



SZÖVEG –
BOGNÁR MÁRIA

SOROZAT –
ZÖLD MOZAIK

1



Baglyok ihlette zajcsökkentés

A baglyok szárnyának jellegzetességeit vették alapul a szélturbinák és repülőgépek hajtóművei által kibocsátott zaj mérsékléséhez kínai kutatók. A baglyok ugyanis repülés közben mintegy 18 decibellel kisebb zajt keltenek, mint más, azonos sebességgel repülő madarak. Az éjszakai ragadozó baglyok szárnyuk alakját is meg tudják változtatni, hogy zsákmányuk elejtése után is hasonlóan repülhessenek. A kínai tudósok ezen példa alapján dolgozták ki a szélturbinák jóval csendesebb rotorjainak és lapátkerekeinek modelljét. A kutatók szoftveres modellekkel elemezték a turbinák különféle szárnytípusait, majd a baglyok szárnyát idéző lapátkerekekkel és turbinákkal is elvégezték a számításokat. Arra jutottak, hogy ha a szárnyak hátsó élénél hatékonyabbá teszik a levegő áramlását, jelentősen mérsékelni lehet a kibocsátott zajt. Ez az új fejlesztés jelentősen csökkentheti a zajszennyezést, ami valós probléma, a szélturbinák hangja ugyanis éjszaka sokkal jobban hallható, és sokaknak alvászavart okoz.

ZÖLD mozaik

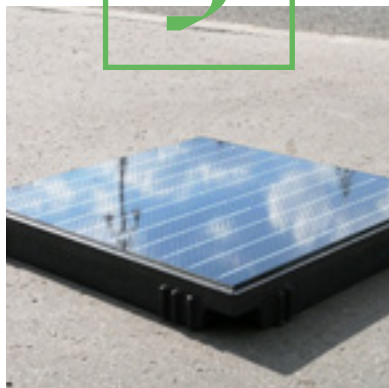
Alig van érintetlen tengerpart

A világ tengerparti ökoszisztémáinak ma már csupán 15 százaléka érintetlen. Tudósok műholdas adatokat elemezve arra jutottak, hogy már 2013-ban is alig akadt olyan partszakasz, ahol a halászat és a bányászat nem volt jelen (a legfrissebb adat ebből az évből származik). Az érintetlen tájak legnagyobb része Kanadában található, amelyet Oroszország, Grönland, Chile, Ausztrália és az USA követ. Lakott szigeteken már nagyon kevés az érintetlen terület, és jelentős a károsodás. Az emberi tevékenység különösen a tengeri füveket, a szavannákat és a korallzátonyokat magában foglaló partokat érinti.

2



3



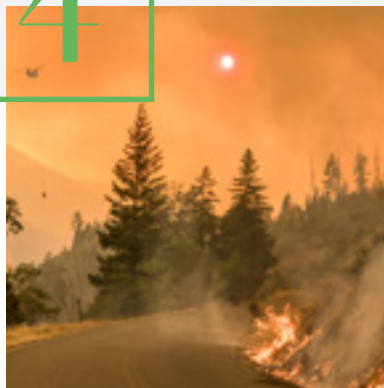
Napelemes járda

Egy magyar találmánynak, a napelemes járdának köszönhetően tiszta energia használható fel ott is, ahol más energiaforrások nem állnak rendelkezésre. A solarjárda a hagyományos napelemes rendszerhez hasonlóan a Napból beérkező sugarakat gyűjti be, a hagyományos napelemekhez képest azonban a cellákat nagy teherbírású csúszásmentes, karcolás- és ütészálló üveglapok védik. A biztonságos és tartós megoldás érdekében a teherbírást és a kábelek védelmét masszív, műanyag hulladékból előállított vázszerkezet biztosítja. Egy napelemegység 20 watt energiát nyújt, ami a fejlesztők szerint 20-30 négyzetméteren már elegendő energiát tud generálni egy átlagos magyar háztartás ellátásához.

Egyre több a szélsőséges erdőtűz

Az évszázad végéig a korábbiaknál szélsőségebb erdőtűzeket idézhet elő a globális felmelegedés és a földhasználat változása. A kutatók arra figyelmeztetnek, hogy azokban a térségekben is fellobbanhatnak erdőtűzek, ahol ez eddig nem volt jellemző, például az Északi-sarkvidéken. A hetekig is elhúzódó nagy tűzek hosszabb ideig tartanak majd ott, ahol korábban is előfordultak. Ma már a távoli északi vidékeken kiszáradó tőzegmezőkön és a felolvadó permafroszton is fellángolnak a tűzek. A kutatók tanulmánya szerint 2030-ra akár 14 százalékkal is emelkedhet a szélsőséges erdőtűzek előfordulása a 2010–2020-as időszakhoz képest, a növekedés 2050-re 30 százalékos is lehet, az évszázad végére pedig elérheti az 50 százalékot. A tudósok mostani jelentése a szélsőséges tűzek előrejelzését tartalmazta, de arra számítanak, hogy a népesség növekedése és a földhasználat változása a kisebb erdőtűzek számát is megemeli majd. Ez jelentős hatással lehet az éghajlat változására, mert tovább növeli a légkörbe kerülő szén-dioxidot.

4



5



Magyar elektromos kamion

Forgalomba állt Magyarország első e-meghajtású konténerszállító kamionja. A környezetkímélő járművel konténeres áruk vasúti-közúti szállításának teljesen karbonsemleges (CO₂-kibocsátás nélküli) formája vált lehetővé. Az e-kamion teljes terheltséggel 200 kilométer megtételére képes. A szállítóeszköz fedélzeti töltőberendezése 5 óra alatt tölti fel az akkumulátorokat. Ez az idő gyorstöltéssel 2 órára mérsékelhető. Az e-kamion nemcsak környezetkímélő, de csökkenti a zajkibocsátást is: hangtalanul indul, nem ad ki motorhangot, és indulás után is csak egy halk, trolihoz hasonló hangot lehet menetzajként érzékelni.



Gyógyszermaradványok a folyókban

A környezetre és az egészségünkre egyaránt veszélyesek lehetnek a világszerte a folyókban található gyógyszermaradványok. Kutatók a Temzétől az Amazonasig 258 folyó több mint ezer pontján vettek mintákat, és a vizsgált folyószakaszok negyedében bukkantak potenciálisan mérgező mennyiségben gyógyszerészarmazékokra és egyéb emberi fogyasztásból származó vegyületekre.

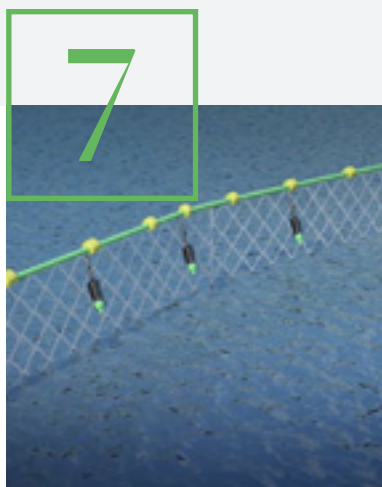
Az eredmények azt mutatták, hogy Pakisztán, Bolívia és Etiópia folyói a legszennyezettebbek, míg Izland, Norvégia és az Amazonas vidékének folyói a legtisztábbak. A tudósok 61 gyógyszer hatóanyagát és az emberi életmódhoz kapcsolódó vegyületeket találtak az elemzések során. A nikotin, a koffein és a paracetamol mindenhol, még az Antarktison is felbukkant, de találtak bétablokkolókat, antibiotikumokat, antidepresszánsokat, altatókat, antihisztaminokat is. Arra hívták fel a figyelmet, hogy a szennyezés az édesvízi élőhelyek és az élővilág veszélyeztetése mellett hozzájárulhat az antibiotikumokkal szembeni rezisztencia kialakulásához, és késlelteti a vízminőség javítását célzó globális célok megvalósítását is.

Hasonló vizsgálatokat végeztek magyar kutatók a Balatonban és vízgyűjtő területén, górcső alá véve az emberi gyógyszermaradványok vízi ökoszisztémára gyakorolt hatását. Megállapították, hogy az emberi eredetű szennyezések átlagosak (a világ többi részéhez képest): bár az emberre nem veszélyesek, de a környezetben mérhető hormonkoncentrációk a gerinctelen élőlényeknél okozhatnak elváltozásokat. Ezt támasztották alá a nagy mocsári csigán és a nagy vízibólyán elvégzett vizsgálatok is.

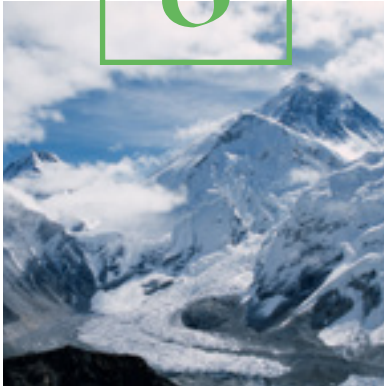
Zölden világító halászhálók

Zölden világító halászhálók segíthetnek elkerülni a jövőben, hogy az eresztőhálókon fennakadjanak azok a cápák, ráják és tengeri teknősök, amelyeket a halászat során nem kívánnak kifogni.

Napjainkban ez az ún. járulékos fogás teszi ki a világ halászatának 40 százalékát, 38 millió tonnát. A kutatók összevetették a hagyományos és a zölden világító hálókat: az utóbbiak használata esetén 63 százalékkal kevesebb volt a járulékos fogás. A fénylő halászhálókkal hozzájárulhatnának a kihalással fenyegetett fajok védelméhez, ugyanakkor a LED-világítás meglehetősen drága, amit a halászok, különösen a fejlődő országokban nem igazán engedhetnek meg maguknak. Tudósok most olyan napenergia által táplált világítással próbálkoznak, amely 30 perces napfényfelvétel után 1 hétig lenne képes működni. Az új technológiára nagy szükség lenne, mert a járulékos fogás számos faj kihalását okozhatja, a zöld hálót a Természetvédelmi Világalap (WWF) is ígéretesnek tartja.



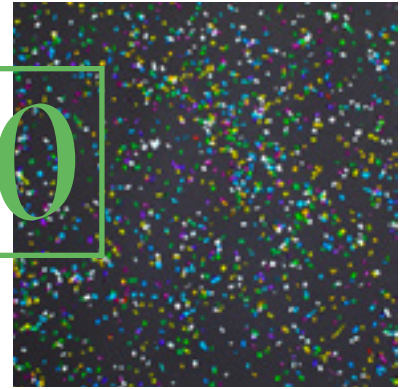
8



Gyorsan fogy a Mount Everest legmagasabb gleccsere

A Mount Everest legmagasabban fekvő gleccsere egy új tanulmány szerint több mint 54 métert veszített vastagságából az elmúlt 25 évben. A közel 7900 méter magasságban elterülő Déli-nyereggleccser így nyolcvanszor gyorsabban vékonyodik, mint amennyi idő alatt jég képződik a felszínén. A jelenséget a tudósok az emelkedő hőmérséklettel és az erős szelekkel magyarázzák. A kutatók megállapításai szerint az 1900-as években kezdett eltűnni az a jég, amely közel 2000 év alatt képződött, és a gleccsert borító vastag hótakaró is megkopott, ami az alatta elhelyezkedő sötét jeget kitette a napsütésnek, tovább gyorsítva az olvadást. Ha a régió és a világ más jégfolyamai is hasonlóan viselkednek, azzal jelentősen csökkenhet az ivóvízadó képességük is, ami komoly probléma, hiszen a Himalája gleccserei emberek millióinak ivóvizét biztosítják.

10



Mikroműanyagok szerteszét

Meghökkenítő eredményt hozott egy francia kutatócsoport vizsgálódása: megállapították, hogy a mikroműanyagok már nagy magasságban, a Föld sztratoszférájában is keringenek, ahová a szelek útján kerülnek. A kutatók 2877 méter tengerszint feletti magasságban, a francia Pireneusokban hetente 10 ezer köbméter levegőt vizsgáltak meg. Azt tapasztalták, hogy az összes mintában jelen voltak ezek az apró, 5 milliméternél kisebb műanyagtröredékek. Időjárási adatok alapján azt is megállapították, hogy a szennyezett légtömegek egy része Észak-Afrikából és Észak-Amerikából érkezett, de találtak a Földközi-tengerből és az Atlanti-óceánból származó mikroműanyagot is. A kutatók szerint az, hogy a műanyagtröredék az óceánból nagy magasságokba jut, azt jelzi, hogy végtelen „körtáncot” jár.

Noha a francia obszervatóriumban gyűjtött minták műanyagmennyisége egészségi kockázatot nem jelent, a tudósok meglepítették, hogy az apró részecskéket az emberek könnyen belélegezhetik.

Napelemek újrahasznosítása

Újrahasznosíthatóvá válnak életciklusuk lejártá után a napelemek egy francia cég ipari megoldásának köszönhetően. Az innovatív eljárás alapja a pirolízis, amely a fémeket és a cellákat az anyagok tisztaságának megőrzésével választja szét. A kémiai eljárás során hó segítségével különítik el a nagy tisztaságú szilíciumot és más fémeket, amelyek a fotovoltaikus napelemcellák gyártásakor, illetve a napelempanelék életciklusának végén elvesznének.

9





SZÖVEG –
AYHAN GÖKGHAN

KÉP –
PÁCZAI TAMÁS

A mentális állapotunk attól is függ, mit eszünk

A nagyszerű *Babramegy* című blog szerzője, *Vida Kata* pszichológus és blogger a növényalapú táplálkozás elkötelezett híve. Az étkezés mentális egészségünkre gyakorolt hatásáról, a főzés izgalmassá tételéről, furfangos praktikákról és egyéb érdekességekről beszélgettünk vele.

- ♦ **Hosszú ideje vezeti a Babramegy című gasztroblogot. Honnan sikerült hova eljutnia, mire a legbüszkébb?**
 - Habár az anyukám nagyon szeret főzni és nagyon jól is főz, nem nagyon tanított meg engem a konyhai fortélyokra, úgyhogy úgy kerültem egyetem alatt kollégiumba, hogy tészta sem tudtam főzni. Amikor kezdtem bejőnni, akkor pár másik lelkes emberrel elkezdtünk közösen írni egy blogot, hogy hogyan lehet viszonylag kevés pénzből, kollégiumi körülmények között, piacra járva zöldségekből jókat főzni, kicsit meghaladva a melegszendvics, pizza, rántotta szentháromságot. Amikorra befejeztem az egyetemet, és kikerültem a koliból, már nagyon megszerettem a főzést, ekkor merült fel bennem, hogy elkezdem a saját blogomat. 10 éve írom a Babramegyet. A legbüszkébb a tavaly megjelent első, saját szakácskönyvemre, az *Idei, hazai zöldre* vagyok.
- ♦ **Kik voltak a mesterei, szellemi tanácsadói, elsősorban mit sajátított el a nagyoktól?**
 - Mivel internetről tanultam meg főzni, a „tanítóim” is az online világból vannak. Három nagy inspirálóm van a mai napig: *Mautner Zsófi* (Chili és Vanília), mert soha nem ad ki a kezéből olyat, ami nem tökéletes, *Yotam Ottolenghi*, mert kiapadhatatlan a kreativitása és *Samir Nosrat*, mert hiteles és szerethető.





– Végzettsége szerint pszichológus. Befolyásolja a közérzetünket, lelki állapotunkat, mit és hogyan eszünk?

– A táplálkozáspszichológia eredményei szerint a minél kevesebb ipari feldolgozású élelmiszer és finomított cukor fogyasztása, valamint a magas zöldség–gyümölcs-bevitel, a teljes kiőrlésű gabonák, hüvelyesek és olajos magvak fogyasztása, a nem túl magas húsbevitel biztosítja az egészséges bélflórát, és ezzel összefüggésben a mentális egészséget. Ezzel szemben a tipikus nyugati étrend, a telített zsírsavak, a finomított szénhidrátok és a feldolgozott ételek túlzott bevitelével rosszabb mentális egészségi mutatókkal jár együtt. Nem létezik egyetlen olyan kutatási eredmény sem, amely szerint ez a fajta nyugati étrend a jó mentális egészséggel függne össze. Akik nagyobb arányban fogyasztanak friss zöldséget és gyümölcsöt, azok kevesebb mentális zavarral

küzdnek, ideértve a depressziót, a megélt stresszt és a negatív hangulatot, valamint magasabb arányban számolnak be boldogságról, jó hangulatról és az élettel való elégedettségről. A zöldség–gyümölcs-bevitel és a mentális egészség közötti összefüggés ráadásul dózisfüggőnek tűnik, tehát minél magasabb a bevitel, annál jobb mentális egészségről számolnak be a vizsgálati személyek.

– És hogy látja, a növényi alapú táplálkozás szélesebb körű elterjedése évtizedeken belül hozhat annyira radikális változást, hogy kiszorítsa a húsfogyasztást?

– A húsfogyasztást elsősorban a klímaváltozás fogja kiszorítani, egyre nagyobb teret nyerne majd a különböző műhús készítmények, legyen szó növényi alapú fehérjéből készült élelmiszerekről vagy sejtalapú húsként ismert helyettesítőkről. Már most látszik ezeknek a készítményeknek az előretörése, és az is, ahogy a nagy



A gyárakban még 100 évvel ezelőtt is

megállt az élet az ebédidő másfél órájára, a teljes termelést megállították, amíg mindenki megebédelt.

húsipari vállalatok már ezekbe a termékekbe fektetnek bele. Az, hogy ez jó lesz-e nekünk és a bolygónak, majd az idő dönti el. Ha optimista akarok lenni, akkor azt gondolom, hogy ez majd felszámolja a tarthatatlan ipari állattartást, ha pesszimista, akkor meg azt, hogy ez is csak egy újabb iparilag előállított tömegtermék, ami egyáltalán nem biztos, hogy egészségesebb vagy fenntarthatóbb lesz. Egy biztos: jelenleg sajnos kiváltság nem iparilag feldolgozott és növényfókuszú étrendet tartani, és az lenne a jó, ha ez tömegek számára lenne elérhető.

– Régen a családok életében az ebédlőasztal közösségteremtő erővel bírt, ma egyre kevesebb idő jut a közös étkezésre. Látja ennek a hatását?

– Abszolút! Az egyik legnagyobb társadalmi változásnak tartom az étkezés kapcsán, hogy kevesebb időt fordítunk rá, mint valaha a történelem folyamán. Ma mindennapi élményünk, hogy nincs időnk napközben enni, nincs időnk az egyik alapvető létfenntartó tevékenységünkre – gondoljunk bele, hogy ez micsoda örület! Még 100 évvel ezelőtt sem volt így, a gyárakban az ebédidő másfél órájára megállt az élet, a teljes termelést leállították, amíg mindenki megebédelt. Ehhez képest ma nemhogy másfél órára, de órák ebédszünete sincs szinte senkinek (még a gyerekeinknek is csak negyed órájuk van enni az iskolában), szerintem ez egy rettenetes eredménye a későmodern kapitalista társadalmi berendezkedésnek.

– Vannak, akik nem képesek elszakadni nagyanyáik szocialista-realista konyhájától, szakítani a panírozás-rántás-habarás áldatlan szentháromásával. Nekik mit tanácsol, hogyan tegyék meg az első lépést az egészségesebb táplálkozás felé?

– Nehéz dolog a szokások átalakítása, mindenképpen érdemes apró és örömteli lépésekkel kezdeni. Ha szeretnénk több zöldséget és gyümölcsöt fogyasztani, akkor válasszunk olyan zöldséget, gyümölcsöt, amit igazán szeretünk (mindenkinek van legalább egy-kettő), és azokkal kísérletezzünk először; válasszunk mindenféle színű, formájú zöldséget (sárga cékla, lila répa), minél színesebb és játékosabb, annál több örömet fog okozni; és először csak a kedvenc ételünk köretét változtassuk valami másra, például a krumplipürét. Nem kell a teljes menüt azonnal lecserélni, tartós viselkedésváltozást csak apró lépéseken és az örömmön keresztül lehet elérni.

– A legegyszerűbb alapanyagokból is varázsolhatunk?

– Szinte minden zöldséggel csodát művel, ha főzés helyett a sütőben készítjük el őket, és hagyjuk, hogy illatosan, enyhén karamellizálódjanak. A répa, cékla, zeller, paszternák, édesburgonya, csicsóka, sütőtök, kelbimbó, kelkáposzta, karfiol, sőt még a gombák is új arcukat mutatják a sütőben sülvé. Mindig élvezetesebbé tesz egy ételt, ha nemcsak különböző ízekkel, hanem különböző textúrákkal is találkozunk benne. Legyen valami krémes, valami ropogós, valami harsány, legyenek nagyobb darabra vágott összetevők és kisebb falatok.

– Elárulja, melyik a kedvenc termelői piaca, és miért?

– Elfogult vagyok a Hunyadi téri termelői piaccal, mert itt lakom a téren. Télen heti egyszer, nyáron mindennap idejárom.

– A gasztrobloggerségben van további perspektíva?

– Abban mindig van lehetőség, ha valaki felszabadultan tud arról írni, ami érdekli, nem azért, mert éppen trendi vagy kattintáscsalogató. Állítólag Kassák Lajos mondta, hogy „A művészetnek nem célja, hanem oka van”, szerintem ez igaz minden alkotásra. ♦



DIEGO[®]



ÉPÜLETGÉPÉSZETI AUTOMATIKA

ELZETT
Alapítva 1919

MENTAVILL
VILLAMOSSÁGI SZAKÜZLETEK

RS
BÚTOR
www.rs.hu



A **DIEGO** jól csengő magyar márkánév, mely elsősorban padlóburkolatairól ismert. A laminált és vízálló padló mellett a termékínálatban megtalálható a szőnyeg, padlószőnyeg, műfű, a lakástextiltermékek, valamint a tapéta is. A dinamikus fejlődő üzlet-hálózat mára nemzetközi franchise-hálózattá nőtte ki magát, hazánk mellett Romániában és Szlovákiában több mint 160 áruház várja a vásárlókat. Az idén 30 éves DIEGO a kerek évfordulót rendezvénysorozattal és országos nyereményjáték-promócióval fogja megünnepelni.



Az **ELCON ELECTRONIC** ismert márka az épületgépészeti automatizálás, a fűtés-, hűtés-, klímatechnika-vezérlési rendszerek tervezése, gyártása, forgalmazása terén. A 31 éves múltra visszatekintő Társaság nemrégiben saját irodaházat vásárolt Biatorbágyon, így az új telephelyen még gördülékenyebb lehet Partnereik kiszolgálása.



Az **ELZETT** márkanév erős ismertséggel bír a magyar fogyasztók körében, de megújulásra a legismertebbeknek is szükségük van. 2019-ben a márkamegújítás központi kérdése az Elzett logó újragondolása volt. Az új logóban látható zárat a gyár alapítójának és a márka névadójának, László Zoltánnak a monogramja ihlette.



A **MENTAVILL** áru kínálatában megtalálható minden, amire a villanszerelőknek, kivitelező cégeknek és a lakossági vásárlóknak a villamossággal kapcsolatban szükségük lehet. A nagykereskedelmi tevékenység mellett Magyarországon már harminckét, Erdélyben három saját tulajdonú villamossági szaküzlettel rendelkeznek, melyekben széles választékú lámpakínálattal is várják a vásárlókat.



Az **RS BÚTOR** a magyar bútorgyártás kiemelkedő képviselője. A márka fejlődését mutatja, hogy több vidéki városban megjelentek RS bútoráruházak, valamint a MediaMarkt konyhabútor-kínálatát is a cég biztosítja.



SZÖVEG –
BOGOS ZSUZSANNA

SOROZAT –
VÉGY EGY RÉGI RECEPTE!

MIKOR VAN EBÉDIDŐ?

A déli harangzó sokáig azt is jelezte: ideje asztalhoz ülni. Noha ma már kevésbé hat parancsolóan, amikor tizenkettőt üt az óra, az ebéidőt nagyjából ilyentájra tesszük. Pedig régen nem volt ez ennyire kőbe vésve. Vagy legalábbis nem úgy, ahogy gondoljuk.

◆ Az 1600-as évek közepéig az ebéd tulajdonképpen a délelőtti étkezést jelentette, ez 9-10 óra körül volt általában. A Szakács Tudományból úgy tudjuk, az erdélyi fejedelmi udvarban már hajnali ötkor nekikeztek a sürgés-forgásnak a konyhán, hiszen a lakoma elkészítése hosszú időbe telt. És komoly feladat volt annak elfogyasztása is. Az erdélyi főúr, Bethlen Miklós arról számol be *Önéletírásában* (1708–10), hogy vendégeivel legalább két órát eltöltött az asztal mellett ilyenkor. Ha pedig a vendégek belefeledkeztek a borozásba, még hosszabb ideig tartott a lakoma. Őszintén beismeri, ő sokszor unta magát ezeken az alkalmakon, és nem is tudott annyit enni, amennyit ilyenkor szokás volt. Ha a középkori lakomajelenetek filmes kliséjét képzeljük magunk elé, könnyen megérthetjük őt. Mint írja, már az első fogás „vastag étkeivel” úgy jól lakott, hogy a többiből legfeljebb felesége kedvéért csipegetett. És amíg a többiek ettek, ő olykor fél óráig is csak az asztalra könyökölve nézte vendégeit, és kínálgatta őket. De vajon mivel? És milyen volt az az éték, amivel már az elején jóllakott?

EBÉDMENÜ

Sajnos Bethlenéktől nem maradt fent ételsor (csupán néhány bötös ételét ismerjük), de egy felvidéki főúr segítségünkre siet. Egész pontosan annak sáfára, gazdaságának felügyelője. Az ő feljegyzéseiből tudjuk, hogy *Thurzó Szaniszló* és udvartartása a galgóczi várban 1603. január 28-án az alábbi ételsort láthatta maga előtt az asztalon ebédkor: tehénhús tormával, kappan metélt lével, borjúhús tiszta borssal, kappan borsporral, savanyú káposzta tehénhússal, báránypörkölt ecettel és hagymával, kuchreit, kappan gyümölcsös lével, lúd törött lével, csuka rántva,

Változatos húsfélékkel dolgoztak: marha, liba, kakas, bárány, csuka – és ez csak egy étkezés!

törött kappan, kocka fánk. A felsorolás inkább hosszú, mint izgalmas. Legalábbis első látásra. Jobban szemügyre véve, kiderül, hogy milyen változatos húsfélékkel dolgoztak, marha, liba, kakas, bárány, csuka – és ez csak egy étkezés! A húsk mellett szereplő mártások szintén sokfélék: borsos-boros kenyérmártás, almás-körtés gyümölcsmártás, és a téli évszaknak megfelelő, C-vitaminban gazdag savanyúkáposztás, valamint a vírusölő, gyomorjavító tulajdonságáról ismert tormás lé kísérté az általában szabad tűzön sült, és ettől füstölt aromájú sült húsokat. És akkor még a fűszereket meg sem néztük! Ekkoriban nem hiányozhatott a főúri étellekből a sáfrány, a gyömbér és a nádcukor jól eltalált aránya adta meg.

EBÉDLŐHÁZ

Apor Péter a 17. századi erdélyi szokásokra úgy emlékszik vissza, hogy elsőként a férfiak, majd az asszonyok és a lányok léptek be az étkezés színhelyére. A sort a hopmester vezette, saját magánál is hosszabb, ezüstös nádpálcával a kezében. A bevonulás után mindenki megmosta a kezét – ez a jelenet általában kimarad a mai filmekből –, a tisztálkodás után pedig asztali áldás következett. Csak ezután ültek le. A berendezést Udvarhelyszék főkapitányának, *Szentdemeteri Balasi Ferencnek* leltára alapján képzelhetjük magunk elé.





Eszerint az 1600-as években nála egy zöld asztal várta az éhes vendégsereget, amelyet fehér-tarka szőnyeg borított. A fal mellett körben nyolc darab, ugyancsak zöld színű pad volt és két karosszék, valamint még két szék. Az ebédlőben állt egy festett pohárszék, mellette egy fehér pad. További tartozéka volt az ebédlőháznak egy borsórlő (ekkoriban még drága fűszernek számított), egy borsszitáló szita, egy kis réz ételmelegítő, valamint egy pávalegyező. A pohárszék mellett egy fehér kis pad állt. A szobában négy ablak volt, a falon pedig egy óra és egy fogas. A főúri étkezéseket népes személyzet segítette. Az ételt asztalnokok, étékfogók hordták be a konyhárról. Számuk az udvar nagyságától függött (néhol akár harmincnál is többen dolgoztak, váltott műszakban), a nagyobb helyeken sorfalat állva a lakoma ünnepélyességét és a főúr tekintélyességét reprezentálták. Sőt, különleges alkalmakkor e tisztséget gyakran az előkelő nemesi familiárisok látták el. Az italokkal, valamint az ehhez tartozó ezüstdíszekkel külön személyzet foglalkozott: a pohárnok és a bortöltő.

A napi háromszori étkezés csak a 18. században terjedt el nálunk.

EBÉDIDŐ

Visszatérve az időzítéshez, Bethlen Miklóséknál az ebédet 11-kor tálalták. Náluk a vacsorára este 7 órakor került sor, és szintén meleg ételleket kínáltak ilyenkor. A 16–17. században ez volt a két főétkezés. Az általános egyébként a 10 órai ebéd és a 6 órai vacsora volt magyar nyelvterületen, de egy-két órás eltérések lehettek, családtól, udvartól függően. A napi háromszori étkezés, a reggelivel, csak a 18. században terjedt el nálunk. A parasztsághoz jutott el legkésőbb, így sok helyen ők egészen a huszadik század első feléig az első étkezéskor még meleg ételleket fogyasztottak. Igaz, nem olyan sokféléket, mint a fent említett főurak, náluk zsendice, pirítós növényi olajjal kenve, leves, főtt tojás, rántotta, kása vagy éppen korábbi maradt sült hús volt az ebéd ekkor. ♦



SZÖVEG –
VANYOVSZKI MÁRIA

A Salon
BUDAPEST

A NAGYMAMA PADLÁSÁTÓL LOS ANGELESIG

Reményi Éva, ékszertervező idén, nőnapon töltötte be a negyvenet, márkája, az Eva Remenyi idén 10 éves. Ékszerei ragyogását lényében is visszatükrözi a tervező.

♦ – **Milyen érzés betölteni a negyvenet?**

– Régóta volt egy olyan érzés bennem, hogy valahol 40 éves koromra fogok igazán beérni emberileg és szakmailag, ehhez nagyban hozzájárult, hogy anya lettem. Az anyasággal járó kreatív energiák mások; az ember sokkal befelé fordulóbbá válik; sok minden átértelmeződött bennem is. Még közelebb kerültem önmagamhoz.

– **Hogyan jelent ez meg a munkáidban?**

– Elég látványosan. Hanna születése után elindult egy változás, ami leginkább az ékszereknek a stílusában és formavilágában mutatkozott meg: egy sokkal természetközelibb, organikus irány felé indultam el. Érdekes, hogy amikor az egészet elkezdtem, 10 évvel ezelőtt, akkor is inkább a rusztikus, burjánzó, természetközeli formák jellemezték a munkáim. Ez olyan két-három évig tartott, majd elhagytam, és jött egy erős geometrikus pár év.

– **Hogyan indult, hogy ékszereket készíts?**

– Álmodozó, érzékeny lelkű, bíbelődős kislány voltam, aki leült egy doboz gyönggyel, és azt mazsolázta órákig. Nagyon szerettem énekelni és táncolni is. Fontos volt minden, ami művészet és kreativitás. Imádtam a természetet. Solymáron nőttem fel, ahol volt egy nagy kertünk, amiben órákat töltöttem. Az ékszerkészítés később talált rám, és teljes mértékben hobbiból indult. Terrakottából kezdtem nagy medálokat készíteni, festegetni, gyöngyöt fűztem, majd mindenféle egyéb anyagot felfedeztem. Miután elkezdtem amatőr vásárokbá járni, éreztem meg, hogy több is van ebben. Aztán később fölmentem a nagymamám padlására, aki mellettünk lakott. Egy ilyen igazi, régi, ódon padlást képzelj el, mindenféle izgalmas szerszámokkal. Ott találtam egy fadóbozban alumíniumlemezeket,

Kép: evaremenyi.com





”

Álmodozó, érzékeny lelkű, bíbelődős kislány voltam,

aki leült egy doboz gyönggyel,
és azt mazsolázta órákig.

amik még a dédnagyapámtól származtak, aki alumíniumgyárban dolgozott. Ezek valami hulladékok voltak, de engem teljesen elbűvöltek. Az alumínium puha, könnyen lehetett vagdosni, kalapálni; sokat kísérleteztem vele.

– Hol tanultál? Hogy lett ebből ilyen magas szintű tervezés?

– Reményi Katalin ötvösművész – aki egyébként csak névrokonom – akkoriban hirdetett egy ötvös alkotóműhelyt. Oda kezdtem járni egy héten egyszer, munka mellett. Kati egy fantasztikus személyiség, nagyon jól meg tudta mutatni a szakma szépségét, perspektíváit, és bátorított, hogy nekem ezzel foglalkoznom kell. A Práter utcai aranyműves képzés felnőtt oktatásában tanultam ki aztán az ötvösséget. 30 éves voltam, amikor befejeztem, innen datálódik a márka is.

– Mióta követem a munkásságod, folyamatosan benne vagy a kortárs dizájn körforgásban. A járványhelyzet időszaka rád hogyan hatott?

– A Hanna születésével elkezdődött váltásra a Covid ráerősített: a befelé fordulás, visszavágyódás a természethez, az organikus, tökéletlen formákhoz. Talán az ember sérülékenysége is visszatükröződik ebben. A Talisman kollekció első mintadarabjait én kezdtem hordani, és olyan jó érzés volt viselni őket. Azt éreztem, hogy bizonyos értelemben ezek az én védelmező talizmánjaim.

– Mi a tapasztalatod, a mai kultúrában milyen szerepe van az ékszereknek?

– Szerintem az ékszer egyre fontosabbá válik. Olyan két-három éve visszajött újra az arany és a hangsúlyos, statement darabok viselete. A nők egyfajta önkifejezésre használják. A klasszikusabb dolgok is egyre divatosabbak: a láncok, a karika fülbevaló, a vintage jellegű ékszerek.



– Tavaly ősszel nyitottátok meg a saját budai showroomot. Milyen volt az út odáig?

– A saját showroom egy megvalósult álom. Anno az egészet a nagymamám nyári konyhájában kezdtem, Solymáron. Eszméletlen jó dolgom volt, nagymamám hozta a kis reggeliket, kávékat; nagyon jól elvöltünk egymással. Egy idő után azonban éreztem, hogy a fejlődéshez lépni kell. A Logodi utcába költöztem, ott béreltem öt évig egy helyet, amit műhelynek és showroomnak is használtam.

– Kik voltak az első vevőid? Hogyan alakult azóta a vásárlói kör?

– Az első vásárlóim az ismerőseim voltak, akik a közösségi médiában találtak rám. Egy idő után több dizájnérzletbe is bekerültem. Mostanra a saját webshopunk a legfőbb értékesítési felület, ill. a Batthyány utcai showroomunk, ami egy tökéletes hely a személyes találkozásra. Tavaly nyáron csatlakoztunk egy nemzetközi retail platformhoz, a londoni üzletükben is kaphatóak az ékszereink, és

Kép: evaremenyi.com





hamarosan nyit a Los Angeles-i üzletük, ahova szintén jelentkezünk. Izgalmas, hogy oda bekerülünk-e.

- Többes számban fogalmazol. Kikből áll a csapat?

- Néhány évvel ezelőtt összeálltunk a férjemmel, Gerzsonnal. Korábban is sokat segített, de Hanna születése után egyre több mindent kezdett átvenni. Jól bevált a közös munka, két éve teljes állásban csinálja. Ő felel a külföldi értékesítésért, logisztikáért, beszerzésért, pénzügyi dolgokért, szóval minden, ami szervezés. Enyém a kreatív vonal: a tervezés, a mondanivaló, a fotózások, a közösségi média, az ügyfélkapcsolat, és persze a műhelyben vagyok sokat. Van két ötvös kolléganő, egy kampánymenedzser, külsős kollégák, egy londoni kapcsolat, aki a külföldi értékesítésben segít, és további bővítést tervezünk.

- Az anyaság és a kreativitás hogyan alakult benned?

- Mostanra alakult ki az a balansz, amire vágytam volna korábban is. A Covid-időszak nehéz volt, sok volt

a betegeskedés, gyakran volt zárva a bölcsi. Anyukám rengeteget segített, így tudtam ezt az egészet tető alá hozni. Szeptemberben Hanna 4 éves lesz, megy óvodába, mindez újabb változást hoz. Ő az anyatejjel szívja magába ezt a vállalkozó életformát meg az ötvösséget. Jelenleg ahol lakunk, fölöttünk van a műhely, ahol a lányok dolgoznak; folyamatosan jövünk, megyünk. Kíváncsi vagyok, milyen hatása lesz ennek az ő életére, bízom benne, hogy jó. Amikor csilingel a telefonon a shopify, hogy jött rendelés, akkor ő is csilingeli, hogy „Rendelés!”, és nagyon örül.

- A saját neved a márka neve, az Éva által benne van a nőiesség, ill. a női lét folyamatos változása. Egyértelmű volt a választás?

- Sokat lamentáltam, és EVE by Eva Reményi-ként vezettem be a márkát, majd a hosszúsága miatt váltottunk az Eva Remenyire. Szeretem, nemcsak mert ezzel élek már 40 éve (nevet), de mert van egy pozitív kicsengése is: mindig van remény arra, hogy jól legyünk, szépen alakuljanak a dolgaink. Benne van a dinamika, a megújulás, a fejlődés. ♦



SZÖVEG –
DÉR KATALIN klasszika-filológus

SOROZAT –
BIBLIA ÉS IRODALOM

Boldogság

”

Nézd a világot: annyi milliója,
s köztük valódi boldog oly kevés.

◆ E két sor Vörösmarty Mihály *A merengőhöz* című, szerelmének, Laurának címzett verséből való. Az ember, minden ember, boldog akar lenni, sőt, senki nem képes azt akarni, hogy boldogtalan legyen. Bármit képes nem akarni az ember, Istent is, sőt az életet is képes eldobni magától. Ám ezt az egyet, a boldogságot senki nem tudja nem akarni. Mégis a valódi boldog oly kevés. Pedig Istennek ez lenne a célja. Ez a Zsoltárkönyv első szava, ez Jézus nyilvánosan elhangzott első szava Máténál a Hegyi beszédben, ez az egész bibliai etika, a Tóra, a törvény célja, a boldogság. A bibliai etika nem merev valláserkölcsei szabályokat akar behajtani – ha ilyennek tűnik, csak azért van, mert emberek tették ilyenné az évszázadok során. De maga a bibliai etika a boldogság törvényét tanítja. Valóban törvényről beszélhetünk, mert a bibliai boldogság, noha sokban különbözik az emberi, világi boldogságfogalomtól, elsősorban mégis abban különbözik tőle, hogy törvénye van. Nem a véletlen szerencse dolga, nem kevés szerencsés kiváltsága, hanem demokratikus dolog, mindenki szert tehet rá, mindenki boldog lehet. És ez nem függ külső feltételektől, gazdagságtól, hírnévtől, hatalomtól, műveltségtől, de még az egészségtől sem, szenvedések közepette is lehetséges, mert a boldogság, a szó bibliai értelmében, egyedül attól függ, akar-e valaki Isten boldogságtörvényei szerint élni, vagy nem akar. Ennyi.

Jézus korát, a Kr. u. I. századi pogány világot a szenvedélyes boldogságkeresés jellemezte, akárcsak a mi korunkat. A pogány emberek ugyanazokban a dolgokban keresték a boldogságot, mint a maiak. Az egyik a pénz, a vagyont tekintette a legfőbb jónak, a másik az élvezetet. Virágzott a gyönyör- és bulikultusz, a gasztrokultusz, a mámor, a feledés kultúrája, a vágy elfeledni azt, amit a szív hajszálpontosan tud: hogy mindennek vége a halál. Halál és ítélet. Van azután, aki elismerésre vágyik, sikerre, hírnévre. Olyan is van, aki legalább szenvedéstől, gondoktól mentes életet szeretne, zavartalan nyugalmat.

Keresik, keresik a boldogságot az emberek, de nem lelik.

Mit tesz Jézus ezekkel az emberi boldogságképzelésekkel? Cáfolja, hogy a boldogság forrása ott lenne, ahol az emberek keresik, a gazdagságban, a gyönyörben, az elismerésben. Ez a dolog negatív oldala, Jézus, Isten kritikája az örök emberi boldogságképzelésekről. A pozitív oldal pedig Jézus vadonatúj tanítása a boldogságról. Először is azt mondja, a boldogság nem az imént felsorolt dolgokban, sőt még csak nem is egyes konkrét dolgokban van, mert a boldogság: történet, folyamat, út, amelyen az ember már a földön is járhat, és amely tökéletessé földi élete végén lesz. Ezért a boldogság forrása nincs sem belül az emberben, sem a rajta kívüli világban. Nincs az emberben, mert az első bűn óta az emberi természet annyira elferdült, meggyengült, hogy nem is tudja, mi az, ami valóban jó, a legfőbb jó neki. Az emberen kívüli világban sincs a boldogság, mivel a világ és minden, ami a világban van, mulandó, a világ javai elmúlnak, a valódi boldogságnál ellenben – persze nem a boldogság röpke érzéséről beszélünk – nem kell attól tartani, hogy elmúlik valamikor. Az igazi, vagyis fogalmilag értett boldogság nem lehet mulandó, nem lehet meg benne az elmúlás, a halál csírája. Ilyen boldogság pedig egyedül abban van, aki, ami örök, Istenben, Isten szavában, a neki való engedelmisségben. Ez az ember valódi java. Ha mindez így van, tanítja Jézus, akkor a boldogságra nem is lehet közvetlenül törekedni. Törekedni az igazságra és az igazságosságra lehet, a szeretetre, Isten szavának, akaratának megismerésére és megértésére. Röviden, a bibliai boldogság nem feltétlenül érzelem. Azoktól, akiket Jézus boldognak nevez, soha nem kérdezi meg, hogy vajon boldognak érzik-e magukat. Az persze nagyon jó, ha az ember közérzetében is megvan a boldogság érzése, a bibliai boldogság azonban alapvetően nem érzelem, hanem az az állapot, amikor Isten jelen van az ember életében, kommunikál vele, áldásaiban részesíti, és neki bűnt nem tulajdonít. ◆





Kisfiú portréja, 1655 körül. Ismeretlen művész fetménye Rembrandt van Rijn (1606–1669) németalföldi festő műve alapján