maria-Antonin Carême Párizsban született 1784-ben, ott is halt meg alig negyvenkilenc éves korában. Elégett a saját lángeszének és a sütőkemencének tüzében, mint nekrológiájában mondták. A királyok szakácsa és a szakácsok királyának nevezték. Rövid pályafutása egészen meteorszerű. Apja egy szegény ördög volt, ki nem tudott gyermekeinek kenyeret adni. 12 éves korában kitette a fiút az utcára. Egy kifőzés gazdája könyörült meg rajta, ennek csapszékében került először a konyhával érintkezésbe. „Azontúl már jó tündérem vezetett kezemenél fogva” beszéli emlékirataiban.

Egyszerre csak ott látjuk Sándor cár udvari konyhájában, majd az angol régenshercegnek lett chefje, Stewart lordnak, Rothschild bárónak és Talleyrand hercegnek elkényeztetett és dédelgett teljhatalmú konyhafőnöke, a bécsi kongresszus igazi primadonnája.

Nem csoda, ha idővel elbizakodottá vált. Van is benne sok igazság, mikor azt mondja: „Az volt az ambícióm, hogy mesterségemet a művészet színvonalára emeljem.”

Óriási elfoglaltsága mellett Carême szakított

magának időt arra is, hogy intenzív irodalmi tevékenységet fejtsen ki. Kétkötetes főművén kívül, mely a régi és modern konyha összehasonlító történetével foglalkozik, könyvet írt a XIX. század francia konyhaművészetéről és külön tanulmányt Napóleon császár déjeuner-iról. Legjellemzőbb munkája azonban a *Pâtissier pittoresque* címét viseli. Ez képviseli legteljesebben azt az irányt, amely *Carême* nevéhez fűződik, mely összes erényeivel és hibáival az egész XIX. századon végigvonul és még napjainkban is gyakran jelentkezik.

Carême felfogása szerint az építészet gondolatának vezérszerepet kellett juttatni a konyhában. Az architektonikus, pittoreszk elemeknek onnan sem szabad hiányozniuk. A szépművészeteknek, mondja, öt ágát kell megkülönböztetnünk: a festészetet, a költészetet, a zenét, a szobrászatot és az építészetet, az utóbbinak egy főágazata a szakácművészet.

Mai szemmel mérve hihetetlen nagy a haladás, amelyet *Carême* tevékenysége a konyhában elért. Előtte óriási tömegekben tálalták az egyes fogásokat, amelyek zsírban és fűszerben úsztak és valamennyit egyszerre állították az asztalra. A mérséklet, finomság, az elkészítés és a tálalás kulturáltsága, az ételsor megnevesítése, ez mind az ő nevéhez fűződik az ízek és illatok számtalan változata, a mártások végtelen sorozata mind a *Carême* zsenialitásának köszönhető.

Ellenben az, amire ő legbüszkébb volt, amit építészeti irányának nevezett, azért ma nem tudunk lelkesedni. A cukorból és tragantból felépített, kandírozott gyümölcszel töltött várkastélyok, karamellel befuttatott és gesztenyepürével töltött romok, tejszínhabbal bélelt csónakok, tarka cukros virággal beborított torták, angol kertek, melyek gyepágyai alatt különböző ízű, színű és illatú fagyaltrétegek voltak elrejtve, parfaitból felépített székesegyházak stb. stb. mind az ő kezdeményezésére készültek, sőt többnyire az ő keze alól kerültek ki. Grillage, fonott cukor és az ezen időben már közkedvelté vált csokoládé voltak legkedvesebb építőanyagai.

A pompázó, a festői, a pittoreszk: ez volt a Carême eleme. És jellemző korára, hogy nem gasztronómiai finomságaival, hanem ezekkel az architektonikus látványosságaival érte el az akkori nagyemberek és a tömegek határtalan tetszését. Ami érthető is, hisz a legelőkelőbb asztaloknál politikai, katonai és gazdasági hatalmasságok ültek, kikre ezen konyhai blöffök nemcsak az újdonság ingerével hatottak, hanem imponáltak is. Bizony a legtöbb vendég a legszerényebb sorsból küzdötte fel magát — gondoljunk csak Napóleon marsalljaira — és nem igen láttak ilyen műremekeket gyermekszobájukban, ha ugyan egyáltalában volt gyermekszobájuk.

Ennek a kornak, mely a külső cifraságokra, a megjelenés meglepetésszerűségére oly nagy súlyt

helyezett, melynek a dekoratív elemek annyira tudtak imponálni, Carême és az ő művészete valóságos inkarnációja volt.

Mert csak művészetéért élt, halt. Szenvedélyesen rajzolt, tervezgetett. Ideálja: Párizs és Szentpétervár építészeti megszépítésében közreműködhetni.

Önzetlen volt egész életében, a pénz nem érdekelte, mesterségébe, művészetébe fektette bele egész lelkét. Szegényen halt meg, de fennmaradt utána hírnevén kívül az ő gasztronómiai iránya. Ennek érdeméből, jellegzetességéből és érdekességéből mitsem von le, hogy a mi mai ízlésünk mellett ritkán jut szóhoz. Mert asztalunkon egyszerű jó ízléssel tálalt finom mérséklettel fűszerezett, egészségesen elkészített ételeket szeretünk látni és nem nyugtalanítóan érdekes műremekeket. A Carême szakácsművészete ma is vezetőde cukrászati remeklései ma már — mondjuk — időszerűtlenek.

Ami ne zavarja a „konyha építészének” nemes emlékét. Szép gondolkodású, ambícióktól túlfűtött, de nagyszerű művész volt. A gasztronómia egyik legnagyobb zsenijét tiszteli benne.

Hogy ezen korszak mily kedvező volt tudományunk fejlesztésére, arra nézve a legjellemzőbb, hogy éppen a XVIII. század végén és a XIX. század első felében született meg azon gasztro-

nómiai irodalom, amelyből meg ma is táplálkozunk.

Első helyen persze a világhírű *Physiologie du goût*-t, helyes magyarsággal: az ízézés élettana címét viselő standard-munkát kell megemlítenünk.

Szerzője, Jean Anthelme Brillât-Savarin tipikus homo unius libri volt, ezen remekművén kívül csupa felületes, ma már feledésbe merült írást produkált.

Brillat-Savarin 1755-ben született Belleyben. Szülővárosát annak idején az Assembléban képviselte, utóbb polgármesterré választották. 1793-ban a forradalom szele Svájcba űzte, onnan Amerikába ment. Hazájába csak 1796-ban tért vissza, a konzulátus alatt a semmítőszék bírójává nevezték ki és ezen magas állását meg is tartotta 1826-ban bekövetkezett haláláig.

Klasszikus műve rövid idővel halála előtt jelent meg és csakhamar óriási elterjedtségre tett szert, számtalan nyelvre lefordítva, számtalan kiadásban jelent meg.

Balzac, aki nemcsak nagy regényíró, hanem nagyétkűsége mellett híres ínyenc is volt, szerzőnkért így rajong:

„Brillat-Savarin ritka kivételt képezett azon szabály alól, mely a magasra nőtt embereket megfosztja az egészen magas szellemi képességektől. Bár óriási természetével a semmítőszék tamburmajorjának látszott, igen szellemes ember volt és

munkája nem közönséges irodalmi értékkel bír. A *Physiologie du goût* olyan írásmű, mely apró részletekben készült, válogatott órákban, lassan kidolgozva. Brillat-Savarin soká becézgette és annyi gyengédséggel foglalkozott véle, hogy magával vitte az igazságügyi palotába is. Azt mondják, hogy ott eltévedt a kézirat, de nagy szerencsére megtalálták...”

Miután semmi reményem, hogy ezen, bár nagyszerű, de 500 oldalas kötet olvasásába belefognának, — ha egyszer elkezdenék, úgyis mindig visszatérnének hozzá — hadd mondjak el róla egyet-mást. Talán akkor majd kedvet kapnak, hogy belenézzenek e könyvbe, amelyet ma oly sokan idéznek és oly kevesen olvasnak.

Az idézetek kedvelt forrásai az aforizmák, amelyek a művet bevezetik. Nem tagadhatom meg magamtól az élvezetet, hogy ezek javát kissé szabadon le ne fordítsam:

A világegyetem csak az élet révén válik valamivé és minden, ami él, táplálkozik.

Az állatok táplálkoznak, az ember eszik; de csak a szellemes ember ért az evéshez.

A nemzetek sorsa attól függ, hogyan táplálkoznak.

Mondd meg nekem, mit eszel, meg fogom neked mondani, mi vagy.

A Teremtő, amikor arra kötelezte az embert, hogy egyék, hogy élhessen, meghívja őt ehhez az étvágy révén és megjutalmazza érte az élvezettel.

Az asztal öröme minden koré, minden körülményé, minden országé és minden napé. Minden egyéb élvezettel egybekapcsolható és megmarad utolsónak, hogy a többiek elvesztéséért bennünket megvigasztaljon.

Egy új étel felfedezése többet jelent az emberiség boldogsága érdekében, mint egy csillagzat felfedezése.

Aki agyonfalja vagy leissza magát, nem ért sem az evéshez, sem az iváshoz.

A helyes ételsor a tartalmasabbakkal kezdődik és a könnyűekkel végződik.

Azt állítani, hogy a borokat nem kell változtatni, eretnokség. A nyelv szaturálódik és a harmadik pohár után a legjobb bor is csak tompa érzést kelt.

Desszert sajt nélkül, olyan mint egy szép asszony, kinek csak fél szeme van.

Szakáccsá válik az ember, de sütőmesterré születni kell.

A szakács legnélkülözhetetlenebb tulajdonsága a pontosság. A vendégé is kell, hogy ez legyen.

Túl soká várni egy késlekedő vendégre figyelmetlenség a jelenlevőkkel szemben.

Aki barátjait fogadja és nem fordít személyesen gondot a számukra készülő étkezésre, nem méltó arra, hogy barátai legyenek.

A háziasszony győződjék meg mindig a kávé kitűnőségéről, a háziúr az italok elsőrendűségéről.

Valakit meghívni, azt jelenti, hogy boldogságáról gondoskodjunk az egész idő alatt, amelyet házunkban eltölt.

Ezen, ma már nagyrészt közkinccsé vált axiómák után következnek a „meditációk” mint ahogy a szerző nevezi őket, a gasztronómust érdeklő legkülönbözőbb témákról. Ételről, ital-ról, emésztésről, pihenésről, alvásról és álmokról, elhízásról és soványságról, kimerülésről és halálról elmélkedik a legszellemesebb és legeredetibb módon.

Az olvasó észre sem veszi, hogy régi író régi írásaiba merül bele, annyira érdekesítően és kedvesen adja elő a szerző tömértelen mondani-valóit és igazat ad Hoffmannak, a Journal des Débats szigorúságáról híres kritikusának, aki a könyv megjelenésekor ezeket írta:

„Ezen isteni könyv szerzője nagyvilági férfiú, aki előtt nem idegen semmiféle tudomány, semmiféle művészet; beszél Európának majd minden nyelvén és teljesen bírja a tudományos nyelveket is. Baráti viszonyban állván leghíresebb orvosainkkal ő maga is orvos, anatómus, fiziológus, vegyész, csillagász, régész és irodalomtörténész, verseket költ, zenét szerez, de időnként leszállani méltóztatik a tudomány hegycsúcsairól a bacchusi énekig és társaságbeli apró versikéig. Az emberiség boldogulására ezen összes ismereteit a konyha szolgálatába állítja.”

A harminc meditációt 27 kisebb vázlat követi. Tarka sorban élmények, megfigyelések és adomák. Csupa jellemző korrajz. Igen ügyesen variációk címe alá összefoglalva. Egy ragyogóan megírt fohász, amelyet a „két világ” ínyenceihez intéz, fejezi be a kötetet, melyhez a kiadó még két, versekben megírt gasztronómiai tárgyú tanulmányt fűzött hozzá. Az egyik Berchoux-tól, a másik Colnet-től száunázik. Két akkori költő, akiktől egyéb emlék nem maradt korunkra.

Roppant érdekes kortörténeti jelenség ez a Brillat-Savarin. Mindvégig kettős életet folytatott. Úgy, ahogy muzsikusi minőségében tudott átvergődni a forradalomba borult Franciaországon és jutott el a békés Svájcba, úgy visszatérte után a magasrangú bíró szigorú talárjába burkolózva rejtette el a benne meghúzódó világfi költői és páratlan gasztronómusi készségét. Könyvét 1825-ben, halála előtt cs^k néhány hónappal adta ki, akkor is névtelenül. Miért? Szerénységből? Vagy talán hivatalbeli karrierjét féltette tőle? Nem akarta második énjének titkát a világ előtt feltárni? Annyi bizonyos, hogy nem is sejtette műve világsikerét, és hogy Des Ombriaux majd a gasztronómia Aquinói Szent Tamásának fogja elnevezni.

Persze arról sem volt sejtelve, hogy a *Physiologie du goût* a gasztronómiai irodalom olyan fellendülését fogja megindítani, mely történelmünkben teljesen páratlanul áll. Előre kell

azonban bocsátanunk, hogy a mester mégiscsak ő volt és az utódok egyike sem ér fel hozzá.

Azért abban az irodalmi áradatban, amelyet tudtán és talán akaratán kívül is Brillât-Savarin megindított, elvéteve bár, de akadnak mesterművek is. Érdekes, hogy a XIX. században Németországban nem kevesebb, mint 400 gasztronómiai tárgyú könyv jelent meg, ezzel szemben Franciaországban ennek alig fele, Angliában még ennél is jóval kevesebb. Megint bebizonyul a régi igazság, hogy a kulináris elméletben a német az erősebb, a gyakorlati kivitelben a francia.

Messze kimagaslanak e könyvek hekatombák ből Grimod de la Reynière-nek, akit tulajdonképpen Laurent-nak hívtak, 1803-tól 1812-ig, tehát még Brillât-Savarin nagy munkája előtt évről-évre megjelent *Almanach des Gourmands*-jai. Ezekben azonban sok csípős éle és politikai satíra rontja a jóízűséget. Nagyszerű munka az idősebb Dumas *Grand dictionnaire de la cuisine*-je (1872). A legjobb német munkák Kari Friedrich v. Rumohr, *Geist der Kochkunst*-ja (1822), Antonius Anthus (igazi nevén Gustav Blumiöder) *Vorlesungen über Esskunst* (1838) és Baron Eugen von Vaerst *Gastrosophie*-ja (1851). m Mindezeket így felsorolva hallani, száraz és unalmas. Ellenben bármelyikük megérdemli a fáradságot, hogy elolvassák, máig is frissek és érdekesek minden kultúrált olvasó számára. Aki

pedig gasztronómusnak akarja magát tekinteni, annak alapvető tudományul a fenti standardműveket melegen ajánljuk.

De mi is az a gasztronómia és mi a gastro-sophia? Legfőbb ideje, hogy az ez irányban uralkodó fogalomzavart eloszlassuk.

Kezdjük azon, hogy mit jelent az annyira elterjedt és már nemzetközivé vált „gourmand” szó. A kelta-ír gioraman-ból ered, mely azt jelenti, hogy jó étvágyú. A francia akadémia nagy szótára szerint: a gourmand az olyan ember, ki szereti a jó kosztot. Mai értelme: aki az evés művészetéhez ért. A falánk vagy iszákos nem nevezhető gourmand-nak.

Gourmet alatt eredetileg a XIV. században a bort szállító legényeket értették. Majd a borkereskedők segédeit nevezték így. A XVIII. században divatba jött, hogy a parvenük és újjgazdagok boraik kiválogatását, főleg ha előkelő vendégeik voltak, szakértőkre bízták, akiket a pincemesterek vagy borszállító fuvarosok közül kerestek ki. Ezek voltak a gourmet-k. Majd asztaltársaikat is, akik a nemesfajta borokat értékelni tudták, szintén így nevezték el. A nagy francia szótár szerint: «aki a borokban kiismeri magát. Gourmet-nak nevezzük manapság általában azt, aki a szeszesitalokhoz ért.

A gasztronóm és a gourmand fogalma fedi egymást: magyarul ínycenc. A gasztronómia az a tudomány, mely az evésről és az étkezés művé-

szetéről szól. A gastrosophia pedig az étkezés bölcséletével foglalkozik. Ez az ínyesmesterség legmagasabb iskolája, melybe csak művelt, okos, eszes és érett ember juthat be.

Érzékszerveink közül az ízézés fejlődik ki legkorábban és nem hagy el bennünket az aggkorban sem, mondja Hyitl, a nagy bécsi anatómus. Amikor többi érzékünk már mind eltompult, ízézésünk még mindig finomabbá és érzékenyebbé válik. íme a természet bölcs berendezése, az öregségnek is megmarad valamennyi élvezet közül egy: az ízézés legmagasabb foka.

Sardanapal, aki nem tartozott ugyan a történelem legrokonszenvesebb alakjai közé, ezt íratta sírkövére:

„Amit ételből, italból és élvezetből meg lehetett szerezni, azt megszereztem magamnak, de többet nem. Azért egyél, igyál, játsszál, mert a halál után már nem remélhető öröm és gyönyör.”

Nem sokkal épületesebb a középkori angol cinikus tanítása: „Eat, drink and love, the rest no worth a fillup.” Egyél, igyál és szeress, a többi nem ér egy fillért sem.

Mennyivel bajosabb Deffaud marquise, Horace Walpole híres barátnőjének kijelentése. 80 éves korában mondotta egyik tisztelőjének: — Csupán három igazán szép dolog van a világon. Az első egy jó ebéd.

És a másik kettő — kérdi a látogató.
Ah — felelte mosolyogva az öreg dáma
ezeket sajnos elfelejtettem.

A három mondás tartalma egy. Mégis mily
másképp hangzanak. Mindent meg lehet mon-
dani, csak el kell találni a megfelelő hangnemet.
S ehhez értett a rokokó.





UDVARI ÉTKEZÉSI CEREMÓNIAK

A rokokó és a barokk életfelfogása mély nyomokat hagyott az akkori idők étkezési szokásaiban. A külsőségek kultuszának túltengése mellett fokozatosan háttérbe szorult az érdeklődés a táplálékok minemúsége irányában, mert a hogyan és a milyen sorrendben való tálalás fontosabb volt annál, hogy mit esznek. Ezen felfogás uralta az asztali örömeket, amelyek főleg a felső és legfelsőbb körökben meg is szűntek örömek gyanánt szerepelni, inkább csak kötelességszámba mentek, sőt állami aktussá váltak.

Egyes uralkodók személyesen dolgozták ki az étkezési szertartások bonyodalmas szabályait. Az egyik bajor uralkodó herceg hatalmas kötetben foglalta össze a magaszerkesztette asztali törvényeket, ezeknek áthágását megbocsáthatatlan bűnnek tartották. A porosz királyi udvar ceremóniás

könyve három részből áll. Az első az ú. n. ceremóniás lakomákra vonatkozik. A második a kisebb étkezésekről szól, amelyeknél már csak az apródok szolgálnak ki, ezek az ú. n. gálaebédek, vacsorák. Végül az egyszerűbb étkezések következnek, itt már csupán az udvari szolgaszemélyzet végzi az asztal körüli teendőket. A legérdekesebb, hogy ezen cikornyákat még a legújabb korban is, szigorúan respektálták — az összeomlásig.

Közelebbről érint bennünket a Habsburgok udvari étkezése, mely elejétől fogva a spanyol etikett jegyében állott. Leírjuk, ahogy az akkori krónikákban olvassuk az ilyen díszebédek lefolyását, melyek mind hajszálpontossággal egy mintára voltak beállítva.

VI. Károly, Mária Terézia atyja évenként csak négy díszebédet adott. A három főünnepen és Szt. András napján az aranygyapjas lovagok számára. A császár asztala emelvényen állott, bíboros baldakin borult föléje, testőrök és udvari trabantok vették körül. A bécsi Burgban a császári asztalnokok szolgáltak fel, az egyszerűbb „à la campagne” ebédeknél ez a nemes ifjakkal volt dolga. Amint a császár és a császárné az asztalhoz járul, egy kamarás odanyújtja a kézmosótálat. Következik az asztali ima, melyet a császár födetlen fővel hallgat meg. Ugyancsak leveszi főveget, amikor a császárné őt felköszönd, egyébként kalappal a fején ül az asztalnál. A pohár-

nokok féltérdre ereszkedve kínálják az uralkodót borral. Mialatt a felség iszik, a nagykövetek hajadonfővel állanak. Az ebéd alatt szép zene játszik. Estére rendszerint „en famille” étkeznek. Ilyenkor az egyszerűség kedvéért az udvarhölgyek szolgálnak fel.

Amily óriási pompát fejtettek ki Mária Terézia hivatalos és díszlakomáin, oly egyszerűség járta az ő családi körben elköltött étkezései alkalmával. A császárné nem gyűlölte a pompát és a tálak díszfelvonulását, a ceremóniákat pedig feltétlenül respektálandóknak tartotta. Ellenben fia és utódja, II. József, a mi „kalaposkirályunk” irtózott a külső dísztől és kényeskedéstől. Rendszerint egyedül étkezett, ebéd közben legfeljebb a felszolgáló komornyikkal váltott néhány szót. Többet mint hat fogást nem volt szabad egy étkezés alkalmával tálalni. Viszont érdeklődött az ételek minéműsége iránt és akárhányszor maga állította össze menüjét. Az udvari lakomák alkalmával nem titkolta rosszkedvét, többnyire nem is nyúlt az ételhez, hanem udvari embereivel átdiskurálta az ebédet.

E korszakkal szemben, melyet az ebédlő jobban érdekelt mint a konyha, — a régi német-római birodalomról beszélünk és nem Franciaországról vagy, Olaszországról — állítsuk oda az olyan gasztronómiai tehetségeket, mint a már említett. V. Vilmos bajor herceg, bár az ő fénykora még a reneszánsz idejébe esik. Hogy ennek az

uralkodónak mi mindenre terjedt ki a gondja, egészen hihetetlen. Ebédjéhez mindig 20 asztalt kellett megteríteni. Itt foglalt helyet a vége-láthatatlan udvari személyzet. A 21. asztal a koldusok számára volt fenntartva. Még az utóbbiak enni- és innivalóit is megszabta a herceg, aki névszerint meg is nevezi őket. A főasztaloknál való ültetési rendet már más uralkodók is kijelölték.

De hogy a konyhában melyik három nő dirigáljon — név szerint megnevezi a szakácsnőket — és hogy a sánta Hänslnek, meg a Kaspar Hosenstrickernek, akinek a felesége „helytelenül” viselkedett, dupla adag étel jár, de ital semmi, hogy a betegeknek hetenként négy zsemlyét és két itce bort kell adni, de csak, amíg betegek, az ilyen mindenre kiterjedő figyelem a konyha történelmében példa nélkül áll. De ha nem lett volna ilyen körülmekintő, hogy tudta volna a herceg az ő százakra menő háznépét, melyből a költők és művészek sem hiányoztak, évszámra ellátni. El is rendeli, hogy böjtnapokon csak a herceg és „szeretett gyermekei” számára kell halat tálalni, mert nagyon drága, néha még kapni sem lehet.

A többieknek készítsenek káposztaféléket, lisztből, rizsből és más hasonlókból ételeket. A szárnyas vad, a tyúk meg a kacsa is inkább csak a hercegi asztalra való. De a többiek részére készült étel is jóízű legyen, szépen kell tálalni és

jókedvvel kell felszolgálni. Aki konyhai avagy ebédlői személyzet ez ellen vét, szigorú büntetésben részesül. Azért a konyharendet évenként négyszer a tiszti személyzet előtt fel kell olvasni. Ha valaki ellentmond vagy ellene cselekszik, azt a megtorlás és kegyvesztés nyomban eléri.





„W I R T S C H A F T”

Így hívták a vendégség egy sajátos nemét, mely különösen a XVII. és XVIII. században járta egyes udvaroknál és játékkal, meg főleg maskarádékkal volt egybekötve. A fejedelmek és az udvari nép előszeretettel paraszti jelmezeket öltöttek fel és paraszti módra igyekeztek mulatni és mulattatni. Olyas mulatságok voltak ezek, mint a ma is szokásos bécsi vagy müncheni Bauernballok. Valamikor régen rendeztek nálunk is hasonlókat a farsang vége felé, de nemsokára abbahagyták, jól tették.

Mindenesetre eredeti sokadalom lehetett, amikor a dán udvar északhollandi parasztnők jelmezében kivonult Amak-szigetére, fatányérokról fogyasztották el a népies ételeket és vígan táncoltak az ottani banda zenéjére. Máskor meg falusi búcsút rendeztek, a sátrakban parasztlánynak öltözött udvari dámák árusítottak. Gavallérok voltak a mutatványos bódék kikiáltói, a köszörüs-

és hintáslegények, sőt a vásárokról sosem hiányzó zsebtolvajok is. A drezdai udvar a céhek felvonulását szerette utánozni. Hol mint vincellérek és szüretelő lányok, hol mint molnárok és molnár-nék, pékek és cukrásznők, kertészek és virágárus-lányok jelmezeiben vonultak fel, lakmároztak és járták a cikornyás táncokat a rokokó és barokk élvezői. Nagy Péter cár is megjelent fríz parasztnak öltözve a bécsi Burg egy ilyen „Wirthschaft”-ján. Maga Lipót császár köszöntötte fel tokaji borral a paraszt urat, kit végül arra kért, hogy fogadja el tőle ajándékba a kristálybillikomot. Amit a cár megfelelő ellenbókok után meg is tett. A jelmezes, álarcos menetek eleinte csak a paloták egyik terméből a másikba vonultak. De utóbb már az utcára is kikíváncoztak. Természetes, hogy a jó nép csakhamar magáévá tette ezen cifra felvonulások gondolatát és megkezdődött a nagy- és kisvárosok parasztmulatságainak sorozata, amelyekben a paraszt csak a jelmez volt. Hol falusi lakodalmat játszottak, elül a bakterrel, fúvószenekarral, azután a lakodalmas nép szekéren és lóháton, végül a mindkét nembeli cselédséggel zárult a menet. Máskor meg szüreti mulatságokat rendeztek falusi stílusban stb. stb. A jogcím, az alkalom sosem hiányzott, de nem is volt fontos, mert a fődolog az álöltözet, a népies jelmez volt, mely szabadabb mozgást engedett meg, ami érthetően jól esett a rokokó emberének. Ez érvényesült azután a felvonulást követő nagy

ivások és még inkább a befejező táncmultságok alkalmával. Mégiscsak más volt az a Schuhplattler, mint a menüett.

Akinek pedig rokokó kacskaringó és cikornya kellett, az gyönyörködhetett az olyan édeskésen naiv szellemességekben, mint amilyeneket ugyancsak Lipót császárral mondattak el, amikor egy ilyen „Wirthschaft” alkalmával a hollandi hajós jelmezébe bujt II. János György anhalt-dessau fejedelmet így üdvözölte: „Miután azt hiszem, hogy a társaságban senki sem ismeri jobban a szelek járását, mint a hollandi hajós, iszom az ő egészségére. Kívánom, hogy a mostani szél mindig olyan kedvező irányt vegyen a római birodalom, főhercegi házam és az Ön számára, ahogy azt kívánni méltóztatik.” Erre egy húzásra kiitta borát, mialatt a hölgyek és urak ezüst késeikkel tányéraik szélét ütögették és vivát-ot kiáltottak. Bécs, A. D. 1678.





ACSÁSZÁR ZSEMLYÉI

A bécsi belváros amúgy is csöndes utcáin még égnék a lámpák, amikor egy aranyküllőjű udvari kocsi siet a régi Burgból a Singer-strasse felé. A hazafelé szállingózók elég gyér tábora tisztelettel tér ki a fogat előtt. A bakon a hosszában pofoncsapott kalapú kocsis mellett a harántul összenyomott süvegű inas hivatalos komolysággal mered maga elé. A két öreg lipicait nem kell dirigálni, ismerik már az utat a pékhez, hisz mindennap megteszik.

— Hajnali négy óra, konstatálják a lumpok. Mennek a császár zsemlyéiért.

Ferenc József, a császár és király a monarchia legszigorúbb önfegyelmet tartó katonája és tisztviselője volt. Télen ötkor, nyáron négykor kelt, régi komornyikja, Ketterl felöltöztette, megberetvált, közben már behozták a reggelit, mely egy csésze kávé, két császárzsemlye és egy kis vajból állott. Odatették íróasztalára, ott szerette elfogyasztani. A legendás reggeli sétákat a schön-

brunni Gloriettgasseba, ahol barátnőjénél haboskávét meg friss kuglóf várta reggelire, csak idősebb korában vezette be, amikor ez a kis szórakozás már nagyon ráfért. A legacélosabb idegrendszerre is megérkezik az elkopás, kimerülés ideje, amikor sürgős pihenésre szorul. A tavaszi Schönbrunn után a rövid nyári szabadság következett Ischlben, amely az utolsó években még rövidebbre szorult össze. Ischlben voltak ám néha uzsonnázások is a művésznőnél, még tarokkcompánia is akadt, 1—1 világos Kaiservirginiát is megengedett a szigorú Kerzl doktor.

A többi mind csak legenda. Azonban a ropogós császárzsemlye az kézzelfogható valóság. De ennek is megvan a maga története. Az Úr 1487 esztendejében, beszéli a nürnbergi krónika, IV. Frigyes császár meghívta magához a városi árokba népe gyermekeit és néhány ezer, erre az alkalomra sütött és a császár képével díszített zsemlyét osztatott szét köztük. Igaz, hogy némelyiken alig voltak láthatók a magasztos arcvonások, de azóta ezeket a behasogatott zsemlyéket mindmáig császárzsemlyének nevezik.

Mi, régi pestiek, akiknek annakidején gyakran akadt dolgunk Bécsben, ha császárzsemlyével találkozunk, gondolataink elkalandoznak a császárvárosba. Ottani reggelinknek két fénypontja volt, a császárzsemlye és a gleccserízű Hochquelle vize. Ebből a vízből kellett naponta küldeni Erzsébet királynénknak, bárhová is vitte az útja.

A zsemlye versenytársa, a kifli meg éppen bécsi születésű. A Szent István-torony csúcsán eredetileg nem a kétfejű sas nyújtózkodott, hanem egy félhold volt feltűzve. Ennek a torony csúcsán (Gipfel) ülő félholdnak alakjára készült fehérsüteménynek adták a Gipfel nevet, mely hazájában idővel Kipfel-lé, nálunk pedig kiflivé formálódott. Németországban most is Hörndl vagy Hörnchennek hívják.

A ma már oly különböző alakban hivalkodó avagy szerénykedő perecek is büszkék lehetnek őseikre, mert családfájuk a középkorba nyúlik vissza. Akkor volt szokásban, hogy a lelkészek az imádságát hibátlanul felmondó gyermeket gyűrűalakú cukrossüteménnyel jutalmazták, amelyet közepén kereszt díszített. Ezt az imádságért járó kalácsot latinul preciunculának hívták. Ebből lett a Pretzel, Bretze, magyarul pereg. Eredetileg Fastenbretzel volt a neve, mert adventtől húsvétig szabadott csak fogyasztani. De utóbb elfajult és mindenféle profán alakot öltött magára, különböző ízeket vett fel és ma már legfeljebb a derék sóspereg emlékeztet még ősei becsületes egyszerűségére. De a gusztusosan tiszta peregember az ő hosszú rúdra felfűzött árujával istentudja hová lett.

A mi farsangi fánkunknak is megvan a maga történelmi múltja. Azt tartják, hogy egy Cecilia nevű asszony, akinek a bécsi Peilerthor mellett volt finomsütödéje, találta fel és tálalta fel első-

nek vendégei számára. Az ő tiszteletére a Cillykugeln nevet nyerte. Utóbb egymásután nyíltak meg a fánk sütők üzletei. Ezekben már gyümölcs-ízzel töltötték a süteményt, darabjuk 3 krajcárba került. A múlt században a nyolcvanéves Katharina Platzer kisasszonyt tartották a legkiválóbb fánkkészítőnek. Az 1815-i rövid, de híres farsang alatt 8—10 millió darab fánkot fogyasztottak el Bécsben. A régi szép szokás, hogy farsangvasárnapon házunk népének fánkot osztogatunk, nálunk még erősen tartja magát, de odaát már csak elvétve találkozunk vele.

Még számos más ennivaló is kapcsolódik az ünnepekhez. Az Egyház — nagyon bölcsen — a gyomron keresztül is népszerűsítette intézményeit. Mindszentekre cukros fonottas kalácsok jártak, amelyek néha tiszta cukorból készültek minden tészta nélkül, éppen csak hogy kalácsalakjuk volt. Ellenben a húsvéti kalácsok, közepükön a velesült piros tojással, a legjobb foszlós tésztából állottak. Akárcsak a görzi kenyér, a kerek olasz húsvéti sütemények, de ezek annyira sárgák voltak, hogy azt hisszük, egy kis sárga, festéket vagy sáfrányt nem sajnáltak tőlük. A franciák Háromkirályok napjára sütötték a Galette du roi nevű papsapkaalakú kelt tésztát, melyben egy aranypénz volt elrejtve. Akinek az az aranyat rejtő szelet jutott, volt aznap a mulatság „királya”, amely hivatal sokféle szabadalommal volt felruházva. Szent karácsony ünnepéhez fűző-

dik a diós- és mákospatkók tömeges fogyasztásának emléke, de jelene is. Eredetileg kerek, koszorúalakja volt a beiglinek, csak utóbb vette fel kifli, vagyis inkább patkó alakját. Remek sütemény, a karácsonyi asztal legszebb díszé. Kétségkívül nálunk készülnek legsikerültebb példányai, akár dióval, akár mákkal töltve, akár élesztős, akár vajos tésztából. A finomkodók manapság csokoládéval is szeretik tölteni, de ez sznobizmus. Minek változtatni a régi formán, amikor az olyan tökéletesen jó.

Az alkalmi ételek sora azonban nem merül ki a süteményekkel. Ne legyünk hálátlanok. Avagy talán a karácsonyi rántott harcsa, a szilveszteri töltöttkáposzta, az újévi malac, a húsvéti sonka nem is ízlettek? Hogy a pesti embernek az első idei libát egy budai kiskocsmában kellett ennie, annak már nem volt patinája, inkább csak a kíséret kedvéért történt. Ma már e kíséreteknek is le kell szállítaniuk igényeiket. Megelégszenek a rántott csirkével is. Pedig a „Backhendel” is bécsi nemzeti étel. Az volt a polgári megelégedettség szimbóluma, a vasárnapi rántott csirke. Sőt a ferencJózsefi korszak teljes békében lefolyt évtizedeit is Backhendelzeit-nak nevezték.

A császár színe előtt is megjelent a legkövérebb szárnyas a szalagokkal felcicomázott lúd alakjában, amelyet Márton napján a pozsonyi zsidó hitközség vezetői az uralkodónak átszolgáltattak. Ez az ő privilégiumuk és nagy büszkesé-

gük volt. Hogy ő felsége a liba melyik részét fogyasztotta el, nem tudtuk eruálni. Talán egyiket sem, hiszen olyan spártai volt egész táplálkozása. Délben minden áldott napon egy tányér húsleves metélttel vagy daragaluskával, utána egy szelet főtt marhahús (bécsi leveshús, Meissl u. Schadn, emlékszenek még rá?) céklával, egy kis főzelékkal, azután valamely egyszerű tészta. Ebédjéhez egy kis pohár schwechati se szeretett meginni. Utóbb még ezt is elvették tőle, De nem nagyon bánta. A mi királyunk nem volt ingyenc. Hogy mily kevés súlyt helyezett a konyhára és az étkezésre általában, azt keservesen tapasztalhatták az udvari asztal vendégei, akár a bécsi Burgban, akár a budai Várban tartott díszebédek alkalmával. Az udvari szakács- és cukrászművészet a tökély legmagasabb fokán állott. Remeknél remekebb fogások hosszú sorát szolgálták fel gyors egymásutánban. De micsoda tempó járta! A király alig egy-két falatot evett, már elvitette tányérját. Az udvari etikett pedig megkövetelte, hogy senki se egyék tovább, mint a Felség. Amint az ő tányérját váltották, nyomban elkapták a lakájok a vendégekeit is. Így volt az italokkal is. A lakoma végén, amikor a király összecsapva bokáit elhagyta a termet, mindenki éhen maradt. Legfeljebb néhányat a remekül kiállított udvari cukorkákból tehetett zsebébe emlékül, azután elmehetett — ebédelni. Ellenben ismertünk egy krisztinavárosi kocsmát, amelynek

vendégei még napokig éltek és nagyon jól éltek az udvari ebéd pompás maradékain. Bécsben sem volt máskép, magyar diákok bőven fogyasztottuk az udvari pince borait, azt hiszem a kvóta feletti arányban.

Minden népnek és minden kornak megvannak a maguk étkezési szokásaik és kedvenc ételeik. A kultúrtörténelem egy igen érdekes fejezete volna, amely az emberi fejlődést a gasztronómia szemszögéből nézve írná le. Azt hiszem, sok új, nemcsak biológiai, de szociológiai jelenségnek magyarázatához is eljutnánk ezen az úton.





KÍNA

Kínával érdemes bővebben foglalkoznunk. Egyrészt, mert, mint azt Houston Stewart Chamberlain is megállapítja, a kínai a föld még fennmaradt két legrégebb kultúrájának egyike. Másrészt, mert Kína nagyjában még ma is úgy táplálkozik, mint évezredekkel ezelőtt. A gasztronómiát pedig különösen érdekli Kína, mert népének kifejezett tehetsége van az ételek elkészítéséhez, ami abban is megnyilvánul, hogy az egész Kelet legügyesebb szakácsainak ismerik el őket.

Kína óriási területén lakik az emberiségnek több mint egy ötöde, de talán — egyes német szerzők szerint — egy negyede. Történetüket legalább is ötezer évre visszamenőleg ismerjük. Kultúrájukat az idegen néptörzsek betörése nem tudta megváltoztatni. Kína a mongol zsarnokság 80 éve alatt éppen úgy megmaradt Kínának, mint a mandzsuk 270 éves uralma alatt.

Lehet, hogy az őskorban ez a nép is nomades vadászéletet folytatott, de már 2375-ben Kr. e., Yao császár idejében földművelést, marhatenyésztést, halászatot, szövést-hímzést, szekérgyártást, selyemkészítést rendszeresen űztek. Tudtak írni, olvasni, számolni, voltak súlyaik, mérlegük, gyógyszeriek és iskoláik. A földbirtokot agrárszocialista alapon osztották fel. Elméletileg minden a császáré volt, de ez átengedett minden családnak akkora földet, amennyire az illetőnek családtagjai számához képest a megélhetéshez szüksége volt. Minden kilencedik parcella, amelyen a kút volt, az állam tulajdonát képezte, ezt a másik nyolc telek gazdájának kellett megművelnie. Ezen felül dézsmát kellett beszolgáltatniuk, mely azonban a jövedelem tíz százalékánál több nem lehetett.

Trágyául a gabona szalmáját használták fel. Ellenben nagystílű öntözőműveik már Yü császár idejéből, Kr. e. 2205-ből származtak. Az ország északi részei a kölest kultiválták, a középen és délen túlnyomóan rizkoszton éltek. De az akkori feljegyzések a föld több mint százféle terményéről szólnak. Háziállataik ugyanazok voltak, mint most. Lovat, marhát, juhot, kecskét, disznót, kutyát és tyúkot tartottak. Tejet és tejtermékeket a kínai már akkor sem fogysztott, így van ez mindmáig. A vadászat és halászat is hozott valamit a konyhára. A császárnak nemcsak udvari vadászai és halászhai, hanem külön teknősbéka- és jégmesterei is voltak.

A kínai nép páratlan szaporasága dacára rendszeres években jól meg tudott élni földje terméséből. Udvariasságuk közmondásos volt, mindig derűs kedélyük mellett igyekeztek pocakot is eresztetni, mert ez az ő felfogásuk szerint tekintélyt kölcsönöz az embernek. De voltak ám înséges esztendők is, amikor a magtárak is hamar kiürültek és a legszegényebb nép kínjában még az emberevéstől sem riadt vissza. Hogy azonban még a mai magas agrárkultúrájú Kínában is előfordulnak éhínségek, annak már igazán nem a természet az oka, mert; a zseniális Shikhuangti császár Kr. e. 221—210-ben úgy szervezte meg országát, hogy minden alattvalójának minden időben meg kellett találnia bőséges megélhetését. Ez volt az az uralkodó, aki felismerte, hogy az agrárszociális alapot el kell hagyni és rá kell térni a magántulajdon alapjára. Amint ez megtörtént, a föld hozama és a termények minősége rohamosan megjavult. A régi öntözőművek kiterjesztésével és tökéletesítésével a rizstermőföldeket a legtermékenyebb déli országrészekbe is ki lehetett terjeszteni. Az óriási császár-csatornán a délvidék rizstermését olcsón el lehetett szállítani az északi tartományokba. Amerikai szerzők szerint Kína szántóföldjeinek és kertjeinek 25 százaléka részesül az öntözőcsatornák áldásában. Baker azt állítja, hogy Kína kultúrföldjének egy teljes harmada él a csatornázásból. King szerint negyven csatornát kellene

létesíteni az U. S. A.-ban hossz- és hatvanat harántirányban az egész országon át, hogy a kínaival egyenértékű öntözőműveik legyenek. Babylonnak 30.000 négyzetkilométer termőföldje volt. Egyiptomnak körülbelül ugyanannyi, ellenben Kína nagy síksága 200.000 négyzetkilométerre terjed, de a mesterséges öntözés rendszere még ezen túl is ki van már építve.

A harmadik tényező, amelyet a termelés szolgálatába állítottak, a föld racionális trágyázása volt. A már említett szalma korántsem bizonyult elégségesnek. Kezdték a zöldtrágyával. Nagyon szerették a kínai lóherét, melynek fiatal hajtásait főzelék alakjában fogyasztották, maga a növény pedig trágyául szolgált. De felhasználtak erre a célra minden felhasználhatót, ami csak erdön-mezőn akadt. Fű, falevél, sás, bokor, gaz, dudva mind jó volt. Olajpogácsa, rizshulladékok, bab és borsó szárai és hüvelyei igen keresettek voltak. De a hamut és a folyamok iszapját, a falak salétromos kivirágzását, gipszvakolatát, a kormot, az utcai szemetet, a vágóhidak hulladékait, az emberi és állati szőröket és hajakat mind felhasználták. A tenger mellett a növényzeten kívül a sok kivetett állat és a halak konyhai maradványai nyújtottak bőséges hozzájárulást. Ellenben az istállótrágya, mely mifelénk a legfontosabb, nem játszott szerepet, hisz alig volt. Legelő híján marhaállományuk egyre csökkent, márpedig az emberanyag állandó szaporó-

dása mellett legelőkre már alig tellett a földből. Az emberi trágya felhasználásában Kína messze felülmúlja akár Európát, akár Amerikát. Ezen a téren az ő műszaki haladásuk egészen páratlan.

Mindezek dacára még mindig nincs elég trágyájuk. Műtrágyát pedig nem vehetnek, túl drága volna. Közmondásaik illusztrálják, hogy milyen magas véleménye van a kínai parasztnak a trágyázásról. Úgy vigyázz a trágyára, mint az aranyra, mondja. Jobban jársz, ha a birtokodban levő földet jól trágyázod, mint ha újat vásárolsz, stb. Amellett már rég kitanulták, hogy melyik növénynek milyen trágyára van szüksége, mikor, hogyan és hányszor kell vele ellátni. A földnek ezen intenzív és racionális megművelése indította a nagy Liebiget, kora legelső agrárkemikusát annak kijelentésére, hogy a német mezőgazdaság praxisa úgy aránylik a föld legrégebb földművelő népének képességéhez, mint egy gyermeké egy érett és tapasztalt férfiúéhoz. Ez az ismert kultúrák legintenzívebbike, mondja Richthofen, aki 25 évet töltött Kínában. Az amerikai Baker pedig bevallja, hogy a területegységre a kínai agrikultúrában 40 százalékkal nagyobb munkateljesítmény esik, mint az ő hazájában.

E három tényező: *az apró magánbirtokok, az intenzív öntözés és a gondos trágyázás tette lehetővé, hogy Kína az ő egyre szaporodó lakosságát élelmezni tudja. És még egy. Igaz, hogy a kínai abszolút konzervatív, de nagyon tanulé-

kony és kitűnő természetmegfigyelő. Ennek révén, ha ragaszkodik is a tradíciókhoz — hisz egy nép sem űzi azt a sokszor túlzásba vitt ősök kultuszát mint ők — de mégsem maradi. Ezen természete megnyilvánul a gazdaság minden ágában.

A legrégebbi időkben általánosan kultivált kölest ma már csak a legszegényebb vidékeken mívelik és csupán a legszegényebb néposztályok fogyasztják. Sőt, még ennek a legigénytelenebb gabonaféléseknek is számos, táplálkozásra alkalmasabb variánsát fejlesztették ki. Amint azt a talajnedvességi viszonyok megengedték, a köles helyébe a rizs lépett és ez maradt mindmáig az összes társadalmi rétegek főtápláléka. Eltanulták ugyan az európaiaktól a rizs hántolását és csiszolását. De nagyon hamar rájöttek, hogy az egészségükre nézve nem előnyös és visszatértek az ősi elkészítési módjukhoz. Arra is rájöttek, hogy kizárólag rizsen élni és amellet erős testi munkát végezni, ahogy azt a kínairól Európában felteszik, legfeljebb két hétig lehet. Tehát ki is egészítik a rizst állandóan megfelelő tápszerekkel, hússal, hallal, száraz és friss főzelékkel, gyümölcssel.

Nagyon régóta ismerik a búzát is. Lisztjéből vagy metéltet készítenek, amelynek a kínai konyha igen sokféle hasznát veszi, vagy vagdalt-hússal, főzelékkel, fűszerekkel töltött gombócokat készítenek belőle, ezeket éppen úgy kifőzik, mint

ahogy nálunk szokás, avagy pedig forró víz felett faroston párolják. Persze kenyeret, kalácsot, kekszet is sütnek belőle, de mindig tej és vaj nélkül készítik, csak tojással és sóval.

Az árpa és a zab a hegyvidéket látja el kenyérrrel és kásával, ott, ahol a búza már nem terem meg, a rizst pedig drágán kell megfizetni. A rozst nem szeretik, többnyire csak hizlalásra használják.

A kukoricát a portugálok hozták a XVI. században Amerikából Kínába. Néptápszerré csak a nyugati tartományokban vált, ahol a hegyoldalakon termelik. Vagy lerágnák a pörkölt, még gyenge csöves tengerit, mint hazánk némely vidékén szokták, vagy egy máléfélét készítenek belőle.

A hüvelyesek igen nagy szerepet játszanak a kínai ellátásában úgy télen, mint nyáron. A babnak és borsónak több olyan fajtáját is kultiválják, melyet nálunk nem ismernek. A lencsét azonban csak a szegény nép fogyasztja. Valamennyi babfélése közül kétségkívül a legértékesebb a szója., Őshazáját valahol Dél-Ázsiában kell keresni, Jávaszigetén még ma is vadon terem. Hogy ennek a tápszertani szempontból hallatlanul fontos babféléseknél értékét mennyire felismerte Kína, azt bizonyítja, hogy már 500 különböző fajtáját termelték ki. A szójabab 39—47 százalék fejrnyét és 18—33 százaléknyi zsírt tartalmaz! Olyan számok ezek, amelyekhez hasonlókkal a növényvilágban

alig fogunk találkozni. A kínai konyha számtalan alakban veszi a szójabab hasznát. Zöld szárát, levelét, tokját, magvát főzelék gyanánt eszik. Lisztjéből metéltet készítenek. Vagy elerjesztik és így nyerik belőle a híres szójamártást, amely a kínai asztaláról sosem hiányzik. Szüredékét konyhasóval kicsapva, babsajt készül belőle, amelyben 50% a fejrnyye, 27% a zsír! A hulladékok pedig takarmányozásra és trágyázásra a lehető legalkalmasabbak. Még olajat is sajtolnak belőle, amely a falvak egyetlen világítóeszköze volt, míg a petróleum ki nem szorította.

A szójabab ma még csak Ázsiában játszik nagy szerepet a népek táplálkozásában. De egészen bizonyos, hogy nemsokára az egész világon fontos tényezővé válik, mint az annyira értékes fejrnyének duzzadt tarsolyú képviselője.

Kína főzelékfajtáit felsorolni nem tudjuk, mert ami ehető az az élelmes és takarékos nép az ő óriási területén felfedezni tudott, azt a szó szoros értelmében kitérta még a föld alól is és megette nyersen vagy főve avagy másképpen elkészítve, de megette és megeshi még ma is. Kedvenc főzelékük a mi káposztánk, melyet vermelni is szoktak. De a dinnyefajták, tök és ugorkán kívül a hagymaféléket is nagyon kedvelik. A lótnsznak ők is megeshi összes részeit, akárcsak Egyiptomban, meg Indiában, még gyógyszerül is használják. Az Amerikából behozott édes burgonyát (Batate) és a Taro nevű szintén

gumós növényt nagyon szívesen fogyasztják, már az afrikai eredetű yamsgyökér ritkább ételük, mert drágább. Érdekes, hogy a mi közönséges burgonyánk, mely persze hozzájuk is Amerikából került, csak korlátozott népszerűsége vitte. Csupán azokban a tartományokban terjedt el, amelyeket inséges évek szoktak felkeresni.

Miután a nagy néptömegek túlnyomóan liszt-nemű anyagokon élnek, érthető, hogy ezeknek néha már unalmassá váló ízét fűszerekkel igyekeznek megjavítani. Megtehetik azt annál inkább, mert utóbbiak nagyrésze belföldi termék és így mindenki számára hozzáférhető. Közülök a kínai bors, a mustár, a gyömbér, a fahéj és az ánizs egyenesen kínai eredetűek. A szomszéd Tibet szállítja a legjobb, u. n. kínai rebarbarát, India és a hollandiai szigetek pedig a szegfűszeget, valeriánát és vad gyömbért, de mindenkifelett a feketeborsot, amelyből a kínai konyha elképzelhetetlenül nagy mennyiségeket fogyaszt.

A fűszerek pótlásául szegénye, gazdagja sok hagymát és fokhagymát eszik. De különösen szeretik a retket, melynek ugyancsak Kína az őshazája. Keskeny szeletekre vágva a napon szárítják és sós vízben megáztatva szeretik enni. De máskor meg is főzik. Szakértők azt állítják, hogy a kínai reteknek nincs párja és egyes hazai tenyésztéseink onnan hozatják magvaikat.

Olajat a kínai túlnyomóan a repceből nyer, de a sesamolaj régibb származású. A földi

mogyoró, a len és a mák is szolgáltatnak olajat, bár csak az elsőnek a produkciója számottevő. A mák Arábiából, a dohány Amerikából került Kínába, mindkettő Danaidák ajándéka volt az országra nézve és bár már 1641-ben császári rendelet tiltotta az ópiumszívást és a dohányzást, ez a két szenvedély még ma is sok áldozatot szed a mennyei birodalomban.

Cukornádültetvények a mai Kínában már nagy területeket foglalnak el. A cukorrépa ellenben még alig ismert, a belőle készült cukrot Mandzsuoországból hozzák be. Az első cukornádat még csak a Kr. e. 3. és 2. században importálták a meghódított Hátsó-Indián át bengáliai őshazájából. Persze, eleinte ők is csak rágták a nádat, míg lassanként megtanulták, hogyan kell belőle szörpöt sajtolni, befőzni. De a szép fehér, kristályos cukor előállítását csak jó későre az araboktól tanulták el, egy másik forrás a buddhista papokban keresi a tanítómestereket. De Kínában is úgy áll a dolog, mint az előzőleg sok más országban tapasztalható volt. A nádcukor nem válhatik népelelmezési cikké drágasága miatt. Majd elvégzi azt helyette a répacukor.

Gyümölcs bőségesen terem Kínában, sok fajtának ez az őshazája is. Szeretik a gyümölcsöt, fogyasztják is nagy mennyiségben, de fáik nemesítésével nem sokat törődnek. Jóformán ugyanazon gyümölcsfajtákat termelik, mint évezredekkel ezelőtt. A körte és szilva mellett az almára

nem helyeznek nagy súlyt. Az őszibarackot és a kajszint kemény, alig érett állapotában szeretik enni. A cseresznye nagyon népszerű, ellenben a málna, egres, ribiszke és egyéb hasonló bogyókkal nem is törődnek. Valóságos kultusz tárgya a kajszinbarack, ennek már vagy 100 fajtáját termelték ki. Narancs, citrom, grapefruit, gránátalmán és fügén kívül van még sok olyan gyümölcsük is, mely csak helyi érdeklődésre tarthat számot, mert csak kis területen termelik és nem szállíthatók. Az Amerikából átszármazott ananász már náluk is közkedvelt. A szőlőt Kr. e. 125 évvel importálták, bogyóit szeretik, egy savanykás bort, meg ecetet is készítenek belőle. De a szőlő Kínában sosem lesz népszerű, mert ezek az emberek nem isznak sem bort, sem sört. Nagyon megszokták az Ő samshu nevű pálinkájukat, melyet azelőtt kölesből, most rizsből készítenek. Csészéből, melegen isszák.

A teacerje aránylag fiatal jövevény Kínában, ahová a IV. században érkezett Indiából. A levelekből készült főzet fogyasztása csak a VII—VIII. században kezdett elterjedni. Állítólag buddhista szerzetesektől tanulták, akik azért fogyasztották, hogy ébren maradjanak. A mai kínai élet tea nélkül el sem képzelhető.

Állatállományuk nem igen különbözik őseiétől. Az ország északi részében főleg szarvasmarhát tenyésztenek, de állataik éppen olyan gyenge minőségűek, mint évezredekkel ezelőtt.

Ami csak természetes, hiszen rendszeres takarmányozásról szó sincs. Legelőik csekélyek, erre már nem futja az apró birtokokból. De a kínai nem is helyez súlyt arra, hogy hatalmas munkabíró állatokat, bőven tejelő teheneket termeljen. Az ő buddhisztikus életfelfogása nem engedi meg, hogy az állatnak, mely egész életében az ember munkatársa volt, húsát megegye. Tejétől irtózik. Tehéntejet csak az anyátlan csecsemőnek, meg a gyámoltalan öregeknek adnak inni. Marhahúst csak a mohamedánok esznek, akik viszont a disznóhúst kerülik rituális okokból. Az ország délibb részein, a rizs birodalmában vízibivaly tartanak, ennek veszik a mezőgazdaságban legtöbb hasznát. Az említett meggondolás alapján, ennek sem fogyasztják húsát, nem isszák zsírdús, gyönyörű tejét sem, amelynek nálunk annyi kedvelője van. Elárasztották az országot tatárok, utóbb mandzsuk. Magukkal hoztak új táplálkozási szokásokat. Itták a kancatejet, készítettek a bivaly tejéből sajtot, tejport. Mindezen példák abszolúte nem tudták a kínaiak étkezési módjait befolyásolni.

Az ő kedvenc húsállatjuk a sertés volt és maradt is. Csak az északi tartományokban, meg a mohamedánlakta vidékeken tenyésztenek több juhot, kecskét. A kínai szereti a sertést, mert nincs ellátására különös gondja, megél az mindennütt, úgyszólván a maga emberségéből. Hulladék mindig csak akad és nem lehessen tudni, mitől

hízik a disznó. Amellett mesterei a sertéshizlálásnak, hiszen olyan tökéletes állatokat tudtak kitenyésztene amelyekből Európa is hozat a maga fajtáinak megjavítására.

De a háziszárnyas nevelésében is kituntette magát Kína. Eredetileg a tyúk volt az udvar kizárólagos ura. Utóbb került oda a kacsá. Ma már lúdtenyészetük is híres. De azért a kacsá, mely a rizsföldek csatornáiban hemzseg, az igazi kedvenc. A kínai szárnyasokból is szoktak fajállatokat Európába transzplantálni. A pekingi kacsá a nemzetközi étlapokon nagyon előkelő márkát jelent. A tojásaikból azonban nem kérünk. Az a szokásuk, hogy egy hónapra, sőt egy évre földbe ássák és csak rothadt állapotban fogyasztják el, előttünk nem rokonszenves.

Az előadottak alapján tiszta képet alkotunk magunknak a régi Kína és a mai Kína ellátási viszonyairól, amelyek nagy vonásokban azonosak. Bepillantást nyertünk a föld legnagyobb lélekszámmal rendelkező népének túlnyomóan vegetáriánus alapra helyezett táplálkozásába. Még csak két kérdésre szeretnénk választ adni. Az egyik, hogy a szerény kínai mit költ, mennyit szán rá az ő étkezésére. Belsőszülött tudósok kínai türelemmel végzett számításából az derült ki, hogy az átlagos kínai munkásember jövedelmének 71 százalékát költi élelemre. Ezzel szemben a francia 60, az angol 57, a belga 56.9s a német 54.4, az amerikai 53.7, az ausztr-

ráliai csak 36 százalékot ad ki táplálékára. Más foglalkozási ágaknál az arány ugyanaz.

A biológust még az iránt is megnyugtathatjuk, hogy 48 családon végzett vizsgálatok azt mutatták, hogy a napi átlagban elfogyasztott 998.76 g, tehát mondjuk kereken 1 kg élelemben 75.88 g fejrny, 29.61 g zsír és 505.27 g szénhidrát foglaltatott, ami összesen 2595.41 kalóriának felel meg, ami bőségesen elegendő. Igaz, hogy a fejrny javarészt a gabonamagvakból és főzelékféléből kell beszereznie, ami nekünk, európaiaknak nehezünkre esnék. De feltehető, hogy a kínai ember szervezete, anyagcseréje az évezredek folyamán ráért az ezekhez a viszonyokhoz való alkalmazkodást megtanulni. A nép munkabírása, szívóssága és szaporasága ennek ékes tanúbizonysága.





JAPÁN

Első megbízható értesüléseink Japán aránylag fiatal kultúrnépéről csak a Kr. u. VIII. századból származnak. Egészen kezdetleges ősi életmódjuk és táplálkozásuk csupán a kínaiakkal való érintkezés megindulása óta mutatja a fejlődésnek nyomait. Nagyon természetes, hogy az aránytalanul magasabb színvonalú kínai művelődés volt tanítómesterük úgy politikai mint gazdasági téren, de a táplálkozás terén is. De ahogy ez a kétségkívül rendkívül tehetséges, szívós és igénytelen nép fejlődésének a mi középkorunkra eső évszázadaiban Kínát választotta mintaképül, úgy az európaiakkal való első érintkezés felvétele óta — a portugálok 1542-ben léptek először Japán földjére — minden tartózkodása és konzervativizmusa dacára egyre több napnyugati életszokással barátkozott meg. Amikor pedig a kétszázéves elzárkózás politikájával 1854-ben szakítottak és a szigetországot Európa és Amerika számára megnyitották, rohamosan meg-

indult Japán bámulatos ipari fejlődése is, melynek csodái még ma sem látszanak nyugvópontjukat elérni.

A régi Japán még a kínainál is kisebb darabokra volt felosztva, amelyeket annál intenzívebben kellett kihasználniuk, mivel a területnek mindössze 16 százaléka tekinthető termőföldnek. Az agrárkultúra alapelvei ugyanazok voltak, mint amelyeket már Kínában láttunk. Ki kell hozni az apró birtokokból és bérletekből, amit csak lehet. Ugyanazon a területen többféle terményt kell nem egymásután, hanem egymással párhuzamosan elvetni. Az országot sűrű csatornahálózattal, a földet a legszorgalmasabb trágyázással kell termékennyé tenni. Hogy ezen gazdasági elveket milyen sikerrel vitték keresztül, elmondja egy német utazó már 1873-ban a bajor akadémiában: „Semmi sem meglepőbb, mint egy Angliánál magasabb gazdasági kultúrájú országot látni, amelynek nincsenek mezői, nincs takarmánytermelése, nincs egy szál igavonó vagy hasznos hajtó barma, nincs behozatala guanó, csontliszt, salétrom vagy repcepogácsából: ez Japán.”

A régi és új Japán táplálkozási viszonyairól Baelz orvostanár, a kiváló biológus, aki évtizedeket töltött egy ottani egyetemen és japán nőt vett feleségül, könyveiben és cikkeiben pontosan informál bennünket. Szerinte a rizs azelőtt csak a jómódú emberek tápláléka volt. A paraszt árpakásával keverte vagy csak árpan

élt avagy hajdinán, elsősorban azonban szójababon. A legrégebb gabonafajta persze itt is a köles volt, főleg a hegyes vidéken. Búzát szintén termeltek, kását készítették belőle vagy lovaikkal, szárnyasukkal etették fel. A búzalisztból készült tésztákat, metélteket, amelyek Kína kosztjában oly nagy szerepet játszanak, sosem kedvelték. Ha készítenek is búzakenyeret, a lisztet rizsszel keverik.

A kukoricát Amerikából hozták be, mint néptápszer nem tudott elterjedni. A rozst és a zabot mindmáig nem termelik. Ellenben tömegtápszerük a hüvelyes, főleg a szójabab. Ez nagy fejrnyé és szénhidráttartalma mellett zsírszállítójuk is. A szójaból nyerik az olajat, mely konyhájukon a vaját pótolja. Mindenféle más babfajtáik is vannak, de valamennyi együttvéve sem bír a szójabab jelentőségével vetekedni. A létért való küzdelem és a japán ember találékonysága már korán felismerte azokat a növényeket, amelyek egészben vagy egyes részeikben táplálkozási célokra alkalmasak. Mindazok a levelek szárai, magvak, gyökerek és gumók, amelyeket Kínáról szóló fejezetünkben felsoroltunk, Japánban is közfogyasztás tárgyát képezték, de még azonfelül is sok más. Olajuk is volt, ha nem is bőségesen, de elegendő, mert nagyon értette é konyha a zsiradással való takarékoskodást. A sesam, a földi mogyoró, repce, mustármag ezt is szállítottak. De a föliferáns mégiscsak a szója volt.

Mint afféle vegetáriánus néptől, azt várnánk, hogy Japán sok főzeléket fogyaszt. Alapos tévedés, mi itt Európában több főzeléket eszünk, mint ők odaát. Velünk étkező japán diákok nem ismerték a zöld salátát, a spárgát, a kalarábét és némely kelfajtát. Rajongtak azonban mindenféle hagymaféleségért, a fokhagymát sem véve ki, a retek is kedvencük volt.

Van bőven gesztenyénk, diójuk és mogyorójuk, szelíd is, meg vad is. Ösmernek sokféle ehető erdei bogyót. A makkot is átgyúrnák a maguk ízlése szerint, sőt a fenyőmagot is. Az Európának csak legészakibb részén és a legterméketlenebb vidékén fogyasztott tengeri füvek, moszatok, algák Japánban igen kiterjedt néptápszert képeznek. Ezen növények nagyrészt napon szárítják, kalácsot sütnek belőlük és ezt mindenfelé árusítják.

A tengermenti nép halat is fogyaszt, frissen vagy besózva. De nem szívesen és csak jobb híján.

Buddha vallása tiltja a marhának, az ember ezen munkatársának leölését. így a japáni nem is kapott rá a marhahús fogyasztására. Juhot, kecskét nem tenyésztettek, hiszen legelőknek nem jutott hely a szűkre szabott földeken. Aprómarha csak a gazdagok asztalára került, mert felnevelése sokba jött. A Kínából behozott sertést hizlalták ugyan, de rituális okokból nem ették, hanem az évente jelentkező kínai vevőknek

adták el. Még a kacsákat is kerülték bizonyos babonák miatt. A köznép megette ugyan, ha szerét ejthette, a vadfácánt, vadkacsát, varjút, de háziszárnyasban alig volt része.

Amire azonban a japán a legnagyobb súlyt helyezi, az a fűszer. Egyébként ez minden vegetáriánus nép táplálkozásában fellelhető vonás. Fűszerek nélkül a folytonos rizs, meg hüvelyes a legigénytelenebb fogyasztó számára is unottá válnék. Ami a japán konyhában különösen érdekes, az nem a fűszerek mineműsége és tömege. Kínában már nagyjában ugyanazokkal a fűszerfélésekkel találkoztunk és ugyanazokkal a túlzott mennyiségekkel is. Ellenben egészen sajátosság, mily sokféle mártást ismernek és hogy mennyire elterjedt ezek használata, egyes fajták a legegyszerűbb ember asztaláról sem hiányozhatnak. Valamennyi közül a legnépszerűbb a Shoyu nevű szósz. Ez sárga szójabab, búzaliszt, só és vízből készül Koji hozzáadásával. A Koji hántolt rizs, melyet addig párolnak gőzben, míg csiriz lesz belőle, azután penészgombákkal beojtva, néhány napig állani hagyják. A Kojival kevert szóját érni kell hagyni 2—5 évig, csak így válik belőle Shoyu. Ez a mártás, amelyből az átlagos japáni Y_2-1 decit fogyaszt naponta, számára legalább olyan nélkülözhetetlen, mint a tea vagy a dohány. Van még sokféle más mártásuk is, de egyik sem olyan közkedvelt, mint a Shoyu.

Nagyban fogyasztják a szójababból termelt sajtot is, amelyet a kásából úgy készítenek, hogy anyalúgsóval megalvasztják. Egy Nato nevű sűrű pépet pedig ugyancsak a szójalisztból készítenek, de Koji nélkül, helyette cukrot és foszfátokat tesznek a kásába.

Ecetet szákéból vagy narancs és szilvából készítenek. Cukrot eleinte egy édes kölesfajtából nyertek, utóbb Kína szállított nádcukrot. De a köznép még most isra köles- és a rizscukrot fogyasztja.

Gyümölcs terem bőven Japánban, némely fajtáját már ősidők óta kultiválják, például az őszi- és kajszinbarackot. De sok helyütt csak a virágaik miatt, melyeket nagyon szeretnek, hisz a cseresznyevirág ünnepe is Japánban született meg. Maguk a gyümölcsök nem bírnak sok zamattal. Úgy látszik, hogy a talaj nem kedvező, mert az importált gyümölcsfák is csakhamar degenerálódnak. Így talán érthető, hogy a japán, akárcsak a kínai a gyümölcsöt kemény, félig érett állapotában fogyasztja. Nagyrészt párolják, cukros szörppé dolgozzák fel és süteményt díszítenek vele.

A modern értelemben vett élvezeti cikkek közül a japán hárommal él rendszeresen. Az első a száké, az erjesztett rizsből készült bor, melyet ők is apró csészékből melegen fogyasztanak. Ize körülbelül olyan, mint a vízzel hígított sherryé. Miután nagyon szaporán töltögetik a csészéket,

könnyen fejébe szállhat az embernek, hiszen 10—15 % szesztartalma van. A második, a legnépszerűbb, nélküle egy étkezés sem képzelhető, a tea. A IX. században hozták be Kínából, de csak a XIV. században terjedt el az egész országban és minden társadalmi rétegben. Kizárólag a zöld teát isszák. Termelésének, szüretelésének, íeforrzásának és elfogyasztásának külön kultuszáról tekintélyes nemzeti irodalom szól. A harmadik a dohány. A portugálok hozták a XVII. század elején Amerikából. Nagyon hamar vált népszerűvé.

így, ahogy itt vázoltuk, él a japán nép őseredetétől fogva az ő túlnyomóan növényi kosztján. Még a legelőkelőbb körök is tisztelik a tradíciókat, ami csak természetes az ilyen népénél, mely az ősök kultuszát annyira becsben tartja. Világlátott utazók, diplomaták, akik az udvarnál meg voltak híva, úgy informáltak bennünket, hogy a számtalan fogásból összeállított ebédek alapanyaga itt is a rizs, a bab és a gyümölcs.

Érdekes, hogy a burgonya elég nehezen tudott tért foglalni Japánban. De itt is segítségére jött néhány sovány esztendő. Akkor ők is meg tudták becsülni a föld ezen igénytelen jgumóját és ma már a nyerstermények körülbelül 6 százaléka burgonya.

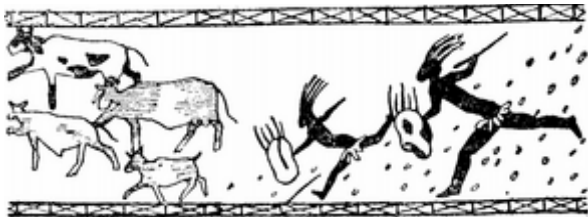
Ezen szerény koszt mellett él, dolgozik és szaporodik Japán népe. Nagyon természetes, hogy amióta az országot az idegenek számára

megnyitották és maga a japán is sokat utazik, bizonyos európai befolyások itt is érvényesülnek. De ne hagyjuk magunkat megtéveszteni a nagy szállodák nemzetközi konyhájától és a néhány specialitások-vendéglőtől, ahová az idegent előszeretettel elvezetik. A nép tömege ma is tisztán növényevő, legfeljebb néha egy kis hal vagy szárnyas alakjában bővíti menüjét minimális húsadagokkal.

Hogy pedig ez a vegetár diéta mennyire javukra válik, azt kitűnően illusztrálja a Baelz tanár kulijainak esete. A 80 kg-os professzort kulijai naponta egyenletes tempóban vitték ki 40 km-nyire fekvő intézetébe. Megsajnálta a derék fiúkat, akik eddig hazai rizskosztjukon éltek és elrendelte, hogy az ő saját, inkább vegyeskosztú konyhájáról lássák el őket, amit azok persze örömmel akceptáltak. Baelz pedig rövidesen azt tapasztalhatta, hogy a kuliknak napról napra hosszabb időre volt szükségük hogy a régi utat megtehessék. Utóbb a legények maguk kérték, hogy visszatérhessenek megszokott rizskosztjukhoz. Amint ez megtörtént, nemsokára újból a régi tempóban futottak.

Íme ismét a bibliabeli Dániel próféta és a Hindhede doktorék esete.





A M E R I K A

KOLUMBUSZ ELŐTT ÉS UTÁN

Ma már közzismert, hogy nem Kolumbusz volt az első fehér ember, aki lábát a nagy nyugati kontinensre tette és nem a Santa Maria volt az első európai hajó, amely Amerika partján kikötött. Évszázadokkal előtte ott jártak már a vikingek — egy Turcónak nevezett állítólagos magyar ember is akadt köztük —, akik azonban mint aféle tengerjáró nomádok, nem sok nyomot hagytak maguk után. Lehet, hogy a ködös régmúlt idők folyamán még más északi törzsek is odatévedtek Islandból, Grönlandból jövet Észak-Amerika északkeleti csúcsára. Mindez azonban mitsem von le Kolumbusz világraszóló, zseniálisan kigondolt és véghezvitt tetteiből, mégis csak ő fedezte fel Európa számára az amerikai kontinenst. Ezen tudományos, műszaki és közgazdasági szempontból egyaránt páratlan cselek-

mény méltán megérdemelte, hogy határjelző gyanánt odaállítsák a középkor és újkor mesgyéjére. A Kolumbusz által létesített összekötő kapocs, mely lényegében két világot, az Ó-t és az Új-at fűzte össze egymással, történelemírásunkban a két nagy korszakot, a középkort és újkort határolta el egymástól. Ez a legmaradandóbb emléke annak a férfiúnak, akinek nagysága még a mai perspektívából sem állapítható meg teljesen. Akinek dicsőségéért még ma is folyik a versengés, hogy hol született, hol ringatták bölcsőjét. Akárcsak a Homérosz hét állítólagos szülőhelyéért.

Északamerika.

Ha Amerika óriási területének táplálkozási viszonyait át akarjuk tekinteni, úgy szem előtt kell tartanunk, hogy 169 különböző néptörzsről van szó, akik a legkülönbözőbb éghajlati viszonyok közt itt éltek és 169 nyelven beszéltek. A mi gyakorlatias szempontunkból követjük a mostanában elfogadott zónákra való beosztást, mert ez a főtápszerekhez alkalmazkodik. A keleti partvidéket széles övezetben a tengeri vagy kukorica uralta, a középzóna a bizonvadászatból élt, innen nyugatra a halászat, főleg a lazac szolgáltatva a táplálékot, ettől délre, a mai Kaliforniában vaddióból és magvakból éltek az őslakók. Lejjebb, a két Amerikát elválasztó föld-

szoros és onnan délnek Chile északi része, az Andesek fennsíkja igen magas gazdasági kultúra nyomait mutatta, amelyek a spanyol hadakat is csodálatba ejtették. A tengerin kívül a burgonya és a quinoa képezték a nép fő táplálékát. Az Amazonas vidékén apró vadakat ejtettek el és főleg maniokából éltek. Mioéljebbmegyünk Dél-Amerikában, annál primitívebb életstandarddal találkozunk. Az inkák birodalmával szomszédos területen még akad némi földművelés, azontúl már csak egészen kezdetleges módon űzött vadászat és halászatból szerzi meg a nép igénytelen napi táplálékát.

Ha ezeket a zónákat közelebbről szemügyre vesszük, sok táplálkozási érdekességgel találkozhatunk. Az északi övezet természetesen behatóan foglalkozott a tengeri kitenyésztésével hiszen túlnyomóan kukoricán éltek. Különböző fajtáit termelték, amelyeket a vidék és a talaj minémúsége szerint válogattak ki. Volt tengerijük, mely 90 nap alatt érett meg, amit nálunk csak a köles tesz meg, de ez a fajta kukorica csak 3—4 lábnyira nőtt meg, míg a másik fajta, amelynek 5 hónapra volt szüksége, 10—12 láb magas is lett. Nagy munkába került a kapálás, mert a kitűnő talajban a gaz is megnőtt vagy nyolc lábnyira. Ha a föld kezdett kifáradni, odébb mentek a műveléssel, avagy, mint azt különösen a partvidéken űzték, minden növény mellé egy heringet vagy más kisebb halat dugtak.

Ez volt az ő elég kezdetleges trágyázásuk, mely azonban megháromszorozta a hozamot. Legfejlettebb gasztronómusaik az irokézek és a deláwáre-indiánusok voltak akik nem kevesebb, mint tizenkétféle módon tudták a kukoricát elkészíteni. Ma, mikor már annyira megfogyatkozva élnek az ő rezervátjaikban, még mindig gyakorolják ezen ősrégi konyhai műveleteiket. A 12 közt van a mi kukoricamálénk, pattogatott kukoricánk, főtt és sült kék tengerink is.

A mezei munkát az indiánus a nőkre bízta, de 6 hétnél tovább ezeknek sem adott dolgot. Nyár utóján már be volt takarítva a termés, azontúl az asszonynak már csak a ház körül akadt tennivalója. Abból, hogy hány különböző fajta kenyeret, lepényt és kalácsot tudtak a kukoricalisztból készíteni, arra következtethetünk, hogy az indiánusok feleségei konyhai ambícióknak nem voltak híjával. Segítségükre volt az óriási területeken vadon termő rizs is. Folyt is a harc ezekért a lassú vizekben, sekély tavakban gazdag területekért. Mire a rizsszemek megértek, ismét a nők voltak, akik behordták. Csónakokon járták be a vizeket, botokkal verték ki a szemeket ügyesen, hogy azok egyenest a csónakba hulljanak. A rizst magában vagy vadhússal, bogyókkal készítették el. Néha meg is édesítették a juharfa nedvéből készült cukorral. Az indiánus mama, akárcsak a mieink, levesben vagy tejben főtt rizzsel eteti kisbabáját. A vadrizs óriási

tápértékkel bír, körülbelül 80 százalék szénhidrát mellett 6.5—7.5 % fehérje és 1 % zsírtartalommal dicsekedhet. Mostanában már az amerikai nagy szállodák is felkapták, vajjal, sóval, borssal vagy paprikával készítenek belőle igen jóízű fogásokat.

A cukrot a juharfa szolgáltatta. Több fajtáját ismerték, de legtöbbször becsülték az *Acer saccharinum* nevűt, ennek nedve 5—6 % cukrot tartalmazott, a többiében feleannyi sem volt. A legalkalmasabbak a százévnél idősebb fák voltak. A fákat januárban kezdték csapolni, azért hívják ezt a hónapot a nanitu-indiánok a juharfa havának. Hogy ez milyen kiadós és zamatos cukorfajta volt, bizonyítja, hogy az USA-ban és Kanadában már régóta rávetette magát a gyáripar. E két államban 1916-ban például százhetvenötezer métermázsza jávorcukrot állítottak elő, de a közönség a kis üzemek termékeit előnyben részesíti és magasabb árt fizet értük.

A mi kertibabunk nagyrészt szintén Amerikából ered. Az irokézek tizennégy fajtáját kultiválták. Egyáltalán ez az indiántörzs minden zöld növényt kedvelt és fogyasztott. Azt tartották, hogy az az egészség fentartására és a betegség leküzdésére szolgál. Helyes ösztönükre vall az is, hogy lehetőleg csak fiatal és gyenge főzelékekkel éltek. Az összes indiánus törzsek kedvelték a gyümölcskosztot, főleg a bogyókat. Jóformán

valamennyi európai gyümölcsfaját ismerték és azonfelül is még egynéhányat. Télire szárított magvakon kívül diót, makkot, gesztenyét raktároztak te. A nálunk oly kevésbé népszerű topi-Bamburt (csicsóka) és a különböző hagymafajtákat nagyon kedvelték, de a burgonyához csak az európai hódítók révén jutottak, akik Dél-Amerikából hozták be az első gumókat.

A rézbőrűek konyhatechnikai készségét bizonyítja az is, hogy milyen ügyesen dolgozták fel tésztaivá a vízililiom magvait elég komplikált őrlés, dagasztás, erjesztés és pörkölés segítségével. Ebből különböző ételeket és süteményeket állítottak elő, amelyek fogyasztása még ma is el van terjedve úgy az indiánusok, mint a szomszéd népek körében. Igaza van Mauriziának, az élelmiszerek eredete legsikeresebb kutatójának, amikor rámutatott azon érdekes jelenségre, hogy az az alig négy-ötezer emberből álló irokéz-törzs, mely New-York állam egy szűk fezevátjában zsúfolódott össze, mily meggyőződéses híve ősrégi kosztformájának. Hogy az indiánusok ezen kétségkívül egészséges táplálkozási mód ellenére fogynak és egyre jobban elkorcsosodnak, annak egészen más oka van. A rég: utazók, akik száz-százötven évvel ezelőtt jártak köztük, nem győztek eleget csodálkozni a szálasként, a szikár, de izmos nőknél, közülök aránytalanul sokan nyolcvan-kilencven éves kort értek el, sőt egyesek százévesek is lettek. A betegséget

alig ismerték. Húst bőven fogyasztottak, hiszen a vadászat és halászat volt a férfiak főfoglalkozása. Az indiánusok leromlása az európaiakkal való érintkezéssel kezdődik. A hódítók megfosztották őket éltetőelemüktől, a mozgási szabadságtól és megismertették az indiánusokat a pálinka élvezetének gyilkos gyönyöreivel. Ők hozták nekik házhoz a gümőkort, a fekete himlőt és a vérbajt is. Így indult meg a rézbőrűek leromlása és pusztulása.

Keletről nyugatra haladtunkban a Mississippin túl már olyan törzsekkel találkozunk, amelyeknél a férfiak végzik a föld megművelését. Kenyerük, az úgynevezett piki, kukoricalisztből készült szeletekből állott. A vadászat nagyon keveset hozott a konyhára, viszont a pulykát már „ismerték, és fogyasztották. Ipari foglalkozások közül a fazekas-lés kőművesmesterséget gyakorolták. Ellenben az Észak-Amerika közepén elterülő bizon-övezet lakói nem foglalkoztak sem földműveléssel, sem iparral, hanem kizárólag a vadászatnak és a vadászatból éltek. A prériken beláthatatlan csordákban élő bölények húsából bőven tellett táplálékra, bőrük-ből ruházatra és sátorlapra. A szárított hús porrá törve zsákokba gyömöszölve a legalkalmasabb táplálékot képezte az ilyen vadász és nomád nép számára. Hiszen ez volt az ősmagyarok egyik állandó tápláléka is. A víziállatok fogyasztását tiltotta vallásuk. Ellenben a bogycat és gyökereket szívesen fogyasztották. Egyetlen házi-

állatuk a kutya volt, ez húzta vándorlásaik alkalmával a szám is, amelyre szegényes holmijukat felrakták. A sziu-indiánok jobb híján a kutya húsát is megették.

Továbbhaladva egy átmeneti övezetbe érünk, melynek főtápszerét a lazac képezte. Amikor a lazac vándorlásának ideje bekövetkezett, az egész lakosság a folyó partjain gyülekezett. A halakat megszáritották, mozsárban porrá törték és kosarakban beraktározták. Mire a halászati idény véget ért, szarvasokra és apróvadra vadásztak. De a főtáplálék egész évben mégiscsak a száritott, füstölt vagy porrá tört hal volt. Ebből készítették olajukat is, mely némileg a libazsírra emlékeztetett. Hogy ez a néptörzs is bírt némi gasztronómiai hajlamokkal bizonyítja, hogy azt a töméntelen halikiát, amelyet a heringek tavasszal a sekélyebb tengeröblökben elhelyeztek, kövek között összezúzták, különböző lóherefajtákkal és bogyókkal megfőzték és fából való keretekben lepénnyé alakították. A lazac ikráit ládába helyezve a tengerparton ásták el és mikor már bomlani kezdett, fogyasztották el. Osztrigát, csigát nagyon kedvelték. A madarak tojásait szorgalmasan gyűjtötték és fogyasztották, ellenben madarakra és szárnyasvadra csak ritkán tehettek szert kellő fegyverek híján.

Félreismerhetetlen mindezen népek ösztönös vitaminéhsége. Nemcsak a bogyókat és egyéb gyümölcsöket fogyasztották, ahol csak érték őket,

hanem vadrépának és liliomnak gyökerét is, nyers káposztát, sőt a lóhere zöld leveleit is. Bizonyos túlevelű fák nedvdús belső kérgéből kalácsot készítettek maguknak, melyet télire el-tettek. Különböző tengeri füveket és moszatokat préseltek lepényformára. Ebből, amikor kellett, egy darabot letörtek, szárított bogyókkal, kevés cukorral együtt habbá verték. Ezen ételükre éppen olyan büszkék voltak mint a levesre, amelyet füvekből szoktak főzni. Volt valamilyen dohányféljük is, amelyet házaik mellett termeltek. Ennek leveleit kőmozsárban törték össze, megszáritották és úgy éltek vele mint később a rágógumival. A dohányzást csak sokkal később tanulták el a fehérbőrűektől.

A délkaliforniai övezetben a nép igen szegényesen táplálkozott. Az élelem túlnyomó része a makkból származott. Különböző tölgyfa makkjait összegyűjtötték, a napon megszáritották és kövel porrá törték. Ezt a lisztet meleg vízzel átmosták, hogy keserű ízétől megszabadítsák. Utóbb vízhatlan kosarakban, beledobott forró kövek segítségével péppé sűrítették, ízét különböző bogyókkal megjavították. Ha kenyeret akartak készíteni, a makkot durvább szeműre zúzták és aztán hosszabb időre földbe rakták. Az így képződött tésztát darabokra vágta és széles levelekbe göngyölve, forró kövekre helyezték, így sütötték meg. A férfiak egy keveset vadásztak vagy halásztak, a zsákmányt kissé átsütve fogyasztották el.

Minden egyebet nyersen ettek meg. Az összes házi- és földmunka az asszonyra hárult, akinek egyetlen szerszáma egy kihegyezett végű bot volt. Az enyhe klíma és a túlnyomóan növényi koszt mellett a férfiak átlag elég magas kort értek el, mely mögött az agyondolgozott nőké erősen elmaradt.

Közép-Amerika.

Amikor a déli Kaliforniából a régi mexikói területre lépünk, meglepő a kulturális színvonal emelkedése. Minél messzebb nyúlunk vissza a századokba, annál kirívóbb az ellentét, amelyről már Cortez V. Károlyhoz intézett jelentései is tanúságot tesznek. A spanyolok nem győztek csodálkozni, hogy az aztékok birodalmában oly tökéletességgel megművelt földekkel találkoztak, hogy azok még az anyaországban is a kiválóan kulturáltak közé tartoztak volna. Pedig az azték kultúrának is, mely már körülbelül ötszáz év óta állott fenn, meg voltak a maga elődjei, a csicsimekek, ezek előtt pedig, mint azt az ásatások bizonyítják, a régi toltek-kultúra uralta az országot. A toltekeknek nemcsak palotáik, törvényeik, képírásuk, hanem pontos naptáruk is volt.

Az aztékok főfoglalkozása a földművelés volt, amelynek munkájában a férfiak és nők egyenlő arányban osztoztak. A vasat még nem ismerték, egyik lábukkal még a kőkorszakban állottak, de

fejszéküket és buzogányaikat már rézből készítették. Főtermékük a kukorica volt, mely óriási termést produkált, ahogy az megfelelő trágyázás nélkül nem is volt elképzelhető. A kukoricalisztból vagy pépet készítettek, vagy pedig íapos pogácsaformára sütötték meg. Ezeket az ú. n. tortillákat melegen fogyasztották és fogyasztják még ma is kenyér helyett. A szegényebb néposztály a még nem egészen megérett, főtt csöves kukoricát rágta, akárcsak minálunk. A kukorica szárából cukrot is vontak ki, melyet azonban a később behozott nádcukor teljesen kiszorított.

Ami azonban az ország legcsodásabb terméke volt, az kétségkívül a mexikói Aloe (*Agave americana*). A növény csúcsán levő bimbót kivágták, az így képzett üregben gyűlt össze a folyadék, amelynek mennyisége elérte a napi négy litert is. Egy növény képes volt noo kilogrammot is előállítani, mondja Cortez. Ebből a nedvből készítették a pulque nevű kábító italt és egyfajta mézet is, melyből a miénkhez hasonló kalácsot készítettek. Az *Agave* levelei szolgálták a házak fedőlemezéül, azonkívül zúzott leveleiből papírt is készítettek, egy erős pálinkát is pároltak belőle. A szár szívós rostjaiból fonalat és kötelet állítottak elő. Töviseit szögeknek használták, gyökerét megették.

A szeszitalok élvezetét szigorú korlátok közé szorították. A részegséget fiatal embereknél halállal, az érettebb korúaknál rang- és vagyon-

vesztéssel büntették, ellenben az 50 éven felülieknek már elnézték. A harcosoknak tilos volt szesszel élniök, azonban a gyermekágyasoknak megengedték. A szőlő vadon termett, de bort nem készítettek belőle. Az előkelők és a katonák mindennapi itala a chochplatl nevű hideg folyadék volt, melyet a megpörkölt kakaóbab lisztjéből készítettek, víz, méz, bors és vanília hozzáadásával. A meleg chokolatl csak a XVI. század folyamán kezdett divatba jönni. Kedvenc gyümölcsük volt a banán, Humboldt szerint 100 négyzetméter talajon kétezer kilogrammot voltak képesek termelni. A tököt alig ették, legfeljebb a virágját, ellenben víztartóedényül használták. A szegény nép megette néha a zöld szárát is, kukoricamáléval, sóval és paprikával ízesítve. Mert paprikájuk volt bőven, többféle fajtát is termeltek, köztük egy édeset is, amelyet nyersen fogyasztottak. Elegendő sójuk is volt, a nagy tó vizéből párolták.

Az aztékoknak gondosan ápolt virágoskertjeiken kívül konyhakertészetük is volt, sőt súlyt helyeztek a gyógynövények termelésére is. Ami nem is meglepő, hiszen kórházuk és rokkant katonáknak szánt üdülőjük is volt.

Érdekes, hogy ennek a kulturált népnek ismét a kutya volt az egyetlen háziállata. Domesztikált szárnyasa pedig az egyetlen pulyka. Az igavonóbarmokat nem ismerték.

Az azték konyha a nyugati földgömb kétségkívül legkiválóbbikának mondható. Szakácsainak

bőségesen állott rendelkezésre hús, hal, főzelék és gyümölcs, mindezeket különös gonddal és ügyszeretettel d3lgozták föl. Az aztékok, császárukkal élükön kifejezett ingyencek voltak, de azonkívül, a fogyasztott ételek mennyiségéből ítélve, falánkok is. A császár számára naponként 50 korsó chokolatl készítették, az udvartartásnak 2000 ezer_korsó jutott. Minden tál ételt melegítőfazékre helyeztek, hogy ki ne hülhessen. Étkezés előtt és utána kezét mostak, aminthogy az aztékok sokat adtak házuk és utcáik tisztaságára is, ellenben világítóeszközük nem volt, hacsak a faforgácsot vagy kaktuszszárat ilyennek el nem fogadjuk. A dohányt ismerték és kedvelték, szivaroztak, bagóztak, sőt burnótot is szippantottak.

A Maya-törzsek virágkora körülbelül egy évezreddel a spanyol invázió előtt ért véget. Amikor az új hódítók benyomultak, akkor a mayák már régóta az északi Yukatan-félszigetre vonultak vissza, hol egy új, kezdetleges kultúrának alapját vetették meg. Azonban meglepő volt e nép földművelési és kertészeti készsége. Ezirányban messze felülmúltak valamennyi egykorú amerikai néptörzset. Pedig még teljesen a kőkorszakban éltek, a vasat nem ismerték, az aranyat és rezet csupán ékszerül használták. Még meglepőbb, hogy vallási rítusaik hasonlítanak a keresztény egyház szokásaihoz. Ismerték a keresztelést, a gyónást, a bűnbocsánatot, a böjtölést,

a tömjénfüstöt és a zarándoklást. Még keresztforma jelvényük is volt.

Főtáplálékukat a kukorica képezte, melyet évente kétszer arattak. Babon, paprikán és tökön kívül még egy sor főzeléket termeltek, de a kakaó és az agave sem hiányoztak. Háziállatjuk nekik sem volt a kutyán kívül. Hússzükségletüket a vadászat és a halászat fedezte. Igen kiterjedt méhészetet űztek, de a viasz értékesítését csak a spanyoloktól tanulták meg.

Dél-Amerika.

Csak természetes, hogy Dél-Amerika óriási területén, mely annyiféle néptörzsnek nyújtott hajlékot és táplálékot, annyiféle talaj- és égálji viszonyokkal bírt, a táplálkozási kultúrának legkülönbözőbb fokaival fogunk találkozni. Az északi részeken, ahol a mai Columbia terül el, a Chibehatörzs volt a legelőrehaladottabb. Kukoricát, babot, uborkát, burgonyát, quinoát termeltek. A tengert évenként egyszer aratták, a burgonyát évenként kétszer szedték. A quinoát, mely valamikor főtáplálékukat képezte, ma már egészen elhagyták. A völgyekben hüvelyeseket és gyapotot termeltek. Havonként tíz napot szántak földművelésre és kereskedelemre, 10 napot vallásos gyakorlatokra és önmegtartóztatásra, a hónap hátralévő része üdülésre és mulatozásra volt fenntartva. Fő élvezeti cikkük a coca levele volt, ezt rágták egész nap,

még a vallásos gyakorlatok ideje alatt is. A dohányt is ösmerték, szerették és minden alakjában éltek is vele. Az, hogy vadakon és halakon kívül külön e célra hizlalt hangyákat is fogyasztottak, nem lep meg bennünket. De már az, hogy egy nép, amely annyira fejlett, hogy függőhidakat épít, termőföldjeit öntözőművekkel látja el, melynek aranypénze, mérlege és számrendszere van, mely fazekasságot és szövőipart folytat, a legkezdetlegesebb szerszámakkal dolgozzék és nyakig benne éljen a kőkorszakban, igazán megdöbbenítő. De némileg furcsáljuk azt is, hogy mindvégig fenntartották az asszonyoknak azon jogát, hogy férjeiket megverhessék. Igaz, hogy hat ütésnél többet nem volt szabad hitvestársukra mérni, de nem tudjuk, hogy vájjon mindig pontosan betartották-e ezt a számot.

A kultúra legmagasabb fokán kétségkívül az inkák birodalma állott. Érdekes, hogy míg az óvilág legnagyobb műveltséggel bíró országai, Egyiptom, India, Mezopotámia tartományai völgyek mélyén, folyók deltáiban terültek el, addig a délamerikai kultúra a magas fennsíkon fejlődött ki. De éppen ezen helyzetüknél fogva szorultak az utóbbiak a legköltségesebb vízvezetéki és öntözési művek létesítésére. Olyan technikai teljesítmények ezek, melyeknek láttára a spanyol hódítók nem győztek csodálkozni. Jórészt még mi sem tudjuk megérteni, hogyan volt képes e nép, melynek csak kőkorszaki

szerszámai voltak, fűrészről, fűrőről stb. fogalmuk sem volt, ilyen hatalmas technikai alkotásokat létrehozni.

Az inkák szorgalmas népe értett a trágyázás mesterségéhez, melyhez egyéb ürüléken kívül a szigetek madarainak guanóját használták fel. Terményeik megválasztásánál ügyesen alkalmazkodtak országuk változatos földtani alakulatához. Ahol lehetett, ott kukoricát termeltek, ez szolgáltatta nekik a lisztet, a cukrot, sőt az olajat is. A banánt nyersen ették, de különböző ételeket is tudtak belőle készíteni, sőt még bort is sajtoltak belőle. Itt találkozunk először a burgonyával mint főtáplálékkal. Őshazája még ma sincs megállapítva. Humboldt Chilében kereste, ahol vadon megterem a mezőkön. Tschudi Perut tekinti a burgonya hazájának. Nem fontos, ennél sokkal érdekesebb, hogy az egyenlítő vidékének olyan magasságában is megterem a burgonya, mely az európai hegyvidék örökhó határán túl, 1000 lábbal magasabban fekszik. Az inkák népe ismerte a burgonya elkészítésének nálunk elterjedt összes módjait. De azonkívül volt több olyan eljárásuk, melynek segélyével a burgonyát nyersen vagy főtt állapotban éveken át tudták konzerválni, anélkül, hogy megromlott volna. Hogy ezt miért nem tudtuk tőlük eltanulni, annak egyszerű magyarázata az, hogy szélsőséges napi hőmérsékingadozásukat nem tudtuk anektálni.

Legkedvesebb fűszerük a paprika volt, melynek sárga, zöld meg piros fajtáit használták és jóformán minden ételükre szórták. Az inkák népe szerette a táncot és kedvelte egyetlen szeszesitalát, az erjesztett kukoricából készült chicha-t. Csakhogy az ünnepeken kívül alig volt része benne, a papok és katonák teljesen el voltak tiltva ezen italtól.

A legnépszerűbb szenvedélye azonban a coca levelének egész Dél-Amerikában elterjedt rágása volt. Eredetileg a cocáterületek az Inkának, az ország királyának tulajdonát képezték, ő szedette le a leveleket, növényi hamuval és mésszel keverte és hozta forgalomba, de csak a maga rokonsága és néhány törzsfőnöke használatára. Míg azután a spanyol hódítók a nagyobb haszon kedvéért az Inkák privilégiumát megszüntették és a cocalevél forgalmát szabaddá tették. Innen már csak egy lépés a cocáin mai egyaránt értékes, mint veszedelmes társadalmi szerepléséhez.

Elteltekintve a cocától ez a nép a kábítószeres igen változatos sorával élt, amelyeket már ősidők óta a legkülönbözőbb növényekből a legfurcsább módon állították elő. Például a dohányt nemcsak szívták, hanem egy narkotikus italt is préseltek belőle. A Mura-törzs, a burnótnak egy fajtáját készítette, melynek alapanyaga a Parika uva nevű növény magva volt. Ebből készítettek egy részegítő italt, de azonkívül egy port is, melyet csövön

keresztül az orrba fújtak, máskor pedig beöntés alakjában alkalmazták. Egy mimózafélének tokjából a manoioka lisztjével és mésszel porrá keverve tésztát készítettek. Ebből golyókat formáltak, tűzben megégették. Finom porrá őrölve az orrlikakba fújták. Mindenkép keresték a kábulatot, melynek megszerzési módjaiban nem voltak válogatósak. A férfiak egymással táncoltak, míg kimerülésükben, akár a dervisek, össze nem estek.

Peru népe nem ismert más háziállatot mint a lámát. Ennek húsát ették, gyapját feldolgozták, sőt teherhordásra is használták. De tíz lámánál többet csak törzsfőnöknek volt szabad tartania. A láma húsát vagy frissen fogyasztották, vagy pedig keskeny szeletekben megszáritották és beraktározták. A kutya húsát is szerették, ez volt ünnepi pecsenyéjük. A víz mellett élő törzsek sok halat fogyasztottak, egyébként túlnyomóan növényi kosztot éltek. Általában a perui feltűnően keveset evett, annál több chichát fogyasztott, akárcsak a mexikói az ő chokolatlját.

Mindenképen furcsa világ volt az, a kultúrának és a kulturálatlanságnak merev ellentéteivel. Magas fejlettségű lelki életük mellett, mely még a gyónási titkot, a bűnbánást és a bűnbocsánatot is ismerte. Az Inka maga és a főpap is kötelezve voltak meggyónni, de ők csak a napnak mondták el bűneiket. Igen fejlett földmívelés nagyszerű öntözőművekkel és a leg-ravaszabb trágyázási módszerekkel. Rendszeres

közigazgatás, óriási útépités, kutak, elsőrangú csatornák, függőhidak, víztárolómedencék, magtárak és élelmiszerraktárak stb. A sűrűn lakott ország minden egyes emberének meg volt szabva az ő táplálék- és ruházati szükséglete, amellyel őt az állam még éhínség és háború esetén is ellátta. Berendezkedések, amelyekről az akkori Európában még fogalmuk sem volt. Ezzel szemben a legkezdetlegesebb módon művelték földjeiket, igavonóállataik nem voltak, de még egy nyomorult faekéjük sem. A fűróbottal túrtak lyukakat, amelyekbe a vetőmagot ejtették. Szalmával borított, vályogtéglából összerótt házakban laktak, ellenben gránitkockákból hatalmas palotákat és templomokat emeltek. A gerendákat az aloe rostjaiból készült zsinegekkel illesztették össze. Mérlegük volt, de a pénzt nem ismerték. Számos gyógyfüvet ismertek, sőt koponyalékeléseket végeztek élő emberen. A műszaki tudományokhoz abszolúte nem értettek. Furcsa világ, tele ellenmondásokkal, melyben az élet minden megnyilvánulásához megvoltak a szabályok, de az egyéni kezdeményezés számára tér alig maradt. A sűrűn lakott ország a maga módja szerint élt, sőt virágzott, amíg a spanyolok 1526-ban (fatális évszám, a mohácsi vész!) meg nem szállották. A hódítók kapzsisága, fanatizmusa és romlottsága rövid idő alatt tönkretették azt, amit évezredek kitermeltek. Ma már csak az érdekes romvárosok beszélnek a régi dicsőségről.

Az Amazonas vidéke, ahová most érünk, az ő áthatolhatlan őserdejével, mocsaraival, buja vegetációjával, számunkra kevés érdekességet nyújthat. A néptörzsek, amelyek elég gyér szórványokban laktak benne, majdnem kizárólag nomád életet folytattak, amint egy földdarabból kitermelték a tőlük telhetőt, odébbállottak és az őserdőnek egy másik darabját perzseltek fel, hogy a maguk számára új termőföldet nyerjenek. Ruházatuk nem volt, néhány póznával alátámasztott pálmalevéllal védekeztek az időjárás szeszélyei ellen, táplálékuk pedig főleg összegyűjtött gyümölcsökből, bogyókból állott. Helyenként kukoricára vagy vadontermő rizsre akadtak, egyébként mindenféle apróbb állatokat fogyasztottak, amivel csak az őserdőben találkoztak. Egyetlen olyan táplálékuk volt, amely invencióra mutat. Ez pedig a maniokà gyökere volt. Egész bámulatos, hogy minden szerszám híján, hogy tudták ezt a tápláló, de veszedelmes növényt méregteleníteni és élvezhetővé tenni.

Fűszerek közül a paprikán és borson kívül a mézpor érdemel említést. Némileg fokozottabb táplálkozási igényekkel csak azok a törzsek bírtak, amelyek az Amazon-folyó partjain éltek. Ezek már mérgezett nyilakkal vadásztak és különösen a majmok húsát kedvelték. A halászatot is nyilakkal űzték, de gyakrabban a vízbe dobott mérges növényekkel kábították el a halakat. Hangyák, békaporonty, rovarok álcái

mindennapi kosztjukhoz tartoztak, de néha varangyok, kígyók, alligátorok és óriás gyíkok is kerültek terítékre. Az Amazon szigetein számtalan teknősbékát fogtak. Hogy ezeknek húsát élvezték, jó ízlésre vall. Még nagyobb előszeretettel kutatták fel a teknősbéka tojásait, ezeket feltörték, vizet öntöttek rá, kitették a napra, a fõlszálló zsírt leszedték, többszörösen megtisztították, ez fedezte azután a konyha zsírszükségletét.

Ennél a népnél találkozunk először azzal a jelenséggel, hogy magát a földet, a talajt is megeszik. A többi világrészben a geofágia jelensége időnként és elvétve a föld összes részein mutatkozik, főleg éhínség idején. A klaszszikus népek belső gyógyszer gyanánt gyakran alkalmazták az anyaföldet, melyet a mai kultúrember már csak külsőleg, borogatás gyanánt alkalmaz. Ellenben az Amazon vidékén hús és hal mellé egy darab zöld agyagot ettek. A fiatal-ság a salétromtartalmú földet szerette. Miután pedig olyankor is ették ezeket a földeket, amikor bőségesen akadt egyéb táplálékuk is, nagyon valószínű, hogy a sót keresték benne. Ügy, a^togy a marha és a ló is eszi a földet, ha nem jut sóhoz. Mert konyhasó csak bizonyos korlátozott felületeken állott rendelkezésükre, ezt is csak egy *Lecythis* nevű növényből nyerték, amelyet ők sófának hívtak, ennek hamuját lúgozták ki és így jutottak egy elég undok fajta sóhoz.

A mai Argentina” területén nomád vadásznép lakott. A föld komoly megműveléséről csak a szomszédos Chilében lehetett szó. Itt némi kukoricán és árpán kívül burgonyát is termeltek. Azonban a gumók jóval kisebbek voltak, mint a mieink és ízük sem vetekedhetett a mieinkkel. Az ekét nem ismerték és egyetlen gazdasági szerszámuk a már említett ásóbot volt. Később bevitel útján megismerkedtek a kelkáposztával és az almával is. De a szegénynép javarészt a kifőtt tengeri füvekből, moszatokból és azok sós, nyákos leveléből táplálkozott. A pampák maguk néhány ehető fűféléen kívül emberi táplálékot nem termeltek.

Magelhaes és emberei 1520-ban léptek Patagonia földjére, ahol eddig európai még nem járt. A gyér lakosságnak kedvenc vadászsákmánya a struccmadár volt. Ezt azután bőségesen fogyasztották, különösen szerették a madár hátulját, mely jóformán csak zsírból állott. Miután a tésztákat és egyéb szénhidrátokat nem ismerték, szervesetük megkívánta a sok zsírt. Ugyanazt figyelte meg Darwin az argentiniai őslakóknál, akik hónapszámra kizárólag marhahúson élnek. Ezek sem szeretik a sovány húst és annyi zsírt fogyasztanak, amennyihez csak jutnak. A strucctojás tetején lyukat fúrtak, sőt szórtak bele és egy beledugott pálcikával kavargatva tűzön megsütötték. Az ilyen tojáslepényféle képezte ősszel főtáplálékukat. A struccon kívül a guyanak nevű,

ma már kipusztult madarat is nagyban fogyasztották. Vérért különösen nagyra becsülték. Egyáltalán úgy látszik, hogy nagyon szomjasak lehettek vérré, mert amikor a fehér emberek lovakat importáltak az országba, bizonyos családi ünnepeken csikót öltek és vérért fazékokban fogták fel. Szamárra is vadásztak, melynek húsa megfőve állítólag a sertéshúshoz hasonló ízű és ami fő, jó kövér.

A konyhai mesterség igen alacsony fokon állott, míg az európaiak révén vasból készült konyhaedényekhez és sütőrosthoz nem jutottak. A növényi kosztra nem helyeztek súlyt, de ami kevésre erdőn, mezőn akadtak, azt szívesen elfogyasztották. Vadburgonyán, vadrépán és parajon kívül a buján termő pitypangot is ették, hol főve, hol nyersen. Helyenként ribiszkebokrokra, sőt szamócára is akadtak, a fákról pedig gombákat szedtek. De fő táplálékuk mégis csak a hús és a zsír maradt. Míg a bevándorlók révén a lisztneműekkel és a cukorral meg nem ismerkedtek. Utóbbiakat úgy megkedvelték, hogy cserekereskedelem fejlődött ki, melynek behatására táplálkozási módjuk igen érdekes változáson esett át. Most már nem ettek annyi nyers húst és nyers főzeléket, mert vitaminszükségletük csökkent, de a bőséges lisztkoszt kiszorította a zsirtáplálékkal űzött túlzást is. Egyetlen fűszerük a só volt, azt mindig magukkal hordták. Étkezéseik nem voltak időhöz kötve, akkor ettek,

amikor épen éhesek voltak. Nagyétkűek egyáltalán nem voltak, néha napokig is elváltak étkezés nélkül. Amint az európaiak lovakat és marhákat telepítettek az országba, Argentína képe rohamosan megváltozott. Úgy a lovak, mint a szarvasmarhák a prérók dús legelőin csakhamar elvadultak és elszaporodtak. Az indiánok egykettőre lóra kaptak, de mégis nomád nép maradtak. Az európai civilizáció pedig mindjobban tért foglalt az ország belsejében, mely ma már a világ leggazdagabb éléskamarájává vált. Ellenben az indián őslakosságból már vajmi kevés maradt fenn.

A Tűzföld népe már csak azért is érdekel bennünket, mert ez talán a föld legvisszamardottabb néptörzse. Még csak a kőkorszakot sem érték el, hanem valahol a csont és kagyló korszakában vergődnek.

Földművelésről, állattenyésztésről fogalmuk nincsen. Egyetlen háziállatjuk a kutya, ez segített vadászni, sőt a halakat is a kutya üzte. A főélelmiszerszállító a tenger volt, mely az ottani dagály mellett töméntelen állatot vetett ki a partra. Ezeket válogatás nélkül fogyasztották, de éppen úgy szerették a guyanakat és a vadkacsát is, amelyeket íjjal és nyíllal ejtettek el. Durva köveken élesített szélű kagyló helyettesítette a kést. Növényi kosztjuk nagyon szegényes volt. Csak a gombák állottak állandóan rendelkezésükre. Ösmertek még egy fajta vad zellert

és répát is. Találtak fekete ribizliket és más bogyókat, de a gyenge inszoláció folytán ezek is savanyúak voltak. Fűszert egyáltalán nem ismertek, szeszesitaluk sem volt, sóra nem volt szükségük, hiszen a sok tengeri származású táplálékból bőven fedezték a szervezet sószükségletét. A húst nyersen vagy alig pörkölve fogyasztották és így az állati vérből is hozzájutottak a szükséges sóhoz. A főzéshez egyáltalán nem értettek, edényeik sem voltak. Így élt évezredek óta a maga visszamaradottságában a föld legprimitívebb népe. Igénytelensége mellett a szép szál legények és asszonyok az ő, egyetlen állati bőrrel alig befedett testükkel derűsek és frissek voltak, mindaddig, míg az európai civilizáció áldásaiban nem részesültek. Attól fogva táplálkozásuk és életmódjuk átalakult, nemsokára pedig úgy elsatnyultak, mint ahogy az a Bibliában a Nabukodonozor udvarába került zsidó ifjakról meg van írva. Miután pedig az ú. n. civilizáció még mindig míveli őket és nem hagyja meg az egyre csökkenő lakosságot az ő primitív békességében, a Tűzföld népének sorsa meg van pecsételve. Az ő világukat elvették, nekik is ki kell pusztulniok.

* *
*

Azon termékek közül, amelyeket Amerikába bevittünk, kétségtelenül a búzának és a szarvasmarhának van legnagyobb közgazdasági értéke.

Ezeknek köszönheti úgy Észak- mint Dél-Amerika lakossága, hogy oly bőségesen van ellátva úgy növényi, mint állati tápszerrel. Hiszen az átlag amerikai évenként 63 kg, az argentinaira közel 150 kg hús esik. De más földrészek is juttattak Amerikának növényeket. így Afrikából kapták egyebek között a banánt, az olajpalmát és a datolyapalmát. Abessziniából a kávécseserjét, Kelet-Ázsiából a cukornádat, a rizst, a fügefát és a különböző dinnyéket. Ezzel szemben Eutcpa kultúrnövényeinek 20%-át köszönheti Amerikának.





A MA

Karosszékemben hátradőlve, azon járt az este az eszem, mivel fejezhetném be illően e kis vázlagsorozatomat.

Amint az éj nyugalmaiban egymást üzték a gondolatok, egyszerre csak sajtáságos hang szakítja meg könyvtárszobám csendjét. Előbb csak halk kuncogás, utóbb csengő női kacaj. Jóízű, de mégis gúnyos kacaj.

Ejnye, gondolom magamban, ki nevet itt az éjszakában?

Hát ez mi? Cigaretám kóválygó füstábráin túl egy bizarr kis alak körvonalai alakulnak ki szemeim előtt és máris odatelepszik íróasztalom szélére egy furcsa valami. Derékon felül fiú, azon alul leány, felfelé fehér kuktasüveg és szakácskabát, lefelé vakítóan fehér, bő selyemalj, olyan görög peplonféle, lábain szandálok, melyekkel türelmetlenül kopog az asztalon.

— Tüzet kérek — parancsolja a fiúlány és válaszómat be sem várva, öngyújtómmal mindjárt

rá is gyújt egy cigarettámra. Az öngyújtó az első kattanáásra tüzet fog. Ebből mindjárt láttam, hogy itt most valami csoda készül.

— De kihez van szerencsém, illetve minek köszönhetem?

— Jól mondd, köszönheted — kacagott ismét a furcsa kis nő, kit nyilván mulattatott zavarom.

— És miért tetszik engem tegezni, nem emlékszem, hogy valaha...?

— No hallod, kollegák közt a tegeződés, pláne a mai világban...

— Igazad van, kérlek alássan, de mégis csak szeretném tudni, hogy...

— Hogy ki vagyok? Nézz meg jobban, akkor majd rájössz.

Hát jól megnéztem. Kackiás kis toque-ja alól szilaj szőkés-vörös fürtök kandikáltak. Bámész, nagy szemek, kékek, mint az ég, ha jókedvű. Lehetetlenül fitos orr. Szája mint egy érett szamócaszem. Az egész arcon huncut mosoly cikázik végig, látja, hogy hiába töröm a fejemet.

— Határozottan, nem emlékszem, hogy valaha is...

— Hálátlan kutya vagy — mondja ő — azért jöttem, hogy segítsek neked és te meg sem ismersz.

Megvetése jeléül a szemeim közé fújta a következő cigarettája füstjét, miközben kijelentette, hogy a dohány az egyetlen jó, amit a modern világ magából kitermelt.

— Rendben van, nyertél. De ezt már hallottuk a Pierre Louys nimfájától.

— Nimfa, nyomon vagy. Langyos, langyos.

— Nagysád is nimfa?

— Nem mondtam, hogy tűz. Nevem Ga...

— Ga, Ga, *Gágá*. Párizs, Tabarin?

— Ne gágogj, kérlek. Gasterea vagyok.

— Hogyan, Gasterea, az ínycség, a konyhai művészetek tudora, a gasztronómia és a gasztrozófia múzsája? No de ilyet. Én egészen másnak képzeltem félistenségedet.

— Ne nagyképüsködj, kérlek. Tudom jól, hogy a te fantáziád másnak látott, komolynak és fenségesnek, mint Melpomenet, Polyhymniát vagy a zord Kliót, holott nővéreim közül legfeljebb Terpsichorehoz hasonlítok. Ezt is csak egy bizonyos családi vonás erejéig. De nem fontos. A fő, hogy itt vagyok, mert elhatároztam, hogy segítek rajtad. Te jó ember, annyi szép áldozatot hoztál oltáromon, megérdemled tőlem ezt a jutalmat.

— Mélységesen meg vagyok hatva műzsám magas látogatásától és már most csak azt szeretném tudni alázatos tisztelettel, meg méltóztatol-e mondani, mi lesz e jutalom?

— Boldogan.

— Nos?

— Egy jótanács. Egy tanács, mellyel neked tartozom.

Nézd, te rendesen elmondottad egy jó részét

annak, ami érdekeset rólam és múltamról tudtál. Elnéző olvasóid elég szívesen is fogadták előadásaidat. Ne rontsd el ezt az elég jó benyomást, amit közönségedben keltettél és főleg ne ronts az én nimbuszomon.

— Nem értem.

— Dehogyan nem érted. Nem vagy te olyan buta, mint amilyennek a nővéreim mondanak. Különben a zord Klio a pártodon van. zárról van szó, hogy te itt ülsz és azon morfondírozol, hogy befejezésül megírod és elmondod a mai kor, a te korod, a ti korotok étkezési divatjait. Hát ez, barátom, a lehető legszerencsétlenebb gondolat.

— Miért, hisz ez is hozzátartozik a gasztronómiához.

— Tartozik a — majd megmondtam, hogy hová!...

Az azúrkék egekben villámok kezdtek cikázni. Még a cigarettát is eldobta.

— Hát csak nem hiszed, hogy az, ahogy ez a ti szerencsétlen háborúutáni nemzedéketek, mely még mindig nyakig ül a gazdasági gondokban, étkezik, gasztronómiának nevezhető. Elismerem, hogy táplálkoztok, élelmezitek is magatokat, jól, rosszul. Inkább rosszul. Faltok is néha, ha már nagyon éhesek vagytok és van mit. De enni, barátom, nem esztek.

— Nem gondolja Múzsaságod, hogy túlozni méltóztatik.

— Nem túlzok, sőt elnéző vagyok. Abra-
kolásnak is nevezhettem volna. De nem tettem.

— Jó, a tömegellátásról a gasztronómus
tényleg nem sok jót mondhat. A kihűlt házi
tűzhelyek, a hozatott étel, a felmelegített pörkölt,
a generálzaft és generálkrumpli illatai a mi sze-
münknek, a mi orrunknak sem kellemeteseek.

— De méltóztassál körülnézni a mi dísz-
lakomáinkon, intim családi vacsoráinkon, zsúr-
jainkon.

— Ez az. Már körülnéztem. Eleget láttam.
Ami nálatok nagy ünnepélyes lakoma, olyan
diner d'appât-féle, mint a rokokó idejében mond-
ták, nem más, mint gasztronómiai álarcosbál.
De nem az ételek vannak maszkírozva, mint a
klasszikus időkben voltak, hanem a vendégek.
Talleyrandnak szellemét nem örököltétek, kony-
háját azonban még kevésbé. Sablonos vacso-
rákat tálaltok sablonembereknek, kiknek főgondjuk
nem az asztal örömei, hanem a saját álarcuk.

Ételsoraitok unalmasak vagy ízléstelenek.
Néha mindkettő együtt. Azt hiszitek, hogy ha
francia neveket raktok az étlapra, akkor már
finom a menü. A rágós borjúszelet, barátom,
akkor is rágós marad, ha Escalope de veau à la
Viennoise-nak nevezitek. A Bouillabaisse hong-
roise helyett szegedi halászlét, a Poitrine de
veau farcie helyett egy Bálóné sültjét kérek.

— Hogyan, te ismered a mi nemzeti ételein-
ket, sőt Bálóné neve sem idegen előtted?

— Hát persze, hogy ismerem, sőt becsülöm is őket. Talán azt hiszed, hogy a magam birodalmát nem tartom szemmel Öregem, előbb ettem én Bálónénál Szegeden, sőt itt Budán is a Németvölgyben (lásd még az utcára is emlékszem), meg a Ferencvárosban, Damokoséknál Marosvásárhelyen, Schalkháznál Kassán, a Kronprinzenben Temesváron, Suszternél Győrött, Palugyaynál Pozsonyban a Zöld fában, de főleg Dobos C. Józsefnál a Kecskeméti-utcában, Kovács Emil Mátyásnál a Curia-utcában (ezek ketten barátaim is voltak), sőt még Marsallnál, a legelegánsabb magyar francia vendéglősnél is az Angol Királynőben és Gundel János bátyánknál, a Károly apjánál, az István főherceg szállodában. Előbb tanultam én megbecsülni az igazi magyar konyha értékeit, mint te, akinek már a szája ízét is elrontotta a sok ersatz, konzerv és „összecsapott ebéd”.

— Most már kezdek rád emlékezni és ha megengeded, még fogunk találkozni.

— Adják az Istenek, de nem nagyon bízom benne, mert a biciklis Ganymedek házhoz szállított ebédéi és a spricceres Hébék kismenüi nem az én esetem.

Nézd jó ember — adj még egy cigarettát, azután úgyis elmegyek — egy tanácsot adok neked, hisz azért jöttem. Ne írd ezokról a mai gasztro-nómiai divatokról. Hiába, ez a mi történelmünknek egy olyan völgyhullámos korszaka, mint

ahogy azt a jó Balázs Sándor nevezte a néhai Kispipában Komócsyék, meg Laukáék asztalánál. Benne vagyunk a, völgy mélyén, sőt annál is mélyebben, a szakadékban. Azért nem féltém én a magyar konyhát, kikászálódik belőle. Van neki akarata, ereje, zamatja és eredetisége. Ott van Erdély példája. Még a török hódoltságból is új erőre kaptak.

— Nem féltém. De ne írd róla. Tudod, olyan ez a korszak, mintha egy régi jó famíliában egy családtag — mondjuk — lecsúszik. Az ember nem bántja, de nem beszél róla.

— Tegyük mi is úgy. Ígérd meg. Megígértem.

És már el is tűnt.

Nem szerettem volna magamat e percben tükörben meglátni. Azt hiszem, kissé buta arcot vágtam. Némileg meg voltam rőkönnyödvé.

Az ember ilyenkor cigarettára gyújt, ez visszahozza a mindennapi életbe. De az öngyújtóm — nem szuperált. Láttam, a varázslatnak vége.

De a mi mai konyhánkról nem írok. Megígértem a tizedik múzsának.

De mit tegyen az a szegény halandó, akinek csak ez az egy élet adatott és az is ebbe a gazdasági és egyéb krízisektől megnyomorított korba esett bele?

Ha már az egyik olymposlakóval nem volt szerencséje, vigaszt keres a másikinál. Asklepiasnak, az orvosok patrónusának lánya, a szelíd-szemű Hygiea bizonyára kegyesebb lesz hozzánk, hisz mai egész életmódunk az ő szolgálatába van beállítva. Amit teszünk, amit eszünk és amit nem eszünk, mind a hygiene jegyében áll.

Hogy pedig az a sok áldozat, amelyet az egészség oltárára viszünk, nem hiábavaló, annak bizonyítéka a mai, annyit korholt nemzedék életének meghosszabodása. Amíg a büszke rómaiak átlagos élettartama nem volt több 30 évnél, a sűrűvérű reneszánsz-emberé 35-nél, a biedermeieré a 45-nél, mi már a 60-on is túl vagyunk. Ezek a számok elég hangosan beszélnek. Maholnap elérjük a pátriárkák korát mint átlagos élettartamot! És tagadhatatlan, hogy ezen siker elérésében az egészséges, okos táplálkozási módnak is igen nagy része van. Ma már idejét múlta a századvég közkedvelt axómája, hogy kevesebb ember pusztul éhen, mint amennyit a helytelen táplálkozás visz korai sírba. Nem igaz, hogy fogainkkal ássuk meg sírunkat. Nem igaz még egy csomó ilyen aranyszabály, amire nagyanyáink megesküdték és minket is megeskettek. Mert hajh, éppen legnagyobb tudósaink mutatták ki, hogy a tudományos igazságok sem örök-életűek. Nagy átlagban nem élnek tovább harminc évnél. Azután megdőlnek, vagy mint most mondani szokás, módosulnak, reformra szorulnak.

Úgy mint a természetben, a természettudományokban sincs megállás.

Minden kornak megvannak a maga nyugtalan szellemei, akik a tudomány haladásának természetes menetével, annak irányával, tempójával vagy ritmusával nincsenek megelégedve és magukat tartják arra hivatottnak, hogy a kormánykerék mellé üljenek. Hogy azután hova jutnak hajójukkal, az nemcsak tényleges és képzelt tehetségüktől, hanem a korszellemtől is függ. Bizony gyakran zátonyra jutnak, megfeneklenek avagy hajótörés a vége s a hullámokból csak a hajó orrának roncsa emelkedik ki, melyre fényes betűkkel rakták ki a nevét, hogy: Reform.

A gasztronómiának minden időben megvoltak a maga új reformerei. De sohasem hemzsegték úgy a világban, mint napjainkban.

Mindenképen meg akarják változtatni az emberi táplálkozásban természetes fejlődését, melynek logikus, egyenes útját vázlatsorozatunk is mutatja. Az a baj, hogy éppen a nagy reformátorok nem bírnak a szükséges előismeretekkel, élettani és gasztronómiai tudás helyett mindenféle tudálékos sallanggal tűzdelik tele elméleteiket és bolondítják a világot, a legjobb esetben önmagukat is.

A mai ember táplálkozása és egész életmódja elsősorban egészségét akarja szolgálni. És ez jól van így. Hogy mennyire helyes ez a cél-

kitűzés, azt bizonyítja egyebek közt az a már említett 20 esztendő, amellyel az átlagos élet-tartam az utolsó 50 évben megnőtt.

A mai orvostudomány vezérgondolata is ennek szolgálatába szegődött. A betegségek megelőzése: ez a jelszó. A prophylaxis eszközei pedig ma is ugyanazok, amelyeket Hippokrates, minden idők legnagyobb orvosa, több mint kétezer esztendővel ezelőtt ajánlott, diéta, levegő, napsugár, víz és testmozgás.

A mai medicina a középkor sötét sikátorain és az újkori drogueok dzsungeljén keresztül szerencsésen eljutott ismét Hellász kék ege alá, a Khosz-szigeti bölcs tanaihoz, amit napjainkban neohippokratizmusnak kereszteltek el.

Örüljünk, hogy ideértünk és pihenjük ki az emberiség viszontagságos útjának fáradalmaival. Amire annál is inkább rászorulunk, mert őseink tévelygéseinek némi maradványaitól, amelyeket a mi nemzedékünk szervezete is megsínylett, egészséges, hippokratészi életmóddal meg kell szabadulnunk.

Hogy merre menjünk, azon ne törjük fejünket, bízzuk azt a természetre és hallgassunk még mindig meglévő helyes ösztöneinkre. Mert az ösztönök még megvannak. Ha nem is oly fejlettek már, mint a medvéé, mely téli álmából felébredve, hashajtóul mohát eszik, a kutyáé, mely a sokezerféle fű között megtalálja azt a kevés fajtát, amire rossz gyomrának szüksége van, az egéré,

mely fodormentát gyűjt, a hangyáé, mely kakukfűvel gyógyítja magát és a zergéé, mely sebeit alpesi lapu leveleibe hempergeti.

De azért még vannak helyes és természetes ösztöneink és okosan tesszük, amikor igyekszünk a természethez alkalmazkodni. Zsiradékokat, szalonnát csak télen fogyasztunk, ebéd után kissé lepihenünk, étkezés előtt nem iszunk, nehéz ételeket fűszerezünk, vitaminéhségünket nyáron gyümölcscsel, télen savanyúkáposztával, ugorkával elégítjük ki stb. Vagy azt tetszik hinni, hogy az nem ösztönös volt, amikor gyermekkorukban sárgarépát, kalarábét, retket méltóztattak a földből ki- és ellopni, avagy amikor a káposzta nyers torzsáját tetszetek tömegesen fogyasztani?

Sokkal jobban járunk, ha természetes ösztöneinkre hallgatunk, mintha népboldogító, de inkább népbolondító szektáriusoktól engedjük magunkat járszalagra fűzni.

A diéta az emberiség egyik nagy és nemes öröksége, mely a kultúra legrégebb emlékeivel függ össze. Hiszen már említettük, hogy a Védák könyvében a szanszkrit tudósok mily részletesen foglalkoznak vele. Az orvostudomány világító fáklyái Hippokratestől Paracelsusig nem győztek eleget rávilágítani páratlan fontosságára. Örömmel kell leszögeznünk, hogy a medicina haladása éppen a mi napjainkban ismét visszatalált a diétához és hogy a modern belgyógyászat éppen ennek köszönheti legfényesebb gyógyeredményeit. Hogy

egyebet ne említsünk, a mai csecsemőtáplálás, a szív- és vesebetegek sószegény kosztja, a vészes vérszegénység májgyógymódja, a nyári bélhurutok almakúrája, a cukorbetegség teljesen újjáalkotott étrendje mind azt hirdetik, hogy a diéta még a mai mechanizált orvostudományban is sikerről sikerre halad.

De mint vadban dús erdőnek megvannak a maga orvvadászai, a halban dús folyónak orvhalászai, úgy a diéta hullámos vizein sem hiányznak a kalózok.

Ravasz emberek ravasz jelszavakkal hálózzák be a társadalom hiszékeny és tudatlan rétegeit, ezalatt ne értsük éppen az alsó néposztályokat.

Kétségkívül akadnak e tápreformerek között, ahogy ők magukat nevezni szokták, jóhiszemű és teljesen önzetlen elemek is. Ilyenek elsősorban a vegetáriánusok. Nem kellene velük bővebben foglalkoznunk, hisz első fejezeteinkben már kifejtettük róluk való felfogásunkat, ha nem bújna minden zagyva, modern tápszektárius az ő becsületes, széles hátuk mögé.

Tudjuk, hogy a vegetarizmusban sok helyes és igazságos dolog van elrejtve. Tudjuk, hogy az a fajta növényi koszt, amelyet tojással, tejjel és tejtermékekkel egészítenek ki, minden tekintetben elfogadható táplálkozási mód. Ezzel mentette meg Hindhede, a falusi doktor Dánia népét a világháború blokádjának fenyegető leromlásától. Ezzel arat fényes elismerést a breslauer vegetáriánus

árvaház, amelyet egy jótékony bonni jogász-professzor alapítványából tartanak fenn, miután Berlin városa Virchow, a híres kórboncnok indítványára, aki Baront, a nagylelkű adakozót „eine tolle Schraube“-nek nevezte, a hagyatékot visszautasította. Londonban 10.000 gyermeket tartottak vegetáriánus koszton, másik 10.000-t pedig a szokásos angol módra élelmeztek. És az eredmény az volt, hogy a növényevőkből váltak az egészségesebbek, súlyosabbak, izmosabbak és szebbek. Azóta a városi tanács az elárvult szegény gyermekeket vegetáriánus (nem reform!) koszton neveli.

Mint orvosok lelkesedünk a vegetárizmus sikereiért, mint gasztronómusok sem irtóznak tőle, mert ebbe is lehet művészetet, sőt szellemet is belevinni.

Ellenben mindkét minőségünkben küzdünk a túlhajtott, ú. n. szigorú vegetárizmus ellen, mely holmi etikai és morális túlbuzgóságtól űzve, minden állati eredetű terméket kitilt konyháinkról és a szervezet mégiscsak letagadhatatlan fejtérnyeminimumát dió, mandola és hasonlókból akarja kiegészíteni.

Nem habozunk kijelenteni, hogy ezt a táplálkozási módot veszedelmesnek tartjuk, aminthogy abba a kevésbé ellenálló szervezetűek közül már sokan bele is pusztultak.

De minek nevezzük most azokat, akiknek még ezek a dogmák sem elég szigorúak, akik még az éte-

lek konyhai elkészítését is tiltják, akik főtt vagy sült eledelhez egyáltalán nem nyúlnak, mit szóljunk a nyerskosztosok időnként felburjánzó táborához?

A nyerskoszt mint olyan, rövidebb időre beállított gyógydiéta gyanánt nagyon jó szolgálatokat tehet. Vesebetegek, apasztókúrások kezelésében értékes segítő társunk. De normális ember állandó kosztját erre alapítani, kész veszedelem. Hogy hány fiatal, értékes élet esett már áldozatául ezen divathóbortnak, mert a gasztronómiai irány nevet igazán nem érdemli meg, azt mindnyájan tudjuk, mi orvosok még jobban, mint a laikus közönség.

A gasztronómia csak akkor bír létjogosultsággal az életben és a tudományban, ha mögötte a gasztrozófia bölcsesége áll. Ez pedig irtózik minden túlzástól. A falánkságtól és a koplalástól egyaránt. Az ingyencséget a vallás sem tiltja, a falánkságot ellenben' a főbűnök közé sorolja. Bizonyára oda tették volna a divathóborton; 1 puló éhezőkúrákat is, ha az egyházatyák korában ismerték volna e kinövéseket.

De majd csak elmúlik rólunk ez a csapás is, mint ahogy elmúltott sok más. Ki emlékszik ma még a kokovorizmusra? Egy Engelhart nevű hóbortos egyént szállott meg a gondolat, hogy az ember egyetlen természetes tápláléka a kókuszdió. TROPIKUS vidéken kell élnünk, nem szabad ruhát viselnünk és kizárólag kókuszdióval kell táplálkoznunk. Engelhart úr nyilván a majom-

ősökhöz akart visszatérni, de még ebben is tévedett, mert a majom bizony eszik más gyümölcsöt is és a madarak tozásait is vígan szürcsöli ki. Ami azonban nem zavarta az ő kókuszsevői táborát, mely néhány hét alatt egyesületté tömörült és lapot is adott ki. Reggel kókusztejet ittak, délben a kókusz húsát ebédelték, vacsorára szárított kókuszt rágtak. Mire a mozgalom eléggé megerősödött, a szekta alapítója kivándorolt a trópusokba, hogy ott a kokovorok világbirodalmát megszervezze. A déli óceán egy angol fennhatóság alatt álló szigetét vásárolta meg. Oda követte őt híveinek egy lelkes csoportja. Kabakon-szigetén szigoiúan be kellett tartani az előírt életszabályokat. Csak kókuszdiót szabadott enni, mely magában „akkumulálja és kondenzálja a napsugarat”, még fejfedőt sem volt szabad viselni, hogy a napsugarak szabadon átjárhassák a testet. Az eredmény rémes volt. A jövevények sorra elpusztultak. Maga Engelhart is nagybeteg lett, hatalmas fekélye támadt alszárán, mely minden napozás dacára mindjobban elfajult. Végző kétségbeesésében a nagy alapító halat és húst kezdett enni és erre a fekély, melyet nyilván az avitaminózis tartott fenn, szépen meggyógyult. Azután jött a világháború, a német kokovorok akár éhenhalhattak volna, hiszen kókuszdiót nem lehetett behozni. Engelhart pedig angol fogságba esett és ott meg is halt.

Ha a dolog nem végződött volna olyan

szomorúan, az ember nevetethne az ilyen tömegőrületen. De így is «eszünkbe jut Goethe mondanása, hogy aki az emberek ostobaságára épít, jól épít, mert a többségre épít.

Más. A Mazdaznanról tetszettek már hallani? Nem? Pedig csodálatos módon itt Budapesten is vannak követői.

A mozgalom egy Otto Zacharias Hanisch nevű mormon származású német betűszedőtől indult ki Chicagóban. Ő ugyan azt állítja, hogy az orosz nagykövetnek és egy német anyának Teheránban született gyermeke, akit a Himalája lejtőin élő szerzetesek neveltek vallásalapítónak. Ezek küldték őt ki a világba, hogy a tévutakra került emberiséget a helyes élet- és táplálkozási módra terelje és erkölcsüket a salaktól megtisztítsa.

Állítólag orvosi egyetemet is végzett, mindig ékes perzsa papi jelmezt ölt és keleti bőbeszédűséggel ontja magából az indiai erkölcsstan bölcs mondásait. Előadásaiban kifejti, hogy a nő úgy szellemi mint erkölcsi szempontból magasan a férfi felett álló lény. Persze ezen ravasz elmélet révén hatalmas női tábor sereglett körüle és a nők szerte e világban lelkesen terjesztették a próféta és vezér tanait, aki arról is gondoskodott, hogy sajtószerű keleti exotikum mázával bevont ceremóniákkal kábítsa el híveit.

1907-ben egy „követe” Lipcsében telepedett meg és onnan térítgetett. Egymásután létesültek a

hitközségek Németországban, Svájcban, Ausztriában, sőt Magyarországon is.

Hanisch és alvezérei oly ügyesen, annyi emberismerettel működtek, hogy híveik száma rohamosan megnőtt és milliókra rúgó vagyont tudtak összeharácsolni.

Persze, amit ő tanai erkölcsi alapjául összehordott, szintén csak tudományos harácsolásnak tekinthető. Azok a zendik nevű szerzetesek, kiknek földalatti templomaiban nevelkedett a Himalája bércein, egyáltalán nem léteznek. Sven Hedin ezekre a mesékre rég rácáfolt. A Himaláján csak buddhista lámák élnek. Zarathustra pedig, aki Hanischék főistene, egyáltalán nem hagyott hátra olyan együgyű táplálkozási szabályokat, amilyenekről Hanischék fecsegnek. Aminthogy egész erkölcstana mindenfelől összehordott zavaros elméletekből van egyberakva, úgy táplálkozási módszere is a századvég diétetikai egyvelegének tarka képét mutatja, eredeti benne legfeljebb a „sauce indienne”, amellyel az egészset leönti. Ügy látszik, járt Kellogg dr. intézetében, Battle-Creekben, mely a világnak talán legnagyobb szanatóriuma, olvasta Lahmann-nak és más „természetes gyógymódos”-nak írásait, ezeket összekeverte, de belehabart néhány spiritiszta és metafizikai mazsolát is, végül megtűzdelte néhány sajtátermésű ostobasággal és készen volt a világboldogítás kuglófja.

Ami okos mag a Mazdaznanból kihalászható,

az Kellogg és Lahmann. A többi együgyűség, nem eredeti, ellenben közveszélyes.

Alapjában véve bőséges ovo-lakto-vegetábilíá kosztot ír elő minél több tejszínnel bővítve. Emellett, tudjuk, nagyon jól meg lehet élni, sőt akár meg is lehet hízni. Kenyeret is sokat esznek, mégpedig nem-finomított búzalisztból készült cipókat. Tehát vitaminokban sincs hiány. De most jönnek a badarságok. Főzeléket és gyümölcsöt nem szabad egyazon étkezésnél fogyasztani, mert erjedés támad és alkohol lesz belőle! Sőt ásványi és savmérgezések is felléphetnek ezen végzetes keveredés folytán! A főzelékeket kétszer is ki kell főzni s a vizet elönteni így azután csak az értéktelen cellulózé kerül az asztalra, a vitamin s a tápértékek a csatornába vándorolnak. Ellenben az erős fűszerekkel, paprika, bors, gyömbér, mustár, curry bőségesen élnek. Vöröshagyma, fokhagyma állandó eledelük. A legnagyobb szerepet azonban a kávé és a tea játssza. Akárhány mazdaznanista 20—30 csésze fekete-kávét avagy sötét, erős teát fogyaszt naponta. A bort és az égetett szeszt sem vetik meg, csak-hogy megsózzák és ezzel — ártalmatlanítják.

Nem folytatom e hóbortok felsorolását, hisz már e néhányból is világos, hogy teljesen helytelen, egyoldalú táplálkozásról, sőt önmérgezésről van szó, mely a tuberkulózisnak és a szervezet egyéb megrontóinak készíti elő a talajt. A lehetetlen táplálkozási módot kiegészítették a túlzott

légzési gyakorlatok, sexuális csalfintaságok és a forró fürdők.

Jellemzi e világcsalókat az az állításuk, hogy ők a rákot is meg tudják gyógyítani. A betegnek Csak spenót, rizs és gyömbéres kenyérrel szabad táplálkoznia. Amellett nagyokat kell lélegzenie. Amit kétségkívül meg is fog tenni, legalább amikor az egyesület tagdíjait kell leszúrnia szegénynek.

Elég a Mazdaznanból, de el kellett mondanom, mert alig tudok táplálkozási szektát, mely a mi ú, n. szkeptikus korszakunk hiszékenységét ennyire jellemezné. Ó Goethe!

Ezerszámra szaladgálnak a világban az ú. n. természetes gyógymodot, természetes táplálkozást követők és követelők és toborozzák a híveket. Mintha mi, a többiek természetellenesen élnénk! A reformkoszt igen jól jövedelmező jelszónak bizonyult és az egész kultúrvilág sűrűn tele van már hintve a reformkonyhákat hirdető szanatóriumok és penziók tömegeivel. » Kétségkívül sok igazság van azokban az elvekben, amelyek a Kneipp pater Wörishofenjéből, a Lahmann és társai Weisser Hirse hjéből, de a náluknál még régibb svájci Obere Weidből, a Binz és Zimmermann, szászországi, Inneichen nidelbadi és a szintén svájci Rikli veldesi (Bled) intézeteiből indultak ki. Hisz nincs itt egyébről szó, mint visszatérésről Hippokrates örökbölcseségű elveihöz: diéta, levegő, víz, napsugár és testmozgás.

De ahogy ezt az egészséges irányzatot az ú. n. reformipar kihasználta, ahogy ezt mindenféle külső és belső mókával teleaggatták, annyira kiforgatták őket való-értékükből, hogy ma már bizonyos óvatossággal kell őket fogadnunk és jaj annak, aki kritika nélkül karjaik közé veti magát. Nemcsak a fentemlített gyógyintézeteket, de kívülök is még jónehányat bejártam. Nem sajnáltam sem költséget, sem rövidke vakációimat, sőt gyomromat sem, hogy megismerjem ügymenetüket. Láttam egy csomó okos dolgot és sikeres kezelést, de láttam néhány ravasz üzletieskedést és oda nem való beteget is. Utóbbiak persze a legfanatikusabbak.

Nem tudom eléggé hangsúlyozni, hogy józan-eszü embernek csak otthoni kezelőorvosa ajánlása vagy legalább beleegyezése alapján szabad magát egy ilyen kúrának alávetnie. Hogy pedig olyan intézetet, melynek élén nem áll orvos, messze el *kell* kerülni, azt talán mondanom sem kell. Kétségkívül voltak az orvostudomány nagyjai, sőt legnagyobbjai közt olyanok is, akiknek nem volt orvosi oklevelük. Azonban a Pasteur, Haífkin, Metchnikoffok soraiból sosem kerültek ki Heilpraktikerek és Naturheilarztok. De fordítva sem. Fanatizmus, exaltáltság, még inkább üzleti érdek voltak századunk áldiétás mozgalmainak indító rugói. De nem szabad megfeledkeznünk ezen figurák mellett korunk figuráiról sem. Eszem ágában sincs a modern önapasztó kúrások-

ról ezúttal komolyan szólni. Megtettem már a magamét, kifejtettem többször és több helyütt is, mily végtelen naivitás kell ahhoz, hogy valaki tudatlan fejjel bele akar kapaszkodni az emberi szerkezet egymással összehangolt ezernyi kerekei egyikének egyik küllőjébe és azt visszafelé akarja forgatni. Megmondottam, hogy ebből semmi jó nem származhat, még jó, ha baj nem lesz belőle. A hiúság vásárán sokan viszik a bőrüket vásárra és sok fiatal, értékes egyénnek került már életébe e botor kísérlet, amint azt napjainkban is tapasztalhattuk.

Szerencsére e veszedelmes gasztronómiai divatkinövés elleni küzdelmünkben akadt most egy nálunknál sokkal erősebb segítőársunk: a divat. Az amerikai lapok, az orvosok is azt hangoztatják, hogy a soványság sápadt csillaga letűnőben, a hús és vér napja felkelőben van, a hollywoodi rabszolgatartók már kezdik megengedni az evést és az alvást nőnemű kulijaiknak. Ha pedig Amerika egyszer úgy akarja, a mi derék, csontalkatánál fogva is inkább a gömbölyedségre predestinált magyar fajtánk is mer majd jóízűen enni.

Hogy Amerika mennyire magához készül ragadni a vezetést a kultúra minden terén, annak példái azok a táplálkozási parancsolatok is, amelyek a tengerentúlról elindulva, Angliában, de még inkább Németországban találnak lelkes hívekre.

Van köztük sok okos dolog is. Például az a

mozgalom, amelyet egy Horace Fletcher nevű úriember indított el odaát s amelynek az a sarkpontja, hogy minden ételt, sőt még az italt is alaposan meg kell rágni, feltétlenül helyeslendő. A jó rágás a jó emésztés előkészítője, megóvja a gyomrot az ételek, italok szélsőséges hőmérsékelinek behatásától, edzi a foghúst stb. Csupa jó dolog. Hogy mármost a fletcherezők egyesületeket alkotnak, tömeges összejöveteleket és felvonulásokat rendeznek, az már amerikai ízű. Amikor pedig azt hirdetik, hogy aki jól rág, annak mindig jó lesz a kedélye is, mert sosem rontja el a gyomrát és nincs gondja, mert sokkal kevesebbet költ az evésre, mint más, hát ezek már, kérem naivitások.

Nagyon sokat foglalkoznak odaát a táplálkozás higiéniájával. Talán, mert érzik, hogy az ő kosztolásuk a lehető legegészségtelenebb. Mindenféle gasztronómiai tízparancsolat jár közkézen. Ezek a mi viszonyainkra egyáltalán nem alkalmazhatók. Ellenben »szorul szóra kellene megszívlelnünk az Egyesült Államok élelmezési hivatalának tanácsát, mely azt ajánlja: fordítsd kosztpénzed egyharmadát tejre, legalább egyharmadát főzelék és gyümölcsre és csak az utolsó harmadot húsrá, halra, gabonaterményekre, hüvelyesekre és édességekre együttvéve.

Ragnar Berg, a Weisser Hirsch híres biokémikusa ezt így akarja az európai viszonyokra alkalmazni: Egyél ötször annyi burgonyát, mint

húst és kétszerannyi főzeléket és gyümölcsöt, mint kenyeret, hüvelyest, tojást és tésztát.

Tőlem ne méltóztassanak ilyen sablonokat várni. Én a magyar asszony kosztjával — ahogy a háború előtt főztek és ahogy a gazdasági krízis elmúltával ismét főzni fognak — minden irányban meg voltam elégedve. Teljes meggyőződésem, hogy a magyar nő, amint megjavul gazdasági és társadalmi elhelyeződése, visszatalál a konyhába. Ahogy pedig ott dolgozik, azon, mint orvos, kevés a kivetnivalóm. Gasztronómus létemre pedig büszke vagyok konyhánk egyre gyarapodó nemzetközi hírnevére.

Azt a keveset, amit kifogásolok, nem fogom véka alá rejteni. Az egyik orvosi kívánságom, ne főzzünk olyan zsírosan, főleg a tejfellel és tejszínnel takarékoskodjunk jobban. A mai átlagember nem végez oly erős fizikai munkát, hogy ezeket állandóan meg tudja emészteni, de szervezetének nincs is rájuk szüksége.

A másik az, hogy több, sokkal több friss főzeléket kérek és nyers gyümölcsöt. Ne együnk húst körettel, hanem főzeléket feltéttel, szoktam vendéglői nyelven mondani.

Sajátságos, hogy milyen nehéz a mi népünket a főzelék termelésére és fogyasztására rászoktatni. A gyümölcs meg éppen csak torkosság-számba megy, legfeljebb a szőlő kezd tömegcikké válni. Az a szerencséje, hogy könnyen romlik, nem tudjuk mind kiszállítani.

Úgy kellene valahogy a zöldfőzelékkel tenni, mint ahogy Parmentier csinálta a burgonyával, amit már elmondottam. Vagy ahogy jó apám tette a gyümölcssel. Zugligeti nyaralásunk egyik főöröme volt a kora reggeli órákban kilopódnai és a majoros gyümölcsfáit éhgyomorral megdézsmálni. Ezért szívesen felkeltünk akár hajnalban is. Amíg rá nem jöttünk, hogy édesatyánk előre megfizette a sváb atyafi egész gyümölcstermését, azért nem vett észre bennünket. Az úgy elvesztette charme-ját. Azontúl már nem ízlett úgy a gyümölcs.

Térül, fordul az idő. Karácsony havának második felében járunk. Nyújtózkodik már az anyaföld, a fák ereiben pezsdülnek a nedvek. Taorminában már feszülnek a Forsythia sárguló rügyei. Rövid pár hét s a budai határban kivirágzanak az első mandolák. Gyümölcsajtóra rózsaszínbe borul a sasadi dülő őszibarackvilága. Az almafa felölti szüzi fehérségű mennyasszonyi ruháját. Készül az évente visszatérő csodára, a természet tavaszi nászára.

Mert csodák mindig vannak és az a legnagyobb csoda, mondja a költő, hogy az igazi csodák már annyira hétköznappá váltak és azok is legyenek, hogy észre sem vesszük már, hogy — csodák.