

„...és minden a helyére kerül!”



# LABALAS

magazin

KARFIOL CURRY

LAZACOS CSICSERI TÉSZTA

TISZTELET A KIVÉTELNEK

A VÁKUUMTASAKOKRÓL

VII. VENDÉGLÁTÓS FELVONULÁS

# Szegedi Krisztián

„...a büfés...”

# 07.

ISSN 2206-298X



9 772206 298000

# FOGJAKI AZ ARANYHALATI!

Hirdessen Ön is az Oldalásban!  
Kérje médiaajánlatunkat, hogy Ön is szembesüljön hihetetlenül jó árainkkal!



 OLDALÁS

[www.oldalasmagazin.hu](http://www.oldalasmagazin.hu) | [info@oldalasmagazin.hu](mailto:info@oldalasmagazin.hu)



# A tartalomból:

TEPSZI.HU

5.  
oldal

**K**arfiol curry

6.  
oldal



GASZTRONAUTA

**G**asztronauta - A vákuumtasakokról  
Kendőzetlenül - Csídei Tamás írása -

OBJEKTIV

20.  
oldal

**O**bjektív: Szegedi Krisztiánnal a Hel-  
véción található Szegediék- Több,  
mint büfé séfjével

45.  
oldal



**M**it gondoltok, mi lesz a nyár legna-  
gyobb problémája? - erről a témá-  
ról kérdeztük szakértőinket

JELEN

36.  
oldal

**K**atonazenekari fesztivált rendeznek  
júliusban Debrecenben

59.  
oldal

Minek az új?

Innováció

58.  
oldal

**F**eljövőben a koleszterincsökkentés ter-  
mészetes módja

+1  
oldal



**J**átsz velünk, az értékes nyereményért!  
Mely a Hotelinfo Kft. felajánlása.

Köszöntő:

Elérkeztünk az év azon részé-  
hez, amikor szokásaink szerint  
elbúcsúzunk és hagyományos  
nyári pihenőre megyünk. Az  
előző évek tapasztalata szerint,  
talán ez az évnek azon része,  
amikor a legtöbbet dolgozunk,  
bár igazi látványa nincsen,  
mégis elengedhetetlenül fon-  
tosak e fejlesztések. Az Oldalas  
magazin egy hónap pihenőre  
tér, de szeptembertől újult erő-  
vel és friss magazinokkal té-  
rünk vissza. Persze ez idő alatt  
ne felejtsetek el az Oldalas ma-  
gazin online-t követni!

Asztalos István  
Főszerkesztő



Impresszum:

**HU ISSN 2062-9826**

Az Oldalas magazin, havonta megjelenő  
ingyenesen letölthető kiadvány.

Felelős kiadó:

Kortárs Gasztronómiai és Kulturális Egyesület;  
6090 Kunszentmiklós, Szász Károly u. 14.;

Adószám: 18216767-1-03;

Nyilvántartási szám: 14363;

Számlaszám: OTP Bank: 11732150-30011756;

Főszerkesztő: Asztalos István;  
foszerkeszto@oldalasmagazin.hu

Rovatvezetők:

Rendekné Olga; Asztalosné Erzsé; Csídei Tamás; Berecz Edgár;  
Stiller Tamás; Rónky Balázs; Asztalos István; Kerekes Sándor

Digitális munka: Jóbóru Szabolcs;

Fotó, illusztráció: Oldalas magazin,  
pixabay.com

Kapcsolat:

Kérdések: info@oldalasmagazin.hu

Hirdetésfeladás: marketing@oldalasmagazin.hu

Honlap:

www.oldalasmagazin.hu

Közösségi oldalunk:

www.fb.com/oldalasmagazin

Minden jog fenntartva! © Oldalas magazin 2016

Légy részese és használd ki a lehetőséget, küldj Te is kérdést a „Nagylátószög” című rova-  
tunkba, hogy azt szakértőink megválaszolhassák! E-mail: info@oldalasmagazin.hu

# HUNGARYCARD

MAGYAR TURIZMUS KÁRTYA  
EGYSZERŰEN BOKSZÍND...



**B** BASIC  
**S** STANDARD  
**P** PLUS



IDEÁLIS AJÁNDÉK AZ EGÉSZ CSALÁDNAK:

## HUNGARY CARD 2024

Információ:  
Hotelinfo Kft. 1056 Budapest, Váci u. 78-80.,  
Tel.: 1/267-0896, e-mail: [info@hungarycard.hu](mailto:info@hungarycard.hu)  
[www.hungarycard.hu](http://www.hungarycard.hu)



Hogy kéznél legyenek a kedvezmények:  
MÁR MOST FELTUDJUK!

# Játék

# NYERD MEG

Mozijegy vásárlása során érvényesíthető a  
Hungary Card kedvezmény?

A: IGEN

B: NEM

Megfejtéseiteket küldjétek el,  
az [info@oldalasmagazin.hu](mailto:info@oldalasmagazin.hu) címre.



HAVI NYEREMÉNYÜNK: A HUNGARY CARD PLUS, A HUNGARY CARD KIADÓJA, AZAZ HOTELINFO KFT. FELAJÁNLÁSA.

A JÁTÉKBAN, CSAK 18 ÉVEN FELÜLIEK VEHETNEK RÉSZT! A NYERTEST E-MAILEN ÉRTESÍTJÜK!



## KARFIOL CURRY

Nem tudom kire hogy hat az időjárás, én azt vettem észre az étkezésünkre is hatással van. Ha másképp nem is, de egyre több zöldség kerül a tányérunkra és nagyon vágyokozom a szép színes ételek után. Gyors és

egyszerű karfiol curry, ami társaihoz hasonlóan fogyasztható piritóssal, lepénykenyérrel de akár köretként is. Glutén-, tej-, tojás-, szójamentes, remekül beilleszthető bármilyen diétába.

Az olajon a só kivételével átforgattam a fűszereket, amikor már illatoztak, hozzáadtam a vékonyra szeletelt fokhagymát és gyömbért, ezután került bele a póréhagyma, majd pár perc múlva a feldarabolt színes répa. Megsóztam, és néhányszor átkevertem. Az apró rózsákra szedett színes karfiolt is a serpenyőbe tettem, hozzáadtam a kókusztejszínt és fedő alatt puhára pároltam. No, nem teljesen puhára, szeretem ha nem esik szét a zöldség. Mikor késznek ítéltam, kb 10 perc a fedő alatt, levettem a fedőt és teljesen visszaforraltam a kókusztejszínt róla.

Jó étvágyat kívánok hozzá!

### **Hozzávalók:** 4 személyre

50dkg karfiol, 25 dkg répa,  
1 kisebb póréhagyma,  
2-3 gerezd fokhagyma,  
400 ml kókusztejszín,  
4 evőkanál extra szűz  
olívaolaj, 1 kb 3×3 cm-es  
darab gyömbér, só, bors,  
1 teáskanál mustárma,  
1 evőkanál római kömény,  
1 evőkanál curry por

## Gasztronauta:

### Az új konyhatechnológiák és eszközei 9.rész A vákuumtasakokról kendőzetlenül

- Csidei Tamás írása -

#### Vákuumtasakok fajtái

A külső vákuumcsomagolókhöz használható vákuumtasakokról

Működése szerint direkt módon történő vákuumozásra alkalmas a külső vákuumozó berendezés. Vákuumpumpa szívócsövét közvetlenül a csomagoló anyag szájrézérébe illesztik és az a levegőt csak a csomag belsőjéből szívja ki. Kizárólag légcsatornás ta-

sakok vákuumcsomagolására alkalmasak, melyek erősebb alapanyagokból készülnek, melybe mikrobarázdákat strukturálnak, ettől az alapanyag elvékonyodik, de mindeközben kialakulnak, a légcsatornák melyen keresztül a külső vákuumgépek kiszívják az oxigén mintegy 70-85%-át. Az alapanyag vastagsága és a technológia magasabb gyártásköltséget eredményez. Az ebből az alapanyagokból

**ÉTTERMI  
VÁKUUMCSOMAGOLÁS  
RENDELJ A TASAKFUTÁR  
APPLIKÁCIÓN KERESZTÜL**



[www.sousvidechef.hu](http://www.sousvidechef.hu)

 SOUS-VIDE CHEF

**TUDJ MEG MINDENT  
AZ IPARI VÁKUUMCSOMAGOLÁS  
ESZKÖZEIRŐL ÉS ELŐNYEIRŐL**

[www.sousvidechef.hu](http://www.sousvidechef.hu)

 SOUS-VIDE CHEF

prézeléssel készülő főzhető (tényleg főzhető) alapanyagok ára még magasabb, de a mérgező anyag kioldódás megelőzéséhez és a magas hőtűréshez speciális összetételű alapanyag szükséges. Az úgynevezett PA/PE anyag rendelkezik ugyan elfogadható hőtűrés mutatókkal, de nem érintkezhetnek élelmiszerrel magas hő, vagy savak jelenlétében.

A kamrás vákuumozó gépek működési elve egészen más, légköri nyomás alatt egy mozdulattal kiszívja a tasakból a levegő 99,9%-át, a folyadékot (fűszerolaj, mártás, alaplé, ízesítő anyagok oldott állapotban... stb.) bent tartja a tasakban.

A vákuumozó indirekt módon vákuum csomagol, a belső kamrában kerül sor a vákuumozásra és a hegesztésre is. A vákuumpumpa légüres teret hoz létre, a vákuumszivattyú pedig a vákuum a csomagolásból is kiszívja a levegőt. A szívócső tehát a kamrába torkollik és nem szükséges a csomagolóeszköz nyitott szájvégébe való illesztése. Ez a módszer tökéletes vákuumozást hoz létre.

Hozzá pedig úgynevezett transzparens (vagy sima) víztiszta tasakokat használhatunk. Ezen alapanyag összetétele még szelesebb gyártástechnológiai ismereteket követel. A kereskedelemben általában a 90 mycronos



# HASZNOS TIPPEK AZ OTTHONI VÁKUUMCSOMAGOLÁSHOZ

PA/PE tasakok kaphatók Sous-Vide céljára, kevesen tudják viszont, hogy ez az alapanyag nem főzhető sem magas hőmérsékleten, sem hosszú ideig, mert mérgező anyagok oldódnak ki a hőre és a savakkal történő reakció esetén.

### *Vákuumtasakok alapanyagairól általában*

A vákuumtasakok összetételénél nagyon fontos szempont, hogy hőrezisztensek legyenek, azaz hő hatására ne váljanak ki a műanyag tasakból mérgező anyagok. Ezért csak a speciális Sous-Vide tasakok alkalmazása javasolt. A vákuumtasak vastagsága mikronokban fejezhető ki. A Sous-Vide

minimális követelménye a 90 mikron tasakvastagság, de ennél még fontosabb az összetétele. Minél nagyobb a vákuumtasak vastagsága, annál nagyobb a hőtolerancia, tehát a mérgező anyagok is kisebb eséllyel oldódnak ki a termékből.

Élelmiszerbiztonsági szempontból bizony nélkülözhetetlen a Sous -Vide szigorú szabályainak betartása, ennek roppant fontos része a biztonságos tasakok használata. Az étellel hidegen érintkező vákuumtasakok általában PA/PE összetételűek, kötelezően laborvizsgálati eredményeket kell



kiadni a forgalomba hozatalánál, ha nem rendelkezik sem laborvizsgálati kioldódási eredménnyel és mérgező anyagtól való mentességről szóló igazolással, akkor soha nem használjuk élelmiszerek csomagolására!

A védőgázos vákuumcsomagolásra csomagolásra nem alkalmasak a fenti PA/PE alapanyagok. A vákuumcsomagolás és a gázbejuttatás végbe megy ugyan, de a védőgáz nem tudja megtartani ezek a tasakok így kerülhet gáz helyett levegő a tasakba, az oxigén pedig romlást okoz. A gázzal való töltés lehetőségét a tasak összetételében az EVOH réteg biztosítja, ezért úgynevezett EVOH/PE összetétellel rendelkeznek. Sous-Vide esetében a védőgázt nem hagyjuk a tasakban, csak az oxigén jelenléte nélkül szaporodni képtelen mikroorganizmusokat pusztítjuk el

az íztelen-szagtalan védőgázzal, majd teljesen légmentesen zárjuk le a tasakot. Ennél a folyamatnál nem oxigént szív ki a vákuumgép lezárás előtt, hanem a már védőgázra cserélt légnemű anyagot, melynek összetétele általában oxigén, nitrogén, illetve szén-dioxid elegye.

A Sous-Vide technológia alkalmazásához feltétlenül szükséges a tasakok speciális összetétele és a minimális 90 mycronos vastagsága, ugyanis ezek a tasakok nem lágyulnak el a hőkezelés hatására és ami még fontosabb, nem oldódnak ki belőlük mérgező anyagok. A hőtűrés a tasakok esetében roppant félreérthető, a 75 fokot bíró PA/PE tasakok például csak pár percig bírják a 75 fokot, míg 90 mycronos társaik tulajdonsága, hogy pár percig elviselik a 95 fokos hőmérsékletet, és

**ÉTTERMI VÁKUUMCSOMAGOLÁS**  
**RENDELJ A TASAKFUTÁR**  
**APPLIKÁCIÓN KERESZTÜL**

Tasak Futár

Vákuumcsomagoló gépek  
Vákuumcsomagoló gépek

[www.sousvidechef.hu](http://www.sousvidechef.hu)

**SOUS-VIDE CHEF**



**TUDJ MEG MINDENT**  
**AZ IPARI VÁKUUMCSOMAGOLÁS**  
**ESZKÖZEIRŐL ÉS ELŐNYEIRŐL**



Rendeljen vákuumtasakot mobiljáról egyszerűen és gyorsan, bárhol, bármikor a **TasakFutár** applikációnkkal!

**Első vásárlásodat  
10% kedvezménnyel  
honoráljuk!**  
**Kód: FIRSTSHOP**

- Külső vákuumgépekhez
- Kamrás vákuumgépekhez
- Akciós vákuumtasakok
- Extra app kedvezmények

SOK VENDÉG VÁRJA MÉG A KISZOLGÁLÁST,  
DE LASSAN ELFOGYNAK A VÁKUUMTASAKOK?

NE AGGÓDJ! A TASAKFUTÁR APPLIKÁCIÓNK SEGÍTSÉGÉVEL AKÁR KÉT TÁNYÉR  
FELSZOLGÁLÁSA KÖZBEN IS BESZEREZHETED A SZÜKSÉGES TERMÉKEKET!

TÖLTSD LE, REGISZTRÁLJ MOST ÉS RENDELJ TŐLÜNK GYORSAN,  
KÉNYELMESEN MINŐSÉGI VÁKUUMTASAKOKAT FANTASZTIKUS ÁRON!

RÁADÁSUL 10% KEDVEZMÉNYT BIZTOSÍTUNK AZ ELSŐ VÁSÁRLÁSODRA,  
CSAK HASZNÁLD A FIRSTSHOP KUPONKÓDOT!

VÁKUUMTASAK ÉS SZERVIZ RENDELŐ ALKALMAZÁSUNKAT  
AZ ALÁBBI LINKEN ÉRHEDED EL VAGY OLVASD BE A QR KÓDOT!

[HTTPS://SOUSVIDECHEF.HU/TASAKFUTAR/](https://sousvidechef.hu/tasakfutar/)



alacsonyabb (sous-vide) hőmérsékleteken 2-4 órán át is hőkezelhetőek.

A Sous-Vide biztonságos alkalmazásához a 115 fokos blansírozható (forrázható) BOPP/PE összetételű tasakok már alkalmasak, de a kategória csúcsa a nemrégiben - kifejezetten a vákuum alatti hőkezelésekhez - kifejlesztett speciális, és professzionális Sous-Vide Chef tasakok azok, amik a Sous-Vide technológia tökéletes kiegészítői. Kizárólag ezek az OPA/PE összetételű tasakok bírják ki a 121 fokos blansírozást (forrázást) hosszabb időn, akár 1 órán keresztül is, mely a gyors csírátlanítás szempontjából roppant fontos. A Sous-Vide Chef tasakok egyedülállóan a 100 fokot is 2 órán keresztül tűrik kioldódás mentesen (!), ami a biztonságos pasztörözés, és sterilizálás elengedhetetlen része az indirekt főzési módszerek esetében is. Ezek a kiváló tasakok a 80 fokon 8 órán keresztül történő hőkezelést (vákuum alatti konfitálást, vagy lassú sütést) is vígan tűrik, de gyökérzöldségek magas hőmérsékleten történő hőkezelésére, vagy akár a gőzben sütésére is kiválóan alkalmasak. Ebből az anyagból készült vákuumtasak komoly vívmánya, hogy a normál Sous-Vide hőkezelé-

si hőmérsékleteken történő alkalmazására nincs időkorlát (!). Mégis, mindezekén túl a leginkább forradalmi változás, hogy -40 fokos mélyhűtés anyagkeményedés, megtörés, repedés mentesen 18 hónapig biztonságosak, tehát legalább a Sous-Vide félkész termék szavatossági idejének megfelelő ideig tartja a vákuumot. Ezek a tasakok a [vakumtasak.hu](http://vakumtasak.hu) webáruházban érhetőek el egyre kedvezőbb feltételek mellett.

Természetesen a megbízható eredetű vákuumtasakoknak rendelkezniük kell minden igazolással, amire a HACCP-hez és a hatósági ellenőrzések során szükség lehet: Kioldódási labornyilatkozat, mikrobiológiai kimutatás, hőrezisztencia specifikációk, bisphenol A, S & F és TBBP-A mentességről szóló tanúsítványok, és minőségi bizonyítványok.

Csidei Tamás

Szaktanácsadó, szakoktató

Az új konyhatechnológiák szakoktatója

[www.gasztronautakft.hu](http://www.gasztronautakft.hu)



Hosszú volt az út az ötvenes évek szürkeségétől a rendszerváltás utáni évtizedek kissé eklektikus, de tagadhatatlanul érzékelhető, színes fejlődéséig. A töredékes emlékekből azonban meghúzható az ív a történelmi korszakok között. A Nagy Játzma, ahol a pártvonalon innen-t egy hajszál választotta el a partvonalon túl-tól.



2016. SZEPTEMBER 23-TÓL

RENDELD MEG A KÖNYVET A:  
[WWW.OLDALASMAGAZIN.HU/SHOP](http://WWW.OLDALASMAGAZIN.HU/SHOP)  
CÍMEN!

KÖNYV CÍME: LUKÁCS ISTVÁN: SÉF

ISBN 978-963-12-5826-4

KIADÓ: KORTÁRS GASZTRONÓMIAI ÉS KULTURÁLIS EGYESÜLET

SZERZŐ: LUKÁCS ISTVÁN, TÁRSSZERZŐ: KOLBE GÁBOR



Gasztronauta Kft.  
 gasztronautakft.hu  
 5 30 885 7535

Komplett konyha kivitelés  
 Vákuutasak nagykereskedés  
 Vákuumgépek | Szuvid gépek

gasztronautakft.hu | sousvidechef.hu | sousvide.hu  
 vakumtasak.hu | vakumgep.hu | szuvid.hu

Gasztronauta Kft.  
 Az új konyhai eszközök szakértője



FRUIT  
 CARVING  
 GYÜMÖLCSFARAGÁS

Art of cooking ART OF COOKING

MEGJELENT VARGA KÁROLY TÖBBSZÖRÖS  
 OLIMPIAI- ÉS VILÁGBAJNOK,  
 VILÁGKUPA-GYŐZTES MESTERSZAKÁCS  
 2 KÖTETES KIADVÁNYA  
 KREATÍV SZAKÁCSMŰVÉSZET CÍMMEL.

Az I., „ZÖLDSÉGFARAGÁS“ és a  
 II., „GYÜMÖLCSFARAGÁS“ című kötet lépésről  
 lépésre mutatja be a különféle zöldségek  
 kreatív felhasználási lehetőségeit és a  
 gyümölcsök csodálatos sokszínűségét.  
 Mindezt történeti áttekintéssel és  
 hasznos információkkal egészítette  
 ki a szerző.

A GYÖNYÖRŰ FOTÓKKAL GAZDAGON  
 ILLUSZTRÁLT MAGYAR ÉS ANGOL NYELVŰ  
 SZAKMAI, MŰVÉSZETI KIADVÁNYOK NEM CSUPÁN  
 A SZAKEMBEREK SZÁMÁRA NÉLKÜLÖZHETETLEN  
 OLVASMÁNY, AZ A LAIKUSOK SZÁMÁRA IS  
 RENDKÍVÜL ÉLVEZETES LEHET.



VARGA KÁROLY

A KÉT KÖNYV 16000.-FT+POSTA ÁRON MEGRENDELHETŐ A:  
 KOFU@FREEMAIL.HU E-MAIL CÍMEN!

## TISZTELET A RITKA KIVÉTELNEK!

Elkezdődött a nyári szezon a Balatonon is és a vendéglátók <szokás szerint> már most kétségbe vannak esve, ugyanis még mindig nem tudják ki lesz az, aki a partmenti büfékben, éttermekben, szállóhelyeken dolgozik majd. Elmondásuk szerint hiába ígérnek több százezres, olykor milliós fizetéseket (erre még visszatérünk), képtelenség embert találni. De van olyan szakértő is aki már látja, kizárólag a csillagászati bérekkel nem lehet ma már hatékonyan toborozni, szemléletváltásra lenne szükség a tóparton és környékén.

A Balaton idegenforgalmi régió hazánk második legnépszerűbb turisztikai célterülete, évente több millió magyar és külföldi turista keresi fel, és veszi igénybe a kereskedelmi szálláshelyek, éttermek szolgáltatásait. A KSH adatai szerint az előző évhez képest több vendégéjszakát regisztráltak a szálláshelyek, bruttó árbevételük nőtt, ezen belül a szállásdíjbevételük is emelkedett.



Ennek ellenére nem felhőtlen az öröm, hiszen alig lehet rávenni a magyarokat, hogy a Balaton partján dolgozzanak és kiszolgálják ezt az embermennyiséget. Na, de nézzük meg gyorsan mi is ennek a legfőbb oka...

A szakács szakma nem egy könnyen végezhető szakma, ami még akkor is megterhelő tud lenni, ha megfelelő munkakörülmények között kell dolgozni. A megfelelő munkakörülmények alatt érthetjük a konyha megfelelő hőmérsékletét, a légcserélést, a munkához szükséges eszközök meglétét, de akár a gépesítést is. Ehhez jön még hozzá a személyi feltételek megléte, tehát, hogy a forgalomhoz arányosan van-e megfelelő létszám az üzemekben, vagy elvárás, hogy a még meglévő személyzet „dolgozza ki” a hiányzó emberek munkáját?

Nem kell nagy jósnak lenni, hogy elképzeljük a munkát érintő főbb feltételek megléte mennyi helyről hiányoznak, ami aztán kihatással van a munkaerő megszerzésére. Ki akar a Balaton partján egy oxigénhiányos, zsírgőzös, sok esetben 50 fokos levegőt szívni egész nap.

Azt gondolom ezt még a tulajdonosi kör sem várhatja el senkitől, hiszen ez biztosan kihat az egészségre, az pedig józan ésszel nem lehet árucikk.



Sokszor halljuk, hogy a munkakörülmények megteremtésének büdzséje nem fér bele a 2-2,5 hónapnyi szezomba. Tehát nem tudnak nagyberuházást eszközölni, mert nem tudja kigazdálkodni. Ez is egy érdekes felvetés, mert például a kétezer forintos lángosba sok mindennek bele kellene férnie. Érdekes megfigyelni, hogy a vendégtér csinosítására, vagy a főnöki kiváltságokra valahogy mindig jut pénz mindenre, de a szakmunkát végzők érdekében, munkakörülményeik javításában meg kell fogni minden apró garast. Éppen azokat büntetik, aki a bevételt előállítják, ez nem túl elegáns.

Épp a minap az egyik televízióban láttam egy ezzel kapcsolatos híradást, ahol az egyik tulajdonos azt tudta nyilatkozni, hogy a szezont csak diákmunkásokkal oldják meg, tetszik érteni diákmunkásokkal. Nesze neked HACCP, nesze neked munkavédelem, de nesze neked szakma is.



FEJLŐDJ EGYÜTT A SZAKMÁVAL!

[WWW.ETRENDEGYESULET.HU](http://WWW.ETRENDEGYESULET.HU)

A legbicskanyitogatóbb nem is ez volt, mert fogadjuk el, hogy ő csak meg kívánja oldani a problémáját és tételezzük fel, hogy szakképzett munkaerőt tesz a vezetői pozíciókba, akik irányítják majd a diákokat, a bicskanyitogató az volt, amikor a beszéde elejében sírt, hogy mekkora összegeket ró a munkaerőhiány az üzletére, a beszéde vége felé már egyértelműsítette, hogy:

***„Anyagi vonzata jelentős érv a diákmunkások foglalkoztatásának.”***

# Munkaerőt vagy munkát keresel a vendéglátásban?



Tehát megvan a megoldás, megint csak mi járunk jól, újra csak spórolni tudunk valahogy. Úgy gondolom ez a mondat mindent megmagyaráz. Lehet itt kérem szépen mindenre hivatkozni, lehet mindent egy <éppen ezzel generált> problémára fogni, de ebben a mondatban minden benne van, ha a problémát, profitmaximálással oldjuk meg, akkor megint csak mi ki jár jól? Ebből nekem az jön le, amíg a tulajdonosi kör bármilyen módon is, de meg tudja oldani a személyzet pótlását, addig nagy változás nem lesz, mivel neki a darabszám a fontos.

Talán érdemes lenne azon is elgondolkodni, ha a bevétel, vagy az elnyert pályázatok csak egy apró részét a személyzet és a munkafeltételek megteremtése érdekében használnánk fel, akkor lehet, hogy nem kezdődne minden szezon azzal, hogy nincs elég munkaerő.

**Nagyobb megbecsülés és lesz dolgozó!**

Asztalos István

Főszerkesztő

# Szege

---

# zedi Krisztián

„...a büfés...”

Ebben a hónapban egy olyan pincért szeretnék bemutatni, aki végig járta a szakmai ranglétrát és ma már üzletvezetőként is mindent megtesz azért, hogy szakmailag fejlődjön. Ő nem más, mint Rácz Mihály, aki jelenleg a nyírbátori Kakukk étterem üzletvezetőjeként tevékenykedik. Íme, a velem készült beszélgetésem:



## ■ RÓLAD MIT SZABAD MEGTUDNUNK?

27 éves kecskeméti fiatal vagyok, megszállott vendéglátósnak tartom magam, erre a pályára születtem, többször kacsingattam más területek felé, de végül mindig visszakerült a kötény és a kések.

Életem nagy részét jelenleg a vállalkozásom és saját magam fejlesztése teszi ki, ezek mellett, ha marad időm barátokkal vagyok, családdal, aktívan pihenek mindig, és jár az eszem, de ez hajt engem előre.

## ■ HONNAN A SZAKMA IRÁNTI VONZÓDÁSOD?

Erre mindig rákérdeznek. Igazából kisgyermek korom óta, szerettem mindent ami főzés, konyha és egyáltalán az evés köré összpontosul. Édesanyám pincér végzettségű, mindig támogattak a vendéglátós terveim, álmaim elindításában.

## ■ MELYIK ISKOLÁBA JÁRTÁL?

Szülővárosomban szerencsére pont működik egy jó hírű szakképző központ, a Széchenyi István vendéglátóipari szakképző iskola. 8.osztályban oda jelentkeztem még nagy izgalmak közepette, hátha sikerül a felvételi. Szerencsére sikerült.

## ■ MILYENNEK ÉRTÉKELLED AZ OKTATÁSOD?

Abban az időben, őszintén megvallva, szűkös volt iskolai szinten számunkra a nyersanyag, ennek ellenére – tanárainknak köszönhetően - kihozták belőlünk



a maximumot. Az első gyakorlati órától az utolsó vizsgáig jó hangulatban teltek a mindennapjaink. Már akkoriban betekintést nyertem néhány iskolai rendezvény háttér munkájába, melyekre a mai napig tisztán emlékszem.



#### ■ A GYAKORLATI HELYED MILYEN VOLT?

Szárnyaim bontogatását a lajosmizsei Geréby Kúriában kezdtem 2013 nyarán, szép lassan végig járva a konyhai hierarchiát, lépcsőket. Volt elszívó zsír-oldózás, kamra pakolás, raktár rendezés, de ezek nélkül fogalmunk nem lenne semmiről, mit hol találunk, mi a dolgok rendje. Ezután desszert pálya, köretezés következett, oda engedtek a

tűzhely, grill mellé, és hamarosan á la carte részen készítettem a rendeléseket.

Voltak céges rendezvények, végtelennek tűnő lakodalmak, malacsütés

parázson, sörrel locsolgatva, télen disznóvágások...

Egy szó mint száz, mindent láttam amit el tudtam képzelni. Jó kis időszak volt...

## ■ KITŐL TANULTAM A LEGTÖBBET?



Tanuló koromban akkori konyhafőnökeimtől, majd később német-és osztrák kollégáktól.

## ■ MERRE MENTÉL TOVÁBB? MIYLEN VOLT OTT DOLGOZNI? HOL TUDTÁL KIBONTAKOZNI ELŐSZÖR?

Tanuló éveim végén kaptam egy kihagyhatatlan lehetőséget. 18 évesen egy bőrönddel nekiindultam





Németországnak, és ott is ragadtam majdnem 3 évig. Életem meghatározó időszaka volt. Minimális nyelvtudással, teljes más kultúrában elindulni nem volt könnyű - vagyis azt hittem. De nagyon gyorsan beilleszkedtem, belejöttem a ritmusban, a nyelv is egyre jobban ment, ott már Sous Chef voltam végül, néha-néha irányítottam a konyhát, rendelést írtam. De végül győzött a honvágy...

Pár év múlva Ausztriában is dolgoztam néhány helyen rövidebb időket.

■ A SZAKMAI PÁLYÁDON MI VOLT A LEGNEHEZEBB?

Nem igazán tudok konkrét esetet, alkalmat. Mindig a legjobbra törekedtem, és megoldani minden nehézséget úgy, hogy ebből a vendég semmit ne vegyen észre.

## ■ MIKÉNT JÖTT A SZEGEDIÉK, TÖBB MINT BÜFÉ?



2021 év vége volt. Akkoriban Ausztriában főztem, de már kezdtem ráunni, hogy másnak dolgozom rengeteget, nem túl nagy fizetésért. Gondolkoztam, kellene egy saját üzlet, vagy ha nem jön össze, akkor más irányt vesz az életem.

Nem is sokkal később láttam a hirdetést, hogy Büfé kiadó. Azonnal telefonon telefonon követett, és enyém lett az üzlet!

2022. május óta pedig folyamatosan fejlődve megyünk előre. Kisebb nagyobb rendezvények, kitelepülések, bográcsozások, grillpartik, főzünk a lakosság számára, úgy ahogy azt én megálmodtam, egy családi légkörben.

Ebben Édesanyám is erősít, támogat és persze a családom többi tagja is mögöttem áll.



„... Végre elrugaszkodtunk a borsófőzelék, ser irányába. Hozzáteszem, nem leszóltam, hiszen készítem és értékesítem, de a mai világ már elv

■ MA MÁR ÜZLETVEZETŐ VAGY. HOGYAN JUTOTTÁL EL IDÁIG?

Mindig mindent megfigyelek, tudni akarok mindenről, nyitott szemmel járok, és a szakmai alázat... valahogy ezeknek az elegye juttatott el idáig, na meg picit szerencse is, úgy gondolom...



sertésvagdalt témakörtől, a modern technológiák jelenlegénisezeket tartalmazó magyar ételeket várja a technikai dolgok követését, ismeretét...”

■ A SZAKMÁD MELYIK RÉ-  
SZE ÁLL HOZZÁD A LEGKÖ-  
ZELEBB? AZ OKTATÁSRÓL  
ÁLTALÁNOSSÁGBAN MIT  
GONDOLSZ?

Ha jól értelmezem kérdésed, én mindig is a húsok körül mozogtam, és azokból amit lehet készíteni, a húskészítményektől a mártásig bezárólag. Megszállott steak imádó vagyok.

Az oktatásról? Jó úton járnak biztosan, látva a régi iskolám néhány tányér munkáját a

közösségi médiában. Végre elrugaszkodtunk a borsófőzelék, sertésvagdalt témakörtől, a modern technológiák irányába. Hozzáteszem, nem leszóltam, hiszen jelenleg én is ezeket a tartalmas magyar ételeket készítem és értékesítem, de a mai világ már elvárja a technikai dolgok követését, ismeretét, ezáltal is többet jobbat érdekesebbet adva a vendég számára, és jó látni ezeket már iskolai szinten is.

## ■ AZ UTÁNPÓTLÁS MEGLESZ ÍGY SZERINTED?

Abszolút, de ehhez mindenki kell. A lehetőségek adottak, a többi pedig rajtunk múlik!

## ■ A MICHELIN CSILLAGOK HAJSZOLÁSÁRÓL MIT GONDOLSZ?

Maradok tisztelettel, de én nem terveztem Michelin-nel, nem az én világom, nekem a csillagnál többet érnek a kedves mosolyok a vendégim arcán. Amikor visszahívnak, mennyire ízlett az ünnepi vacsora karácsonykor vagy ballagás után, na nekem az a Michelin csillag! Nem is kell több!

„...megmérettettük magunkat a Magyarország étele szakácsversenyen, hogy valami maradandót alkossunk, ami szerintünk sikerült is. Nagy izgalommal indultunk neki. Néha munka után fáradtan, szabadnapokon gyakoroltunk, készültünk, hogy az erős mezőnyben a legjobbak közé bekerüljünk....”



## ■ HONNAN INSPIRÁLÓDSZ? ALAPANYAGOKRÓL MIT GONDOLSZ?

Közösségi médiában rengeteg helyet követek, régi kollégákkal tartom a kapcsolatot, és sokszor magam is találok ki új dolgokat, mint például a Ma-



gyarország étele versenyen a tányérmunkáinkat jó barátommal Pető Mátyással.

■ A HAZAI ALAPANYAGOKRÓL ÖSSZESEGÉBEN MIT GONDOLSZ? MENYNYIRE ÉRZED AZOKAT KÖNNYEDÉN BESZEREZHETŐNEK, VAN MENNYIRE VAN M,EG A FOLYAMATOS MINŐSÉGÜK?

Helvécián tevékenykedünk, egy Kecskemét melletti kis településen. Tavasztól ősziig rengeteg helyi terméket - a burgonyától a tejen, túrón keresztül sok egyéb más házi termékig - használtunk fel idáig és a jövőben is tervezzük. Mindig friss alapanyagokkal dolgozunk, amit aznap értékesítünk.

## ■ HA A SZAKÁCS SZAKMÁRA GONDOLSZ MI JUT ELŐSZÖR ESZEDBE?

Rengeteg munka. De megéri, mikor a vendégek elégedetten távoznak, és ez a legfontosabb cél!

■ VERSENYEKEN IS MEGMÉRTEGED MÁR MAGAD, AMI MINDIG JÓ VISZONYÍTÁS, ÍGY ADJA MAGÁT A KÉRDÉS, A KOLLÉGÁK FELKÉSZÜLTÉGÉRŐL MI A VÉLEMÉNYED?

Idén másodszor, régi jó barátommal megmértük magunkat a Magyarország étele szakácsversenyen, hogy valami maradandót alkossunk, ami szerintünk sikerült is. Nagy izgalommal indultunk neki. Néha munka után fáradtan, szabadnapokon gyakoroltunk, készültünk, hogy az erős mezőnyben a legjobbak közé bekerüljünk. Sok-sok új ismerőst



és új helyzetet ismertünk meg, kezdve a hőfokokkal, idővel és a jól felkészült



„...Maradok tisztelettel, de én nem terveztem Michelin-nel, nem az én világom, nekem a csillagnál többet érnek a kedves mosolyok a vendégim arcán...”

ellenfelekkel. Nagy élmény volt, amit a jövőben is folytatni fogunk.

#### ■ VALAMI HOBBI BELEFÉR A SZAKMA MELLÉ?

Mint már az elején nyilatkoztam, aktívan pihenek mindig. Szabadidőmben néha eljutok a vízpartra horgászni. Másik nagy szenvedélyem a régi Mercedesek.

#### ■ MIT ÜZEN SZ A KOLLÉGÁKNAK?

Szakmai alázat a legfontosabb. Kitartást és jó forgalmat kívánok mindenkinek!



## ■ JÖVŐKÉPEDRŐL ELÁRULSZ NEKÜNK VALAMIT?

Fejlődés, bővülés. Ez a jövő. Hamarosan új és nagyobb üzletbe tervezünk költözni a megnövekedett igények gördülékeny kiszolgálása érdekében. Mi már nagyon várjuk!

*Ezúton köszönöm a jóízű beszélgetést és kívánom, hogy tudd megvalósítani az álmaidat, hogy általa a szakma is fejlődhessen!*

AI



# GARANTÁLT MAGAS SZÍNVONALÚ SZÓRAKOZÁS ZENÉS SZÍNHÁZ ÉS EGY TÖBB FOGÁSOS VACSORA

A magyar szépirodalom számtalan alkotásban ír a magyar gasztronómiáról. Jókai, Krúdy, Petőfi és még nagyon sokan mások. Ezeket összegezve ebből egy színmű született, amit kifejezetten VACSORASZÍNHÁZBAN láttunk érdemesnek megvalósítani. Brestyánszki Rozi írta, Kálló Béla Játszai Mari-díjas színművész rendezte, melynek februárban lesz az ősbemutatója.

A mű tájolható, elvihető, bemutatható. VACSORASZÍNHÁZ - gazdag vacsorával, cigányzenével és egy három felvonásos színművel a fogások között A vacsora mellé Lakatos Miklós prímás és a Kurináék húzzák a jókedvhez a magyar nótát.

Ezzel kapcsolatos információ, a VACSORASZÍNHÁZ producere Paskó Csaba (Paskó atya konyhája)

Minden vendéglátással foglalkozó, vendéglő tulajdonos, vendéglő Manager és újdonságokra nyitott embernek

ajánljuk az előadást, aki tematikus vacsora esteket szervez!

A VACSORASZÍNHÁZAT ajánljuk, tematikus vacsoraest, borvacsora keretében is. Megbeszélés szerint a Kárpát-medence bármely pontjára áthelyezhető/elvihető!

A VACSORASZÍNHÁZHOZ első és alapcsomagban 4 színész tartozik, három zenész.

Paskó atya konyhája menüsor, de ez megbeszélés szerint kihagyható, a helyi séf munkája kiválthatja, de a menüt, annak tematikus beillesztését megbeszélés szerint az est tematikájához, ütemezéséhez a vacsoraszínház producerével egyeztetve lehet beilleszteni.

A vacsoraszínház kamara jellegénél fogva 50 – 60 személyre van kitalálva.

Paskó Csaba

paskocs75@gmail.com

00381600975425

24000 Szabadka, Szent Teréz tér 3.

Brestyánszki B. Rozi

# BABRA MEGY A JÁTÉK

VACSORASZÍNHÁZI ELŐADÁS HÁROM RÉSZBEN



A szövegek könyv Bara Margit, Blaha Lujza, Darvas Iván, Deák Ferenc, Déryné Széppataki Róza, Gobby Hilda, Jókai Mór, Juhász Gyula, Kosztolányi Dezső, Krúdy Gyula, Márai Sándor, Molnár Ferenc, Móricz Zsigmond, Nagy Lajos, Szántó Piroska, Tömörkény István, Újházi Ede valamint sok más művész és közéleti személyiség szövegeinek és anekdotáinak felhasználásával készült.

Szereplők:

EDE, a színész **KÁLLÓ BÉLA**

LUJZA, a színésznő **POVÁZSÁNSZKI-KÖMÖVES NOÉMI**

ISTVÁN, a mecénás **HAJVERT ÁKOS**

POLDI, a primás **JUHÁSZ GÁBOR**

Rendezte: Kálló Béla Jászai Mari-díjas

Február 17-én 19h

Február 18-án 19h

**Márton Áron Községi ház Kelebia**

A vacsora mellé Lakatos Miklós primás és a Kurinák húzzák a jókedyhez a magyar nótát!

Asztalfoglalás 064 16 16 229 / 4000,- din

## Katonazenekari fesztivált rendeznek júliusban Debrecenben

---

**A 22. Nemzetközi Katonazenekari Fesztivált július 3. és 6. között rendezi meg Debrecenben a Honvédelmi Minisztérium (HM) és a város önkormányzata.**

Vargha Tamás, a Honvédelmi Minisztérium parlamenti államtitkára a fesztivál hétfői budapesti sajtótájékoztatóján rámutatott: amióta a katonaság, katonáskodás létezik, azóta létezik katonazene is. Egyéb kommunikációs eszköz, tárgyi és rádiókapcsolatok hiányában a csatában nagyon fontos feladata volt a zenének és a zenészeknek egyaránt. A katonazene harcra hívott, buzdított, lelkesített, a veszteségekre vigaszt nyújtott és emléket is állított a hősöknek - fogalmazott az államtitkár.

Emlékeztetett arra, hogy

napjainkban nagy sikerrel rendeznek szerte az országban katonazenekari fesztiválokat. A mintegy 600 zenészt felvonultató Nemzetközi Katonazenekari Fesztivál az idei év egyik legnagyobb szabású rendezvénye: a két magyar katonazenekar mellett tíz országból is érkeznek zenészek az eseményre - hangsúlyozta Vargha Tamás.

Megjegyezte, hogy a cívisvárosban a négynapos fesztivál lehetőséget ad arra is, hogy a Honvédelmi Minisztérium és a Magyar Honvédség megismeresse a résztvevőkkel a katonai hivatást: július 6-án hang-

# Csatlakozz!

**A Séfklub sikerei fokozása és hatékonyságának növelése érdekében tagfelvételt hirdet.**

Mint ahogy minden folyamatosan változik, úgy az Étrend Magyar Konyhafőnökök Egyesülete is igyekszik felfrissülni, megújulni, sőt akár még „előre is menekülni”.

A Séfklubhoz tartozni ma már újra presztízs. Abban hiszünk, hogy a vendéglátásra nem lehet egyoldalúan tekinteni. Csapatként működünk és úgy is dolgozunk, nálunk minden szakembernek helye van!

Kérjük azokat a Kollégákat, Séfeket, akik kedvet éreznek, és tenni/dolgozni szeretnének a szakma jobbá tételén, valamint részt vállalnának az Egyesület céljainak megvalósításában, csatlakozási szándékukat jelezzék a megadott elérhetőségek valamelyikén.



[www.etrendegyesulet.hu](http://www.etrendegyesulet.hu)

[info@etrendegyesulet.hu](mailto:info@etrendegyesulet.hu)



**etrendegyesulet**

technikai eszközeit mutatja be és fegyverbemutatót is tart a honvédség.

Kitért arra is, hogy toborzó-pontot is létesítenek az eseményen, amely reményeik szerint fontos állomása lesz a Magyar Honvédség napokban indított tartalékos toborzókampányának.

Csizmadia Zsolt ezredes, a Magyar Honvédség főkarmestere a

sajtótájékoztatón felidézte, hogy a Magyar Honvédség katonazenekari 1896 óta működnek.

Mint mondta, a mai katonazenekarok előtt sem műfajbeli, sem szakmabeli akadályok nincsenek.

A Nemzetközi Katonazenekari Fesztivált 1977 óta rendezik meg a hajdú-bihari megyeszékhelyen - emlékeztetett rá Balázs Ákos Debrecen alpolgármestere.



Kiemelte: a kezdetektől az a célja a rendezvénynek, hogy a kulturális élmény mellett népszerűsítse a honvédséget és bemutassa a katonai hagyományokat.

Az elmúlt évtizedekben Európa szinte valamennyi hadseregének egy-egy zenekara vendégeskedett Debrecenben. Ahogy maga a cívisváros is, a

seregszemle is egyszerre szimbóluma a tradíciónak és a megújulásnak - fogalmazott az alpolgármester.

„A régi alapokra építve egy szélesebb közönség számára is vonzó eseményt szeretnénk megvalósítani, amelynek középpontjában nemcsak a katonazene, hanem a teljes, megújuló Magyar Honvédség áll” - hangsúlyozta Balázs Ákos.

A kétévente megrendezendő seregszemlén az idén jubiláló, 70 éve megalakult Magyar Honvédség Debrecen Helyőrségzenekar és a Magyar Honvédség (MH) Központi Zenekara mellett Csehország, Ausztria, Szlovákia, Horvátország, Hollandia, Olaszország, Egyiptom, Törökország, Románia és Lengyelország mutatkozik be a közönségnek Debrecen főterén, a Kossuth téren - mondta el az alpolgármester.



Kitért arra is, hogy a fesztiválon a katonazenekari programokon kívül tematikus kísérőprogramok is lesznek: a Honvéd Sportegyesületek Országos Szövetsége és a Debreceni Nagyerdő Sportkör közreműködésével tájékoztató és ügyességi versennyel, lézeres és légpuskás lövészeti lehetőséggel, valamint

gyermekprogramokkal is várják az érdeklődőket.

A fesztivál kiemelt kísérőprogramja a Generációk büszkesége című fotó- és videótárlat, amely a 175 éves Magyar Honvédség című pályázatra beérkező munkákat mutatja be. A fesztivál az ünnepi záróhangversennyel ér véget.

(MII)



# Átadták az idei receptúrákat megőrzésre

A Magyarország étele 2024 és a Szamos Tányérdesszert verseny győztes receptúráit július 13-án adták át Rétvári bence Miniszter-helyettesnek a Parlament lépcsőjénél.

A díszfelvonuláson közel száz fő vett részt, akik a Magyar Honvédség katonazenekara kísért végig az útvonalon a Kossuth térig.

A beszédekben elhangzott, hogy „már hetedik éve tart a jövő magyar konyhájának receptjeinek

megalkotása, mely folyamathoz szükség van a hazai szakácsok, cukrászok tettekétségére, nemzetközi mércével mért tudására és kreativitására.”

Az eddig befektetett munkának a gyümölcse az a több, mint százhatvan új magyar receptúra, mely a versenyekben született. Történelme során még soha nem érte ilyen intenzív behatás a magyar gasztronómiát, mint ami a programnak köszönhető.



KÉPÜNKÖN, BALRÓL ASZTALOS ISTVÁN, KÓNYA ISTVÁN, MADUDA DÁNIEL, KUBINYI DÁNIEL, RÉTVÁRI BENCE ÉS KELÉNYI-SZAMOS GABRIELLA

# Savanyított laskagomba köret

## Hozzávalók:

1 db birsalma, 500 g kis méretű laskagomba, 3 db egész fahéj, 1,5 dl fehérbor, 20 szem szegfűbors, 2 púpozott ek méz, 500 g savanyú káposzta, 150 g sütőtök, 0,4 dl olívaolaj

## Elkészítés:

A birsalmát apró kockákra vágjuk, felöntjük a fehérborral, hozzáadjuk a fűszereket, és egy edényben felforraljuk. Egy cserépedénybe vagy jénaiba öntjük az olívaolajat, beletesszük a felkockázott tököt és erre rétegezzük a káposztát, amit felöntünk a kész birsalmás alaplével, hozzáadjuk a kis méretű gombát és jól összeforgatjuk. A sütőt 200 °C-ra előmelegítjük és az ételt 45 perc alatt készre sütjük, amíg a leve teljesen el nem párolog. Levesszük az edény tetejét és még 10 percig sütjük.

Tálalás: Halakhoz, sültetekhez kiváló köret, téli hidegben hasznos vitaminforrás. Az újramelegítés csak javít rajta!



CO  
FRESH

This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 101000852





## LAZACOS CSICSERI TÉSZTA

A gluténmentes tészták közül az egyik kedvencem a Mimen csicseri tészta. Jó állaga, íze biztosíték arra, hogy bárki szívesen fogyassza a családból vagy vendégeim közül.

A lazacot megsóztam, frissen őrölt borssal fűszereztem és egy

evőkanál olajon először a bőrös felén, majd a másikon is 2-3 per-  
cig sütöttem egy serpenyőben. Közben feltettem 2 l vizet egy fa-  
zékban egy kevés sóval, mikor forni kezdett, beletettem a tésztát  
és a csomagolásán lévő utasítás szerint kifőztem, majd leszűrtem.  
A zöldségeket apró csíkokra vágtam, a fokhagymát felszeleteltem  
és két evőkanál olajon megdinszteltem, majd kivettem a serpe-  
nyőből és a visszamaradt zsiradékra tettem a leszűrt tésztát. Fel-  
öntöttem a kókusztejszínnel, összeemelegítettem és már tálalhat-  
tam is. A tejszínes tészta egyik felére kerültek a zöldségek, másik  
részére a darabkákra szedett lazac. Színes borsot tekertem rá és az  
ehető díszekkel dekoráltam.

Jó étvágyat kívánok hozzá!

### **Hozzávalók:**

4 személyre

200 g fussili csicseri tészta,

150 g lazac filé,

2 dl kókusztejszín,

1 sárgarépa, 2 szárzeller,

1 kápia paprika, 2 duci

gerezd fokhagyma, kb 10  
cm-es darab póréhagyma,

só, frissen őrölt bors,

1+2 evőkanál szőlőmagolaj

A díszítéshez borsó csíra,

ehető virágok

# A LEGJOBBAK KÖZÉ JUTOTT EGY TOKAJI ASZÚ AZ ECANTER WORLD WINE AWARDS-ON

Bekerült a mindössze ötven Best in Show bor közé a Gizella Pince 6 puttonyos 2019-es tokaji aszúja a világ egyik legtekintélyesebb borversenyeként számon tartott Decanter World Wine Awards (DWWA) idei kiadásán.

Idén 21. alkalommal rendezték meg a világ legnagyobb bor- és pezsgőversenyét, a Decanter World Wine Awardsot. Ebben az évben több mint 18 ezer tételt neveztek 57 országból, melyek elbírálására mintegy 250 borszakértő gyűlt össze Londonban, köztük 61 Master of Wine és 20 Master Sommelier - közölte a versenyen két aranyérmet elérő, somlói Kreinbacher Birtok.

A Magyarországról nevezett borok között a zsűri egy Best in Show díjat, 4 platínát, 13 aranyat, 56 ezüstöt és 67 bronzérmet osztott ki.

Best in Show és platinaérmet Magyarországról csak tokaji borok kaptak. Két platinaérmet szerzett a Ballassa Bor, míg egyet-egyet a Pajzos Tokaj és a Sauska Tokaj. Az aranyérmesek mezőnyében a Balatonfüred-Csupaki, Tokaji, Somlói és Szekszárdi borvidékről származó borok szerepeltek.

A rendkívül szigorú szabályok szerint folyó zsűrizés alapján kizárólag 95 pont felett adnak aranyérmet, míg platina díjjal az aranyérmeseket újrakóosztolva jutalmaznak a legkiválóbb tételeket (97-100 pont). Best in Show kategóriába az ezen a két lépcsőn túljutott tételek közül az az 50 bor kerülhet csak be, melyek kategóriájukban valóban a legkiemelkedőbbek.

MTI/Pixabay

## A NYÁR LEGNAGYOBB KÉRDÉSE

Az elmúlt években számos alkalommal jelent meg olyan cikk, amelyben valami problémát boncolgattak. Aztán olyanok is voltak, akik ezeket rendre megcáfolták. A teljesség igény nélkül ilyen volt a balatoni árazás, a munkaerőhiány, vagy a millió felüli fizetések kérdése, de ide sorolhatjuk a turizmus csökkenését, vagy az előző évekhez viszonyított növekedését.



Ezekből már látszik, hogy már csak a cikkek címében is mennyi ellentmondást szült az emberi elme. Ezzel a hagyománnyal szakítva mi most szakértőinktől azt kérdeztük, hogy számukra mi a legnagyobb probléma, ami a nyárral összeköthető. Ez

azért is érdekes kérdés, mert most kiderül, hogy a szakember mit gondol a balatoni árazásról, a munkaerőhiányról, vagy a fizetésekről, esetleg még a hazai, vagy külföldi utazásokat választó turistákról.

Apropó, utóbbi valóban érdekes kérdés, mert minden évben megjelenik az is, hogy a magyarok itthon költik el a pénzüket nyaralásra, ugyanakkor ennek ellenkezője is olvasható. Néha még ugyanazon a felületen is.

Kiderül, hogy a cikkekben szereplő problémák vajon a szakmát is annyira érdeklik, vagy ők valami teljesen más szempontok szerint keresik a nyár legnagyobb problémáját.

Éppen ezért, mert érdekelt minket, így ebben a hónapban azt kérdeztük a szakértőinktől, hogy a turizmus-vendéglátás területén:

Mit gondoltok, mi lesz a nyár legnagyobb problémája?



## Kiss Krisztián

*Gyakorló szakember. Számos versenyen megmérettette már magát. Nyitott az újra, szívesen alkalmaz modern technológiákat. Segítőkész a hazai termékek piacának javításában.*

Az idősödő korosztály már a kiszámíthatóságot keresi és nem akarja megváltani a világot. A fiatalabbak pedig még csak jönnek mennek. A két hal-maz között úrben születnek olyan ételek, mint a tonhalas lángos. (de eljutunk majd a Hawaii lángoshoz is.) amíg nem volt internet addig ilyen zagyvaságok eszünkbe sem jutottak, mint szakemberek. Sokan külföldön dolgoznak. Dolgoztam én is és még sokan a korosztályomból. De sajnos vezetőink nem ismerték fel azt, hogy milyen változásokat hoz ez a jövés menés mindenkire nézve. A hirtelen jött „szabadság” sok ajtót kinyitott, de azt nem tudta senki elérni, hogy a jó szakember itthon maradjon. Az itthoni munkaerő vándorlás, csak a 80-as és 90-es évek után lett ennyire látványos. Az idei nyár legnagyobb problémája a munkaerő és azon ételek, amelyek nem emelik a közízlés színvonalát. Szerintem.



## Pálszabó Mihály

*Mesterszakács, szakoktató. Aranykoszorús Mester, szakoktató tanár, az Escoffier Magyarországi Lovagren Nagykövete, a Chaine des Rotisseurs 1990-ben felavatott alapítótagja. FehérsztaI lovagrand Nagy Aranykeresztje 2022. MNGSZ Életmű díj*

Az én meglátásom szerint a probléma összetett. A fizetőképes vásárlóerőnek igénye van a szolgáltatásra és a minőségre is ami szerintem szűkül a hazai kereslet oldaláról. Fiatal kollegáimtól hallva az utóbbi években, már meg fizetnék a tudást és a gyakorlati tapasztalatot a tulajdonosok, de egyre szűkebb a jó és megbízható szakemberek merítési lehetősége.

Az árak és szolgáltatások tekintetében (szállás-étel-ital) jóval olcsóbban jönnek ki a családok a Macedón- Görög-Bulgár stb. tengerpartokon. A szolgáltatások minőségében ott is lehet válogatni a „pénztárcánk” szerint. Az utazási költséget is beleszámítva a Balatoni kirándulás 2/3-ból gazdálkodva is ki lehet jönni.



# MAGYARORSZÁG ÉTELE 2024.

[WWW.MAGYARORSZAGETELE.HU](http://WWW.MAGYARORSZAGETELE.HU)



## Ortó Gyula

*Saját kérésére a jellemzése csak ennyi: Szakács*

A háttér ipar és beszállítói hiányosságok hibái, amit naponta tapasztalhatunk, mind a nem megfelelő emberek alkalmazásából fakad. Sajnos az áruismeret hiánya és az írott szöveg értelmezése, számtalan fals gondot okoz a konyhának. Orvosolni, visszarúzni, nem a gyorsreagálású cégek dicsősége

Illetve az elkészített ételek megrendelése, amit olyan cégek rendelnek, akik nem tartanak konyhát...

Két tűz közé beékelve a bázis konyha, ahová beérkeznek a nyersanyagok...

A megrendelők, akik szintén nincsenek a helyzet magaslatán, további problémákat szül. A gugliból össze - vissza ollózott ételek, ami -mivel nem tanult a vendéglátásról- érthetetlen számára, miért nem néz ki úgy az ő általuk „leírt” termék.

Természetesen a konyhával nem egyeztet, csak elektronikus úton küldi butaságait...



## Ács Lajos

*A dunabogdányi Forgó étterem konyhafőnöke. Elsődleges számára a szakma fejlesztése. Munkája során szívesen alkalmaz új technológiákat, szereti a modern és a hagyományos ételek párosítását,*

Munkaerővel kapcsolatosan nem elsősorban csak a hiányról van szó, hanem a meglévő munkaerő minőségéről is. Az elmúlt években, de inkább 10 évre visszamenőleg ugyanígy voltak nehezebb időszakok és kevesebb kolléga, mint éppen kellett volna, de én úgy látom ma már nem (vagy csak kevesen) hajlandók az emberek ill. (Kollégák!) beletenni egy-egy időszakra több energiát a átlagnál annak érdekében, hogy átvészeljék (mint üzlet, mint munkahely és persze mint megélhetés) a problémát, “és különben is oldják meg !!!” hozzáállással.

Emellett a hiány elkerülése érdekében a bérek emelése volt az egyik lehetősége a cégeknek, ami szerintem hozott egy- két következő problémát is magával, mégpedig azt, hogy többen olyan béreket kapnak, amit teljesítmény arányosan sosem kapnának meg, vagy a másik, hogy már jóval kevesebb munkaidővel is megkeresi az eddigi igényeihez elegendő pénzt és köszöni szépen “én többet nem is akarok” címen alig mozdítható abban a helyzetben, amiről beszélünk. Pedig, ha esetleg negatív változás állna fel ugyanezen okokból is akár vendég létszám tekintetében, akkor lehet, hogy késő lesz több energiát akarni bele fektetni a saját jövőnkbe.

**WWW.MAGYARORSZAGETELE.HU**



## Endrédi Zsolt

*Az art'Otel Budapest konyhafőnöke, az Étrend Magyar Konyhafőnökök Egyesületének alelnöke*

Munkaerő, kétkezi munkaerő, képzett munkaerő. -front office (recepció, portás) housekeeping ( takarító), szakács, cukrász, felszolgáló ...

A fizikai munka egyre kevésbé "népszerű". A könnyűnek vélt pénzkereseti lehetőségekre könnyebben lehet talán találni dolgozót. Sokan külföldre mentek, felsőfokú végzettséggel a fiatal, már vezetőként szeretne a kezdetektől

dolgozni - csak ugye így nem lesz kit irányítani-viszont a kereslet munkaerőre óriási. Ha mostanában nem is gombamód, de szépszeri számmal nyitó új vendéglátóhelyek plusz a szezonális időre nyíló egységek egymásra licitálva szipkássák egymástól a munkaerőt, a meglévő helyeknek pedig olyan perspektívát, lojalitási programot kellene nyújtaniuk, ami maradásra ösztökélné a meglévő dolgozóikat.



## Szappanyos Viktor

*Kortárs konyhafőnök, aki figyelemmel kíséri a szakma változásait. Igyekszik mindig maximális odaadással végezni munkáját. Az összszakmai összefogás híve.*

Ugyan nem vigasztalás képen, de külföldön is hatalmas a munkaerőhiány. Valamiért már „senki” sem akar otthon dolgozni, Horvátországtól Hollandiáig alig akad helyi szakember. Nem tudom mi ennek az oka, de ezt lehet tapasztalni. A szezonban pörgős helyeken ugyan jól hangzik a milliós fizetés, de szabadnap nélkül már nem is annyira

baráti az összeg. Pihenés nélkül nem sokáig tud jól teljesíteni a dolgozó! Sok étterem tulajdonos nem fektet be gépekbe vagy nem használ kényelmi termékeket, ami szintén plusz emberi erőt igényel, ezért sokszor két, három ember munkáját kell elvégeznie egy embernek! Még lehet csinálni, de nagyon ideg és energia őrölő, pedig az árképzés megengedné. Még mindig azt gondolom, hogy sok az étterem, büfé, stb és erre kevés a jó szakember. Ebben látom a legnagyobb problémát! Szerintem!

**WWW.MAGYARORSZAGETELE.HU**



## *Rácz Túrkevei Lajos*

*Szakács szakoktató, a Teleki Blanka Gimnázium és Szakközépiskola tanára. Hétvégeente gyakran jár zsűrizni különböző főzőversenyekre. Gyakran feltűnt, így ismerős lehet az M5Tv főzőműsorából is.*

Az idén a legnagyobb probléma mi lesz az, amikor mindenki visszasírja azokat a 60-as, 70-es 80-as éveket, melyek aranykort jelentett a Balatoni vendéglátásban.

Mindenki meg akar gazdagodni a nyaralókból, egy nyár alatt, amikor ez lehetséges volt abban az időben.

Ezért az újságok összeesküvés elméleteket kezdenek gyártani, azért, hogy legyen miről beszélni.

Zseniálisan van ez felépítve, hogy minden évben legyen miről beszélni, mint a milliós fizetésekről, a csodálatos alapanyagokról, a munkaerőhiányról.

Ezek az érvek már nagyon régóta közszájon forognak.

De, ne felejtjük el az emberi tényezőket, a pandémia sokkból újra éledő gasztronómiát, a vendégek különböző összetételét.... Így mindig van miről beszélni, és találunk rá okot, hogy legyen is! Igaz ezek a problémák valóságosak, olyan ez, mint a Perpetuum Mobile létezése. Tudunk róla, hallottunk róla, csak nincs megoldása, amivel fel tudnánk számolni ezeket a gondokat!

Így a kritikusok mindig visszatérnek, az alaptételekhez. De isten igazából ők sem tudják a jó megoldást. Azért beszélnek róla, hogy mindig a felszínen maradjanak...

Hogy ők megmondták, mert értenek hozzá!

De, nem adnak a kritikusok milliós fizetéseket, kiváló alapanyagokat sem szereznek be, nem képeztek ki egy szakácsot, pincért, cukrászt.

Csak, mint az ezerfejű cézár lehangosabb szószólói mondják a mantrájukat!

Sajnos nem arról fogunk értekezni, milyen csodálatos szezonunk volt, szenzációs ételkölteményeket kaptak a vendégek, a szakácsok milliós fizetéseket kaptak, a mosogatók is elégedettek voltak a bérükkel, a pincérek hatalmas borralalókat kaptak, és a vendégek minden igényét teljesítették, és örömmel távozva mentek el!

Szóval ezek a problémák még nagyon sokáig kísérteni fognak...

*Kérdezd Te is szakértőinket!*

*Amennyiben kérdést tennél fel,  
vagy valamilyen témát dobnál a közbeszédbe,  
akkor nincs más dolgod, mint elküldeni részünkre,  
a javaslatodat, melyet pozitív elbírálás esetén  
továbitunk a szakértőink felé.*

*Címünk:  
info@oldalasmagazin.hu*

A

# HUNGARYCARD

MAGYAR TURIZMUS KÁRTYA

Bemutatja.



## KESZTHELY



Utazz Keszthelyre, és barangold be a környéket, úgy, hogy közben spórolsz. Látogass el a térségbe, nézd meg az ott található fürdőket, és a térség templomait, de a Balatont se hagyd ki.

A városvezetés célja a lakossági igények minél magasabb szintű kiszolgálása mellett az idegenforgalom, ezen belül a minőségi turizmus fejlődésének segítése. 1992 óta két évenként újra megrendezésre kerül a „Helikon”, amelyen az egész Dunántúlról csaknem 4000 diák mutatja be művészeti tudását. Nemes burkolóanyagokból megépült a sétálóutca, új épületet kapott a Fejér György Városi Könyvtár, 2002-ben megnyílt a Balaton Színház és Kongresszusi Központ. Eredeti formáját nyerte vissza a szigetfürdő, vitorlaskikötő épült a „Libáson”. Keszthely jó úton halad, hogy megfeleljen a „Balaton fővárosa” címnek.

2006-tól kezdődően Keszthely példás sikereket ért el az európai uniós pályázati lehetőségek kihasználásában. Hosszú távú városfejlesztési stratégia készült, és több fejlesztési projektet dolgozott ki és beruházásokat tervezett meg a városvezetés. 2010-ben vehette birtokba a lakosság az újonnan épült, Csik Ferenc keszthelyi olimpikonról elnevezett tanuszodát. Szintén 2010-ben indult a belváros nagyszabású megújításának első üteme, mely a régi fényét adja vissza a patinás Keszthelynek amellet, hogy modern elemekkel ötvözi. A kellemes sétatér, nyüzsgő, életteli teli, sokszínű városközpont a minőségi turizmus élénkítéséhez is hozzájárul. Szintén ezt a célt szolgálja a keszthelyi Balaton-part megújítása: díszkivilágítást kapott a parti sétány, megújult a móló bejáratánál található tér, valamint a Hullám és Balaton szálló műemlék épületének környezete is megszépült. A tervek fontos eleme egy fesztiváletterület létrehozása volt, mely alkalmas nagyobb szabadtéri programok befogadására. Keszthely jó úton halad, hogy megfeleljen a „Balaton főváros” címnek.

keszthely.hu

# Tippek...

## Plus

### Keszthely

2 felnőtt + 2 gyermek / 7 nap / 6 éjszaka\*

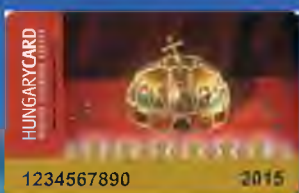
HungaryCard  
csomagokkal

	KEDVEZMÉNY	MEGTAKARÍTÁS
Vasúti jegy (Budapest–Keszthely, 2. osztály)	50%	7.410 Ft
Szállás a keszthelyi Ovit Hotelben	10% HC	23.700 Ft
Kirándulás autóbusszal Hévízre	50%	310 Ft
Hévízi gyógytó	50%	5.200 Ft
Segway a hévízi High-Tech Sportok Bázisán	20% HC	2.800 Ft
Vidor Játékmúzeum és Tüskevár Panoptikum	10% HC	100 Ft
Csigaparlament megtekintése	10% HC	100 Ft
Hajókázás Badacsonyba	50%	3.600 Ft
Ebéd a badacsonyi Borbarátok vendéglőben	10% HC	1.800 Ft
Helikon Kastélymúzeum kombinált jegy	20% HC	1.680 Ft
Diási Játékstrand	20% HC	510 Ft

HungaryCard Plus csomaggal  
a nyaralás során megtakarítható összeg:

**47.210 Ft**

\*Mintapélda. 2016 decemberi árak.



# Több mint kétszeres kapacitással dolgozik a rendőrség nyáron a Balatonnál

A Központi Statisztikai Hivatal (KSH) és a Nemzeti Turisztikai Adatszolgáltató Központ (NTAK) legfrissebb adatai alapján 2024. január és április között összesen mintegy 10 millió vendégéjszakát regisztráltak a hazai szálláshelyek, ez közel 8 százalékkal haladta meg az előző év azonos időszakának forgalmát - emelte ki az adatokat kommentálva szerdai közleményében a Nemzetgazdasági Minisztérium (NGM).

Az év első négy hónapjában 4,1 millió vendég érkezett a magyarországi szálláshelyekre, összességében 11,5 százalékkal volt magasabb a tavalyi év azonos időszakához képest.

A minisztérium hangsúlyozta: a turisztikai fogyasztás idei év első 4 hónapjában tapasztalt bővülése jelentősen hozzájárul a gazdasági növekedéshez.

2024 áprilisában összességében több mint 1,2 millió vendég érkezett a magyarországi szálláshelyekre, amely az előző évhez képest mindössze 1,3 százalékos mérséklődést jelent. A hazai szálláshelyek áprilisban összesen mintegy 2,9 millió vendégéjszakát regisztráltak, ez a kevesebb szabadnap következtében 4,7 százalékkal volt kevesebb, mint 2023 negyedik hónapjában.

Az első négy hónapból kilógó áprilisi adatokat az ünnepekhez kötődő



hosszú hétvégék alakulása befolyásolta, ugyanis idén a húsvéti négy napos hosszúhétvégének mindössze egy napja esett áprilusra, miközben a tavalyi évvel ellentétben a május 1-jéhez nem kapcsolódott hosszú hétvége. Mindezt figyelembe véve az áprilisban látott teljesítmény továbbra is a turisztikai kereslet érdemi növekedését jelzi, ezt támasztja alá a májusi pünkösdi hétvége vendégforgalma is, ugyanis a vendégéjszakák száma ezen ünnep alatt 6 százalékos növekedést produkált - mutatott rá az NGM.

Az NGM felhívta a figyelmet arra is, hogy áprilisban közel 600 ezer hazai vendég indult útnak, ami 5,5 százalékos mérséklődést jelent, miközben a belföldi vendégek által eltöltött vendégéjszakák száma 1,3 milliót tett ki. A nemzetközi turisztikai érdeklődés továbbra is töretlen hazánk iránt, a külföldről érkezők száma idén áprilisban is 3,2 százalékkal tovább növekedett, és elérte a 609 ezret. A külföldi utazók 1,6 millió vendégéjszakát töltöttek hazánkban.

Az ország teljes szálláshely-forgalmának 57 százalékát, azaz több mint 1,6 millió éjszakát regisztráltak vidéken, amelynek csaknem negyedét a Balatonon töltötték el a vendégek. A főváros forgalma az ünnepnapok eloszlásától függetlenül kiváló eredménnyel zárult: az 1,25 millió fővárosi vendégéjszaka 5 százalékos bővülésnek felel meg a tavalyi év áprilisához képest.

A szálláshelyek áprilisban 69,2 milliárd forint bevételt könyvelhettek el, azaz 3,6 százalékkal többet, mint tavaly ilyenkor. Emellett a vendéglátóhelyeken összesen 157,2 milliárd forint bevétel keletkezett, amely jelentős, 11,3 százalékos bővülést jelent a tavalyi év negyedik hónapjához képest.

Az NGM értékelése szerint a turizmus a magyar gazdaság stratégiai fontosságú ágazata, amely a GDP több mint 10 százalékát biztosítja és közvetlen vagy közvetett módon 400 ezer embernek biztosít megélhetést. A turisztikai fogyasztás idei év első 4 hónapjában tapasztalt bővülése jelentősen hozzájárul ahhoz, hogy 2024-ben a kormány újraindítsa, 2025-ben pedig tovább emelje a gazdasági növekedés ütemét.

Az NGM felidézte: a kormány célja, hogy tovább fokozza az ágazat teljesítményét, ennek érdekében 15 milliárd forintból indított ágazati programokat. Ennek részeként 13 milliárd forint áll rendelkezésre a vendéglátóhelyek fejlesztésére, a vendéglátóhelyek 1 millió forintos támogatásból valósíthatnak meg színvonal-emelő, versenyképességet javító beruházásokat. Az 1 milliárd forintos Muzsikáló Magyarország 2024 program támogatása pedig újra élőzenével, színvonalas kávéházi cigánymuzsikával töltheti meg a vendéglők teraszait. Mindemellett 1 milliárd forintot fordít a kormány a Tourinform irodák korszerűsítésére.

MTI/Pixabay

## LEGALÁBB ÖT KIJELÖLT TERMÉSZETES FÜRDŐHELY VÁRJA A STRANDOLÓKAT IDÉN BORSOD-ABAÚJ-ZEMPLÉN VÁRMEGYÉBEN

A tájékoztatás szerint a vármegyében a kormányhivatal által nyilvántartott és ellenőrzött kilenc természetes fürdőhely közül júniusig öt esetében jelentette be az üzemeltető, hogy kinyit ebben az évben, és még további egy fürdőhely megnyitása várható.

A nyitást az Arló Suvadás Liget, a RádióM Mályi Plázs, a Muhi, RealXtreme Víziparadicsom valamint a Vadna-Park Üdülőközpont 1. és 2. strand jelentette be.

Azt írták, a már nyitva tartó mályi és muhi fürdőhelyek szezon előtti



Az ország specifikus  
álláskereső platformja!

## Munkaerőt vagy munkát keresel a vendéglátásban?

 Vendéglátósmunkák.hu



vizsgálati eredménye kiváló, az arlói strandé pedig jó. A Vadnán található strandok szezon előtti mintáit még vizsgálják, a várhatóan kinyitó nyékládházi fürdőhely vizsgálati eredménye pedig kiváló.

A közlemény szerint az idei strand-szezonban a Mango Beach - Mályi, a Tiszabólna Babuna Beach és a mezőzombori Dorgói-tó strand nem nyit ki. A nyilvántartott természetes fürdővizek vízminőségét és a strandok közegészségügyi megfelelőségét a nyitvatartási szezon alatt a népegészségügyi hatóság helyszíni szemlével és laboratóriumi vizsgálatokkal folyama-

tosan ellenőrzi.

Felhívják a figyelmet arra is, hogy a vármegyében található szabadvizek nagy része - különös tekintettel a Miskolc környéki bányatavakra - nem kijelölt fürdőhely. Ott nincsenek meg az ehhez szükséges, jogszabályban előírt közegészségügyi felételek és követelmények, emellett a vízminőség sem monitorozott. Az ilyen helyeken történő fürdőzés számos egyéb veszély mellett a fertőzés kockázatával jár, ezért azok elkerülése érdekében a kijelölt természetes fürdőhelyek látogatása javasolt.

MTI/Facebook

## EGY HORVÁT JÁRÁS 3,5 MILLIÓ EURÓT FORDÍT FENNTARTHATÓ TURISZTIKAI FEJLESZTÉSEKRE

A magyar határ közelében elhelyezkedő észak-horvátországi Gola járás 3,5 millió eurót (1,3 milliárd forint) fordít fenntartható turisztikai fejlesztésekre - közölte hétfőn a helyi sajtó.

Stjepan Milinkovic járási elöljáró elmondta: a némileg félreeső járás, amelyet a Dráva folyó választ el a megye többi részétől, természeti erőforrásait a turizmus fejlesztésére kívánja fordítani.

A projekt részeként kikötőt építenek a Dráván 42 vízi jármű részére, a régi parókiában pedig a természeti örökség bemutatására alkalmas központot alakítanak ki. Így azok, akik meglátogatják a központot, később hajókkal vagy csónakokkal, valamint elektromos kerékpárokkal, amelyeket a volt parókián bérelhetnek, a folyó mentén is gyönyörködhetnek a növény- és állatvilágban. A bemutatóközpont földszintjén hat tematikus kiállítótér kap helyet, amely Gola természeti örökségét mutatja be. Az alagsorban két tárlatot alakítanak ki a környék történetéről és a régi paplak építészetéről.

A központ fő motívuma a balin lesz, amely a kihalással fenyegetett édesvízi halfajok vörös listáján az érzékeny édesvízi fajok között szerepel - hangzott el a projekt bemutatására rendezett konferencián.

Kapronca-Körös megye elöljárója, Darko Koren szerint az említett projekt az apajkeresztúri (Rasinja) Inkey-kastély helyreállításával együtt továbbfejleszti a megye turisztikai infrastruktúráját, és egyben növeli a Drávántúl turisztikai vonzerejét.

Ivana Mesic, a turisztikai minisztérium munkatársa nagy sikerként értékelte a kezdeményezést, amelyet - mint mondta - 108 pályázat közül választottak ki, és amelyek közül mindössze öt-hat projekt kaphat támogatást.



(MTI, Digitális Képtár)



**1276**



# Vidékháló

## Telekommunikációs Kft.

6000 Kecskemét, Szolnoki út 33.

**Kábeltévé-Internet-Telefon**

**Az Oldalas magazin a Vidékháló hálózatán jut el Önökhöz!**



*Kerülj a térképre  
és  
generáld magadnak  
forgalmát!*

TARPA



## Érlelt szilva pálinka



Struktúrája roppant elegáns, az illat és az íz páratlan harmóniát, míg az alkohol adta édes ízérzet a testtel együtt tökéletes egyensúlyt alkot.

[www.tarpa.hu](http://www.tarpa.hu)

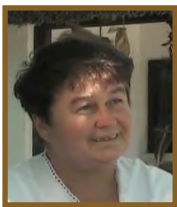
## FELJÖVŐBEN A KOLESZTERINCSÖKKENTÉS TERMÉSZETES MÓDJA

A táplálkozási- és életmód változás mellett a koleszterin egyensúly megteremtésére jelenleg az egyetlen hatásos étrend-kiegészítő hatóanyag a növényi szterin (magába foglalja a fitoszterolokat és fitosztanolokat is). Az EFSA megállapítása szerint a napi hatásos adagja 1,5-3 gramm (növényi szterol/sztanol), illetve a National Lipid Association és a Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége is napi 2-3 g növényi szterin elfogyasztását javasolja ahhoz, hogy a koleszterinszint mérhetően és hatékonyan csökkenjen.

A növényi szterinek megtalálhatók zöldségekben, gyümölcsökben és növényi olajokban is, viszont a terápiás hatás elérése érdekében körülbelül 150 db almát, 425 db paradicsomot, vagy 210 db sárgarépat kellene naponta elfogyasztani. Ez nem túl életszerű javaslat, így a magas

koleszterinszint elleni küzdelemben érdemes megfontolni az ismert mellékhatások nélküli fitoszterolok használatát is.

A szterinek molekulaszervezete hasonló a koleszterinéhez, és hasonló szerepet töltenek be a növényekben, mint a koleszterin a szervezetünkben. A növényi szterinek - 'versengenek' a bélben a koleszterinnel - helyettük kapcsolódnak a szállító szerepet játszó micellákhoz, így blokkolják a túl sok koleszterin véráramba jutását. A fel nem szívódott rész a széklettel természetes módon kiürül a szervezetből. Már vannak olyan élelmiszerek a piacon, amelyek növényi szterinnel dúsítottak, de ezekkel pótlólagos zsírt és kalóriát is beviszünk a szervezetünkbe, azaz használatuk előnyei nem egyértelműek.



# MINEK AZ ÚJ? HA A RÉGI MEGBÍZHATÓBB!

- RENDEKNÉ OLGA ROVATA -

## BIOLÓGIAI SOKFÉLESÉG



Mit értünk biológiai sokféleségen, mi köze van ennek a napi ételmünkhöz, és mit tehetünk a megőrzése érdekében?

A Slow Food, mint gondolat azzal kezdődik, hogy megismerjük a régiót, ahol élünk: észrevesszük, megfigyeljük, megkóstoljuk, felismerjük az ízeit és aromáit. Érzékszerveink és kíváncsiságunk révén aztán megismerkedhetünk más régiókkal és országokkal is: megőrizzük egy utazás emlékét az ott kóstolt kenyér, sajt vagy méz felidézésével; ötleteket, termékeket és recepteket cserélünk más országokban működő Conviviumokkal.

Ezért kulcsfontosságú minden Convivium számára, hogy fedezze a saját térségében a „jó, tiszta és fair” elv szellemében dolgozó termelőket: sajtkészítőket, pásztorokat, méhészeket, pékeket, gazdákat... Az idősekkel kell beszélnünk, hogy megismerjük és rögzíteni tudjuk az ő helyi tudásukat, ugyanakkor meg kell keresnünk azokat a fiatal vállalkozókat is, akik visszatértek a mezőgazdaságba, a földhöz.

Renekné Olgi  
Slow-food Hungary  
Kiskunsági konvívium

### RIGMUSOK:

*Nyári versek, rigmusok:*

*Drégely László:*

*Nyári tánc*

*Tarka réten,  
Fák alatt,  
Fiúk- lányok  
Játszanak.  
Körbe állva,  
Táncot járva,  
Mindenkinek  
Víg a párja-  
Velük mulat  
Tündér lánya,  
Napsugár a  
Koronája.*

\*\*\*\*\*

*Drégely László:*

*Nyári zápor*

*Eső, eső  
Megered,  
Sírnak fenn a  
Fellegek.  
Patak fölött  
Mint a híd,  
Szivárványból  
Magas ív.  
Azon át csak  
Madár jár,  
Egyenest a  
Napba száll.*



*Nemzeti Egység Klaszter*

**Csatlakozz, és építs...**

[www.jovonek.hu](http://www.jovonek.hu)

- Mit eszik a vegertáriánus kannibál?
- Zöldségest!

- Miért nem cseréli ki a szőke nő az akvárium vizét?
- Mert azt várja, hogy a halak megigya az előző adagot.

- Ez a színész nő olyan mint az influenza.
- Hogyhogy?
- Gyakran fellép, és könnyen meg lehet kapni...



# Ne vess 1-et!

- Jean, mégsem veszem meg azt a Picasso festményt.
- Miért nem, uram?
- Nincs rá keret.

- Képzeld mama! - zokog a lány az anyának.
- Rájöttem, hogy a férjem a pénzemért vett el feleségül.
- Örülj neki! Úgy látszik mégsem olyan hülye, mint amilyennek látszik.

A sportoló fekszik a kórházban. Az orvos megméri a lázát:

- Ez bizony 39 fok.
- És mennyi a világrekord? - kérdi a sportoló.

Pistike megkérdezi az apját:

- Apuci! Van az Istennek felesége?
- Dehogyan van - feleli a papa -, hiszen akkor nem lenne mindenható.

Megkérdezték a Rabbit, igaz-e, hogy erkölcstelen egy földszinti lakásban fényes nappal, nyitott ablakkal nemi életet élni.

A válasz:

- Nem erkölcstelen, de praktikusabb nővel!

- Mi az abszolút dilemma?
- ???
- Megtudod, ha megkérdezel egy zsidót, hogy kér-e egy kis disznóhúst, ingyen?

- Melyik a legszerencsétlenebb állat?
- ???
- A borjú, mert az anyja egy tehén, az apja meg egy barom.

# Pátzay

*Prémium*

*Pinot Noir Rosé*

2018



Kristálytisza halvány rózsaszínű és magas viszkozitása eleganciát és nagy beltartalmat sejtet. Kóstolva a száraz korty, málnával és eperrel nyit, melyhez friss barack és virágosság társul.

[www.villapatzayhotel.com](http://www.villapatzayhotel.com)

## Ötven új hely a Magyar Konyha Balaton 2024 Gasztrokalauzában

Mintegy háromszáz étterem, strandbisztró, kávézó, lángosozó és cukrászda, köztük ötven új hely szerepel a Magyar Konyha magazin Balaton 2024 Gasztrokalauzában.

Tizenkettedik alkalommal jelenik meg a Magyar Konyha Balaton Gasztrokalauza. Felemelő dolog ennyi ideje nyomom követni a Balaton-környéki konyhaművészet fejlődését - idézte fel a kiadvány keddi budapesti sajtóbemutatóján Lévai Anikó, a magazin szerkesztőbizottságának elnöke, emlékeztetve arra, hogy a szerkesztők még a pandémia idején sem „bátortalanodtak el”.

Mint kiemelte, a Balaton önálló régió, nem is elsősorban földrajzi, inkább kulturális okokból. „A Balaton nagyon a miénk, a Balatonhoz mindannyian érzelmileg kötődünk” - fogalmazott.

Elmondása szerint amikor a Balaton Gasztrokalauzt megálmodták, az volt a cél, hogy a magyar családok ne csak élményekkel, hanem jó szájjal jöjjenek haza a tó mellől, a balatoni gasztronómia ugyanis régóta nem csak a strandbüfékről szól.

Lévai Anikó emlékeztetett arra is, hogy a Magyar Konyha idén már 48 éves, ezzel a régió leghosszabb múltra visszatekintő gasztrokulturális magazinja.

Az idei Balaton 2024, akárcsak elődei, nem étteremkalauz, nincs benne pontozás, „körmös”, inkább kulináris ajánlat a Balatonra látogatók számára - közölte, hozzáfűzve: a kötet egyaránt bemutat kultúrbisztrókat, halsütödéket, fűszerkerteket, sajt készítő műhelyeket, kockásabroszos kisvendéglőket, fine dining éttermeket és borászatiakat is.

(MTI)

WWW.HIDEGKONYHA.FRIEDMANN.HU

+36 20 572 0601

2040 BUDAÖRS IFJUSÁG UTCA 22 FRIEDMANN@FRIEDMANN.HU

KÖVETKEZŐ MEGJELENÉS VÁRHATÓ IDŐPONTJA, 2024.09. 01.  
LAPZÁRTA: 2024. 08. 15.

# NYÁRELŐ – NAPISTEN HAVA

JÚLIUS 1.  
ÉPÍTÉSZETI VILÁGNAP

JÚLIUS 2.  
A SPORTÚJSÁGÍRÓK NAPJA

JÚLIUS 4.  
A POZSONYI CSATÁBAN AZ ÁRPÁD FEJEDELEM VEZETTE MAGYAR SEREG MEGSEMMISÍTETTE A KELETI FRANK KIRÁLYSÁG HADAIT. TÖRTÉNÉSZEK A HONFOGLALÁS VÉGÉNEK TEKINTIK AZ ESEMÉNYT. NAPJAINKBAN ÁRPÁD-NAPKÉNT TARTJÁK SZÁMON E NAPOT.- 907

JÚLIUS 11.  
NÉPESEDÉSI VILÁGNAP

JÚLIUS 15.  
A MAGYAR-AMERIKAI OLAJIPARI RÉSZVÉNYTÁRSASÁG (MAORT) MEGALAPÍTÁSA – 1938

JÚLIUS 22.  
A NÁNDORFEHÉRVÁRI DIADAL EMLÉKNAPJA - 1456

JÚLIUS 31.  
A SEGESVÁRI ÜTKÖZET NAPJA, PETŐFI SÁNDOR HALÁLA – 1849

## Havi szállóige:

„A történelmet megváltoztatni olyan, mint gátat építeni egy folyón.

A víz úgyis utat talál magának.”

(Terry Pratchett)

Az Oldalas magazin eddigi, és az ezen túl megjelenő

digitális változatát, az Országos Széchényi Könyvtárban megőrzik.

Az Oldalas magazin időszakonként az MTI híreit és fotót használja.

Keress az Oldalas magazint a Facebook-on is!

[www.fb.com/oldalasmagazin](http://www.fb.com/oldalasmagazin) | [www.fb.com/oldalasmagazin](http://www.fb.com/oldalasmagazin)



# HUNGARYCARD

## MAGYAR TURIZMUS KÁRTYA

