

# *Töklevessőtől a Bodagig*



*Töklecsőtől  
a Bodagig*

*Cigány ételek Szolnok környékéről*

# Köszöntő

*Az emberi közösségek és társadalmak kulturáltságának és fejlettségének egyik fokmérője, hogy hogyan bánik a velük együtt élő, és más kultúrát képviselő nemzetiségekkel. SZMJV Önkormányzata Integrációs Programjában deklarálta a befogadást, az integrációt és az esélyteremtést ténylegesen, és a helyi feltételeknek megfelelően, hatékonyan előmozdító megoldások mellett.*

*Az élhetőbb város kialakítását, és ennek részeként a társadalmi felzárkózás támogatását tartalmilag, időben, eszközrendszerében és erőforrásaiban összehangolt, szinergikus fejlesztési programokkal segítjük.*

*A lakossági szolgáltatások bővítése érdekében nem formális és informális közösségi-, és kulturális programokat támogatunk, melyek önkormányzati intézményrendszerre alapozott hatása a társadalmi befogadás és aktív közösségi részvétel erősödésében jelentkezik. Ezen programok körében kiemelt jelentőséggel bírnak a cigány/roma autentikus kultúrát és hagyományos ételeket bemutató szabadidős rendezvények.*

*A cigány/roma gasztro-kulturális örökség védelme és fennmaradásának támogatása egybeesik nemzeti érdekeinkkel. Az évek során felkutatott és a nagyközönség számára is bemutatott hagyományos receptúrák, alkalmazott konyhai praktikák, és a rendkívül változatos ízlésvilág a cigány/roma nemzetiség kultúrájának lényegi részét képezik. Az ételeken keresztül megismerhetők a cigány/roma nemzetiség történeti kialakulásának egyes állomásai, egyes történelmi időszakhoz fűződő túlélési technikái, de a gazdag fantáziavilág és a mindent átható vendég-, és ételszeretet is. Ezen városi programok kulturális kalandozásai életem egyik kedvenc élményei közé tartoznak. Tapasztalásaim közelebb vittek ezen összetett nyelvi-, és kulturális struktúrájú, érzelmileg gazdag nemzetiség mélyebb megismeréséhez.*

*Ugyanakkor az is elmondható, hogy nemzeti történelmünk legutóbbi 600 éve alatt a népi-, és népies kulturális örökségünk őrzőivé váltak. Sajátos nemzetiségi és társadalmi helyzetük közepette őrzik hagyományos értékeinket, őseink gondolkodásából és ízlésvilágából még ma számos értéket hordoznak.*

*A szebb és jobb jövő csak a közös történelmen alapuló örökség megőrzésével építhető. Emberi és erkölcsi kötelességünk minden eszközzel segíteni a velünk élő nemzetiségek kultúrájának átörökítését, identitásuk megőrzését. Ehhez elengedhetetlen a hagyományos értékek, szokások és tudás összegyűjtése illetve dokumentálása. A kulturális ismeretek és tudás összegyűjtése és közkincsé tételére elképzelhetetlen az azt birtokló idős generáció megbecsülése nélkül.*

*Ebbe az örökségvédelmi munkába Szolnok is belekezdett, amelynek egyik állomása a most kézben tartott kiadvány. A könyv forrásanyaga az élő térségi-, cigány/roma nemzetiségi konyhaművészetre támaszkodik, amely gazdagságával és izgalmas kreativitásával remélhetőleg megörvendeztet minden olvasót, és hozzájárul a cigányság befogadásának elmélyítéséhez.*

*Köszönetemet fejezem ki a könyv készítésében közreműködő valamennyi cigány/roma nemzetiségi családnak, és a szerkesztésben közreműködő szakembereknek!*

**Szalay Ferenc**

Szolnok MJV polgármestere

# Bevezető

**Kedves Olvasó!**

Szolnok Megye Jogú Város Önkormányzata Integrációs Munkacsoport megbízásából folytattam e nagyon izgalmas munkát. Szolnok városban és környékének autentikus cigány étkezési szokásait gyűjtöttem össze, hogy közkincsé lehessen tenni.

Két szempontból volt izgalmas a feladat. Az első – annak ellenére, hogy nagyon sokat publikáltam különböző újságokban – (kb. 200 írásom jelent meg) ez az első könyv ami kikerült a kezemből. Nagy várakozással tekintek a fogadtatás elé, hogy miként fogadják a cigány és nem cigány emberek a könyv tartalmát. A másik izgalmas témám annak feltárása, hogyan keveredik a múlt és a jelen a cigányok étkezési szokásaiban. Olyan könyvet szerettem volna írni, amiből nem hiányzik a bensőségesség, és a cigányokat összetartó évszázados erő, a kohézió. A gyűjtőmunka a mindennapokban rejlőt, a mindennapok félelmét mutatta meg: Mit együnk ma? Nem holnap, ma! Küzdelem a létért a családért. Nem az úgynevezett úri muzsikusi cigányok mai életmódjának, életvitelének leírása volt a célom, mert azt már sokan, sok kiadványban leírták. Ahhoz, hogy megismerjem a mai cigányság életmódját, ki kellett mennem családokhoz emberekkel beszélgetni. Bekopogtattam a szolnoki Tücsök és Hangya utca környékén élő emberekhez csak úgy spontán. Nem jelentkeztem be előre. Minden esetben szívélyes volt a fogadtatás. Ha bejelentkeztem, általában nagy család várt, jó ételekkel. Ha csak bekopogtattam, akkor is elém raktak éppen otthon talált finom falatokat. Volt ahol kipakolták a hűtőt.

Nem cigány emberként írtam meg ezt a könyvet, de nem volt nehéz azonosulni a kultúrával és az ételek jellegével. Tanítottam oktatóként sok cigány gyereket, voltak gyermekkori élményeim, és talán egy kicsit ez a személyes indíttatás tükröződik a könyvemben. Egyébként sem akartam néprajzi tanulmányt írni, nem is értek hozzá. Inkább arra kerestem a választ, hogy miért esznek úgy és annyit a cigányok, miért főznek úgy ahogy. Mert évszázadok során, genetikusan öröklődött bennük az éhségtől való félelem. Félelem attól, hogy nem lesz holnap mit enni. Ma már tisztában vagyok a romungró, oláh, beás kifejezésekkel. Mondják az oláh cigányok, hogy romungrók nem igazán cigányok. De voltam olyan családnál, ahol a feleség oláh cigány a férj magyar. Az öröklött szokások így keveredtek azzal, ami jellemzi a mai cigányok életmódját. Ennek ellenére szépen élnek. Kutatási területem főleg Szolnok, de Szolnok környéke is fontos volt, mert sokan áttelepültek Abonyba, Nagykörűbe a jobb megélhetés vagy családi okok miatt.

Köszönettel tartozom Szolnok Város Önkormányzatának és az Integrációs Bizottságának, hogy én írhattam meg ezt a könyvet.

**Csányi Sándor**

# A sors ajándéka

Talán igaz, hogy eredetünk és életünk Isten ajándéka és sorsunk előre meg van írva. E rézisek helytállóságát e helyütt nem vitatnám, de azt tapasztalatból tudom, hogy Mi emberek egymás életútjára bizton hatással vagyunk.

Életem egyik meghatározó momentuma volt, mikor felkérést kaptam SZMJV Önkormányzata Integrációs Programjának megvalósításában való közreműködésre, azon belül leginkább a cigány/roma nemzetiség társadalmi integrációjának szakértői segítségére. Tudásom és tapasztalásaim élénk érdeklődéssé álltak össze bennem az évek során a romológia szakirányú bölcsészettudományok iránt, melyet igyekszem társadalmi fejlődésünk szolgálatába állítani.

Azt gondolom, van valami sorsszerűség abban a hitvallásban és hivatásban melyet, büszkén vállalok. Melynek során igyekszem a kirekesztés minden formája ellen küzdeni, egy sokat szenvedett nemzeti kisebbség elfogadásában segédkezni, kulturális értékeinek fennmaradását támogatni.

Jelen gasztronómiai gyűjtés is egy ilyen törekvés, amely remélhetőleg a személyes élményeimhez hasonló tapasztaláshoz juttatja az olvasót.

A történetem, amely a sors ajándéka folytán boldogabb emlékeim része, gyermekkorom egyik nyári élménye. Izgalmas kutatási terület lehet, hogyan válnak tapasztalataink életünk és világnézetünk meghatározó elemévé.

Mint a legtöbb nyári szünidőt, ezt is a környékbeli srácokkal töltöttem a közeli grun-don. Persze ez nem a Pál utca fiúk féle romantikus fatelep volt, pusztán egy üres telek, amin szenvedélyünknek hódolva focikapukat állítottunk. Védjük is minden „betolakodóval” szemben, hiszen ez jelentette számunkra a világot.

A közelben volt egy másik hasonló telek, ahol gyakorta lovak legeltek, cigány családoké. Alig tudtunk róluk valamit, zárkózott, amolyan „maguknak való” embereknek tündek. A hasonló korú fiúk felnöttesebbek voltak nálunk, sokuk még nyáron is a férfiakra jellemző öltönyben, vagy mellényes ingben és kalapban jártak. A focinak nevezett „időpocsékolásban” csak kevesek és ritkán vettek részt.

Azon ritka esetek egyikén, mikor erre „kalandoztunk” és összemérhettük ügyességünket a focipályán, a sors a barátság magvát sodorta elélem. A tiszta és őszinte küzdelemtől kiszáradt a torkom, ami szomjazta a vizet. Két utcára laktam, ami futva néhány perc. De a kiesett fociidő, az mérhetetlen veszteségnek tűnt. „Gyere, igyál Nálunk!” Invitált egy érces hang. Az egyik cigányfiú volt, Jóska.

Agyam lázasan igyekezett feldolgozni a helyzetet. „Idegenektől nem fogadunk el semmit!” Hallottam lelki füleimmel a szülői intelmet. De hát nem idegen...., majd nem szomszédok és együtt játszunk, hát kicsit mások, de ..... Hogy háríthatnám el az invitálást? Követtem.

A lakásban zajlott az élet. Asszonyok, lányok tüsténkedtek, gondolom készült a vacsora. Számomra megszokott volt az ilyen családi élet. Abban a boldog időben még éltek nagyszüleim, akik 10 gyermeket neveltek fel. A családi összejövetelek és vasárnapi ebédek hasonló „olaszos” hangulatban teltek, amit a család nő tagjai szervíroztak számunkra. Ráadásul nagyapám lótulajdonos és fuvaros volt, akit ismertek és tiszteltek a környékeliek, köztük a cigány családok is. És viszont.

Zavart leginkább a jelenlévő bakfis lányok miatt éreztem, akik halk kuncogással méregettek. Megjelenésem mégsem tűrte az addigi rend felbomlását. Jóska édesanyja konstatalta, hogy inni jöttünk, de nem zökkent ki megkezdett foglalatosságából. Ő volt a „konyhafőnök”, ehhez kétség nem fért. Határozott mozdulatokkal végezte teendőjét, melyhez a lányok asszisztáltak. Néhány rövid instrukció elég volt, hogy mindenki tudja a dolgát.

Az étel már ott rotyogott lustán a természetes lábasban. Még szerencse, hogy közben koryolhattam a vizet, mert a kellemes illatoktól a nyálam összeszaladt a számban. Tudatom utasította érzékszerveimet, hogy azonosítsa az ételt. Persze ma már tudom, hogy férfi lévén az a gyomrom volt. Nem sikerült.

Valami lecsőszerű gazdag hagymás étel, benne füstölt oldalas vagy császár szalonna. Esetleg mind kettő. A női kreativitás és találékonyosság csúcsa, az illatok orgiája. „Mindjárt kész!” Konstatálta Margit néni. Esztek? Bökött felénk, ami inkább hangzott utasításnak, mind kérdésnek. Két kamasz fiútól ilyet kérdezni!?

A lányok mozdultak, és hipp-hopp két teríték volt az asztalon. Gyors merítés a tányérokra, és kanalazhattuk a mennyei finomságot. Már nem siettünk annyira vissza a focihoz, jól esett az anyai szeretetnek és gondoskodásnak ez a megnyilvánulása. Csak azt furcsálltam, hogy a lányok nem ülnek mellénk, de nem is torkoskodtak, mint Mi. Fura „vendégézés” kerített hatalmába, lelkeket azt sugallta, hogy valami titokba csöppentem.

Ma már tudom, hogy a lehető legnagyobb tisztesség ért akkor, amit cigány családnál elképzelni lehetséges. Az asztalukhoz ülni őszinte megtiszteltetés, étellel kínálás a bizalom és barátság legbiztosabb jele. Még gyermekként is megkaptam a férfiaknak kijáró tiszteletet, akikkel sajátos szabályaik szerint a nők nem ülhetek egy asztalhoz.

Éreztem, valami láthatatlan kapocs fonódott Jóska és köztem. Lelkemet áthatotta a családja által felém közvetített melegség és férfiúi büszkeség.

A gyermekkor gyorsan elszállt, vele a diákévek. Az alatt többször szembesültem emberiségével, bátor kiállásával. Igazi védelmezője volt a gyengébbeknek, igazságérzete soha sem hagyta cserben. Számát sem tudom, hányszor állt a gyerekes konfliktusokban a „magyar” srácok mellé, vagy csitította „sajátjai” jogos indulatát. Az általános iskola befejezésével útjaink elágaztak. Jóska járta saját útját, amit a társadalom és a kultúrája rá rótt. Fiatalon családot alapított, és becsülettel küzd jólétükért. Én igyekeztem őseim életét magam mögött hagyva, szüleim áldozatából „többet elérni”.

A sors csodája, hogy hosszú évekkel később életünk újra keresztezte egymást. Találkozásunkkor őszinte testvéri szeretet hatott át. Mondania sem kellett, Ő ugyanígy érzett. Beszélt helyettünk a csendes ölelés. Fontossá vált számomra. Kaptam Tőle és családjától valamit, amiből sokat tanultam a Tőlem különbözőnek tűnő emberekről, örömeikről, fájdalmaikról, és az ismeretlen megismerésének élményéből.

Hiszem, és remélem, hogy esetem nem egyedül. Cseppet sem szégyellni való az a nyitottság és őszinte érdeklődés, amelyet gyermeki naivitással megéltünk a másik kultúrája iránt. Ez a képesség mindnyájunkban ott lakozik, csak hinnünk kell és bízunk egymásban.

Mai világunk félelmeiktől és előítéletektől terhes. Történetem azért osztom meg, és ajánlom e kiadvány olvasóinak, hogy legalább gyermekeinket bátorítsuk környezetük és a más kultúrák megismerésére, neveljük őket nyitott emberré egy boldogabb, félelmetlő mentes világ érdekében.

A cigány/roma gasztronómia és kulináris élvezetek ehhez egy kiváló lehetőséget biztosítanak. A cigány ételek felfedezése során, számos nemzeti receptet és íz variációt ismerem fel, melyek egy része saját felmenőim sajátja is volt hajdan.

Újakat is kóstolhattam, de egy sem múlja felül a gyermekkoromban először megízlelt „hagymafőzeléket”, mely a mai napig a kedvencem.

Ez az örökség valamennyiünké, melyet az archaikus cigány/roma családok élénkebben és hűségesebben őriznek. Tudásukat hosszú évek óta teszik közkincsé, melyek a Szolnoki Gulyás Fesztiválon és Roma Hagyományörző Gasztró-kulturális rendezvényeken megtapasztalhatóak és kóstolhatóak, melyek kipróbálását mindenkinek szívből ajánlom.

*Vincze Lajos romológus  
SZMJVÖ Integrációs Munkacsoport elnöke*

## *Az első magyarországi cigány összeírás*

„Az első átfogó rendelkezéseket Mária Terézia, majd II. József hozta. Legfőbb törekvésük a vándorlás teljes felszámolása, a cigányság végleges letelepítése és polgárosítása volt. A királynő ennek érdekében 1773-ban, majd 1779-ben a cigányság összeírását célzó rendelkezéseket adott ki. Ennek nyomán – ugyan az ország nem minden vármegyéjében és ott is vonakodva – összeírták a cigányok jelentős részét. Főleg azokat sikerült számba venni, akik már letelepedtek. II. József 1783-ban megismételtette a cigányok népszámlálását, ekkor 30 241 főt írtak össze, a nők és a férjzett leányok kivételével. Több mint 100 évvel később, 1893-ban történt a következő, mindmáig legteljesebb cigány összeírás.

... A felvétel, ámbár a csavargási ügy rendezésének és a kóbor-czigányok letelepítésének kérdéséből indult ki, nem szorítkozott csupán a kóbor-czigányokra, hanem kiterjesztett a szoros értelemben vett Magyarország területén lakó összes cigányokra, minthogy éppen letelepedés szempontjából különböző kategóriájú cigányok viszonyainak egymással párhuzamba állítása nyújthatja a kérdés megoldásához a legbecsesebb tanulságokat. ...”

*Forrás: Dr. Jekelfalussy József miniszteri tanácsos, Magyar Statisztikai Közlemények, IX. Különböző kategóriájú cigányok viszonyának egymással párhuzamba állítása nyújthatna a kérdés megoldásához a legkevesebb tanulságokat. Dr. Jekelfalussy József miniszteri tanácsos részéről 1871-ben történt még próbálkozás a cigányság összeírására Kemény István vezetésével. Nagy tanúsága, hogy az évszázados – cigányokhoz fűződő foglalkozásokat az ipar, a fogyasztói szemlélet, a tömegtermelés elterjedése tette lehetetlenné. Egyre több lett a szakképzetlen segédmunkás vagy betanított munkás. Én úgy gondolom, hogy az utóbbi közel 40 évben minden kormány óriási erőfeszítéseket tett arra, hogy a cigányságot kiemelje és polgári-kispolgári életforma világába vezesse. Ami e könyv szempontjából és a cigányság továbbélése szempontjából is fontos, hogy a hagyományokat megtartsák.*

*Dr. Szuhai Péter: Amit a cigányokról tudni kell - A cigányok etnográfija*

## *Egy emlék*

Ma amikor a cigány szót meghalljuk, sok minden eszébe jut az embereknek. Vélemények, ellenvélemények, előítéletek, politikai hovatartozások sokasága, politikai csatározások napi témája az úgynevezett cigánykérdés. A választások idején pedig felerősödnek a különböző vélemények a cigányság helyzetével kapcsolatban. Természetesen én nem akarom politikai témává tenni a cigány gasztronómiát, egy jelentős népcsoport étkezési kultúráját. Nekem a gyerekkorom jut nagyon sokszor az eszembe.

Nem éltünk nagy lábon és ezért apám mindig kereste a lehetőségeket a megélhetésre. Minden fillér számított. Volt Abonyban egy cigány család, az apa nagyon becsületesen élt. Dolgozott, gyermekeket nevelt, élt-halt a családjáért. A lényeg az, hogy oda jártunk fodrászhoz. Gyszi bácsi – mert hogy így hívták a cigány fodrászt – 2 forintért nyírt meg. Nagyon egyszerűen, akkoriban úgy hívták csikósfrizurát kerekített nekem. Elöl kicsit hosszabb, hátul szinte teljesen kopasz. Felesége, Gizi néni terjedelmes aszszony volt, becsületes, tiszta, imádott főzni és természetesen enni is. Emlékszem, amikor apámmal mentünk nyíratkozni, már messziről érezni lehet Gizi néni főztiének illatát. Ahogy beléptünk a kissé elhanyagolt udvarra, már rosszul voltunk az éhségtől. Rántott hús, cigánykáposzta volt az asznapi menü. Gizi néni mindig megkínált bennünket. Máig próbálok felidézni Gizi néni cigánykáposztáját. Nagyon jól esett, soha nem merült fel bennünk, hogy cigányok asztalánál eszünk. Gyuri bácsinak három fia volt. A legidősebb a Rajkó zenekarral bejárta a fél világot, a legkisebb fia is zenével kereste a kenyerét, a Tisza Szállóban sok éven keresztül a főnöke voltam. A középső fiú szakmát tanult.

## Mami

Szolnokon közel tíz éve rendeznek cigány hagyományos étel főzőversenyt. Minden alkalommal engem kérnek fel, hogy bíráljam el az ételek minőségét, illetve állítsak fel egy rangsort. Az első évben félve indultam a rendezvényre, nem tudtam felmérni, hogyan fogadnak el a főző cigány családok. Mert főleg ők vettek részt, nagyon vártam, hogy egy magyar ember véleményére mennyire fognak majd adni, milyen mértékben hallgatnak rám? Nagy tanulság volt nekem már az első verseny is. Természetesen, ha tehetem, meghívásukra bár mikor részt veszek a versenyen, ugyanis nagy becsben tartják a véleményemet. A legfőbb gondom először is az volt, hogy korábban nem láttam cigány családokat autentikus ételeket főzni. Amint később elmélyedtem a különböző ételek elkészítésének módjaiban, rájöttem, – na meg beszélgetve a cigány háziasszonyokkal – hogy nem csak a nevekben van különbség a magyar és a cigány gasztronómia között. A Mamival, Gáspár Józsefnével (született Barna Margit) való beszélgetéseim során értettem meg először, hogy mi is a cigány gasztronómia sava-borsa. Nagy családról lévén szó, több generáció lakik egy lakásban. Szépen, tisztán berendezett lakásban találtam magam, ahol minden bútornak funkciója van, ízléses az elrendezés, kényelmes, lakható.

Nehezen indult a beszélgetés, úgy éreztem mintha a Mami nem akarna könnyen megválni a megtapasztalt titkaitól, egy élet adta tudásától. Végül csak sikerült elnyernem a bizalmát és igazi titkokra tettem szert. Elhalmoztam kérdésekkel: „cigány ünnepeken, családi ünnepeken mit főznek, hogy főznek, miben különbözik a megszokott mindennapoktól az ünnepi étel?”



Többen állították, hogy a Szolnok környékén élő cigány lakosság legnagyobb része katolikus, istenhívő ember. Nem mondhatok ellent az állításnak, mert a cigányoknál nagyon fontos ünnep a keresztlő. Gyermekeiket magyar állampolgárnak és magyar keresztyének nevelik. Fontossági sorrendben is az elsők között van a keresztlő megünneplése. A menü egyszerű – mint minden cigány ünnepen –, birkapörkölt, tyúklevés, töltött káposzta, néhány sütemény.

Természetesen a receptek között megtalálható a tyúklevés receptje, de ami talán a titok, illetve amivel a magyar háziasszony meglepve szembesülne, az az elkészítés módja. Hogy igaz vagy sem, nem jártam utána, de kitanak emellett, hogy ez az elkészítési mód csak Szolnok környékén honos. A Mami szerint egészben vagy kettévágva teszik fel hideg vízben a tyúkot főzni, csak sóval. Ha már nagyon háborog (forr), az első levet leöntik. Majd ismét felöntik hideg vízzel sózzák és gazdagon bezöldesgellik. Zöldség, répa, zeller, karalábé, vöröshagyma kerül bele. Ha nem öntik le a levét – mondják – koszos, véres lesz a leves. Még egyszer már nem forralják fel, csak nagyon lassú tűzön, sok órán keresztül lassan főzik. Szép átlátszó lesz a tyúklevés. Kézzel gyúrt tésztát főznek bele.

## Kedvenc nyúlörkölttem

Nem akarom kihagyni Gáspárné egyik kedvenc receptjét, amelyről azt állította, hogy a cigányság Szolnok környékén nem tud jobbat felmutatni. Elmondása szerint nagyon finom. Itt kell megjegyezni, hogy a látogatásaim során olyan tiszteletet kaptam, hogy cigány szokás szerint káposztával fogadtak. Nagyon nehezen tudtam rávenni a vendéglátókat, hogy olyan ételeket készítsenek, amelyeket csak ők tudnak. Sajnos a Mami kedvencét (a nyúlörköltet) sem sikerült elkészíteni, de olyan érdekesnek találtam, hogy közzé teszem. A nyúlörköltet úgy kell felrakni mint egy szokványos marha vagy birkaörköltet, csak száraz paprikával. Egy nyúlhoz 1 kg hagyma kell, 3 gerezd fokhagyma. Sűrített paradicsomot és a meleg vizes lisztes, ecetes habarást tesznek bele, egy kis mustárral.

# Cigány vagy cigányos konyha?

Sok vita van arról, hogy van-e cigány konyha vagy csak cigányos konyha létezik. Természetesen a vendéglátóim szerint – ahol jártam –, van cigány konyha. Az érv nagyon egyszerű: a magyarok nem tudnak úgy főzni, mint a cigány asszonyok. A cigány konyhaművészet, vagy csak egyszerűen ételkészítés nagyon sokszínű. Egységről mégsem beszélhetünk, mert nincs. Azt megállapítottam, hogy a cigány ízt nem lehet máshoz hasonlítani, pedig a felhasznált fűszerek nem különböznek sokban a magyar fűszerektől. Ez az íz tömörebb, erősebb, zsírosabb. Elmondták nekem, hogy a cigány ember azért főz fűszerebben és tartalmasabban, mert az évszázadok során túl sok nélkülözésben volt részük. Amikor csak tehetik, tartalmas ételt esznek, félve attól, hogy megismétlődik az ínséges időszak. Itt azért meg kell jegyeznem – és remélem senki nem fogja rám húzni a vizes lepedőt –, hogy tanulmányoztam a XX. század elejének népi étkezési kultúráját. Nagyon sok a hasonlóság a cigány és a szegény magyar konyha között. Természetesen a szegénység kreatívabbá teszi az embereket, legyen az magyar vagy cigány. Fantasztikus, ahogy az egyszerű nyersanyagok hogyan válnak szerethető, különleges ételké. Ez bizony jellemző volt a cigányságra is. Mondták, „szegény ember vízzel főz”. És ha ne adj isten megmarad neki, ahhoz sem veszi elő főzni a bort, hanem vizet használ. Erre a témára majd visszatérek, amikor a tésztákkal foglalkozom.

- *Nyomós indok Józsiám – mondtam erre –, de próbáld bővebben kifejteni.*
- *Hogy mondjam neked Sanyikám, az asszony nagyon jól főz, és nem teheti meg, hogy rossz ételt tegyen az asztalra.*
- *De Józsiám mitől cigány a cigány étel?*
- *A cigányok ha ételről van szó, nem sajnálják az áldozatot. Csak jó minőségű anyagokat használnak. Magában zöldséget nem esznek a cigányok. Szinte csak húst fogyasztanak, szeretik a csontos húst, itt van például a Töklecso.*

## A Töklecso

- *Azt én tudom főzni, azt te nem tudhatod! - szölt bele a Mami. Nagy a család ezért kis mennyiségben nem lehet főzni. 3 db tököt szoktam venni, olyan közepeset. Étkezési tököt. Meghámozom – bár vannak akik nem hámozzák meg csak a belsejét kaparják ki – felkockázom és sóval összekeverem.*
- *2 db kötözött sonkát veszek a hentesnél vagy füstölt oldalast, de a család inkább jobban szereti a család a sonkát. Jól megfőzöm. Ha kell kétszer leöntöm a levét és megmosom.*
- *A nagyon füstöltet nem szeretjük, még kolbászban sem – mondja Józsi.*
- *Veszek négy fej hagymát, felkockázom, megdinsztelem, örvölt borssal, piros paprikával meghintem és ráteszem a kockára vágott húst. Ezt követően keverek közé fél kiló fehér paprikát és csak most sózom meg.*

- *Mama erős paprikát is tesz bele mert az kell a töklecsóba – szölt közbe a Józsi.*
- *Ne szölj közbe, a főzés az asszony dolga! Persze, hogy teszek bele erős csöves paprikát, a férfiak meg sem tudják enni nélküle.*
- *No, hogy folytassam, a fehér paprika után kicsavarom a levét engedett tököt és a levét, amennyi szükséges, ráöntöm a lecsóra. Ezután – és most egy kis hatásszünet következett – 3 kanál ecetet teszek bele, majd megkóstolom. Ha kell még öntök bele ecetet.*
- *Még mindig nem a tök jön, hanem 2 kanál süritett paradicsom, egy kis főzés és a legvége a tök, mert annak már nem sok főzés köll. Ez egy igazi cigány étel.*
- *Én már kóstoltam, nagyon ízlett –, mondtam – ami láthatóan nagyon jól esett a háziaknak.*
- *Ez nem is olyan egyszerű étel, eddig azt hittem készítenek egy lecsót és tököt tesznek bele.*



# Asszonyok a cigány gasztronómia csúcsán

## Kik főztek, főznek?

Nem egyszerű a kérdés. Nem a hétköznapokról beszélek, hanem arról, amikor együtt a család, de ha együtt van, akkor az nem kis létszám. Nagy ünnepekre készülnek. A közös főzésnek is megvan a rendje, módja. Főzni, vagy a főzést irányítani csak idős, tapasztalt asszonyok felügyelete mellett szabad. Íratlan szabály volt, mert a cigányok, amikor vendéget vártak, nem bízhattak semmit a véletlenre. Nem kockáztathatták, hogy az ételek minősége átlag alatti legyen. Nagy szűgyen volt, sőt a vendégre nézve sértő, ha az étel nem finom. Mert azt sugallta, hogy félvállról kezelik a meghívott vendéget. Természetesen a tapasztalt korosztály mellett kötelezően ott kellett segíteni a fiatal cigány asszonyoknak is, mert fontos volt nekik megtanulni a főzés tudományát, tisztelegve ezzel a férjüknek. A nőnek ki kellett elégíteni a férfi ez irányú óhaját, mert ha nem, akkor sem mire való cigánynak titulálták, és bizony nagyon rossz szemmel néztek rá az emberek. A főzés tudományának ily módon történő átadása nekem nagyon imponáló volt, hiszen így sok – sok nemzedéken keresztül megmaradnak a hagyományok, főzési technikák.

Néha a férfiak is bekapcsolódnak a főzésbe, de önállóan ők sem főzhetnek. Mindig ott vannak mögöttük az idős, tapasztalt cigány asszonyok. Magam is részese, tanúja voltam annak, hogy a nemzedékek hogyan adják át egymásnak a tapasztalataikat. Anyja lányának, nagymama unokájának. Nagyon jól működik, és ez talán a magyaroknál hiányzik. Megfigyeltem, hogyan tanítja a nagymami a lányát, vagy az unokáját. Ahogy a nőtény oroszlán a kicsinyeit vadászni viszi. Nem magyaráz csak elvárja, hogy utána csinálja. Ebben az esetben a férfiak, akik szinte minden kiváltságban részesülnek a családon belül, másodlagos szereplői a főzési aktusnak. A fiatalok előkészítik az edényeket, főzésre alkalmassá teszik a zöldségeket. Amikor a konyháról kezdtem kérdezősködni, nagyon sok minden megváltozott bennem a cigányok mindennapjait illetően. Kialakult rendszer szerint a konyha az asszonyoké. A cigány családokban az asszonyok nem dolgoznak, tehát munkahelyük nincs. Csak egy elenyésző réteg rendelkezik ma állandó munkahellyel. Bár az integrációs törekvések megtették a hatásukat, egyre több cigány család életmódja változik meg. A konyha legfőbb ura, illetve úrnője mégis a ház asszonya. A férfi nem szívesen látott személy. Ez abból adódik, hogy amikor még az oláh cigányok vándoroltak, a nők rátermettségétől függött a család ellátása, később pedig az új életkörülmények kialakítása. Az asszonyok megbecsülésének alapja, az élelmiszerek beszerzésében nyújtott ügyesség, a háztartási ismeretekben való jártasság. A mai napig nagyon fontos küldetése a cigány asszonyoknak a lányok nevelése. Sok mende-monda kering a cigányok tisztaságával kapcsolatban. Főleg az oláh cigányok megjelenése vagy öltözködése sugall rendetlenséget. Az udvar kialakítása legtöbb átlag családnál rendezetlen, nem megfelelő.

Tiszabőn, Abonyban, Szolnokon az udvar rendezetlen, kopár, a lakás belsejébe haladva azonban a konyha tiszta, rendezett. A legtöbb családnál a konyha megfelel a legáltalánosabb elvárásnak a tisztaságot és felszereltséget illetően. A hagyományoktól itt sem tudnak – és szerintem nem is akarnak – elszakadni, mert a háztartásokban még mindig megtalálható a vaslábas, vasfazék, tepsi, vizeskanna, vödör, a téstakészítéshez fatál. A cigányok szeretik megmutatni, hogy milyen módon élnek, főleg egy magyarnak, (jelen esetben, ez a magyar én vagyok). Így hát kérve, kéretlenül csak végig kellett nézmem, milyen felszereléssel dolgoznak ma a cigányasszonyok. A régi eszközök már csak mutatóban vannak a konyhában. A vas főzőedényeket ma is nagyon szeretik.

A modern konyhagépek, edények jellemzik már a cigány családok konyháját is. Abban az esetben nem, ha szegényebbek – voltam ilyen helyen – és visszatérnek a régi főzési alkalmatosságokhoz, pl. téglából kirakott tűzhely, régi, jól megviselt edények.

Miután a cigányok beköltöztek a városokba, következett a sparhelt időszak, ami a falun élő cigányoknál még ma is fellelhető. Két funkció testesült meg benne, meleget és a főzésnek adott helyet. Én is a sparhelt időszakban voltam gyerek, és még jól emlékszem, hogy a disznóvágások közeledtével megjelentek a környéken a teknővájó és üstház készítő cigányok. A környékbeli emberek már várták őket, mert meg kellett javítani az üstházat vagy a fateknőt le kellett csiszolni. A cigány mesterembereket beengedték a portára, megkínálták pálinkával vagy borral, sőt ebéddel is. Tisztességes bért kértek, és természetesen meg is kapták. Tudok olyanról is, hogy miután a cigány elvégezte a munkát és megkapta a fizetséget, közölték vele, hogy jöjjön vissza a disznóölés után, mert kap egy kis kóstolót.

Szoktuk mondani: „Más világ vót az kérem!”

De maradjunk a konyhában: Az biztos, hogy a cigányok, ahol én jártam először, a konyhában ültettek le. Valószínűleg ahhoz kötődik, hogy a család, főleg ha szegény, a konyhában élte az életét. Itt meleg volt, lehetett beszélgetni, elidőzni kissé a téli hónapokban. Téma mindig akadt, (amíg nem volt globalizáció) család, rokonok, szomszéd. Ma már a témák is kissé megváltoztak, mert a közélet foglalkoztatja a cigányokat, és az kifogyhatatlan beszéd témát jelent. Nagyon tetszett, amikor becsöppentem egy konyhai beszélgetésbe. Természetesen elsősorban az étkezésről volt szó, hiszen azért mentem. De jöttek vendégek vagy a szomszéd, vagy valamelyik rokon, aki „véletlenül arra járt”, megnézni vajon ki az az ismeretlen a szomszédban. Az invitálás az érkező vendéggel szemben minden alkalommal szívélyes volt. A családi problémákat mindig kivesézték, de ezt nem a „parlamentáris” keretek között, hanem heves kirohanásokkal tarkítva. Ám egy bizonyos mértéket soha nem léptek át. Amikor már a „rák egye meg” hússzor elhangzott, mindenki megnyugodott és elkezdtünk beszélni a töltött káposztáról.

- *Azt mondják, hogy mi cigányok koszosak vagyunk? Hát kérdem én, melyik magyar mossa meg háromszor a húst mielőtt megfőzi? – mondja a ház asszonya.*
- *Ha meglátnám, hogy koszos a leves, véralvadékok vagy egyéb hús hulladékok úszkálnak benne, kizavarnám a világból az asszonyt! – mondja Józsi.*
- *Zavarnád te, tudod má kit? Láttá te az én levesembe koszt. Eriggy má' a hülyeségeddel – mondja az asszony.*



- Na ezért tudja Sanyi bátyám, itt az ételnek tisztának köll lenni, mert akkor a cigány ember kidobja a ganyéra. A cigány tiszta és vallásos, mondja a ház ura. Én mondtam bármit, hogy a húsos csontot ha sokszor mossák vagy áztatják, sokat veszít a minőségéből. De ez egy kialakult szokás. Egy cigány asszony a főzésben nem hibázhat. Borzasztó nagy sértés, ha nem jó az étel, a vendégre nézve és a ház urára nézve is. A tisztelet azt kívánja, hogy az asszony tegyen meg mindent annak érdekében, hogy az étel és a vendégszeretet minél magasabb színvonalú legyen.

## Zsír és Káposzta

Minnél jobban ásom bele magam a cigány étkezési szokásokba, annál jobban megfogalmazódik bennem, hogy egy-egy étellel kiemelten kell foglalkozni. Egy magyar embernek, – főleg ha bográcsban főz – elsősorban a pörköltnél és a gulyásnál derül ki a főzési csúcsteljesítménye. A cigányoknál más a norma. Nem túl sok ételt főznek ha vendégeket várnak, de azok minősége minden elvárásnak meg kell feleljen. Érdekes párhuzamot sikerült felfedeznem a szolnoki cigány ételkészítési szokások, és a háború előtti falusi étkezési kultúra között. Még mielőtt bárki fölhördülne, én csak a gondolkodásmódra utalok. A háború előtt az alföldi földműves gazda nem titkolta vagyonos létét, sőt büszke volt, hogy neki jól megy. A „pénz vonzza a pénzt”, a „gazdagság a gazdagságot”. Ezt akkor is kifejezte, amikor vendéget fogadott. Ugyanis az ételnek tükröznie kellett a gazda vagyonos helyzetét. Ez abban nyilvánult meg, hogy a húsolesen, a pörköltön, a töltött káposztán vastagon kellett megjelennie a zsírnak. Többek között azért mondták, hogy zsíros parasztok. A cigány konyhát is jellemzi ez a felfogás. A Kozák családnál tett látogatásom megerősített ebben. Igaz, hogy a tyúkleves nem volt túl zsíros, de csodálatosan finomra sikerült. A nagy kedvencem a húsos káposzta, már ezt a felfogást tükrözte. El is mondta a családfő, hogy „az étel a zsírtól lesz szaftos, és a vendéget meg kell tisztelni azzal, hogy annyi zsírral kell főzni egy káposztát amennyit csak elbír. Lássa a vendég, hogy nem nélkülözik a család.” A káposzta egyébként külön tanulmány a cigányoknál. Szinte nincs összefüggés valamilyen káposztás étel készítése nélkül. A pálmát természetesen a töltött káposzta viszi. Ahány ház, ahány rokonság, annyiféleképpen készítik. Vannak akik csak a jól bevált recept szerint készítik: darált hús, rizs, hagyma, fokhagyma, fűszerek. Ezt a töltött káposztát viszonylag nagyon kevesen főzték. A cigányok a töltelékbe nem tesznek rizst, tojást. Csak darált húst, hagymát, fokhagymát, pirospaprikát (de ezt sem mindenhol és minden esetben). Az apró káposztát sem egyszerűen úgy készítik, ahogy a magyarok készítenék. Egy lecsós alapra teszik az apró káposztát, illetve hozzá rakják a disznóoldalt, vagy tyúk apró húst. Ezt követően rétegezve rakják a húsgombócokat, – a legtöbb esetben káposztalevél nélkül – felengedik vízzel és megfőzik. A végén öntenek rá egy kis rántást. A nyári hónapokban úgy készítik, mint a szabolcsiak. Paradicsomot öntenek rá, de csak friss paradicsomból.



Készítenek vegyes káposztát is. Szőlőlevélbe, kelkáposzta levélbe töltik, van olyan hely, ahol karalábé levélbe töltik a hústölteléket. Nagyon ritkán a rizst vegyítik a kukoricadarával. Ha tesznek is bele csak a tetejére. Pl. a darás káposztába, édes káposztába, a levelekbe kukoricadarát csomagolnak. Eddig azt hittem, hogy csak Szatmár környékén divat, de megerősítettek, hogy Szolnok térségére is nagyon jellemző. Bár nehezen volt hihető, hogy a cigányok hús nélküli tölteléket fogyasztottak, de végül is megnyugtattak, hogy az apró káposztába tesznek egy kis oldalt. Ismerek olyan családot, ahol összepakolják a töltött káposztát, és a közepébe egy egész – nem öreg – tyúkot tesznek, majd fedő alatt megfőzik. Egy dolgot biztosan lehet tudni. Ha meghívásod van cigány családhoz és káposztával fogadnak, nagyon tisztelnek. A cigánykáposzta hasonló, mint a magyar székelykáposzta, csak sokkal összetettebb. Sertésoldalt, tyúkhúst és ha van kéznél, egy kis liba aprólékot tesznek még bele. Van ahol lecsósan, van ahol pörköltösen készítik, jó sok zsírral, hogy jó szaftos legyen. Jó ha a tunkolásnál a bodagnak van munkája.

# Bodag

Ha az ország több pontjáról érkező cigány közösségbe csöppenünk és megkérdezzük tőlük, hogy feléjük, hogy hívják a cigány kenyeret, akkor arra több elnevezést kapunk. Mint például bodag, bakolyi pányi (punya), vakaró stb. De tudjuk, hogy nemcsak a cigány kenyér elnevezése különböző, hanem azok elkészítésének módjai is. Most elmondom az általam ismert cigány kenyér, a bodag elkészítésének módját.

**Hozzávalók:** 1 kg lisztet – annyi vízzel, hogy egy rugalmas kenyér állományú tésztát kapjunk – sóval, sütőporral elkeverjük, majd a tésztát három – négy adagra osztjuk. A tésztánkból lepényt formázunk, és liszttel, sóval megszórt tepsin, sütőben készre sütjük. (A sütőben forgatjuk és mindkét oldalát megsütjük.) Sütés közben megszurkáljuk, hogy a gőz ki tudjon jönni belőle. Sok helyen bő olajban sütik, mint a lángost, vagy kályha tetején a platnin. Régen, ahol szabad tűzön főztek a vándorlás során, csak a vasdarab tetején sütötték.

## **Hozzávalók:**

- 50 dkg liszt
- 2 dkg élesztő
- 15 dkg zsír
- só, ízlés szerint

## **Elkészítése:**

A lisztet zsírral eldörzsölik, az élesztőt felfuttatták, sós vízzel félkemény tésztát gyúrtak, amit tepsi nagyságúra nyújtottak, a tetejére sót, és olvasztott zsírt tettek, és kemencében megsütötték.

Meglepetés volt egy kicsit a számomra, hogy nem meghatározó kérdés a cigány konyhában, és az étkezésben a sütemény. A hajtott tésztát nagyon szeretik, különböző ízekben – mákos, meggyes, szilvalekváros, diós, mandulás – változatban készítik. Ismert az almás lepény és még egy-két sütemény. Ha éppen nincs sütemény az asztalon, az sem zavarja őket. Ünnepnapok közeledtével mi magyarok sorban állunk a kenyérboltok, pékségek előtt. Főleg azok előtt, amelyek jó kenyeret készítenek. Nem értettem, hogy cigány embert miért nem látok – vagy csak kevés araszolgat a boltokban. Az ok nagyon egyszerű, legalábbis a cigány ember számára. Maguk sütik a kenyerüket, cigány bodagot, vagy más néven bokolyit. Sütik kemencében, sütőben parázson, sőt még olajban is. A jó bodag titka nem az összetételében van, hanem abban, hogy a tésztáját jól ki kell dolgozni. Azt mondta az egyik asszony, hogy hólyagosra. Készítik sütőporral, szódabikarbónával, élesztővel. A káposztához csak ezt adják. Kovászt vagy egyéb segédanyagot nem használnak. Én láttam a Mamit (Gáspárnét), amint kidolgozta, vagy jól megdolgozta a kenyeret és szabad téren parázzsal betakarta. 20 perc múlva kibontotta, lekaparta az égett részeket és csoda módon tálalta. Ízre is és küllemre is csodálatos volt. A másik módszert Aranka asszonnál láttam. Az élesztővel jól kidolgozott tésztát keleszteni hagyja, amikor már jó magas, tepsibe teszi. Elmondta, hogy azt a tepsit csak a bodag sütésére használja. Más családnál is láttam már hasonlót, zománcozott magas peremű tepsiről van szó. Nagy lángon süti és amikor kivesszi a sütőből egy, csak erre a célra használatos ruhával letakarja, és kis ideig pihenni hagyja.



Ezután a kezébe veszi a mennyei kenyeret, keresztet vet rá és megszege. Mint már említettem, a káposztát csak bodaggal eszik. A cigányok nyáron sok bodzát gyűjtenek. Egy család 10-20 kg-ot is össze tud gyűjteni. Készítenek belőle lekvárt, ezt kenik a friss bodagra. Ezt én már kóstoltam, illetve ettem már Tiszabón egy családnál.

## *Gáspárné (Mami) bodagja*

2 kg liszt, 1 csomag élesztő, só, disznózsír vagy töpörtyű, langyos víz. Az anyagokat jól össze kell dolgozni, majd jól meg kell keleszteni és kisütni. A töpörtyűket kóstoltam, szenzációs.

Találó egy nagyon jó mondás, amelyet szinte minden cigány családnál tett látogatásom során elmondtam – a bokolyiról van szó –, amit minden cigány asszony bármikor félkézzel gáztepsibe tesz és megsüt, azt egy magyar asszony soha nem fogja olyan jól megcsinálni”.

## Virrasztás, temetés

Sokáig húztam, halasztottam a temetés körüli szokások leírását, hátha többet és többet megtudok róla. A régi öregek természetesen elmondják, a fiatalabbak már csak hírből ismerik. A cigányok azt vallják, hogy amit ők tudnak és csak a cigányra jellemző, nem szabad úgymond nem cigánynak kiadni. De nekem sikerült bizalmat kelteni a cigány családokban és sok mindent megtudtam a halottak búcsúztatásáról. Nyilván nem tiszttem, hogy néprajzi leírást adjak a halottak siratásáról, de mivel nagyon szorosan kapcsolódott az ételekhez és italokhoz ezt valamennyire érinteni fogom. Sok mendemonda kering róla – és talán a legizgalmasabb téma a halottak búcsúztatása.

Régebben az volt a szokás, hogy a halottat kiterítették a házban és ott lett elsírva éjjel-nappal, amíg el nem temették. Azt tartják, hogy a test ugyan meghalt, de a lelke még közöttünk van, mert a túlvilági életet csak akkor kezdi meg a halott, mitután rothadásnak indul. Ez a halál után egy évre következik be, ekkor ledobják a gyászt. Virrasztásnál a halott körül csak a közvetlen hozzátartozók tartózkodhatnak, a többiek más helységeken vagy az udvaron vannak. A nagy dínom-dánomról ellentmondások a vélemények és a tapasztalatok. Állítólag vannak olyan feljegyzések, hogy amíg a halottat el nem temetik óriási lakomák, mulatások, sírások majd ismét mulatások váltják egymást. Ezt a Szolnok környéki cigányok cáfolják, sőt elmondásuk szerint, amíg a halottat el nem temetik nem is főznek, mert a szokás nem engedi. Miután megtörtént a gyászszertartás, körül lehet ülni az asztalt. A halottnak a helyét ki kell hagyni. Megfőzik a halott kedvenc ételét, és a számára odakészített ételt a szegényeknek adják. Kérik, hogy fogyasszák el a megboldogult lelki üdvéért. Szeszis ital fogyasztása tilos, illetve csak nagyon mértékkel. A halotról csak jót lehet mondani, és olyan történeteket mesélnek egymásnak, amelyek talán meg sem történek. Természetesen az elhunyt pozitív tulajdonságait domborítják ki. Íratlan szabály, jót vagy semmit. A trágár beszéd tilos. Az igazi összejövétel 6 hét után következik, akkor a hiedelem szerint a halott lelke elhagyja az eddigi tartózkodási helyét. Ezt követően már nem mutatkozik az élőknek. Ebben az időszakban már szabad főzni, enni-inni, sőt az elhunyt kedvenc nótáit is el lehet énekelni. Természetesen ma már, – közegészségügyi szabályok miatt – a háznál nem lehet kiteríteni az elhunytat. A virrasztás még néhány esetben szokás, de már sokkal visszafogottabban. A halotti ceremóniák ételei semmiben nem különböznek az esküvőkön vagy a keresztelőkön feltálat ételektől. Tyúkpörkölt, cigány káposzta, sültök stb. Azért meséltek olyan történeteket is, amely alkalmából a 6. napon a rokonság kiment a sírhoz, vittek ételt-italt, muzsikáltak. Mindenből öntöttek a sírra. Rendbontás nélkül ért véget a „buli”, csak a temetőben a csösz volt egy kissé durcás.

## Nyersanyagok

A cigány ember főleg olyan ételeket eszik, amelyiktől jól lehet lakni. Ez meglátszik a húсок és nyersanyagok kiválasztásában, a fűszerek használatában, a főzési eljárásaikban. Központi szerepet tölt be a tyúk, mint alapanyag felhasználása. Készítenek belőle levest, káposztát, pörköltet. Sütve nemigen hallottam. Ami számomra érdekes volt, nem lehet azt mondani, hogy az ételeket tájegységenként másként főzik. Nem lehet azt mondani, hogy a cigány káposztát Szolnokon másként készítik, mint Zalában vagy Szabolcsban. Minden esetben a tyúk az alap. Ha káposztát főznek, tyúk kell, hogy legyen benne. Mellette természetesen oldalas, vagy libanyak és egyéb húsrészek. A leves szinte 90%-ban tyúkból készül. Csodálatos tyúkleveseket ettem, végignézttem, ahogy elkészült. Muszáj leírnom, sok esetben amikor nézem a főzőműsorokat és egy-egy étel elkészítése közben néhány mondat magyarázatra, anekdotázásra lenne szükség. Egy cigányok által elkészített tyúkleves alkotása közben közösségi életet lehet élni, mert legalább 4-5 órán keresztül főzni kell. Ekkor szokták a cigány asszonyok a szomszédokat kibeszélni. Kétségtelen a disznó az ezüstérmes, a második helyezett. A disznónak, mint ahogy a magyaroknál is szinte minden részét felhasználják. A még kevésbé asszimilálódott cigányok karácsony környékén vágnak disznót. Nem sok mindent készítenek belőle, és nem is használnak annyi fűszert, mint a magyarok. Töltelék árú és kolbász, esetleg májas hurka készül. Kevés füstölt árut készítenek, nem az a szempont, hogy legyen egész évben húsáru a családnak. Kevés tartósító eljárást, például: füstölést, szárítást, zsírban eltevést alkalmaznak. Napjainkban inkább csak a fagyasztást. Nyers húсокokat tesznek el, mert imádnak főzni. Úgy gondolják, hogy a húсокoknak nem kell semmilyen eljárás, csak jól meg kell főzni. Természetesen orja csontból főzik a toros levest, egy kis tyúkot tesznek bele. A toros káposzta – amely tocsog a zsírtól –, sem nélkülözhet egy kis tyúkot, vagy ne adj isten egy egészet is.



A pecsenye disznóöléshez nagyszerű csemege, és nem is sajnálják a családtól. Mert hát ilyenkor bizony összejön a család apraja-nagyja. Van eset, amikor a nap végére már nem sok minden marad a disznóból, mert nagy a család. Nagyon falánk a rokonság, megeszik és elviszik. De meg kell hagyni, hogy a cigány asszonyok nem kínlódnak a kolbászpucolással. A vért nagyon szeretik, – főleg a férfiak – hagyományosan, jó fűszerezésen, hagymával, majoránnával. A képzeletbeli dobogó harmadik helyére a liba állhat a hússok kategóriájában. Igaz, kisebb tételben, de a legtöbbit használt húsféle. Nagyon szeretik az aprólékokat káposztába keverni, a disznó és a tyúk mellé. A húsosabb részeit pedig nagyon egyszerű fűszerezéssel sültnek készítik el. Természetesen nem csak az említett háromféle húsból készítik az ételeiket, hanem marhát és birkát is felhasználnak, csak ezekből keveset. A hal – bár néhányan megemlézték –, nagyon keveset szerepel a hétköznapi és az ünnepi menü sorában. Egyes családoknál olykor készítenek halászlét, de nem jellemző. A cigányok szeretik a jól elkészített ételeket, és ha lehetőségük van rá, nem is sajnálják rá a pénzt és a fáradságot. Amikor készítik a már említett tyúkhúsleves, szerintem több zöldséget tesznek bele, mint a magyar családokban. De érezhető is az étel ízén. Ebben van zöldség, répa, zeller, karalábé, jó minőségű ételízesítő. Ettől függetlenül tesznek bele ízfokozó fűszert is. Amit én megfigyeltem, a vágott fűszerek nem annyira népszerűek a cigány konyhában. Legalábbis nem láttam, illetve nem tapasztaltam. A bab szerintem a legnépszerűbb a cigányok körében. Babos káposzta, paradicsomos bab. Bablevesek sok-sok változata, csülkös bagulyás, fejtett bableves. Nem főznek babfőzeléket, legalábbis én nem hallottam. A babot és a káposztát együtt nagyon szeretik. Bár inkább erdélyi találmány a babos káposzta, de higgyék el, nagyon jól készítik el. A kétféle hús természetesen ebből sem maradhat ki. A babos krumpli a példája annak, hogy a két közismert alapanyag összefőzése után, az íz mellett igen lényeges az is, hogy minél jobban hasson a gyomor telítettségére.

## Fűszerek

Ahogy az előzőekben leírtam, a cigány életmódban az az elsődleges, hogy meg legyen a jóllakottság érzése. Ha az anyagárok engedik, akkor lehet már az ételek minőségére is koncentrálni. Tehát a cigány asszonynak az a dolga, hogy a semmiből is ételt próbáljon kihozni, mert rossz ételt a vendég vagy az ura elé tenni tiszteletlenség. Nem a legfontosabb, de a neve miatt érdekes a „cigány petrezselyem”. Megkérdeztem jó néhány embert, de nem tudták mire való, hol a helye a gasztronómiában. A „cigány petrezselyem” más szóval koriandernek hívják. Hurka, pástétom félek és a vadételek kedvelt fűszere. 10 kg húshoz 2 grammot adnak. A vöröshagyma az egyik legfontosabb fűszere vagy fűszernövénye a konyhának, természetesen nemcsak a cigányoknak. Hiszen rengeteg pörkölt féle ételt főznek, de mondhatnám a rántott hagymát is. Az ételek szaftossá tételének nagyon fontos fűszere. Kevés étel van a cigány konyhában, amelybe nem tesznek hagymát. Ha pörkölt jellegű ételt készítenek, ahhoz 1 kg húshoz 30-40 dkg hagymát tesznek, az egyéb ételekhez átlagban 10-20 dkg vöröshagyma megy.

## Tészta

- *Sanyikám, a cigány embernek az ünnepeken kívül az a fontos, hogy meg legyen a jóllakottság érzése, ezért olyan ételeket kell az asszonynak főzni, ami jó laktató. A tészta nekünk nagyon fontos* – mondta egy cigány ember Nagykörűben. Több helyen láttam, hogy a tyúkhúslevesbe a tésztát maguk gyúrnak az asszonyok. Ez vastagabb, mint a megszokott cérnamételt. Átlagosan 40 dkg lisztből, 1 tojásból, 4 dkg zsírból készítik. Megjegyzem ünnepi, családi összejövetelen csak kézzel gyúrt, saját maguk által készített tésztát használnak. Végignéztam a tészta készítés folyamatát.

A lisztet mély tálba helyezik, közepébe mélyedést csinálnak, a tojást beleütik. Ugyanannyi vagy többszörös mennyiségű vízzel felöntik, mint amennyi a tojás. Először az ujjukkal elvegyítik a lisztet, azután kézzel kemény tésztára gyúrnak, és a nyújtódeszkára kitéve jól kigyúrnak. Cipókra vágják, letakarva pihentetik, hogy a liszt szemecskék megduzzadjanak. Sót nem szabad a tésztába tenni, mert az lágyítja. A nyújtófával kerek lapot nyújtanak, lehetőleg minél kevesebb liszt hozzáadásával, mert a tészta főzés közben csirizes lesz. A tésztát nem nyújtják mindig egyforma vastagságúra. Csuszának, kockatésztának egész vékonyra nyújtják, míg mákoshoz, sajtoshoz, csipetkének gyufaszál vastagságúra nyújtják ki. Ha a tészta annyira megszikkadt, hogy nem tapad össze, rácsavarják a nyújtófára, középen végig vágják és azután tetszés szerinti formára metélik jó éles késsel. A kifőzésnél a tésztát bő sós vízbe dobják, vigyázva, hogy a víz forrása el ne álljon. Ha a tészta feljön a víz tetejére, az első forrásnál készen van. Leszűrik, meleg vízzel leöblítik. Ha hideg vízzel öblítik a tészta lehül, a felmelegített tészta pedig veszít az értékéből. Egy személyre 10-12 dkg tésztát számítunk.

## Hagyományok

*Nézd már azt cigány párt, hogy mennek az úton. A férfi két testhosszal a cigány asszony előtt halad. Ez a szokás, még Indiából ered.*

- *Biztos az embernek sietős a dolga, az asszony pedig nem tud lépést tartani!*
- *Nem tudom miért, de tíz párból kilencnél ez a viselkedés megfigyelhető. Mi az oka ennek a viselkedésnek?*

Nagyon kíváncsi voltam és természetesen rá is kérdeztem egy cigány családnál. Az ok nagyon egyszerű, csak kicsit jobban rá kell tekinteni a cigányoknál kialakult hierarchikus viszonyokra. A család korlátlan ura a férfi. A nőnek a férfit kell kiszolgálni, a férfinak kell megfelelni. Ezt a család minden tagjának tudomásul kell venni a születéstől-haláláig. Ha a férfi nem demonstrálja, nem nyilvánítja ki az asszonnyal szembeni felsőbbrendűségét, a rokonok, barátok kiközösítik, megszólják. Ha kilépnek az utcára, ez a felfogás tükröződik. Érdekes, hogy néhány esetben tanult, integrálódott cigány házaspárnál is meg lehet figyelni. Bár nem olyan látványosan, hogy a hagyományt tisztelik és gyakorolják.

Most térjünk vissza az eredeti témánkhoz.

- *Na látod Sándorkám, ez az igazi cigány konyha – mondja Józsi.*
- *Létezik egyébként cigányos főzés is. Ez abban különbözik a magyar konyhától, hogy zsírosabb. Mi úgy mondjuk szaftosabban készítjük az ételeinket- mondja az öreg zenész barátom. Sok ételben többféle húst használunk, nagyon szeretjük a disznót, tyúkot, libát, birkát.*

Ezt azért művészet elkészíteni, főleg ha több húsból készül az étel. Én ezt úgy értékelem, hogy vannak olyan ételek, amelyeket csak cigányok főznek, de én inkább cigányosnak mondanám a konyhát. Az asztal körüli szokások már inkább cigány.

## Ünnepekhez

Az ünnepekre a szolnoki cigányság nagy gonddal készül. Nagy szerepe van a családi összetartásban a karácsonynak, a keresztelőnek, húsvétnek, búcsúnak. Az ételek birkából, disznóból, tyúkból készülnek. Ami érdekes volt az elmondások alapján, nem ajándékoznak egymásnak, de az asztalnak teli kell lenni. Ajándékot csak a gyerekeknek adnak.

## Porciók és verseny

Nagy családi összejöveteleken mindig legalább egy egész birka levágására kerül sor. Elmondták, hogy volt olyan leánykérés, amelyen 2 birkát, 3 disznót, 50 db tyúkot főztek meg. A vendégnek nem szabad hiányt szenvednie semmiben. Nagy sértés, ha a vendégek



valamelyikének nem jutott esetleg elég étel vagy ital. Mint régi vendéglátós megkérdeztem, hogy milyen anyaghányaddal számoltak a birkapörkölt főzésekor. Lakodalmi porciókban gondolkodva 1 adagot – úgymond szabad szedésben – 50 dkg-ban szokták meghatározni. A cigány ünnepeken ez így nem működik. Amennyit csak meg tudnak főzni, személyenként elérheti az 1-1,5 kg-ot is. Amikor a cigány asszonyok főznek, nem használnak patika mérleget. Szerettem volna megtudni, egy egész marha megfőzésében mennyi só és egyéb fűszerek kellenek. Természetesen nem tudtam meg, csak körülbelül. Ha egy marék só 20-30 dkg, abból lehet következtetni mennyi só kell egy birka megfőzéséhez.

Egy egész birkához 3 kg vöröshagymát használnak fel, amit a birka faggyújából kiolvasztott zsíron megfonnyasztanak, piros paprikát tesznek hozzá, majd felöntik a birkahúst. Kis tűzön főzik, hogy engedje el a levét. Sót, borsot, majoránát, erős paprikát és 1 fej fokhagymát tesznek bele. Az erős paprikánál eszembe jutott egy eset, amely az egyik cigány főzőversenyen történt. Megjelent 4-5 jól kigyúrt fiatal cigánygyerek egy kis mikrobuszal. Serényen pakoltak – megjegyzem, később érkeztek, mint a többiek – bográcsok, állványok, asztalok, eszközök kerültek elő a mikrobusz mélyéről. Kíváncsi voltam mire készülnek a fiúk. Közelebb merészkedtem, és illően megkérdeztem. A párbeszéd a következőképpen zajlott:

- *Jó napot kívánok uraim, mi fog készülni ezekben a bográcsokban? – kérdeztem, közben benéztem a mikrobuszba; hát jó néhány karton sört láttam.*

Erre ők:

- *Dik má, ez meg a bíró!*

Valaki odaszólt:

- *Tisztelettel beszéljetelek Sanyi bácsival, mert meg főz benneteket birkapörköltnek.*
- *Maradj má magadnak Józsi; tudjuk kivel beszélünk! – közölték.*
- *Hát Sanyi bátyám tudjuk, hogy ki maga.*
- *Remélem, izgultok egy kissé – folytattam.*
- *Van elég sörünk akkor, hogy feloldjuk a görcsöt – mondták.*

Mint megtudtam, roma lecsót főztek. Hogy mitől volt roma, nem derült ki. De amikor megkóstoltam nagy bátran, olyan erős volt, hogy elég volt a számhoz emelni és tüzet hánytam, mint ama hétfejű sárkány a mesében.

Minden esetre újra kellett engem éleszteni, ezt a fiúk – nagyon készségesen – sörrel próbálták orvosolni. Ezt követően láttam őket kanállal enni a lecsót – messziről néztem – és közben serénykedtek a sör fogyasztását illetően is. De az erőstől távolodjunk el, és nézzük meg a töltött káposzta készítésének fortélyait cigány módon. Annyit megtudtam a beszélgetések során, hogy a töltött káposzta szinte egyetlen ünnepen sem maradhat ki a menüből. Ez kitűnő karácsony másnapján, ha keresztelő vagy ha bármi más ünnepi alkalom adódik, a töltött káposzta az asztalon van.



## Cigánykáposzta

### Hozzávalók 6 személyre:

- egy 2-3 kg-os kövér tyúk
- 1,5 kg szálas savanyú káposzta
- 2 evőkanál zsír
- 2 evőkanál liszt
- 1 evőkanál őrölt pirospaprika
- 2-3 gerezd zúzott fokhagyma
- 1 kávéskanál őrölt bors
- 1 kávéskanál ételízesítő por
- 10 dkg rizs (vagy hántolt árpa)
- 5-8 dl víz
- só

### Elkészítése:

A megtisztított tyúkot 8-10 darabra vágjuk (comb, szárny, hát, mell), ételízesítés sós vízben félpuhára főzzük. Levét leszűrjük, félretesszük. A hús felét egy nagyobb lábas aljára helyezzük, megborsozzuk, és egy sor káposztát ráterítünk, ha túl savanyú egyszer átmoszuk. Erre megint húst teszünk, borsozzuk és a tetejére szórjuk a maradék káposztát. Öntsük fel a félretett húslével, takaréklángon főzzük addig, amíg a hús és a káposzta is megpuhul. Adjuk hozzá a rizst, a zsírból meg a lisztből fokhagymával készített rántást és óvatosan forgatás mellett főzzük még 20 percig. Akkor tekintjük késznek, amikor levét elfövi és zsírját feladja, ez a kitűnő egytálétel.

## Anekdóták

### Bandi, a cigány honvéd

Bal arcán és farán kapott jókora sebei miatt kórházban feküdt Bandi, a cigány honvéd. Jól, gyöngéden gondoskodtak róla, ételben, italban, ápolásban. Gyorsan gyógyult, de kimennie még nem volt szabad. Nehezen esett ez Bandinak. Nagyon nyugtalan lett, mikor meghallotta, hogy zászlóaljuk holnap után nagy csatába fog menni. Kérte, sürgette az orvosát, hogy siessen a gyógyítással, mert ő „a nagyanyjának sem maradt holnapnál tovább a kórházban”. Az orvos megvizsgálta Bandi sebeit, s biztatta, hogy 10-12 nap alatt tökéletesen begyógyulnak, 8 napig azonban még semmi esetre sem mehet ki a kórházból. Bandi a következő éjszaka elszökött. Vácnál a zászlóaljat őrnagyuk a legveszélyesebb pont ellen vezeti. Ha azt a pontot elfoglalhatnák, az nagy dolog lenne, a magyarok megnyernék a döntő csatát. Ezt jól tudta a zászlóalj. De az a veszélyes pont makacsul védekezett, ezrek halála nélkül megközelíteni sem lehetett az iszonyú golyózápor miatt. Kétszer vezeti az őrnagy zászlóalját, kétszer verik vissza. Harmadszor elszántan indul a csatának a dicső zászlóalj, s már jóval előbbre vonult, mind két ízben. De az ellenség is megfeszítette minden erejét, tigrisként harcolnak az osztrákok, és az őrnagy belátja, hogy minden ember elvesz, ha nem vonul vissza.

- Jobbra át! – kiált az őrnagy.

- Semmi jobbra át! – zúgás hallik a zászlóaljból, sőt abban a percben kiugrik egy barna honvéd, szuronyt szegezve az őrnagyra rákiabál:

- Semmi jobbra át! – hanem előre őrnagy úr!

Az őrnagynak örömszikrák villogtak szemében. Lelkesülten kiáltja: Éljen Kossuth! – s rohamra vezeti dicső zászlóalját a veszedelmes pontra. A pontot elfoglalták, a dicsőséges diadalt ez a zászlóalj vívta ki. De a csata zaj elcsöndesedése után előveszik a barna honvédot. Bandi volt, a kórházi sebesült. Büntetést szabattak rá, hallatlan tettéért. Bandi nem szólt, de midőn látta, hogy a büntetést csakugyan ki kell állnia, bal arcára és tomporára mutatva így szólt a tisztikar között álló őrnagyához:

- Őrnagy úr! Én még 8 napig kórházban vagyok.

Az őrnagy könnyezve ölelte magához Bandi barátját, a cigány honvédet.

*Forrás: Külföldi Magyar cserkész szöv. 2007. Lendvai-Lintzer Imre, Szórád Gábor Cigányzenekar a csatamezőn-impeters.blog.xfree.hu*

### Cigányzenekar a csatamezőn

1849. március 5-én volt a szolnoki csata, a szabadságharc diadalmas tavaszi hadjáratának nyitánya. A főszereg támadásra készült a Duna és a Tisza között, de a parancsnokság nem ítélte elegendőnek az ott összegyűjtött erőt. Parancsot küldött hát a déli arcvonalon ragyogóan bevált Damjanich János tábornoknak, csapataival igyekezzen Észak felé és egyesüljön a főszereggel. Ezekből és Vécsey tábornok később hozzájuk csatolt egységeiből

lesz hamarosan a III. hadtest, a szabadságharc hadseregének legkiválóbb alakulata. Olyan híressé vált csapatok meneteltek itt, mint a szegedi 3. (fehértollas), vagy a Kassai 9. (vörössipkás) zászlóalj a gyalogság soraiban. A lovasság zömét a 2. (Hannover) és a 3. (Ferdinánd) huszárezredek századai alkották, de itt küzdött a lengyel légió is. Damjanich parancsot kapott, hogy zavarja meg a Szolnok térségében, a Tisza jobb partján álló ellenséget. A szálfatermetű tábornok ezt a megzavarást úgy értelmezte, hogy megrohanta és tönkrevverte az osztrákokat. Nem csak az eredetileg ott álló csapatokat, hanem azokat is, amelyek az ellenség segítségére jöttek. Ez a győzelem lett a diadalmas tavaszi hadjárat nyitánya.

Egy cigányzenekar hazafias lelkesedésében a csatamezőhöz közel foglalt állást – Na, nem tüzelő, hanem muzsikáló állást –, hogy a magyar hősokeket győzelemre lelkesítse.

Azt gondolták, hogy biztonságban vannak. Ez így is volt, – egy ideig.

Megváltozott azonban a helyzet, amikor megérkezett a harcmezőre Ottinger lovas dandára. Az osztrák lovasság az ellenség támogatására érkezett, és azonnal meg akarta támadni a magyar erőket. Szegény zenekar meg éppen a dandár támadási vonalának egyik szélén bazsevált, mit sem sejtve. Nagyban húzzák hát a talpalávalót, amikor azt veszik észre, hogy az egyik erdős domb mögül kivont karddal vágató osztrák Dragonyos század tűnik elő, és robog, egyenesen rájuk.

Elnémultak a hangszerek. A hangászkokba belebújt a félsz. Most mit tegyünk? Ezek nem kegyelmeznek és már elfutni sem lehet előlük, mert rohannak mint a szél. Most mi lesz velünk? A trombitásnak azonban helyén volt az esze és a szíve. Valamikor katonazenész volt, emlékezett a lovassági trombitajelekre. Csak meghallják! Tele tüdőből fújni kezdte a következő trombitajelet:

- Jobbra kanyarodj!

A lovasok nem akartak törődni vele, de a fegyelmezett, betanított katonalovak engedelmessé váltak a trombitásónak. 20-30 lépésnyire a zenekartól jobbra kanyarodtak és a zenészekkel párhuzamosan haladtak el. (Ott nem járt jól a dragonyos század. A Damjanich tartalékát képező honvéd zászlóalj nem csak pontos sortűzzel fogadta, hanem még szuronyrohamot is intézett ellene. Percek alatt 60-an estek el.) A trombitás ragyogó arccal nézett körül.

- Ná, bibások – mondta, egy győztes hadvezér modorában.

- Mígmentettem ázs irhátokat!

## Híres cigányok

### Rigó Jancsi

Születését nem tudják, de halála 1927-ben következett be. Cigányprímás volt. Egy hercegnőt szöktetett meg és vett feleségül. Nevét egy sütemény őrzi, melyet egy pesti cukrászmester készített az ő tiszteletére.

### Barna Mihály

Az elbujdosott fejedelem II. Rákóczi Ferenc udvari muzsikusa volt. A hagyomány szerint az ő szerzeménye a később világhíressé lett Rákóczi induló.

### Bihari János (1769-1829)

Az ő bandája szolgáltatta a zenét az 1811. évi pozsonyi országgyűlés ünnepségein, valamint a koronázáson rendezett bálon. Nem csak zenész, de zeneszerző is volt, műveiből több nyomtatásban is megjelent. Liszt Ferenc személyesen ismerte, nagy elismeréssel emlékezett meg róla.

### Dankó Pista:

Ő volt a legismertebb cigányprímás. Halálát egész Magyarországon gyászolták. Híres magyar költők, írók is megemlékeztek róla egy-egy írásukban (Ady Endre, Móricz Zsigmond).

Szolnoknak is volt híres zenész prímása, Kállai János személyében. Amikor engem meglátott valamilyen rendezvényen, rögtön nekikezdett a „Fizetek Fő Úr, volt egy feketém” című nótára, mert azt gondolta, hogy ez a nótám. Ebben a tudatban halt meg, pedig nem ez volt a kedvenc nótám. Nagyon tiszteltem Jani bácsit, kitűnő zenész volt. 25 évig volt a Tisza Táncegyüttes prímása. Nívódíjas, Népművészet Mestere, Magyar Köztársaság Érdemkereszt kitüntetettje. Akkoriban a Tisza Szállóban vezetőködtem. Esküvőkön, rendezvényeken sok esetben megfordultak ott cigányzenekarok. Ez abban az időben volt, amikor még Szolnok jelentősebb éttermeiben kimondottan cigány banda húzta, és a vendégeket kenyeres lányok kínálták kenyérral. A vendégnek pedig köszöntek amikor belépett az étterembe. Szolnok szomszédságában, Abonyban is volt egy kitűnő prímás, akinek emléktábla őrzi nevét. Gudi Farkas Mihálynak hívták. Az ország több pontjáról megkeresték, de röghöz kötött volt. Estéről estére húzta a talpalávalót Abonyban a műemlékké nyilvánított Kossuth Étteremben. Ott játszott haláláig.

A közölt receptek és történetek hűen tükrözik azt, hogy a Szolnok környéki cigányság mennyire őrzi a hagyományait, illetve mennyire integrálódott a magyar szokásokba. Ezért úgy gondoltam, hogy vannak olyan receptek, amelyek évtizedeket, sőt évszázadokat ölelnek át, és vannak olyanok, amelyek a napjainkat tükrözik. Ebből leszűrhető – és vitatéma –, hogy a cigányoknak nincs külön konyhájuk, csak cigányosan főzött ételeik vannak. Mivel a cigányok étkezését nem a „francia mód” határozza meg, – amelyet ugye mindannyian megszoktunk már egy vendéglátó egységbe betérve – ami egy menüsorból áll (előétel, leves, főétel, stb...), hanem az ételek mennyisége. Ebből kifolyólag a receptsorban sincs étlap szerinti rendszerezés. A könyv a teljesség igénye nélkül készült. Köszönettel tartozom az engem segítő, jószándékú cigány embereknek és családoknak, akik hozzájárultak a könyv megjelenéséhez.

# Receptek





## Legényfogyó kelkáposztaleves

### Hozzávalók:

- 40 dkg füstölt tarja
- 1 fej hagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 10 dkg gersli
- 1 fej kelkáposzta
- törött bors (esetleg só) a rántáshoz
- liszt
- zsír
- paprika

### Elkészítése:

Másfél liter vízben feltesszük főni a tarját, majd mikor majdnem megfőtt, beletesszük a gerslit, az összevágott kelkáposztát és a zúzott fokhagymát. Mikor megfőtt kivesszük a tarját, az ember szájához illő kockákra vágjuk, a levest berántjuk, borsozzuk (ha kell sózzuk), majd puha kenyérrel és tejjel tálaljuk.

## Csávófogyó (Shavofogyó) káposztaleves

### Hozzávalók:

- 1 kelkáposzta
- 40 dkg füstölt tarja
- 1 vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 10 dkg gersli
- 2 dl tejföl
- 1 evőkanál liszt
- 1 evőkanál sertészsír
- 1 kiskanál pirospaprika
- őrölt bors, só

### Elkészítése:

A tarját fazékba tesszük; felengedjük 1,5 l vízzel, majd félkészre főzzük. Hozzáadjuk a felaprított kelkáposztát és a gerslit, majd pépesített fokhagymával és apróra vágott vöröshagymával ízesítjük. Készre főzzük, kiemeljük belőle a tarját, majd a levest besűrítjük lisztből, zsírból és pirospaprikából készült rántással. Megborsozzuk, ha kell utóízesítjük, majd tejjel kínáljuk. A tarját felszeleteljük és a meleg leves mellé tálaljuk.

## Fejtett bableves cigányosan

### Hozzávalók:

- 1,5 kg fejteni való bab
- 50 dkg sovány sertéslábszár
- 2 csokor friss zöld kapor
- 2 dl tejföl
- 2 csapott evőkanál liszt
- 1 vöröshagyma
- 5 %-os (vagy 10 %-os) étellecet
- só

### Elkészítése:

A vöröshagymát apróra vágjuk, majd felkockázott hússal együtt fazékba tesszük. Felengedjük 2,5 l vízzel, megsózzuk, és félkészre főzzük. Ekkor hozzáadjuk a beáztatott lecsöpögtetett babot, és készre pároljuk. Finomra vágott kaporral ízesítjük, behabarjuk a tejföl felével és liszttel kikevert habarással, majd ecettel savanyítjuk. Tálalás előtt hozzákeverjük a maradék tejfölt és forrón kínáljuk.

## Cigányos kárász-halászlé

### Hozzávalók:

- 2 kg kárász
- 20 dkg füstölt szalonna
- 3 nagy fej hagyma
- egy zacskó édes-nemes paprika
- 3-4 csöves paprika
- 5-6 kanál lecsó
- só

### Elkészítése:

A bográcsba beleaprítjuk a szalonnát és meghervasztjuk rajta az apróra vágott hagymát. Rászórjuk a paprika felét, majd, hogy meg ne feketedjen mindjárt rá a halak fejét, és farkát. Keverünk rajta egyet-kettőt és öntünk rá kétliternyi vizet. Ha felforrat sózzuk, aztán jöhet a vastagra szelt halderék, a lecsó és még vagy két liter víz. Mikor forr, beletesszük a forgójába a maradék paprikát, meg az erősöket is. Ha van, akkor tésztát is főzünk hozzá az asszonyok, ha nincs akkor csak úgy kenyérrel esszük.



## Cigány zöldbab

### Hozzávalók:

- 50 dkg zöldbab
- 10 dkg főtt, füstölt sovány sonka
- 5 dkg füstölt szalonna
- 10 dkg paradicsom
- 2 zöldpaprika
- 1 vöröshagyma
- 10 dkg apró szemű tarhonya
- 2 dl kefir
- piros paprika
- 1 csokor petrezselyemzöld
- só

### Elkészítése:

A szalonnát feldaraboljuk, kiolvasztjuk, kiszedjük belőle a pörccöt, és félretesszük. A visszamaradt zsíron üvegesre fonnyasztjuk az apróra vágott hagymát, majd megpirítjuk rajta a feldarabolt zöldbabot. Megszórjuk az apróra vágott petrezselyemzölddel és felöntjük egy liter vízzel. A sonkát és a zöldpaprikát metéltre vágjuk és a tarhonyával együtt a zöldbabhoz adjuk. Kis lángon, időnként megkavarva addig főzzük, amíg meg nem puhult, közben sóval és pirospaprikával ízesítjük. Belerakjuk a felszeletelt paradicsomot és a kefirt, felforraljuk és a tetejére szórjuk a szalonnapörccöt. Lefedjük, 5 percig pihentetjük, majd forrón tálaljuk.

## Roma ceglédi laska leves

### Hozzávalók:

- füstölt szalonna
- oldalas kockára vágva
- laskatészta
- zöldborsó
- csemege paprika
- burgonya
- répa, zöldség
- petrezselyem zöld
- zeller és zöldje
- sok só

### Elkészítése:

A füstölt szalonnát megpirítjuk. A kockatésztaival ugyanezt tesszük és a laskatésztaival is. A zöldséget, a répát, a zöldborsót is megdinszteljük, majd félrehúzza a tűzhelyről megszórjuk csemege paprikával. Felengedjük vízzel és hagyjuk forni. Ízesítjük sóval, borssal. Amikor forr a leves beletesszük a burgonyát és a zöldségek zöldjét. Lassan hagyjuk tovább forni. Ha megpuhult a burgonya akkor elkészült a leves.

## Roma bográcsgulyás

### Hozzávalók:

- 80 dkg csontozott marhalábszár
- 80 dkg burgonya
- 8 dkg zsír
- 15 dkg vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 20 dkg zöldpaprika
- 10 dkg paradicsom
- 20 dkg gomba
- 1 tojás
- 8 dkg liszt
- őrölt köménymag
- 1 csokor petrezselyemzöld
- 1 piros paprika
- só

### Elkészítése:

A húst megmossuk, majd kisebb darabokra vágjuk. A vöröshagymát megtisztítjuk, felaprítjuk és a felhevített zsiradékon megfonnyasztjuk. Megszórjuk pirospaprikával meglocsoljuk kevés vízzel, beletesszük a húst, majd megsózzuk. őrölt köménnyel és pépesített fokhagymával ízesítjük, majd mindig kevés vizet öntve alá, fedő alatt készre pároljuk. Zsírjára pirítjuk, hozzáadjuk a felkockázott burgonyát, paprikát, paradicsomot és gombát, majd annyi vizet öntünk rá, hogy ellepje. Megsózzuk, apróra vágott petrezselyemzölddel fűszerezük és készre főzzük. A lisztből és tojásból tésztát kavarnak, a levesbe szaggatjuk és összerotyogtatjuk.



## Varjú leves

**Hozzávalók 3 adagra :**

- 1 fél fej karalábé
- só ízlés szerint
- leveles tészta
- 1 varjú
- 1 szál sárgarépa
- 1 szál petrezselyemgyökér

**Elkészítése:**

A varjút tollastól megnyúzzák, a combját, a mellét és a hátát felhasználják a többi részét eldobják. A húsrészeket tisztítják, mossák, sóval, leves zöldségekkel ízesített vízben puhára főzik.

## Birsalmás bableves

A palócföldi és bodrogközi romák egyik kedvelt levese.

**Hozzávalók 5 adagra :**

- 20 dkg nagy szemű tarkabab
- 2 dl tejföl
- 20 dkg füstölt hús, vagy füstölt kolbász
- só
- 1 evőkanál liszt
- őrölt bors
- pár szem szegfűszeg
- fél citrom leve
- 25 dkg birsalma

**Elkészítése:**

A tisztított szárazbabot előző este beáztatják, a füstölt húst mossák, kockára vágják, a birsalmát megmossák és szeletelik. A babot sóval, borssal ízesített vízben a füstölt hússal együtt puhára főzik, fél fővésben hozzáadják a birsalmát, citromlével ízesítik, tejjel elkevert liszttel behabarják és kiforralják. Hidegen és melegen egyaránt tálalják.

## Korhelyleves csalamádéból

Igazi cigány étel, Csemer Géza „Habiszti” c. könyvében azt írja, hogy a cigányok egy átmulatott éjszaka után legszívesebben ezt az ételt ették a másnaposság enyhítésére.

**Hozzávalók 4 adagra :**

- 1 fej vöröshagyma
- 1 db babérlevél
- 1 db citrom
- só
- fűszerpaprika
- 40 dkg csalamádé
- 10 dkg füstölt szalonna
- 1 evőkanál liszt
- 1,5 l csontlé

**Elkészítése:**

A kis kockára vágott szalonna zsírján megpirítják az apróra vágott hagymát, fűszerpaprikával, sóval, borssal, babérlevéllel, csalamádéval összekeverik, liszttel megszórják, átpirítják, csontlével (vízzel) feleeresztik, citrommal savanyítják.

## Káposztás bableves füstölt csülökkel

Magyarország északi tájain, Közép-Magyarországon, valamint a Nyírség és Rétköz településein főzik, köztük szintén a romák is.

**Hozzávalók:**

- 1 szál sárgarépa
- 1 szál petrezselyemgyökér
- fél zellergumó
- 1 fej vöröshagyma
- 1 gerezd fokhagyma
- 2 dl tejföl
- 1 közepes nagyságú füstölt csülök
- 50 dkg apró savanyú káposzta
- 20 dkg nagy szemű tarkabab
- 1 evőkanál zsír
- só
- fűszerpaprika
- 1 evőkanál liszt

**Elkészítése:**

A babot tisztítják, előző este külön-külön a babot és a füstölt csülköt beáztatják, a savanyú káposztát ízlés szerint esetleg átmoszák, a tisztított zöldséget karikára vágják, a hagymát apróra, a fokhagymát finomra vágják. A babot füstölt csülökkel, külön a savanyú káposztát félpuhára főzik, hozzáteszik a zöldséget, összeöntik és az egészet puhára összefőzik. Hagymás, paprikás, fokhagymás rántással berántják, jól kiforralják. Végül tejjel tálalják.

## Kötött tésztaleves

A roma családok kedvelt étele, de elég munkaigényes.

**Hozzávalók 5 adagra:**

- 2 szál sárgarépa
- 1 fej vöröshagyma
- 2 szál petrezselyemgyökér
- 1 evőkanál zsír
- 1 kis karalábé
- 2 egész tojás
- só
- fűszerpaprika
- liszt, amennyit a tojás felvesz

**Elkészítése:**

A tisztított zöldségeket szeletelve sós vízben megfőzik, a finomra vágott hagymát zsíron megpirítják, fűszerpaprikával elkeverik. A két tojásból, lisztből, kevés vízzel gyúrt tésztát vékonyra nyújtják, sóval, őrölt borsal, paprikás, hagymás zsírral megszórják. Kétszer egymásra hajtják, 2 cm szélesen, késsel, hosszában a hajtás mentén elvágják, megcsavarják, csomót kötnek rá és a csomóknál eltépik. A megmaradt hagymás zsírt beleteszik a levesbe, felforralják, és kifőzik benne a tésztát.



## *Sóba-vízbe leves*

Kódis, vagy szegény levesnek is mondják a romák. Ínségben és böjti ételként ették. Jászárokszálláson a karikára vágott krumplit és vöröshagymát sóval, borssal, fűszerpaprikával ízesített vízben megfőzték és máris kész volt a szegényes leves.

## *Savanyúleves*

A gondosan tisztított sertésfejet, körmöt és disznógyomrot sós, zöldséges vízben félpuhára főzik, azután belerakják a négy részre vágott vöröshagymát, 1-2 db paradicsomot, krumplit, két marék rizst. Egész borssal, babérlevéllel az egészet készre főzik. Ezután fűszerpaprikával és paradicsommal színezett rántással berántják, jól kiforralják, végül ecettel ízesítik.

## *Bördőleves (Hagymaleves)*

Szolnok környékén főzték, olykor még ma is – szegény családok, cigányok, magyarok egyaránt. A bürdő – vagy bördő leves a felmagozott, ízekre szedett, vágott hagymaszárból készült. Az ujjnyi darabokra vágott szárát sós vízben megfőzték, majd kis hagymás rántással besűrítették, ecettel savanyították. Másik változata karikára vágott hagymával készült, amelyet az előzőleg megpirított rántásban megforgatták, paprikával elkeverek és vízzel felengedték. Levét ecettel savanyították. Ezeket a hagymaleveseket kimondottan szegényes ételnek tartották, amelyet csak a szegények ettek.

## *Halászlé cigányosan*

*Természetesen tiszai halból készül, de nem úgy mint általában a tiszamenti halászlé: Egyféle halat használnak, pontyot vagy harcsát.*

### **Hozzávalók:**

- 1,50 kg ponty
- 10 dkg vöröshagyma
- 2 dkg fűszerpaprika
- cseresznyepaprika
- só

### **Elkészítése:**

A halat megtisztítják, fejét, farkát levágják, a gerincét pedig a hússal együtt felvágják. A csontos részét felteszik föni a hagymával, sóval és jó 2 órás főzés után leszűrik. Tehát nem kínlódnak a passzírozással. Végül belefőzik a halat. Nem túl sok esetben fordul elő a cigány konyhákban, mert nagyon könnyű étel.

## Ürgepörkölt

A szegénység és a tradíció ötvözte az ürgepörköltet.

### Hozzávalók:

- 5-6 öntött ürge
- 4-5 fej hagyma
- 3 nagy kanál színes paprika
- 4 kanál lecsó
- erős paprika
- só
- bors

### Elkészítése:

Az ürgeket leforrázzák, kibelezik, majd hatféle vágják. A zsíron aranyosra pirítják az apróra vágott hagymát, ráteszik a paprikát, majd az ürge darabokat. Sózzák, majd néhány keverés után lefedik és kis lángon tovább párolják. Ha kell kevés vízzel időnként felöntik. Mikor már majdnem puha, borsozzák, beleteszik a lecsót és az erős paprikát. Galuskával, tarhonyával vagy rizszel tálalják.

## Agyagban sült csirke

### Hozzávalók:

- 1 egész csirke
- bors
- majoránna
- őrölt pirospaprika
- só
- agyag

### Elkészítése:

Jó vastag tüzet rakunk, a csirkét megkopasztjuk, beleit kidobjuk. Kívül, belül sózzuk, borsozzuk, majorannát teszünk bele, paprikával meghintjük. Vizes, törekes agyagot gyúrunk, és vele a csirkét körbetapasztjuk, míg egy szép, nagy gömböt nem kapunk. Addigra tüzünk már parázssá szelídült, beletesszük gömböcünket és megsütjük. Ha az agyag kiégett, már a csirke is jó, hát vágjuk földhöz íziben és már fogyaszthatjuk. Kínáljunk mellé bodagot, friss öntött salátát és egy kis rizling sem árthat meg.

## Pekenyica (Pekenuca)

Az ürget előkészítés után levesként megfőzték, a főzőléből kiemelve sóval, borssal, fűszer- és csöves paprikával fűszerezve zsírban kisütötték vagy kirántották.

## Babos krumpli

### Hozzávalók:

- 1 kg szemes bab (amilyen van)
- 0,5 kg krumpli
- 1 evőkanál liszt
- 10 dkg füstölt szalonna
- 1 nagy fej vöröshagyma
- só
- őrölt fekete bors

### Elkészítése:

A már előre beáztatott babot sós vízbe teszünk főni. Amikorra már puhára főztük a babot hozzáadjuk a kockára vágott krumplit és együtt főzzük tovább omlósra. Ezután a tűzről lehúzza burgonyatoróval összetörjük. Egy kevés vízzel felöntjük és liszttel elkeverjük. Egy-két forrásig össze (készre) főzzük. Tányérra szedve hagymával pirított szalonnával tálaljuk.

## Bográcsos pörkölt cigányosan

### Hozzávalók:

- 60 dkg szarvas-oldalas
- 60 dkg comb
- 10 dkg zsír
- só, őrölt bors, őrölt kömény, egész bors
- majoránna, ízlés szerint
- 3 nagy vöröshagyma
- 2-3 babérlevél
- 1 zöldpaprika
- 1 paradicsom (vagy 2 kanál lecsó)
- 1 evőkanál pirospaprika
- 2 dl vörös bor

### Elkészítése:

A húst letisztítjuk, az inakat, hártyát le-szedjük. A csontos részt összeaprítjuk kis darabokra, a színhúst vékony csikokra vágjuk. Jól megmossuk, a csontszilánkokat kiválogatjuk. A bográcsot kikenjük vastagon disznózsírral, az oldalát is. Az alján egyenesen elterítjük a csontos részt, az oldalát is körberakjuk. Fűszerezzük sóval, borssal, őrölt köménnyel, majoránnával, kevés egész borssal. Következik a szálasra vágott hagyma, betakarjuk vele a húst. Ezután tesszük a tetejére a színhúst. Folytatjuk a fűszerezést, majd hagyma, hús, míg minden összetevő elfogy. Kb. 1 óra főzés után tesszük bele a babérlevelet, zöldpaprikát, paradicsomot (vagy lecsót). Még egy kevés vizet aláöntve rotyogtatjuk. Mikor majdnem puha hozzáadjuk a pirospaprikát és a vörösbort.

**Fontos!** Soha ne keverjük meg! A bográcsot rázogatjuk, forgatjuk, hogy a csontos rész a bogrács falánál maradjon. Attól cigányos, hogy a hagymát nyersen rétegezzük, nem pirítjuk meg. Főtt burgonyával és puha friss kenyérrel kínáljuk. (készíthetjük gáztűzhelyen is lassú főzéssel, kevergetés nélkül, nagy lábasban).

## Cigány pörkölt

A „Cigány pörkölt” a cigányok jellegzetes pörköltje, amely főleg az erősebb fűszerezéssel tér el a hagyományos „magyar” pörköltféléktől.

### Hozzávalók:

- 1 kg húsféle
- 3 fej hagyma
- 3 kanál édes paprika
- 1 kanál erős paprika
- 1 kiskanál bors
- 2-3 kanálnyi lecsó
- csöves paprika

### Elkészítése:

A húst felkockázzuk. A zsíron megpirítjuk az apróra vágott hagymát, rátesszük a törött paprikát, majd rövidebbel utána a húst. Sózunk, megkeverjük. Belerakjuk az erős paprikát, majd lefedve kis lángon főzzük az elpárolgó szaftját mindig csak egy kevés vízzel pótolva. Mikor már félig megpuhult, bele tesszük a törött borsot és a lecsót is. Deszkáról szaggatott nokedlivel tálaljuk.

## Cigány káposzta

### Hozzávalók 6 személyre:

- egy 2-3 kg-os kövér tyúk
- 1,5 kg szálas savanyú káposzta
- 2 evőkanál zsír
- 2 evőkanál liszt
- 1 evőkanál őrölt pirospaprika
- 2-3 gerezd zúzott fokhagyma
- 1 kávéskanál őrölt bors
- 1 kávéskanál ételízesítő por
- 10 dkg rizs (vagy hántolt árpa)
- 5-8 dl víz
- só

### Elkészítése:

A megtisztított tyúkot 8-10 darabra vágjuk (comb, szárny, hát mell), ételízesítés sós vízben félpuhára főzzük. Levét leszűrjük, félretesszük. A hús felét egy nagyobb lábas aljára helyezzük, megborsozzuk, és egy sor káposztát ráterítünk. Ha túl savanyú egyszer átmoszuk. Erre megint húst teszünk, borsozzuk és a tetejére szórjuk a maradék káposztát. Öntsük fel a félretett húslével, takaréklángon főzzük addig, amíg a hús és a káposzta is megpuhul. Adjuk hozzá a rizst, a zsírból meg a lisztből fokhagymával készített rántást és óvatosan forgatás mellett főzzük még 20 percig. Akkor tekintjük késznek, amikor levét elfövi és zsírját feladja. Ez ki-tűnő egytálétel.



## Cigányka

### Hozzávalók:

- 0,5 kg csülökhús
- 2,5 kg belsőség (tüdő, lép, szív)
- 0,5 kg máj
- 30 dkg rizs
- 10 dkg só
- 1 dkg bors
- 1 kg vöröshagyma
- 50 dkg zsír
- 1,3 kg kolbászhús
- 2 tojássárgája
- recehártya

### Elkészítése:

A hozzávalókat ledaráljuk, a rizst megfőzzük, megsűrjük. Belekeverjük a zsírban pirított hagymát, majoránát, sót, a ledarált májat, belsőséget jól összedolgozzuk. Hozzáadjuk a ledarált csülökhúst, a fűszerezett kolbászhúst amíg szinte folyós lesz. A recehárttyát kiterítjük, felvágjuk és a masszából készült kis gombócokat teszünk bele, majd összehajtogatjuk. Tepsiben sütjük.

## Cigány vetrece

### Hozzávalók:

- 80 dkg marhalábszár
- 4 szelet zsíros szalonna
- 3 fej vöröshagyma
- 1 doboz paradicsompüré
- 1 mokkás kanál bors
- 3 db babérlevél
- 2 dl tejföl
- 3 evőkanál liszt
- 3 gerezd fokhagyma
- fél mokkáskanál majoránna
- csipetnyi örölt kömény és szerecsendió
- ízlés szerint mustár
- vörösbor
- kevés zsír vagy olaj

### Elkészítése:

Előkészítjük az anyagokat: a húst vékony csíkokra vágjuk, a hagymát lereszeljük, a szalonnát felkockázzuk. Egy kevés zsíron vagy olajon kisütjük a szalonnát, majd hozzáadjuk a hagymát és fedő alatt megpirítjuk. Ezután a húst hozzáadjuk és kicsit fehéresre sütjük. Majd az összes többi hozzávalót beletesszük a tejföl és a liszt kivételével. Annyi vizet öntünk hozzá, hogy teljesen ellepje, majd fedő alatt takarékon puhára pároljuk a húst. Ha kész, csomómentesre keverjük a lisztet a tejfölben és hozzáadjuk a jó szaftos vetrecéhez. Takarékon még hagyjuk kettőt, hármat rotyanni, hogy az ízek is jobban összeérjenek. Köretnek rizst vagy burgonyapürét adhatunk mellé.

## Kakaspörkölt túrós csuszával

A jellegzetes „kakaspörkölt túrós csuszával” ételnél nem is a pörkölt, hanem a hozzáátalalt túrós csusza az érdekes.

### Hozzávalók:

- 1 öreg kakas
- 3 fej hagyma
- két kanál színes paprika
- bor
- 2-3 kanálnyi lecsó
- erős paprika

### Elkészítése:

A kakast rendszeren levágjuk, leforrázzuk, kibeizzuk és a szokásos módon feldaraboljuk. A combokat kettévágjuk, a mellehúsát pedig hatfelé. A zsíron aranyosra pirítjuk az apróra vágott hagymát, rátesszük a paprikát, majd a húsokat és a zúzáját. Sózzuk, majd megkeverjük és lefedve kis lángon főzzük. Az elpárolgó szaftját mindig egy kevés vízzel pótoljuk. Mikor már majdnem megpuhult, borsozzuk, beletesszük a májat, a lecsót és az erős paprikát. Túrós csuszával tálaljuk.

## Körömpörkölt

Nem tudom, hogy mennyire régi és cigány étel-e a körömpörkölt, de tény, hogy mi cigányok szeretjük a zsíros ételeket. Ezért elmondom, hogy anyám hogyan készíti el ezt a remek ételt.

### Hozzávalók:

- 4 db sertésköröm
- 1 kg burgonya
- 2 nagy fej vöröshagyma
- 4 gerezd fokhagyma
- 2-3 evőkanál zsír
- pirospaprika
- örölt köménymag
- só
- piros arany (csípős)

### Elkészítése:

A körmöt megtisztítjuk, feldaraboljuk. Pörköltalapot készítünk (zsír, vöröshagyma, pirospaprika). A pörkölt alapba behelyezzük a körmöt és fűszerezzük. Felöntjük vízzel és majdnem készre főzzük (hagyni kell időt a burgonya megfőzésére.) Belerakjuk a burgonyát és készre főzzük.

## Kucurapörkölt

Európában kizárólag a cigányok konyháján található meg az anyadisznó méhéből, a kucurából vagy malactartóból készült pörkölt.

### Hozzávalók:

- 1 kucura
- 3 fej hagyma
- két kanál színes paprika
- bors, só
- ha van 2 kanálnyi lecsó
- erős paprika

### Elkészítése:

A kucurát megtisztítjuk, több vízben megmossuk, és falatnyi darabokra vágjuk. A zsíron aranyosra pirítjuk az apróra vágott hagymát, rátesszük a paprikát, majd a kucurát. Sózzuk, majd pár perc múlva felöntjük egy csésze vízzel, és fedő alatt pároljuk. Mikor majd nem kész, borsozzuk, bele tesszük a lecsót és az erős paprikát. Túrós csuszával, tarhonyával vagy rizzsel tálaljuk.

## Nokedli (galuska)

Jellegzetes cigány köret a „nokedli”. Ezt deszkáról szaggatják késsel, vagy kanállal.

Tálaláskor leöntik pörköltszafittal. Nagyon finom köret.

(Azért főztek sokszor ilyet mert nem volt pénzük kész tészta.)

### Hozzávalók:

- 1 kg liszt
- 2-3 tojás
- kávéskanálnyi só

### Elkészítése:

A megadottakból galuskatésztát keverünk annyi vízzel, amennyit felvesz (kb. 4 dl). Egy nagy fazékban vizet forralunk, sózzuk és amikor forr, egy deszkáról szaggatjuk bele a nokedlit. Mikor elfáradunk abba hagyhatjuk, ami feljött a víz tetejére szűrőkanállal kiszedjük. Aztán ezt ismételjük amíg el nem fogy.

## Paradicsomos tészta

### A paradicsom szósz

#### Hozzávalók:

- 1 l paradicsom
- 1 db száraz erős csöves paprika
- hagyma
- zsír
- színes paprika
- só

#### Elkészítése:

Zsírban üvegesre megpirítjuk a hagymát és színes paprikával megszórjuk. Ezután hozzáadjuk a paradicsomot, majd sózzuk. Hozzáadjuk az erős paprikát (ettől lesz csípős) és addig főzzük a szószot, amíg sűrű nem lesz. Közepes tűzön kb. 15 percig főzzük. Amikor kész van – kézzel gyúrt – tésztaival összekavarjuk, és tálaljuk.

### A tészta

#### Hozzávalók:

- 1 kg liszt
- 1 tojás
- só
- víz

#### Elkészítése:

A liszt részéhez a tojást, sót és annyi vizet adunk, hogy a tészta összeálljon. A tésztát alaposan összegyúrjuk és kétfelé osztjuk (ezt azért kell, mert két levél tészta lesz belőle.) Kinyújtjuk kicsit vastagabbra, mint a leves tészta, majd feltekerjük a nyújtófára. Ezután kihúzzuk és kb. 1 cm-es vastagságúra elvágjuk. Mind e közben végiglisztezzük a tésztát, mert könnyebb vele dolgozni. Ahogy fölvtukt a tésztát forró vízben kifőzzük. A lecsóval összekeverjük és tálaljuk.

## Párolt pecsenye cigány módra

#### Hozzávalók:

- 80 dkg marhahús szeletben
- 3 paradicsom
- 2 vöröshagyma
- 2 sárgarépa
- 1 fehérrépa
- 10 dkg zeller
- 10 dkg zöldborsó
- 15 dkg gomba
- 15 dkg füstölt szalonna
- 5 dkg vaj
- só, bors, zöldpetrezselyem

#### Elkészítése:

A hússzeleteket egy kissé kiverjük, megsózzuk, borsozzuk és egy kevés olajban hirtelen megsütjük. A hagymát a maradék pecsenyészírból üvegesre pároljuk, rászórjuk a feldarabolt paradicsomot és a hússzeleteket ebben a mártásban fedő alatt puhára pároljuk. A zöldségeket megtisztítjuk, feldaraboljuk és megpároljuk, majd vajban megpirítjuk. Tálaláskor ezekkel a pirított zöldségfélékkel szórjuk meg a húst, majd a szalonnából süttött kakastaréjokkal díszítjük.





## Ráchal cigányosan

### Hozzávalók:

- 1 kg ponty, harcsa balin, stb.
- 2-3 kanálnyi zsír
- 20-25 dkg füstölt szalonna
- 1,5-2 kg burgonya
- 2 fej hagyma
- 5-6 kanál lecsó
- (esetleg 1 pohár tejföl)
- paprika, bors, só

### Elkészítése:

A krumplit héjában megfőzzük, a halakat megpucoljuk, kibelevjük, törzsét felszeleljük vagy ha kishal akkor beirdaljuk. A tepsit kizsírizzuk beleterítjük a karikázott főtt krumplit és sózzuk. Rátesszük a sózott, paprikázott, borsozott halakat. Erre vékonyra szelt hagymakarikák jönnek, a legtetejére pedig a vékonyra szelt szalonnaszeletek. Ez takarja is, zsírozza is. A résekbe lecsót teszünk. Ha van tejfölt is locsoljunk a tetejére és süssük meg.

## Roma lecsó (Lacsai)

### Hozzávalók:

- 20 dkg húsos szalonna
- 3-4 nagy fej hagyma
- 2 kg zöldpaprika
- 40 dkg paradicsom
- 2-3 szem krumpli
- 2-3 piros paprika
- 2-3 csöves erős paprika
- só

### Elkészítése:

A paprikát karikákra vágjuk, a paradicsomokat négyfelé-hatfelé vágjuk, a krumplit meghámozzuk és felkarikázzuk (ez kellőképpen sűríti a lecsót). A szalonnákat kiolvasztjuk, majd aranyárgára pirítjuk rajta az apró kockára vágott hagymát. Megszórjuk az édes piros paprikával, majd rátesszük a paprikát és a paradicsomot, illetve a krumplit. Sózzuk és lefedve puhára pároljuk. Ízlés szerint erős paprikával ízesítve, vakarccsal vagy puha kenyérral tálaljuk.

## Lingelte (Lingari)

A nagyon szegény cigányok, nagyon finom étele.

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- víz, só, zsír, olaj

### Elkészítése:

Az anyagokból kemény tésztát gyúrnak széles, kerek lapokat nyújtanak belőle. 6-8 cm széles csíkokra vágják, villával megszurkálják és megsütik. Forrásban lévő sós vízben kifőzik, leszűrik, lecsepegtetik, forró olajjal, vajjal zsírral leöntik, így fogyasztják.



## „Tarhonyás” (tarhonyás) csülökhús

### Hozzávalók:

- 40 dkg csont nélküli sertécsülök
- 40 dkg csont nélküli füstölt sertécsülök
- 10 dkg tarhonya
- 40 dkg burgonya
- 2 nagyobb zöldpaprika
- 10 dkg vöröshagyma
- 8 dkg paradicsom
- 4 evőkanál olaj
- 1 dkg pirospaprika
- só

### Elkészítése:

Az apróra vágott vöröshagymát megdinszteljük a felhevített olajon, megszórjuk a pirospaprikával, és meglocsoljuk kevés vízzel. Zsírjára pirítjuk, beletesszük a felkockázott húsokat, paprikát és paradicsomot, majd megsózzuk. Lefedjük, és kevés vízzel locsolgatva, gyakran kavargatva készre főzzük. Mielőtt a hús teljesen megpuhulna, hozzáadjuk a megpirított tarhonyát és a feldarabolt burgonyát. Felöntjük annyi forró vízzel, hogy ellepje, majd fedő alatt takaréklángon készre főzzük. Tálaláskor paprika és paradicsomszeletekkel díszítjük.

## Tyúkos káposzta:

### Hozzávalók:

- 1 szelet füstölt hús
- 1 evőkanál liszt
- 1 evőkanál paradicsompüré
- 1 evőkanál zsír
- 1 konyhakész tyúk
- 1 kg apró savanyú káposzta
- só, őrölt bors, fűszerpaprika
- 1 cső erős paprika

### Elkészítése:

Az előkészített tyúkot félbevágják, tűzálló edénybe helyezik, ráteszik a szelet füstölt húst, savanyú káposztával befedik, annyi vizet öntenek rá, hogy ellepje. Fűszerezik, és lassú tűzön az egészét puhára főzik. Ha megfőtt a húst kiemelik, a káposztát paradicsomos rántással berántják és felforralják. Tálaláskor a húst részekre vágják és káposztával együtt tálalják.

## „Lecsős csirke (Tiszabő)”

### Hozzávalók:

- fokhagyma
- zöldpaprika
- paradicsom
- só, fűszerpaprika
- konyhakész csirke
- zsír
- füstölt szalonna
- vöröshagyma

### Elkészítése:

A csirkéből szokásos módon pörköltet készítenek. Az apróra vágott szalonnát kevés zsírral megpirítják a hozzáadott apróra vágott hagymával, darabolt paradicsommal, zöldpaprikával párolják. Ha a lecsó megpuhult össze párolják a csirkepörkölttel. Sós vízben főtt, cikkekre vágott burgonyával tálalják.

## Cigánytokány

### Hozzávalók:

- 1 evőkanál kukoricaliszt
- 2 dl tejföl
- só, őrölt bors
- 1 db zöldpaprika
- 50 dkg sertéslapocka
- 75 dkg nagy szemű bab
- 1 nagy fej vöröshagyma
- 1 db paradicsom

### Elkészítése:

Az apróra vágott hagymát zsíron pirítják, a kockára vágott hússal tovább pirítják, sóval borssal, darabolt zöldpaprikával, paradicsommal fűszerezik. A beáztatott babot sós vízben majdnem puhára főzik. Ezután a babot, húst rétegesen lerakják, kukoricaliszttel megszórják, tejjel megöntözik, sütőben átsütik. Savanyú káposzta körettel tálalják.



## Káposztás lecsó

### Hozzávalók:

- 2 fej vöröshagyma
- 3 egész tojás
- 40 dkg fejes káposzta
- 5 db zöldpaprika
- 1 dl olaj
- 3 db paradicsom
- só, fűszerpaprika ízlés szerint

### Elkészítése:

A káposzta külső leveleit eldobják, a megmaradt káposztát kettévágják, torzsáját kivágják, a káposztát legyalulják vagy széles metéltre vágják. A hagymát apróra, a borozott paradicsomot szeletekre, a csumázott zöldpaprikát karikákra vágják. A hagymát olajon párolják a hozzá tett zöldpaprikával, káposztával, paradicsommal tovább párolják, sózzák. Amikor már puha, ráütik a tojásokat és összesütik. Melegen tálalják.

## Lecsós nokedli

### Hozzávalók:

- 8 db zöldpaprika
- 4 db paradicsom
- 20 dkg füstölt kolbász
- 1 nagy fej vöröshagyma
- só, fűszerpaprika

### A nokedlihez:

- 40 dkg liszt
- 2 egész tojás
- só

### Elkészítése:

A nyár egyik kedven étele, a legolcsóbb „baróság” ami a városi cigányok nyelvén jóság, nagyság. Kolbással vagy virslivel különösen finom laktató étel. A lecsó és a nokedli készítése a szokásos. Még melegen összekeverik és azonnal fogyasztják.

## Rántott hagyma

### Elkészítése (1):

Egy nagy fej vöröshagymát vastag karikára vágunk, lisztben felvert tojásban, zsemlemorzsában megforgatják és forró zsírban mindkét oldalán szép pirosra sütik. Húsételek köreteként vagy ételek díszítéseként egyaránt használható hidegen és melegen egyaránt.

### Elkészítése (2):

Nagy fej vörös hagymát vastag karikákra vágunk, készítünk hozzá egy lecsós alapot és készre főzzük.

## Mátrai cigánygomba

### Hozzávalók:

- 2 fej vöröshagyma
- 2 db zöldpaprika
- 1 db paradicsom
- 2 dl tejföl
- 1 dl tej
- 1 dl tej
- só, fűszerpaprika
- 1 kg krumpli
- 40 dkg vegyes gomba
- 5 dkg zsír
- 3 dkg vaj
- 1 egész tojás

### Elkészítése:

A tisztított burgonyát, gombát kockára, a vöröshagymát finomra, a héjazott paradicsomot, kicsumázott zöldpaprikát szeletére vágják. Tejjel, vajjal, sóval, tojással burgonyapürét készítenek, tűzálló tálba rakják, lesimítják. A zsíron megpirított hagymát elkeverik a fűszerpaprikával és a hozzá tett gombával készre párolják. Ha kész lecsurgatják a levét a gombát pedig tejjel összekeverik. Az így elkészített gombapörköltet a burgonya tetején szétterítik, rámorzsolják a juhtúrót és a tejfölös lével leöntik. Sütőbe rakják, és addig sütik, amíg a juhtúró fel nem olvad.

## Tehén tögye sültve

### Hozzávalók:

- 2 dkg só
- vaj az edény kenéséhez
- 1 egész tojás
- zsemlemorzsza
- 1 kg tehéntögy
- 1 szál petrezselyem gyökér
- 1 szál sárgarépa
- 1 evőkanál ecet

### Elkészítése:

A tehéntögyet mossák, hideg vízbe áztatják, sütőedénybe helyezik, vízzel felöntik, ecettel ízesítik, felforraltatják. Rövid állási idő után a tögyet kiemelik, éles késsel gondosan lekaparják, ismét lábasba helyezik, melléteszik a leves zöldséget, sózzák és lassú tűzön puhára főzik. Ezután kiemelik a vízből, lecsurgatják, 4 cm hosszú, 1 cm széles szeletekre vágják, tojással áthúzzák, zsemlemorzsával megszórják, vajjal kikent sütőedénybe helyezik és aranysárgára sültve tálalják.

## Kecskepaprikás

Az ellés utáni hónapokban levágott fiatal gida húsa különösen finom. Régen még a mézsárszékekben is lehetett kecskehúst vásárolni. Az idősebb állat húsból paprikást és pörköltet, a gida húsból sült vagy rántott húst készítettek. A kecskét megnyúzzák, kibelezik, fejét és lábait félreteszik, csontos és csont nélküli húsat kockára vágják, mossák. A kecskepaprikást leggyakrabban bográcsban főzik, a megfonnyasztott hagymára rárakják a húst, átkeverik, körbesütik, a tűzről levéve sóval, borssal, fűszerpaprikával, zúzott fokhagymával, csöves paprikával fűszerezik. Nyáron zöldpaprikával és friss paradicsommal készül.

## Kecskesült

Csak a fiatal állat húsa alkalmas sülték készítésére. A kecskehúst darabolják, szeletelik, sóval, borssal fűszerezik, füstölt szalonnacsíkokkal tűzdelik, zsírozott tepsibe rakják és megsütik. Köretet, főzeléket, ritkábban kenyeret esznek hozzá.

## Lófasírt

A romák szeretik a lovat és a lóhúsból készült ételeket is: leggyakrabban fasírtot, pörköltet és rántott húst készítenek belőle. A lóhús gondos előkészítést, alapos kivéreztetést igényel. A fasírozott készítése más vagdalt húshez hasonló.

### Hozzávalók:

- lóhús
- vöröshagyma
- zsemle
- tojás
- őrölt bors
- só
- majoránna
- fokhagyma
- fűszerpaprika és zsír

## Hucurapörkölt

Ma már kevesen ismerik a malactartót (disznóméh) amit korábban a vágóhidakon lehetett kapni. Ez a kocából eltávolított húsrész, amit a cigányok régen és ma is szívesen fogyasztanak.

### Hozzávalók:

- malactartó szükséges mennyiségben
- 1 fej vöröshagyma
- zsír
- só, fűszerpaprika
- flekkenfűszer

### Elkészítése:

Malactartókat – a zúzához hasonlóan – szét-hasítják, darabolják, sós vízben megfőzik. A zsíron pirított, apróra vágott vöröshagymát elkeverik a fűszerpaprikával, belerakják a csíkokra vágott belsőséget, kevés víz hozzáöntésével puhára párolják. Levét vízzel kissé felengedik, hasábra vágott burgonyát főznek bele és a paprikás krumplihoz hasonlóan tálalják. Valódi roma étel.

## Aszalt szilva kásával

Valamikor a romák szilveszteri étele volt.

### Hozzávalók:

- 1 evőkanál liszt
- 1 tojás cukor
- 50 dkg szilva
- 1 csésze rizs
- 1 l tej

### Elkészítése:

A szilvát mossák, kimagozzák, 2 liter vízben megfőzik. Lisztből, tejjel, tojással készített habarással behabarják, lassan kavargatva kiforralják. Ízlés szerint cukorral ízesítik és hűtve tálalják.

## Töltött paprika

### Hozzávalók:

- fele-fele arányban marha- és disznóhús
- tojás
- tölteni való paprika
- só, fűszerpaprika
- rizs, vöröshagyma
- lecsőpaprika
- fokhagyma
- lecsőparadicsom

### Elkészítése:

A húst darálják, a tölteni való paprikákat kicsumázzák, a hagymát apróra vágják, a fokhagymát zúzzák. Zöldpaprikából, paradicsomból lecsót készítenek, a rizst majdnem puhára párolják. A hozzávalókat jól összekeverik, tojással megkötik, a zöldpaprikába töltik, az előzőleg elkészített lecsóra rakják és megfőzik.

## Zalai cigány káposzta

A kicsontozott, apróra vágott sertésoldalast finomra vágott vöröshagymával együtt megpirítják, sóval, borssal, fűszerpaprikával ízesítik, babérlevelet tesznek hozzá. Annyi vízzel felengedik, ami ellepi a húst és félpuhára főzik. Ekkor ráteszik a hajszálvékonyra vágott fehér káposztát, sűrített paradicsomot és lassú tűzön főzik. Ezután elkészítik a húsgombócot: darált sertéshús, só, őrölt bors, fűszerpaprika, ételízesítő keverékéből és félpuhára főzött rizsből. Nyers tojással megkötik, a káposzta közé rakják és az egészet készre főzik. Együtt tálalják.

## Krumplikása

Az ország számos táján készítették még. A XX. század elején a magyar családok is a meghámozott, szeletelt krumplit sós vízben megfőzték, összetörték, kevés lisztet szórtak hozzá, a krumpli főzőlevének egy részével hígították. Kanállal tepsibe szaggatták, tetejét paprikás, hagymás zsírral meglocsozták. Igen laktató étel. Akik tehettek, a tetejére kolbászt és szalonnát is sütöttek.

## Hamis Cigánytokány

### Hozzávalók:

- 1 evőkanál kukoricaliszt
- 2 dl tejföl
- só, őrölt bors
- 1 db zöldpaprika
- 50 dkg sertéslapocka
- 75 dkg nagy szemű bab
- 1 nagy fej vöröshagyma
- 1 db paradicsom

### Elkészítése:

Az apróra vágott hagymát zsíron pirítják, a kockára vágott hússal tovább pirítják, sóval, borssal, darabolt zöldpaprikával, paradicsommal fűszerezik. A beáztatott babot sós vízben majdnem puhára főzik. Ezután a babot, húst rétegesen lerakják, kukoricaliszttel megszórják, tejjel megöntözik, sütőben átsütik. Savanyú káposzta körettel tálalják.

## Tövískes galuska

Szolnok, Rákóczi falva étele a mai napig is készítik.

### Hozzávalók:

- burgonya
- szalonna
- vöröshagyma
- só
- liszt

### Elkészítése:

A hámozott burgonyát nyersen lereszelték, sózták és annyi lisztet tettek hozzá, hogy galuska téstát kapjanak. Forrásban lévő sós vízbe szaggatták, kifőzték, leszűrték, és lecsepegtették. Közben a kis kockára vágott szalonnát kisütötték, a hozzáadott apróra vágott hagymát megpirították és összekeverték a galuskával. Volt amihez a galuskát csak pirított zsemlemorzssával szórták meg és úgy fogyasztották.

## Parulyka

Szinte csak ezen a környéken főzik, főzték.

Szolnokon kevésbé, de Szolnok környékén ma is készítik.

### Hozzávalók:

- karalábé, vagy káposztalevél
- liszt
- zsír
- fokhagyma
- őrölt bors
- petrezselyemzöld
- víz
- szalonna
- tej

### Elkészítése:

A szép gyenge, de nagy karalábé vagy káposztaleveleket száruktól megtisztítjuk, laskára vágjuk, forró vízben megabáljuk, utána leszűrjük. Ezután lisztből zsíron 2-3 evőkanálnyi rántást készítünk, zúzott fokhagymát, borsot, finomra vágott petrezselymet rakunk a rántásba, kevés vízzel felengedjük és megfőzzük. Végül tejjel meglocsoljuk, hozzáadjuk a pirított szalonnakockákat. Húst lehet belerakni.

## Tutajos

A cigányok nagyon szeretik de a szegény magyar családok kedvenc étele is volt és még ma is az. Egy cigány asszony nevezte így, de a magyar családok így hívták.

### Hozzávalók:

- vöröshagyma
- zsír
- fűszerpaprika
- tördelt lebbencstészta, vagy tarhonya
- só
- burgonya

### Elkészítése:

Az apróra vágott hagymát zsíron megpirítjuk, fűszerpaprikával elkeverjük, rátesszük a karikára vágott hámozott burgonyát, sózzuk, vizet öntünk rá. Felforraljuk, majd belerakjuk a száraztészta. Időnkénti keveréssel puhára főzzük. Olyan sűrűnek kell lenni, hogy megálljon benne a kanál. A cigányok lecsót (cigánylecsót) is tesznek bele.

## Sárban sült kárász

### Hozzávalók:

- 2 kg kárász
- csemege piros paprika
- só

### Elkészítése:

A kifogott halat kizsigereljük, de nem pikkelyezzük le. Kívül bedörzsöljük sóval és paprikával, majd 4 cm vastagon sárral kevert fűszálakkal borítjuk be. Beledobjuk a parázsba, egyszer – egyszer megforgatjuk, és hagyjuk, hogy kérgesre süljön. Kivesszük a parászból, megütögetjük egy nagy kővel, hogy megrepedjen és lefejtjük róla a kérget, amire rátapadtak a pikkelyek. Parázsban sült burgonyát kínálunk mellé köretnek. A sárban sült kárász sütőben is elkészíthető.

## Rakott hal cigányosan

### Hozzávalók:

- 1 kg ponty, harcsa vagy bármilyen hal
- 2-3 kanálnyi zsír
- 20-25 dkg füstölt szalonna
- 1,5-2 kg burgonya
- 2 fej hagyma
- 5-6 kanál cigány lecsó
- 1 pohár tejföl paprika
- bors, só

### Elkészítése:

A burgonyát héjában megfőzzük, a halakat megtisztítjuk, kibelevjük, a törzsét felszeleteljük, a kisebb halakat beirdaljuk. Kizsirozott tepsibe terítjük a karikázott, főtt burgonyát és megsózzuk. Rátesszük a sózott, paprikázott, borsozott halakat. Erre vékony szelet hagymakarikák jönnek, a tetejére pedig az ugyancsak vékony szalonnaszeletek.

## Vakarcs (Cigánykenyér)

A cigányok kenyérsütési módszereinél feltétlenül meg kell említenünk a Vakarcsot, amelyet a tűzhely lapján sütnék kovásztalan kenyértésztából.

### Hozzávalók 4 darabhoz:

- 40 dkg liszt
- 1 kiskanál só
- 2,5 dl víz (esetleg fele tej)
- 20 dkg disznózsír

### Elkészítése:

A hozzávalókból tésztát gyúrunk, majd 4 lapos lepényt formálunk belőle. A tűzhely lapján a kályha platnin mindkét oldalán megsütjük őket. A cigányok úgy eszik, hogy lecsót tesznek rá.

## Bodag - Bakolyi - Sovány bodag - Pányi (cigánykenyér)

Ha az ország több pontjáról érkező cigány közösségbe csöppenünk és megkérdezzük tőlük, hogy feljűk, hogy hívják hogyan nevezik a cigány kenyeret akkor arra több elnevezést kapunk: bodag, bakolyi pányi (punya) vakaró stb. De tudjuk, hogy nem csak a cigány kenyér elnevezése különböző, hanem azok elkészítésének módjai is. Én most elmondom az általam ismert cigány kenyér, bodag elkészítésének módját.

**Elkészítése:** 1 kg lisztet – annyi vízzel, hogy egy rugalmas kenyér állományú tésztát kapjunk – sóval, sütőporral elkeverjük, majd a tésztát három-négy adagra osztjuk. A tésztáinkból lepényt formázunk és liszttel, sóval megszórt tepsin, sütőben készre sütjük. (a sütőben forgatjuk és mindkét oldalát megsütjük). Sütés közben megszurkáljuk, hogy a gőz ki tudjon jönni belőle. Viszont sok helyen sűtik bő olajban, mint lángost, vagy kályha tetején a platnin, sőt régen ahol szabad tűzön főztek a vándorlás során csak a vasdarab tetején sűtötték.



## Babos tészta

### Hozzávalók:

- 50 dkg tarkabab
- 50 dkg széles metélt
- 1 evőkanál liszt
- 2 evőkanál zsír
- 1 fej vöröshagyma
- 2 gerezd fokhagyma
- 1 kiskanál paradicsompüré
- 2 dl tejföl
- pirospaprika, őrölt fekete bors, só

### Elkészítése:

Pörkölt alapot készítünk, (zsír, vöröshagyma, pirospaprika, kevés víz). Belerakjuk a már előre beáztatott és fűszerezett (áttört fokhagyma, paradicsompüré, bors, só) babot. Felöntjük kevés vízzel, és puhára főzzük. Miután a babunk megfőtt liszttel megszórjuk és elkeverjük. A széles metélttésztánkat sós vízben kifőzzük, majd a babbal összekeverjük. Tálaláskor tejjel meglocsoljuk.



## Túrós csusza pörkölttel

### Hozzávalók:

- 1 egész tyúk  
(de nagyon finom más pörkölttel is)
- 2 db vöröshagyma
- 2 db zöldpaprika
- 1 db paradicsom
- 1 gerezd fokhagyma
- 40 dkg csuszatészta vagy metélttészta
- 20 dkg túró
- 3 dl tejföl
- 1-2 evőkanál zsír
- pirospaprika
- őrölt bors, só

### Elkészítése:

Elkészítjük a már ismert tyúkpörköltet. Pörköltalapot készítünk, belehelyezzük a megtisztított feldarabolt tyúkot, felöntjük vízzel, fűszerezük, készre pároljuk. Majd kifőzzük a csusza vagy metélttészta, amit túróval összekeverünk.

### Tálalása:

A túros csuzát a tányér közepére helyezzük, rászedjük a pörköltet, és meglocsoljuk tejjel.

## Cigány tészta

### Hozzávalók:

- 1 kappan szét darabolva
- só
- fokhagyma
- 1 hagyma
- 1 paradicsom
- 1 paprika
- 1 csomag 8 tojásos széles-metélt
- 1 tejföl

### Elkészítése:

A kappant sózzuk, zúzott fokhagymával bekenjük, majd alufólia alatt kevés vízzel puhára pároljuk egy szép nagy tepsiben úgy, hogy a hagymát, paradicsomot és paprikát is beletesszük. Mialatt puhul a kappan kifőzzük a tészta és a megpárolódott húshoz körítjük. Piros ropogósra sütjük és tálalás előtt nyakon öntjük tejjel. Nem fogyókúra. „Bilagitos” étek, de nagyon finom.

## Túrós galuska

### Hozzávalók:

- 2 dl tejföl
- 1 egész tojás
- 1 köteg kapor
- 50 dkg grízes liszt
- 10 dkg tehén- vagy juhtúró
- 10 dkg füstölt szalonna
- só ízlés szerint

### Elkészítése:

A túró szitán áttörük, liszttel, tojással, csipet sóval, vízzel vagy tejjel nokedlítésztát készítenek belőle, finomra vágott kaprot is kevernek a masszába. Kanállal forrásban lévő sós vízbe szaggatják, tejjel és szalonnakockákkal ízesítve fogsztják.

## Zsíros pogácsa

Lisztből tojással, zsírral, sóval közepes keménységű tésztát gyúrnak, ujjnyi vastagra nyújtják, tetejét bevagdossák, pogácsaszaggatóval kiszaggatják. Tojással áthúzzák, sóval megszórják és sütőben megsütik.

## Bodzalekvár (bogyóból cigány módra)

Bizonyára mindenki látott már cigányokat bodzaszedésből jövet. Vödreik, zsákjaik, tele vannak a fekete bodzabogyóval, kezüket ruhájukat megfogta a fekete-lilás bodza lé. Otthon aztán a cigány asszony (a férfi is segít) befőzi a bodzalekvárt. A bodzalekvár elkészítése végül is nem bonyolult, na és persze olcsó (csak cukrot kel hozzá megvenni).

### Hozzávalók:

- 5 kg érett bogyó
- 3 kg cukor
- 7 dl víz

### Elkészítése:

A bodzát megmossák és leszemezik. Vízből és cukorból szirupot főznek, majd beleteszik a bodzát. Felteszik főni és lekvársűrűségűre főzik. Előmelegített üvegekbe teszik, lezárják, majd öt percre fejre állítják. Ezt követően kidunsztolják. A cigánygyerek az udvaron, utcán általában bodzalekváros kenyeret eszik. Nagyon finom lekvár!

## Patratészta

Leginkább a marhapörköltöz készítik.

### Hozzávalók:

- liszt
- kevés só
- víz

### Elkészítése:

A tészta gyúrása, pihentetése, a tészta formázása, a tészta nyomkodással való kinyújtása. Az összehajtott tészta nyújtása, a széthajtott tészta nyomkodása, a hajtogatás ismétlése, a széthajtott tészta megfordítása, a tábla liszttel való megszórása. A kész tésztalevél karra helyezése, a tészta forrásban levő vízbe szaggatása.

## Cigány metélt

### Hozzávalók:

- 1 dkg zsír
- 1 egész tojás
- só és őrölt fahéj
- 50 dkg liszt
- 25 dkg szilva
- 10 dkg cukor

### Elkészítése:

A lisztből tojással, csipet sóval kevés vízzel kemény tésztát gyúrnak, amit három cipóvá formáznak. Enyhén zsírozzák és pihentetik, majd nem túl vékonyra nyújtják és gyufaszál vastagságúra vagdalmazzák. Forrásban lévő sós vízben kifőzik, leszűrik, leöblítik. A zsírt a lábasban felforrósítják, belekeverik a szilvát, a cukrot, fahéjat, majd a tésztát is összekeverik vele. A maradék fahéjas cukorral tálalásnál a tésztát meghintik.





## Töporthyús Vakarc

### Hozzávalók:

- 1 kg liszt
- 2 dkg élesztő
- 50 dkg friss töporthyú
- só

### Elkészítése:

A lisztet az élesztővel és meleg vízzel gyúrjuk össze, hogy kenyértészta keménységű legyen. Fél órai dagasztás után meleg helyen megkelesztjük. Mikor megkelt, nyújtódeszkára borítjuk az összevagdalt töporthyúval a tésztát úgy, hogy a kettő teljesen elvegyüljön egymással. Ezután 2-3 cm vastagra nyújtjuk. Összehajtjuk, hogy félhold alakú legyen és a köríves oldalán félújni hosszúságban bevagdoszuk. Lassú tűzön legalább 1 óra hosszát sütjük. Frissen jó!

## Burgonyás kocka

### Hozzávalók:

- 25 dkg burgonya
- 8 dkg zsír
- hagyma
- kézzel készített tészta kockára vágva

### Elkészítése:

A burgonyát héjában megfőzik, megtisztítva apró kockára vágják, 8 dkg zsíron – cigány szokás szerint –, jó hagymásan, kicsit lecsósan – hagymát megfonnyasztják; ebben a burgonyát összetörik és benne a kifőtt tésztát megforgatják.

A fokhagymát nagyon szeretik használni pörkölteket, darált húsból készíthető ételek kedvelt fűszere. Ma a média a fokhagyma jótékony tulajdonságát hangsúlyozza. Az emberi szervezetre gyakorolt hatását, fontosságát, a cigányok nem igen ismerik és nem is foglalkoznak vele, csak egyszerűen szeretik és használják.

A fűszerpaprika nagyon fontos a konyhában. Az ételek 80 %-a tartalmazza. Módszeresen és igényesen választják meg a paprika minőségét, mert úgy tartják, hogy nem csak ízesíti az ételt a paprika, hanem szép színt is adhat. 1 kg húshoz átlagosan 2-2,5 dkg paprikát szokás használni.

A cigány konyha nagyon szereti még a majoránát, a babérlevelet. Nagyon módszeresen és ízletesen tállják, keresik, és használják a fűszereket. Igaz, hogy nem sok fűszerrel dolgoznak, de annál választékosabban. Ebben az esetben is az a cél, hogy biztosítsa a jólakottság, a telítettség érzését.



## Piroge vagy pirogi

Tésztából, sajtból, ribizliből és morzsából készített étel (Náday Gyula gyűjtése, a Szolnok környéki cigányok is főzték).

**Elkészítése:** Főzz puhára fél kiló lapos tésztát, mézzel ízesített és egy kevés safránnyal színesített vízben majd szűrd le. Teríts egy réteget belőle egy jól kivajazott mély tál aljára, majd borítsd be krémsajttal. Azzal keverd egészen lágyra, majd fröcsköld fel, hogy a tészta ne mozduljon el. A keverékhez, tetszőlegesen egy felvert tojást is hozzá lehet adni. Szórj a krémsajtra egy réteg ribizlit és mazsolát, majd újabb réteg tészta következik és így tovább, tetszés szerint. A legfelső réteg tészta legyen, esetleg valamilyen díszítéssel. Fröcsköld meg vajjal és süsd forró sütőben, míg a teteje barna és ropogós lesz. A mazsolát felhasználás előtt gyümölcslebe vagy gyümölcspárlatba pl. pálinkába lehet áztatni.

## Köt pite

A palacsinta egyik válfaja. Tojásból, tejből, lisztből kavargják, sűrűbbre mint a palacsintát. Megzsírozott tepsibe öntik, jó vastagon. Sütőben megsütik. Olykor egy kis élesztőt is tesznek bele, úgy kavargják és sütik meg.

## Krumplis galuska

Szalonna zsírban egy kis vöröshagymát sütünk, parányi paprikát szórunk bele. Az így felhevített forró zsírba teszik a megfőtt tört krumplit. Ezt raktuk a megsírozott galuskára és összekeverjük vele. Ez pompás, de nagyon nehéz és laktató étel. Ezt az ételt valamikor egy tanítványomtól halottam, a lány Tiszabőn lakott. Eredetileg katonaétel volt.

## Angyal bögyörő

Az angyalbögyörő nem szokványos cigány étel, de szívesen készítik, fogyasztják.

**Elkészítése:** A krumplit megmossák, egészben megfőzik, meghámozzák, összetörik, tojást ütnek bele és annyi lisztet adnak hozzá, amennyit felvesz. Meggyúrnak. Ekkor kiteszik a deszkára. Egy kicsit elvesznek belőle, megsodorintják, vagy hosszút nyújtanak belőle és elvagdoszák. Megfőzik sós vízben. Vízben megpirított morzsával behintik. Magyar étlapon nudli a neve.



## Lepin (Költ tészta)

### Hozzávalók:

- liszt
- tej, élesztő
- zsír
- túró, tojás
- cukor

### Elkészítése:

Mikor a tészta jól megkelt, elnyújtják a tepsiben. A túró felcukrozzák, egy tojást ütnek bele. Megkenik vele a tésztát. Ezt a töltelékkel beleteszik. A tészta másik felével vagy vékony szalagokkal az egészet kockásan befedik. Tepsiben megsütik. Felszeletelik.

## Lekváros derelye sültve

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- vaj, zsír
- só
- cukor
- lekvár

### Elkészítése:

Egy gyurat lisztet (50 dkg) tojással, tejjel kevés olvasztott vajjal, egy kis sóval, több cukorral meg kell gyúrni, azután elnyújtani, végül felébe hajtják. Az első felébe cukrozott lekvárt raknak kanállal kis csomókban egymástól 4-5 cm távolságra. Mikor minden helyet beraktak, a levél másik felét ráhajtják. Minden csomó körül megtapogatják, hogy összeragadjon. Ekkor derelyemetszővel elvágják négyzet vagy rombusz alakúra és ezeket egyenként rakják bele a forró zsírra. Roppant felfújódik, telemegy levegővel. Mind a két oldalát pirosra sütik és egyenként kiszedik a tálba. Ebből sokat lehet enni mert vékony a tészta és tele van levegővel. A cigányok sok esetben tésztát és káposztát is tesznek bele. Sokan felfújt levegőnek hívják.

## Lecsó, túrós csuszával

### Hozzávalók:

- 20 dkg füstölt szalonna
- 1 kg lecsópaprika
- 0,5 kg paradicsom
- 30 dkg hagyma
- 1-2 erős paprika
- 5-6 gerezd fokhagyma
- só, cukor, színes paprika

### Elkészítése:

A felszeletelt szalonnát kakastaréjszerűen bevagdadjuk, majd a fazék alján kisütjük. Rátesszük az apróra vágott hagymát, és kavargatva aranyosra sütjük. Meghintjük a paprikával és rádobjuk a felkarikázott paprikát és a cikkekre vágott paradicsomot. Beletesszük a zúzott fokhagymát, sózzuk, cukrozzuk és beletesszük felhasított erős paprikát is. 20-25 percnyi fedett párolás után kész. Túrós csuszával, vagy tarhonyával tálaljuk.

## Tejfölös pompos

Azt hittem, hogy ez Abony, Szolnok környékének a paraszti étele. Ez az étel leginkább az alföldi szegény családoknál divatos. Én az anyukámtól tanultam. Amikor egy országos kereskedelmi televízióban megsütöttem, nagy sikere lett. Nagyon csodálkoztam, amikor egy fiatal cigány lánytól meghallottam azt, hogy ők rendszeresen sütik, sőt cigány ételnek vallják. Ezen nem akarnak vitatkozni a lényeg az, hogy nagyon finom és frissen kifejezetten csodálatos étel.

### Hozzávalók:

- 50 dkg liszt
- 2,5 dkg élesztő
- kevés tej és cukor
- 20 dkg burgonya
- 1 evőkanál olaj
- só
- 2 pohár tejföl

### Elkészítése:

Az élesztőt langyos tejben kis cukorral felfuttatjuk. A lisztbe fészket készítünk; be-  
lerakjuk az áttört főtt krumplit, az élesztőt,  
olajat, megsózzuk ízlés szerint. Langyos vízzel  
rugalmas tésztát készítünk, jól kidolgozzuk.  
Langyos helyen kétszeresére kelesztjük, tep-  
sibe terítjük. A tejfölöket egy kanál liszttel  
elkeverjük és a tésztába simítjuk. Gazdagít-  
hatjuk még kisült szalonnakockával, karikára  
vágott vöröshagymával, sajttal, végül közepes  
tűznél készre sütjük. Egy másik változat sze-  
rint a tészta elkészítése után kis tenyérnyi ko-  
rongocskákat készítünk, forró olajban arany-  
barnára sütjük és tejjel tálaljuk.

## Üres kalács

### Hozzávalók:

- 1 kg liszt
- 1 db tojás
- 2 dl tejföl
- 3 dkg élesztő
- 1 dl tej
- csipet só
- zsír
- cukor, ízlés szerint

### Elkészítése:

Az élesztőt langyos tejben felfuttatjuk, majd  
a lisztet sóval, a megkelt élesztővel, cukor-  
ral, végül tejjel összekeverjük és tésztává  
kidolgozzuk. Utána a tésztát ruhával leta-  
karjuk és 2-3 órán át langyos helyen keleszt-  
jük. Kelesztés után a tésztából kézzel gom-  
bókat szaggatunk, vékonyan elnyújtjuk,  
tetejét olvasztott vajjal megkenjük. Utána  
összesodorjuk, kifli alakúra hajlítjuk, zsíro-  
zott tepsibe egymástól megfelelő távolságra  
helyezzük, mert újból kelesztjük addig amíg  
duplájára nő. Majd közepes meleg sütőben  
20 percig sütjük.

Felelős kiadó: Szolnok Megyei Jogú Város Önkormányzata, Szalay Ferenc polgármester  
Gyűjtötte, szerkesztette: Magyar Gulyás Gasztró-Turisztikai Egyesület, Szolnok  
Szakmai közreműködő: Csányi Sándor

Köszönetet mondunk

Adatszolgáltatásért: Szolnok Megyei Jogú Város Roma Nemzetiségi Önkormányzata  
Nagykörtű Községi Roma Nemzetiségi Önkormányzata,  
Roma Gasztronómiai, Kulturális és Hagyományőrző Egyesület, Szolnok  
Szakmai konzultáns és lektor: Vincze Lajos, Deák Sándor

A kiadványban megjelent szövegtartalmak, anekdóták, receptek saját gyűjtés,  
valamint forrással megjelölt szakirodalomból származnak.

Általános felhasznált irodalom:

Dr. Szuhay Péter: A magyarországi cigányok kultúrája: etnikus kultúra vagy a szegénység kultúrája  
PANORÁMA • Budapest, 1999

A felhasznált illusztrációk gyűjtésből és nyílt, ingyenes adatbázisokból származnak.

A kiadvány fotói a Magyar Gulyás Gasztró-Turisztikai Egyesület, valamint az adatszolgáltatók  
tulajdonában vannak, azok a résztvevők tudtával, hozzájárulásával készültek

Nyomdai előkészítés és nyomtatás: VM Média Kft.  
Készült Szolnok, 2016.

ISBN 978-963-12-5078-7

