



Simplicissimus Budapestje

BEVEZETÉS A KORSZERŰ SZNOB- ÉS HEDONIZMUSBA, VALAMINT AZ ALKALMAZOTT EMBERLESÉS TUDOMÁNYÁBA

A Báthori Kávézó és Ételműhely, a dolgozók saját szavaival

A Báthori Ételműhely (először „életműhely-nek” olvastam) tesztüzeme tavaly novemberben indult, akkor még becsületkassza alapján működött a hely. Azóta egy tucatszor étkeztem ott, sportot űztem abból, hogy mindig más napszakban menjek. Nem értettem, miféle helyre csöppentem, kicsit mindig bosszankodtam. De mágius erővel vonzottak ezek a nyilvánvaló amatőrök, kezdő szolgáltatók. Főleg a belőlük áradó emberi minőség, a sok mosoly, a túláradó öröm. Kik ezek? Kisgyerekes anyák, akik már nem bírták otthon? Távoli unokatestvérek? Gimnáziumi osztálytársak? Mint kiderült, nem tudtam kitalálni. Waldorfos anyukák, akiket nem véletlenül hozott össze a sors. A középpontban Kati áll, ő szeretett volna először Új-Zélandon kávézót nyitni. A terv kútba esett, maradt a pesti helyszín. (A beszélgetést 2015. augusztus 5-én folytattuk.)

Kati mondja: Évek óta az egyik legizgalmasabb kérdés számomra, hogy hogyan hat a táplálkozás a szellemi működésre. Rudolf Steinertől, a Waldorf iskolamodell kidolgozójától megkérdezte egy tanítványa, hogy lehet az, hogy az emberek teli vannak tervekkel, melyek töredékét sem valósítják meg? A Mester azt válaszolta: A nagyipari mezőgazdaság vegyszerei kiölték a földből a mikroorganizmusokat, amelyek a tápanyagtartalomért felelősek. Ezek a minimális tápanyagtartalmú növények az ember számára csak annyi energiát adnak, amennyi a testet egyben tartja, de a kreatív, fokozott agyműködésre már nem elegendő. Lassan-lassan érett meg bennem, hogy most az egyedüli jó irány számomra egy olyan helyet felépíteni, ahol a létrehozott ételek hozzáadnak az emberek életéhez, nemcsak fenntartja őket egyik étkezésről a másikig.

Erika mondja: Katival 23 éve vagyunk barátok, együtt kezdtük az első lépéseket a hely kialakításában. Összesen 56 üzlethelyiséget néztünk meg, az egész tavalyi nyarunk a kereséssel telt. A legfontosabb szempont az volt, hogy fa álljon az üzlet előtt, ne tűzzön be a nap, széles legyen a járda és tiszta, ne legyen nagy forgalom.

Ez meglepően kevés helyen teljesíthető. Amikor a Báthori utcába beléptünk, tudtuk, hogy ez a mi utcánk, itt minden teljesül. Fél évig építettük, rendeztük be az üzletet, eddig tartott, mire minden megálmodott darab a helyére került. Itt minden bútortermészetes anyagból, kézzel készült, ami érződik is a hely kisugárzásán. Fontos volt, hogy olyan emberekkel működhessünk együtt, akikben él egy mély emberszeretet, vendégül látási öröm, akik értik, hogy az ételből csak a legjobbat szabad és érdemes adni. Tudták ezt rólunk ismerőseink, barátaink, és mindig pont a megfelelő „lányok” léptek be az ajtókon.

Eszi mondja: Kislány korom óta adni akartam, rájöttem, hogy ennek az a módja, hogy finom ételeket főzök és süteményeket sütök. Én a hagyományos magyar

Az étkezés-étkeztetés mindig szívközép-re hangoltan volt bennem. Sütünk-főzünk, átadjuk annak örömét, a kész ételben valami jó energiát. Mindannyiunk igénye volt megtalálni az értéket, olyan munkát választani, amit szívből tudunk csinálni, egymást is tanítva, inspirálva. Az örömfőzés lett közös kincsünk. Kisgyerekes anyák vagyunk, akiket különösen érdekel az az értékörzés, létrehozás, illetve, hogy átadjunk valamit magunkból egy másik embernek. Úgy gondolunk erre a helyre, mint ami jobba teszi életünket-ételünket, ahol az alkotás főzött nyelvén tudjuk kifejezni magunkat. Kerekítünk egy olyan világot, ahol fongunk a tűzhely közös középpontja körül. Titkos fűszerfiókokat nyitogatunk, vendégeink karnyújtásnyira, szívkmarrákkal várjuk az eredeti megoldásokat keresőket, kedvelőket.



James Shokman felvétele

konyhát ismerem a legjobban. Nagyon szeretek ezt csinálni, és szeretek itt lenni. Egy helyről álmodtam, ahol főzhetek. Kati meg nagyon keresett valakit, aki szerelemből főz. Egy közös barátunk, egy szülőtárs ajánlott be ide, kaptam egy telefonhívást, jöttem és azonnal „összereztegtünk” Kati-val és Erikával.

Mindannyian úgy gondoljuk, hogy jót szeretnénk adni, jó alapanyagokból, és jó szívvel, jó kedvvel olyan ételeket, amelyek hozzáadnak az emberek életéhez. Mindennek az alapja az emberszeretet. Mindenki egy kicsit más szeptét tudja jól a dolgoknak.

Nikó mondja: Nem ám a vak véletlen, ahogy ide kerültem, Eszi bevonzott ide, és azóta is jól a helyemen vagyok.

Ágota mondja: Waldorf iskolában tanítottok, ahonnan most egy pihenő évet vettem ki, amit mindenképpen a vendéglátásban akartam tölteni, mert szeretem ezt a környezetet. Nagyon fontos volt, hogy milyen helyre megyek, milyen ott a szemlélet. Közös ismerősök ajánlották a helyet. Amikor beléptem és körbenéztem, rögtön otthon éreztem magamat. Nagyon fontos, hogy tápláljuk az embereket, ne csak etessük őket. Remélem, olyan magokat ültethetünk el, amelyek majd kicsiráznak. Nagyon megragadt bennem, amit Kati mutatott az egyik első nap. Egy táblázat egy szakkönyvből. 100 gr hagyományosan vegyszeresen természetett saláta vastartalma 9, a bioé 516 (!) egység. De a spenót, amiről azt hittük, hogy jó sok vasat tartalmaz



Balról jobbra: Kati, Eszti, Ágota, Nikó, Erika

az igazi tévedés, a hagyományos vegyszeres spenót 49 egységnyi vasat tartalmaz, amíg a bio 1582-t! A paradicsom vastartalma hasonlóan megdöbbentő, a hagyományos 1 amíg a bio természetű 1938...

Kati mondja: A jó minőséget onnan lehet felismerni, hogy nem leszel hamar éhes, hogy nem fáj a hasad utána, és jól érzed magad. Fontos, hogy biztosan vegyszermentesen termeljenek mindent, amit mi megveszünk. Az itteni tevékenységünk együtt jár egy háttérmunkával is: megtalálni a megfelelő termelőt, akivel hosszú távon tudunk együttműködni, aminek a minőség mellett az is része, hogy megtaláljuk a mindkettőnknek jó árat, nekik megérje dolgozni, mi olyan áron tudjuk továbbadni, amit lehetőleg sokan meg tudnak fizetni. Ezen túl fontos a jó emberi kapcsolat, nekem nem mindegy, hogy milyen ember az, aki számunkra vet, öntöz és begyűjt. Lehet, hogy furán hangzik, de minél jobban ismerni akarjuk a hozzánk kerülő növények életútját, milyen tápanyagot és energiákat hordoznak. Zárájban jegyzem meg, pont ugyanilyen fontos, hogy aki nálunk elkészíti az ételt, örömmel, alkotási vágyból tegye, és tartson lépést az új ismeretekkel, tudjon mindent arról, amit készít, hogyan hat, mit ad. A többi termékbeszállítóval is ugyanez a helyzet, fontos, hogy hazai, jó minőség legyen, hogy az ásványvíz üvegben legyen, a sör és a bor meggyőződéses és minőségre törekvő kezekből kerüljön ki, hazai készítőktől. Sajnos bio üdítőket, gyümölcsleveket nem találtam hazait.

Erika mondja: A minőség megtalálása mindig időigényes, így például két hónapig kerestük a szendvicseinkhez a legjobb ciabattát készítő péket és adalékanyag-mentes, termelői sonkát. A kávé bio, a tej bio, de a szendvicsekhez is biovaját használunk, aminek például kilója 3000 forint, de az olajat, amivel főzünk, azt is hasonló áron szerezzük be, szerin-

tem a legjobb. A nálunk készült házi limonádéba kizárólag kezeletlen citromot teszünk, és a belekerülő szörpök házi készítésűek, többségét mi csináljuk. Folyamatosan adaptálódunk a vendégeink igényeihez. Van egy úr, aki imádja a rizskochot, ami először az ő kedvéért készült. Egyre több speciális igényű, erre-arra érzékeny vendégünk van, így szép lassan abbahagytuk a liszt, és a tej használatát, ezért mára már csak gluténmentes növényi lisztekkel főzünk és kókusztejjel habarunk.

Kati mondja: A megfelelő hús és tojás beszerzése különlegesen nehéz feladat, megtalálni azokat az állattartókat, akik méltó módon bánnak azokkal az állatokkal, akiket végül mi itt elfogyasztunk. Meggyőződés, hogy az állat minden rezgése átjön a tányérunkon levő hússzeletre – bár Nikóék biztosak abban, hogy az ő kezük ezen sokat javít.

Nálunk sokféle táplálkozású ember tud együtt enni ugyanannál az asztalnál, vannak húsos, húsmentes, végán, gluténmentes és nyers ételeink. Összesen ötféle, egy ilyen kis helyen!

Reggel 7-kor nyitunk, ehhez fél 7-kor kell beérjünk, hogy a kávéfőző bemelegedjen, az első szendvicsek elkészüljenek, kikerüljenek a pultra a sütemények. Feszés a reggeli táncrend, utána készülünk az ebédhez, amit szeptembertől már 11 órára el szeretnénk készíteni, ismét a környezetünk igényére reagálva. Ebéd után a szakácsok elmennek kicsit pihenni, bevásárolni, aztán jön a másnapra való felkészülés, a műhelymunka, új ételek fejlesztése, kipróbálása, amit együtt szoktunk csinálni. (Ha valakinek van ötlete, örömmel látjuk Facebook oldalunkon.)

Eszti mondja: Látom, hogy nagyon szeretik az emberek az édességeket. Sok étel-érzékeny vendég talál meg minket. Nálunk mindig lehet kapni glutén- és cukormentes süteményt, és persze a hagyományosakat is elkészítjük az elérhető legjobb alap-

anyagokból. Nagyon szeretek édességeket készíteni. Öt év múltára olyan süteményparkot szeretnék felfuttatni, hogy mindenkinek a Báthori Ételműhely jusson az eszébe, ha egészséges édességre, finom házi szörpre, vagy egy jó bio kávéra vágyódik.

Nikó mondja: Az én műhelymunkámat bővítve öt év múltára lehetnének receptes füzetkéink, amikben helyet kapnának a kipróbált ételeink, mint a közönség-kedvenc Báthori borscs, a szaloncukorleves, a zellerfasirt és a tonhalas quiche. A közösségi teret „Látványépesség-fazekassággal” szeretném kiszélesíteni, ahol az agyag az úr: „Tartalomhoz a forma”.

Kati mondja: A bio-termesztők a növényekkel dolgozva gyakran nem találják a saját piacukat, ezért őket támogatandó szeretnénk egy picurka bio-zöldesboltot, amihez talán van még kicsi helyünk. Aztán szeretnénk pincekapcsolatot is, hogy a lányok kézműves álma megvalósulhasson, és legyen a vendégeinknek is több tere elkülönülni. Alattunk üresen tátongnak a pincék. Itt tudnánk tárolni a termelőik termékeit is.

Remélem, valaki létrehozza azt a tyúkfarmot, ahol szabadon mozognak, élnek, kápirgálnak és tojnak nekünk a tyúkok. A jó tojás nagyon fontos. És jó tojást csak egy boldog tyúk tud tojni, valahol mi is ilyen „boldog tyúkokcák” vagyunk valójában.

[A riporter szeretett volna megtudni valamit az üzleti vonatkozásokról. Annyit árultak el, hogy van üzleti teroük, és a bevételük szépen emelkednek. De az kicsúszott egyikük száján, hogy legszívesebben ingyen adnák az ételt. – Mire e sorok megjelennek, Ágota már visszavért a tanításhoz.] ●



Pótlás. Augusztusi számunkban Simplissimus figyelmetlenségéből kimaradt a fenti kép, amelyre Lelkesember vendégcikkében utalt. Ezennel pótoljuk.