

# Hajdúsági ízek



**Határtalanul!**

**HAT-18-01-1272**

**Készítette:**

**a debreceni Vénkerti Általános Iskola és  
Alapfokú Művészeti Iskola**

4027 Debrecen Sinay Milós utca 6.

A borítón : Debreceni szűr aszaja (*Néprajzi Múzeum, Budapest.*)

# Hajdúsági specialitások

A hajdúsági ételek az évszázadok során sokat változtak, hiszen megjelentek olyan alapanyagok és fűszerek is, amelyek korábban nem szerepelhettek az étlapon. A középkori magyar konyhából azért maradtak bőven mára is: a káposzta, a köles, a szárított és füstölt húsok, a kelt tészták.

A hajdúsági konyha két fő tényezője a kenyérnek való és a „zsírozó”. Régen az emberek a kenyérnek valót „ilet-nek” nevezték, a zsírozó pedig nem más, mint a szalonna és a zsír. A tiszántúli ember elsősorban levesevő. Úgy tartja a nép, hogy nem is ebéd az, ha leves nincs. A térségben főzött levesek az úgynevezett pergelt levesek (tésztalevesek), a húslevesek, a gyümölcs-, valamint tejlevesek. Külön említést érdemel a debreceni perec, amely a vásároknak ma is keresett terméke. Aki igazi, hamisítatlan hajdúsági ételt szeretne ízlelni, az kóstolja meg a dübencset, a kukoricalisztból készült juhtúrós puliszkát, a hortobágyi tarhonyát és az alföldi pásztorételt, a slambucot, ami bográcsban az igazi. A debreceni töltött káposzta, az orjaleves, a hortobágyi húsos palacsinta, a szürkemarha-húsból készült ételkülönlegességek és a halászlé Debrecen számos vendéglátóhelyén megtalálhatóak az étlapon. A debreceni gasztronómiai rendezvényeken többek között mangalicából, pulykából és libából készült finomságokkal várják a látogatókat, a közeli Hajdúszoboszlón nyaranta megrendezendő Hajdúsági Ízek Fesztiválon pedig hagyományos hajdúsági ételekkel ismerkedhetnek a vendégek. A rendezvényeket főzőversenyek, koncertek és változatos programok színesítik.

## A hortobágyi húsos palacsinta



Bármennyire is finom és hangzatos, eredendően mégsem a Hortobágyhoz köthető. A ma ismert változat receptjét ugyanis az 1958-as brüsszeli világkiállítás ihlette: pusztai romantika palacsintatésztában, paprikás mártással.

## Hozzávalók

- 40 dkg csirkemell vagy sertéscomb vagy borjúcomb
- 1 db hagyma
- 1 db zöldpaprika
- 1 db paradicsom
- 2+2 ek olaj
- 1 tk pirospaprika
- 15 dkg liszt
- 3 db tojás
- 4 dl tej
- 3+1 dl tejföl
- 2 szál petrezselyem

## Elkészítés

1. A húst leöblítjük, apróra felkockázzuk. A hagymát meghámozzuk, finomra vágjuk. A zöldpaprikát és a [paradicsom](#) ot megmossuk, a zöldpaprikát kicsumázzuk és felkarikázzuk, a [paradicsom](#) ot meghámozzuk, elnegyedeljük.
2. A hagymát 2 evőkanál olajon megfonnyasztjuk, rádobjuk a húst, erős tűzön kissé megpirítjuk. Lehúzzuk az edényt a tűzről, megszórjuk a húst a pirospaprikával, hozzáadjuk a zöldpaprikát és a [paradicsom](#) ot, ízlés szerint sózzuk, összekeverjük, visszatesszük a tűzre, és fedő alatt, saját levében puhára pároljuk (25-30 perc).
3. A palacsintákhoz simára keverjük a lisztet a tojásokkal és 1 csipet sóval, apránként hozzáadjuk a tejet, végül a maradék 2 evőkanál olajat, lefedjük, és fél órát pihentetjük. A masszából 12 palacsintát sütünk, tányérral/fedővel letakarva melegen tartjuk.
4. Kiszedjük a húst a levéből, apróra összevágjuk vagy megdaráljuk. A levében elkeverünk 3 dl tejfölt, összeforraljuk, és annyit adunk belőle a húshoz, hogy jól kenhető masszát kapjunk.
5. A sütőt előmelegítjük 200 °C-ra (gázsütő: 3. fokozat). A masszával megkenjük a palacsintákat, batyuszerűen felhajtjuk, összetekerjük, és tűzálló tálba sorakoztatjuk őket. Megöntözzük a maradék tejfölös-paprikás mártással, és a sütőben átforrósítjuk (10 perc). Meglocsoljuk a palacsinták tetejét a maradék tejföllel, és petrezselyemmel díszítve azonnal tálaljuk.

## Slambuc bográcsban

Tradicionalis pásztorétel, ahogy a Hortobágyon nevezik, öhön. Pirított szalonnából, lebbencstésztából és krumpliból készül bográcsban. A hortobágyi elnevezése egy ifjú bojtárhoz fűződik, akitől a gazdája egyszer megkérdezte: „Ízlik-e az ilyen ítel?” A bojtár tele szájjal így válaszolt: „Öhön!”



## Hozzávalók

- Hozzávalók 10 személyre:
- 15 dkg füstölt szalonna
- 2 fej vöröshagyma
- 2 kg burgonya

- 60 dkg füstölt kolbász
- 3 paradicsom
- 3 zöldpaprika
- 1,5 dl olaj
- 60 dkg lebbencstészta
- 1 evőkanál édes-nemes pirospaprika
- 2 evőkanál ételízesítő
- 1 teáskanál őrölt cseresznyepaprika

## Elkészítés

Előkészítés: Tüzet rakunk. A füstölt szalonnát kockára vágjuk. A hagymát megtisztítjuk, apróra vágjuk. A burgonyát meghámozzuk, megmossuk, és kockára aprítjuk. A kolbász karikára szeleteljük. A [paradicsom](#) ot, zöldpaprikát megmossuk, gerezdekre vágjuk.

Elkészítés: A bográcsot a tűz fölé akasztjuk, beleöntjük az olajat, hozzáadjuk a szalonnát, beletördeljük a lebbencstésztát, és megpirítjuk, majd kiszedjük. A visszamaradt zsiradékban megpirítjuk a hagymát, hozzáadjuk a pirospaprikát, és beletesszük a burgonyát, megszórjuk az ételízesítővel, borssal, cseresznyepaprikával, felöntjük annyi vízzel, hogy éppen ellepje, és összeforgatjuk. Hozzáteesszük a karikára vágott kolbászt, a megpirított tésztát, a [paradicsom](#) ot, a zöldpaprikát, majd egyenletes lassú tűzön, a bográcsot többször megforgatva, kb. 1 óra alatt puhára főzzük. Amikorra elkészül, leve alig marad, a pirított lebbencs megdagad benne és a burgonyával együtt omlós lesz.

## A szürkemarha gulyás

Hagyományos pusztai étel, mely a marhákat őrző pásztorokról, a gulyásokról kapta a nevét. A Hortobágyi Nagycsárdában az igazi, ahol megőrizve a régi hagyományokat, a Hortobágyon nevelkedett jószágokból készítik.



### Hozzávalók: (4 személyre)

- 40 dkg szürkemarha lábszár
- 5 dkg füstölt szalonna
- 1 kis fej vöröshagyma

- 1 db tv paprika
- 2 db paradicsom
- 1 szál sárgarépa
- 1 szál petrezselyemgyökér
- 1 kis fej zeller
- 40 dkg burgonya
- 1 csomó petrezselyemzöld
- 1 gerezd fokhagyma
- 5 dkg mangalicaszőr
- 1 db tojás
- 2 ek. liszt
- 2 dkg kalocsai őrölt piros paprika
- 1 kk. őrölt kömény
- só, bors

## **Elkészítése**

A szürkemarha lábszárát, a szalonnát, a hagymát, a tv paprikát, a paradicsomot, a zöldségeket, a tisztított burgonyát kockákra, a petrezselyemzöldet és a fokhagymát finomra vágjuk. Egy lábasban zsíron megpirítjuk a szalonnát, majd hozzáadjuk a hagymát, megdinszteljük, belerakjuk a húst, a tv paprikát, a héjától megtisztított, forrázott paradicsomot és a zúzott fokhagymát. Zsírára pörköljük, meghintjük kalocsai őrölt paprikával, 1 dl vízzel felöntjük, köménnyel, sóval, borssal ízesítjük, majd lassú tűzön, állandó folyadék pótlással a húst félpuhára főzzük azaz egy finom pörköltet készítünk. Hozzáadjuk a burgonyát és a zöldségeket, valamint a finomra vágott petrezselyemzöldet. Fedő alatt rövid ideig pároljuk, hogy az ízek összeérjenek, majd felöntjük 1,5 l vízzel, felforraljuk és lassú lángon tovább főzzük. A tojást és a lisztet összekeverjük, sóval ízesítjük és a tésztát evőkanállal beleszagatjuk a forrásba lévő levesbe. Forrón tálaljuk, aki szereti csípős paprikával erőt adhat neki.



# A debreceni töltött káposzta

A debreceni párosnál már csak a debreceni töltött káposzta lehet finomabb. A savanyú káposztába töltött darált húst füstölt szalonnával és füstölt kolbásszal ízesítetik, melyre vékony, úgynevezett degrasszált (a felszíni zsiradéktól megszabadított) rántást készítenek a helyiek.



## Mitől debreceni a debreceni töltött káposzta?

**Hozzávalók:** 12 db savanyú káposzta levél. 50 dkg savanyú aprókáposzta. 4 db debreceni kolbász

**Töltelék:** 60 dkg darált sertés dagadó, 8 dkg füstölt szalonna, 20 dkg rizs

**Ízesítők:** 3 gerezd fokhagyma, 10 dkg vöröshagyma, 1 evőkanál só, 1 evőkanál fűszerpaprika, 1-1 kávéskanál őrölt fekete bors, majoránna, őrölt kömény

**Főzőlé:** 3 dkg zsír, 3 dkg vöröshagyma, ½ evőkanál fűszerpaprika, 3 evőkanál konzerv lecsó, kaporszár. 1 l víz. Ízesítők: 20 dkg füstölt csont (füstölt malacfűl vagy pléholdalas), babér, kapor

**Sűrités:** Zsír 3 dkg, liszt 3 dkg.

**Kolbász sütésére:** 2 evőkanál étolaj.

**Tálaláshoz:** 2 dl tejföl, zsenge kapor.

## Elkészítése

**Káposzta előkészítése:** lapos káposztafejet vásároljunk, olyat, aminek vékony levelei vannak. Káposztalevelekből a szár vastag részét kivágjuk. Ha túl nagy lenne, kettészakítjuk. (Káposztalevél tetején a fő eret beszakítjuk, és az mentén könnyedén kettétépjük.) Az aprókáposztát megízleljük, ha túl savanyú, jól kimossuk, kicsavarjuk.

**Töltelék:** a szalonnát apró kockákra vágjuk, kiolvasztjuk, rátesszük a finomra vágott vöröshagymát, fokhagymát, szalmasárgára megpirítjuk. Darált hústra öntjük. Hozzáadjuk a rizst, ízesítőket.

Alaposan összegyúrjuk, annyi forró vizet adunk hozzá, amennyitől szaftos, „tocsogós” lesz a töltelék. (Így a rizs nem a húsból veszi el a nedvességet.)

**Töltés:** egy kismaréknyi szivar alakúra formázott tölteléket a káposzta közepére teszünk. A levelet felcsavarjuk, majd két szélét benyomjuk a töltelék irányába.

**Főzés:** abban az edényben, amiben főzzük zsírt hevítünk, finomra vágott hagymát rátéve üvegesre pirítjuk, tűzről lehúзва pirospaprikával megszórjuk, lecsóval elkeverjük. Hozzáadjuk az apró káposztát. Tűzre visszatéve összekötött kaporszárat beletéve kissé átpároljuk. Az aprókáposzta felét kivesszük, lábos alját a bent maradtal betakarjuk. Rátesszük a töltött káposztát, körben, szorosan egymás mellé fektetve, de törzse ne a lábos falának ívét kövesse, hanem egyik vége a láboshoz szorítva, másik vége az edény középpontjára nézzen. Ha a kör bezárult, a következő sort ugyan így „küllösen” folytassuk, annak az egyik vége a már lerakott káposztákhoz érjen. Ezek után, a lerakott káposzták tetejére – hasonló módon – folytassuk a lerakást. Így az edény közepére a káposztavégek egy „kürtöt” képeznek. Ebbe tegyük bele az összedarabolt füstölt csontot (természetesen használhatunk füstölt csülköt vagy körmöt is), és a debreceni kolbászt. Szórjuk rá a babért, öntsük ide a vizet is, annyit, amennyi ép ellepi a káposztákat. Ezek után a tetejét takarjuk le a kivett savanyú káposztával. Porcelán tányérokat helyezünk a tetejére, ezekkel lenyomatjuk. Lefedve lassan felforraljuk, és két óra hosszat főzzük. Néha a főzőedényét fölénél fogva jobbra-balra megrángatjuk, így a káposzta alja elmozdul, nem ég le. A kolbászt húsz perc főzés után kihalásszuk.

Az idő leteltével próbaként kibontunk egy tölteléket, megkóstoljuk. Ha átfőtt, akkor a tányérokat tetejéről eltávolítjuk. Zsírban a lisztet zsemleszínűre pirítjuk, majd a „kürtőben” lévő folyadékhoz – azt állandóan kevergetve – öntjük. Ha feloldódott, akkor az edényt rázogatójuk, így szépen az összes folyadékot megköti a rántás. Öt percig még forraljuk, ezek után a tűzről lehúзва, lefedve hagyjuk tálalásig pihenni.

***A debreceni kolbász tetejét beirdaljuk, kevés olajon körös-körül ropogósra pirítjuk.***

## Tálalás

A tányér közepére apró káposztát halmozunk. Erre ráfektetünk három töltöttet, tetejét levéllel megöntözzük. Kikavart tejföllel bőven meglocsolva, egy sült debreceni kolbással koronázva, kis zsenge kapor ágacskaival díszítve adjuk asztalra. Mellé puha, ropogós héjú, fehér belű házi kenyeret is tegyünk.

## A debreceni mézeskalács

Debrecenben még a tányér is ehető, persze csak ha mézes. Az eredeti, kizárólag Debrecenben és ütőfával készült mézeskalács nemcsak finom, de szép ajándék is, melyet mindenki más formában szeret. A kisfiúknak a katona, a kislányoknak a baba, a szerelmeseknek a tükrös szív formájú a legkedvesebb





## Az igazi debreceni mézeskalács

**Kirakodóvárások rendszeres résztvevői, de megfordultak már többek között Helsinkiben, Londonban is, s viszik a debreceni mézeskalács hírnevét. Radics Lászlót, a Népművészet Mesterét, és fiát, Radics Zoltánt látogattuk meg munka közben.**

A recept és az ütőformák már több mint 120 évesek. Laci bácsi mielőtt a tésztát gyúrta volna, orvosi műszerészként dolgozott, majd jött a váltás, ennek már 39 éve. - A feleségem révén cseppentem bele ebbe a mézeskalács-készítő családba. Amikor az apósomnál dolgozó tanulók elkerültek, egyedül maradtak anyósommal a munkára. Nem győzték már, és apósom azt mondta, hogy igencsak abbahagyja ezt, mert már nem bírják. Akkor jött egy hátsó gondolatom, hogy megpróbálom én. Anyósom akkor azt mondta: „Hát fiam, azért a vasról átállni a tésztára nem egyszerű dolog, nem biztos, hogy fog az neked sikerülni”. Az élet aztán bebizonyította, hogy csak át lehetett állni – meséli Radics László, hogyan is ismerkedett meg ezzel a mesterséggel.



## Lisztel, mézzel, szívvel-lélekkal

A receptet nem ismerhetjük meg, de annyit tudhatunk, hogy több mint 120 éve ugyanúgy készül a családban a mézeskalács, s a legfontosabb, hogy ami belejár, azt bele kell tenni, nem szabad kispórolni semmit. Laci bácsi szerint nem egy ördögös dolog mézeskalácsot készíteni, hiszen az interneten már jobbnál jobb, egyszerűbbnél egyszerűbb receptet találhatnak a háziasszonyok. - Nagyon sokféle recept létezik. Van, amibe lekvár kell vagy libazsír, esetleg tejtermék, mi nem használunk ezek közül egyet sem. Többféle receptünk van, hiszen többféle terméket készítünk. Az ütőfásaknak például más az összetételük, mint a színes tésztáknak. Fontos, hogy igyekszünk csak hazai alapanyagból dolgozni. Persze a kókuszreszelék, fahéj, szegfűszeg nem itt terem, de a búza, a cukor és a méz magyar. Nekem sosem jelentett gondot, hogy hamisítvány e a méz, amit a tésztába rakok. 20-30 éves kapcsolataim vannak a méhészekkel, akik a napraforgótablától hozzák ide a mézet. Egyébként is, ha a tésztában nincs meg 20%-os méztartalom, akkor nem beszélhetünk mézeskalácsról, csak mézes jellegű süteményről.

## Egyre kevesebben a szakmában

Amikor Radics László átvette ezt a szakmát, akkor még szabad szakma volt, tehát három év szakmai gyakorlat után ki lehetett váltani a vállalkozói engedélyt. Azonban fiával ennél többre becsülték ezt a mesterséget, így közösen beiratkoztak a fővárosban egy élelmiszer-ipari szakközépiskolába, ahol mindketten levizsgáztak. Természetesen ekkor Laci bácsi már több évtizedes tapasztalattal rendelkezett, és fia, Radics Zoltán is évek óta készítette a finomságokat. - Zoli fiam még el sem végezte az általános iskolát, már itt jött, ment és csinálta amit tudott. Úgy érezte, hogy ő ezt szívesen teszi, belecseperedett ebbe a mesterségbe. Most már jobban tudja csinálni bekötött szemmel, mint én szemüveggel – mondja Laci bácsi. És kell is az utánpótlás, a méltó utód. Egyre kevesebben vannak a szakmában, akik annyiféle mézeskalácsot készítenek, mint Radicsék. Külön típus az ütőfás, a színes, és a puszedli. Különféle formákkal és méretekkkel dolgoznak, szóval igen széles a termékskálájuk.

## Nem csak karácsonykor

Bár a hagyomány szerint úgy tartották, hogy a mézeskalács megszínesíti az emberek ünnepnapjait, kicsit hangulatosabbá teszi azokat, mégsem csak karácsonykor van keletje a kézműves édességnek. Számtalan olyan rendezvény van, ahol év közben is találkozhatunk velük. - Sokan nem látják, mi van a háttérben, amikor elmegyünk egy vásárra. Előző nap összekészítjük az árut, bepakoljuk a kocsiba, az önmagában egy 1-2 órás tortúra. Hajnalban kelünk, utazunk, kipakolunk, egész nap talpon vagyunk, este pedig bepakolunk, itthon kocsiból ki, reggel másnap 6 órakor pedig kezdjük a műszakot – osztja meg velünk Radics Zoltán, hogyan néz ki egy vásári hétvégéjük.

- De igazából az éltet bennünket, hogy örömet szerzünk az embereknek. Számtalanszor van olyan például, hogy hatvanéves házassági évfordulóra csináltatnak a szülőknek szív alakú mézest, belerakják a szülők fényképét, beleírnak egy egyszerű kis szöveget – kapcsolódott be a beszélgetésbe Laci bácsi is.

## A debreceni tányér

A legismertebb mézeskalács, amit Radicsék is készítenek a debreceni tányér. - Minden, ami kerek, az a debreceni tányér. Bárhol csinálták az országban, mindenhol debreceni tányérnak, vagy tallérnak hívták – mondja Laci bácsi, miközben megmutatja nekünk, miről is beszél.

- Nyilván elfogultak vagyunk, itt élünk, itt születtünk, itt akarunk meghalni. Szeretjük a várost, a termékeit, a kultúráját, de ezt tényleg évtizedek, évszázadok óta debreceni tányérnak hívják. Ezt nem mi találtuk ki, ha visszamegyünk akár a történelemben is, előveszünk régi könyveket, akkor mindenhol így említik – hangsúlyozza Zoli.

## A Népművészet Mestere

Polgármester minden városban van, de mézeskalácsos Népművészet Mesterből csak egy van az országban – mondja Laci bácsi, aki azon túl, hogy Népi Iparművész, büszkén viseli 2015 óta a Népművészet Mestere-díjat.

Radicsék ugyan már csak ritkán esznek mézeskalácsot, főként csak azért, mert néha muszáj kóstolni, vagy a selejtből csipegetnek, de amerre megfordulnak portékájukkal, mindenhol szívesen fogadják a kézműves mézeskalácsot.





# Örökségünk

Itt vagyunk ismét, most már sokadjára  
Leültünk kicsit együtt, de még nem dőlhetünk hátra  
Hiszen van még dolgunk a világban, bőven van mit tennünk  
Hogy megmaradjon köztünk, 'miben mindig muszáj hinnünk

Gyönyörűen beszéltek, öröm hallani a hang'tok  
És remélem, hogy reméltek még jobbat, miben vagytok  
Mert nincsen határ ottan, ahol egy nyelvet beszélnek  
És testvérnek hívják az embert, adjunk hálát az égnek

Mert én

Megtanulom, megőrzöm  
Tanítom, továbbadom  
A szüleim nyelvét a gyerekeim hangján  
Elkopni nem hagyom

Megtanulom, megőrzöm  
Tanítom, továbbadom  
A szüleim nyelvét a gyerekeim hangján  
Elvenni nem hagyom

Én magyarul érzek  
Magyarul félek  
Magyarul kérlek  
Magyarul érted

Magyarul sírok  
Magyarul mondom  
Magyarul írok  
Magyarul mosolygom

Magyarul küzdök  
Magyarul tűrök  
Magyarul dobbanok  
És magyarul álmodom  
Én magyarul álmodom

Megtanulom, megőrzöm  
Tanítom, továbbadom  
A szüleim nyelvét a gyerekeim hangján  
Elkopni nem hagyom

Megtanulom, megőrzöm  
Tanítom, továbbadom  
A szüleim nyelvét a gyerekeim hangján  
Elvenni nem hagyom



**Az utazás ideje: 2019. május 1-4. Helye: Szerbia – Horvátország – Szlovénia**

---

---