

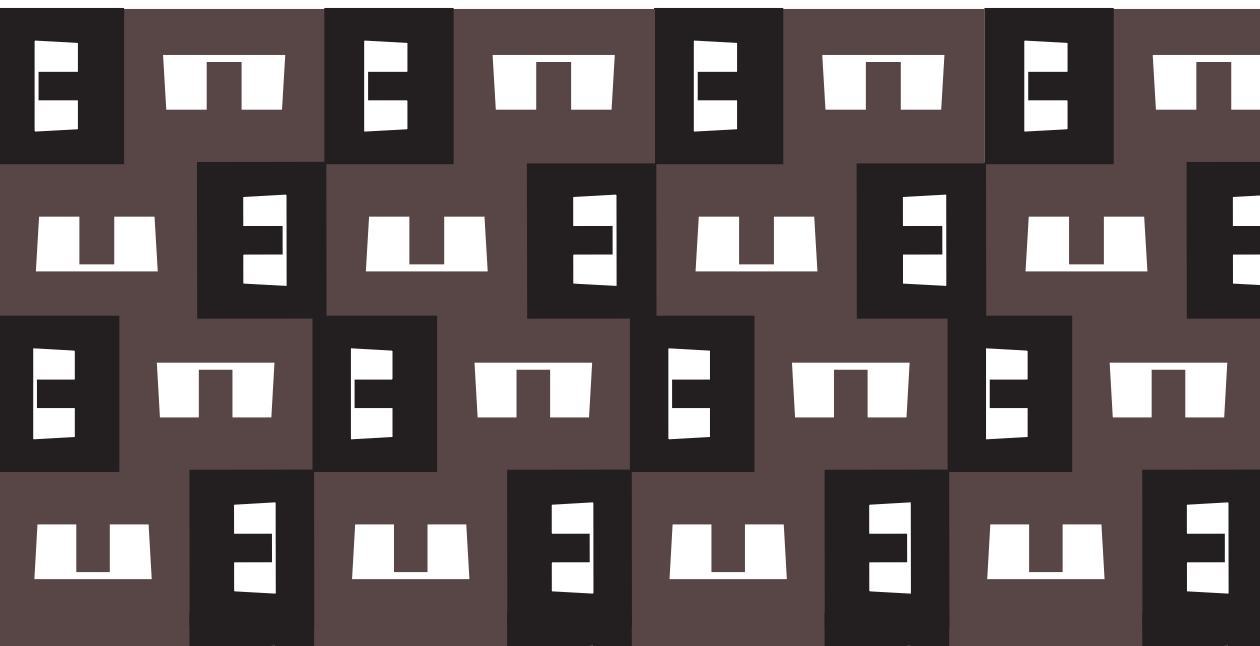
2018-8-9  
LVI. évfolyam

# életünk

irodalmi, művészeti és kritikai folyóirat



FÜVEK, FÁK,  
RÉGÉSZET





# A késő középkori- reneszánsz udvari konyha fűszerei Magyarországon

A magyar konyháról a „magyar módra/magyarosan” készülő ételekről a halászlé, a gulyásleves, a tejfölös borjú- és csirkepaprikás, a töltött káposzta és a különféle rétesek jutnak elsőre az eszünkbe. Ezzel szemben a magyar konyha újkori reprezentációját a nemzetközi gasztronómiában a hazai szakácsművészet és vendéglátóipar csupán a 19. század elejétől kezdve fokozatosan alakította ki...

A gulyás leírását elsőként hitelesen Szirmay Antal 1804-ben Budán megjelent Magyarország szóképekben (*Hungaria in parabolis sive commentarii in adagia et dicteria Hungarorum*) című könyvének részlete őrizte meg számunkra, mely – többek között – a 18. század második felének étkezési kultúrájáról ad leírást: „Az utazó magyarok eledele a gulyás – mely a csordapásztoroktól ered – és nem más, mint elaprózott marhabús, melyet hagymával, borssal és köménymaggal bográcsban főznek meg.”

A pörkölt, amely a mai magyar konyha egyik szimbóluma, sertésszírban pirított aprított vöröshagymával, őrölt pirospaprikával, zöld- és cseresznyepaprikával, valamint friss paradicsommal (esetleg fokhagyma, köménymag és egyéb ízesítőanyagok felhasználásával), fedő alatt, saját zsírában, rövid lében készített húsétel. Ebben a formájában „mindössze” két és fél évszázadra tekint vissza...<sup>1</sup>

Bevezetésként legyen is ennyi elég, hiszen e rövid írásom célja mindössze az, hogy ízelítőt adjon a hihetetlenül gazdag és felfedezésre váró késő középkori-reneszánsz udvari ételkészítés során hazánk területén, elsődlegesen az udvari és főúri konyhákon használt fűszerek világába.

Joggal vetődik fel a kérdés, hogy hogyan ismerhetők meg a korszak ételkészítési technikái, fűszerezési szokásai?

Doktori kutatási témám „A reneszánsz udvari konyhakultúra Magyarországon a kísérleti régészet aspektusából” számos tudományterületre kiterjedő, a 21. században szinte kötelező érvényű multi- és interdiszciplinaritást előtérbe helyező vizsgálat, amely a hagyományos forrásfeltárás; úgymint az írott kútfők (*korabeli krónikák, követjelentések, leírások, inventáriumok /leltárak/, számadások, végrendeletek, magánlevelezések szöszedetek, szótárak, oklevelek irodalmi alkotások, étrendek stb., különös tekintettel a receptgyűjteményekre*), a képi források és képzőművészeti alko-

tások felkutatása mellett, a régészeti feltárások során napvilágra kerülő tárgyi leletanyag vizsgálata, mely esetünkben a régészeti növénytan (paleo-ethnobotanika / archaeobotanika, újabban a komplex archeobotanikai kutatások) eredményeit foglalja magába. Mindezek segítséget nyújtanak a korszakban használt fűszerek alkalmazásának megismerésében, azaz az ízesítőanyagokat, fűszereket illetően, melyek az Amerika felfedezése előtti időszakban alkalmazott import és hazai, a friss és „asszó / asszú” [szárított] fűszerek (1. ábra) mindennapi használatába adnak betekintést.<sup>2</sup>

## SAKÁCSKÖNYVEK

Az ételkészítés folyamatához nem elengedhetetlenül szükséges, de a reprodukálhatóvá tétel szempontjából fontos ételreceptek Nyugat-Európában már a középkor kezdetén megjelentek különféle kódexekben, a 14. századból pedig már szakácskönyveknek tekinthető kéziratos gyűjtemények maradtak fenn Angliában, Franciaországban, Németországban. Itáliában pedig a századból összesen tizenhárom olasz nyelvű ilyen kézirat ismert. Európában a nyomtatás kezdetéig a legbefolyásosabb szakácskönyv a római korból áthagyományozódott Gaius Apicius: *De re coquinaria* című műve volt. E szakácskönyv olyan szakácsok számára készült, akik már ismerték az ételkészítés fortélyait, hiszen az ételek elkészítésének leírása során nem, vagy csak elvétve utal a szerző mennyiségekre, mértékegységekre. A középkori szakácskönyvek is folytatják ezt a hagyományt. A legelső nyomtatott szakácskönyv Itáliában készült, melyet csak kis lemaradással követett az első, Németország területén megjelent recepteskönyv, melyet 1485-ben adtak ki. A 16. században egyre több szakácskönyv jelent meg, melyek közül Marx Rumpolt *Ein new kochbuch*-ját (1581, Frankfurt) érdemes kiemelni azért, mert szakácskönyvében 48 magyar étel leírása is szerepel.

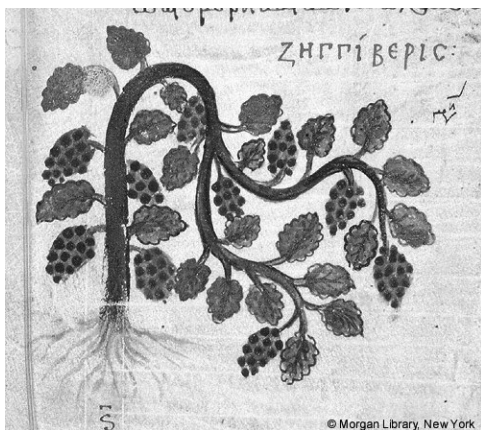
A magyar gasztronómatörténeten illetve életmódkutatáson belül a recept- és szakácskönyvkutatások a 19. század utolsó harmadában kezdődtek el. Az elsők között Jókai Mór volt az, aki Kakas Márton írói álnéven egy 1601-ből való kéziratos szakácskönyvről tájékoztatta az olvasókat. A korszakból Thaly Kálmán nevét említhetjük még, aki egy 1552-ből származó gasztronómiai témájú levelet közölt. Témánk szempontjából is fontos kézikönyv Radvánszky Béla *Magyar családélet és háztartás*



1. ábra: Fűszerárus ábrázolása  
1453-ból, a nürnbergi Városi  
könyvtárban őrzött „Hausbuch der  
Mendelschen Zwölfbrüderstiftung”  
(Mendelschen Zwölfbrüderstiftung  
háztartási könyvéből)

a XVI. és XVII. században című munkája három kötetben, amelyek 1879-ben és 1893-ban jelentek meg.

Radvánszky 1893-ban közölte a *Régi magyar szakácskönyvek. Az erdélyi fejedlem udvari szakácskönyve a XVI. századból* című művét. Ez a kötet egy általa 15. századnak meghatározott német kódex magyar vonatkozású négy ételreceptjét, *Szakács Tudomány-t* (sic!), az erdélyi fejedelmi udvar kéziratosszakácskönyvét, majd néhai Wecker János Jakab orvos utasításait olvashatjuk, hogyan kell a beteg emberek számára való ételleket készíteni, valamint Thurzó Szaniszló gróf galgóczi lakomáinak 1603-ból fennmaradt étlapját tartalmazza. Radvánszky báró a sorozat III. kötetében publikálta a *Következzenek szakácsághoz való mesterségek* kezdetű, 16.



2. ábra: Gyömbér ábrázolása. Különlegessége nevének fonetikus kiejtés szerinti görög nyelvű felírata. Konstantinápoly, 940-960 körül

század hetvenes éveire datált kéziratosszakácskönyv-töredéket. Mindezek ismerete nélkül elképzelhetetlen volna a magyarországi reneszánsz-kori konyhakultúra mélyreható tanulmányozása.

Figyelemreméltó Füreder Balázs észrevétele, miszerint a 14. századból is maradt fenn magyar recept. A *Magyar torta* elkészítési leírását az ebből az időszakból származó *Libro di cucina* tartalmazza. A recept alapján véve egy húsos töltelékkel készített rétestorta. A kappan- és sertéshúst, hagymával, fűszerekkel, sóval megízésítve bő zsírban megsütötték, majd vízzel felöntve megpárolták.

Közben elkészítették a lisztből és sós vízből álló tésztát, amelyet lapokra nyújtottak, szalonnával zsíroztak, töltöttek, végül megsütöttek. A recepthez hagymát, édes fűszert vsz. (fahéj/szegfűszeg a középkori ízlésnek megfelelően) sok sáfrányt (az „arany színe, a gazdagság jelképe volt – ára ma is meghaladja a kilónkénti másfélmillió forintot), sót használtak.<sup>3</sup>

## ALAPANYAGOK

Az ételek készítésénél nem csak hazai alapanyagokat, mint almát, egrezt, meggyet, barackot, szilvát (aszalt formában, vagy liktáriummá [lekvár] főzve), tengeriszőlőt [ribizli], malozsát [mazsola], gesztenyét, epret és egyéb fentebb fel nem sorolt gyümölcsöket, hanem a kiterjedt kereskedelemnek köszönhetően déli gyümölcsöket, mint például a gránátalmát, narancsot, lémonyát [citromot], olívát, fügét, valamint a Távol-Keletről származó fűszereket, így a sáfrányt, szegfűszeget, fahéjat, borsot, szerecsendiót, gyömbért (2. ábra) egyaránt alkalmazták az udvari szakácsmesterek.

Felbukkan a cukor használatának említése is, mely szakácskönyvünkben nádméz néven szerepel.

A nyersanyagoknál a húsok közül mindvégig megtaláljuk a marhát („tehénhús”), a borjút, a juhot, a bányát, a sertést („disznóhús”), a malacot, a nyulat, a szárnyasokat (tyúk, kappan, lúd), a vadakat, az apró madarakat (veréb, pinyóke, cinege, tengelice, rigó, seregély stb.) az édesvízi- (ponty [„posár”], csuka, harcsa, pisztráng, kárász, kecsge, sügér stb.), a tengeri- (tőkehal, lazac stb.) és a vándorhalakat (tok, viza), rákokat, csigákat, az osztrigát, sőt még békából készült ételek receptjeit is kipróbálhatjuk. A kaviárt is előszeretettel fogyasztották. Megfigyelhetjük a belsőségek (velő, máj, tüdő, gyomor) jelentős mértékű felhasználását, fogyasztását, melyek felendülését Apicius szakácskönyvének 1498-as nyomtatásban történő kiadása erősen elősegítette. Tojásból készült ételről is számos recept maradt fent. A zöltségek között egy sereg esetben bukkanhatunk a közkedvelt káposzta (édes és sós, savanyú, olasz, fehér és vörös), répa, petrezselyemgyökér, vörös-, pór-, mogoró- és fokhagyma, hüvelyesek, spenót, cékla, uborka, tök, fejes saláta, spárga, articsóka, endívia, cikória, borágó, bobalyka (más néven: Mihályka monya vagy baraboly) stb. nevére. Nem csak a főtt/sült ételek elkészítéséhez használták előszeretettel, hanem saláták és különféle mártások („sásák”, lèvek, suffák) alapanyagai is voltak. Sokféle étel készült különféle gombából is. Ugyanezt mondhatjuk el a különböző virágokról (rózsa, viola, bodza), melyekből lekvárokat, fánkokat vagy illatos vizeket készítettek, utóbbiakat az ételkészítés során ízesítésre használtak. A gabonaféléknél a rizs, az árpa, a köles, a zab, a búza számít gyakori nyersanyagoknak.

A zöldfűszerek közül a borókabogyó – melyet ez időben fenyőmagnak neveztek –, petrezselyemlevél, tárkony, zsálya (3. ábra), menta, kapor, kakukkfű, babérlevél (magyar nyelvű recepteskönyvben csak későn, a 16. század végén, egy alkalommal és latin nyelven /*laurus*/ jelenik meg) mellett, a keleti fűszerek bors, sáfrány, gyömbér, fahéj, szegfűszeg, szerecsendió, szerecsendió-virág mindvégig jelen voltak. Az ízesítőknek köszönhetően – só, méz, nádméz [cukor], amely például Nádasdy Tamás (1498–1562) nádor számadáskönyveiben fehér/fekete, vagy süveg formában



3. ábra: Zsálya gyűjtése és gondozásának ábrázolása az 1370-1400 körül keletkezett *Tacuinum sanitatis*-ban (Codex Vindobonensis)



fordul elő, bor (savanyú, édes, fehér, vörös), ecet, és nem utolsó sorban az „egresvíz” (más néven Verjuice (/ˈvɜːr,dʒuːs/ VUR-jooss; a középkori francia nyelvben vert-jus „zöld lé” az éretlen szőlő kiperéselt levéből nyert erőteljesen savanyú ízesítő), a különböző húsból, csontból és zöldségfélékből készült alaplevek (tehénhúslé, kap-pan lé, borsólé, hal lé stb.), a vér – mint sűrítőanyag, rózsavíz, citrusfélék (lémo-nya/citrom, narancs-édes (*Citrus sinensis*) és keserű (*Citrus × aurantium*)) – a fogá-sokban gyakran az édes, savanykás ízvilág dominált. Jellemző az erős fűszerezés, a meghatározó édeskés íz, ami a kenyérbélen kívül (melyet az ételek sűrítésére hasz-náltak) a méz, a nádméz, a mazsola, füge, alma, körte, mandula használatából követ-kezik. A fentieket alkalmazták a húsonál, halaknál, és salátáknál is. A főzéshez, sütéshez vaját (sima vaj, írósvaj), olívaolajat, szalonnát (a szakácskönyv írója időn-ként külön kihangsúlyozza, hogy friss, vagy avas, esetleg füstölt szalonnát kíván-e a recept), hajat, faggyút használtak. Az egyéb nyersanyagok között a kenyér, a zsemle, a tojás, a tejtermékek szerepelnek.

Az édességek közül a különböző fánkok, rétesek, bélesek, torták, piskótók (két-szersült; (biscuit/piskóta), a marcipán, vagy marcipán jellegű („Nádmézből csinált marczipánt”), a rizsből, tojásból készült édességek, radócz-cal (bortészta) burkolt vajban/olívaolajban kisütött gyümölcsök, virágok, fűszernövények (pl. orvosi zsá-lya) említhetők meg – a szakácskönyv tanúsága szerint legalább ötszáz éve hasonló-képp készülő palacsinta mellett....

A magyar módon való főzést-ízesítést Marx Rumpolt (1581) így fogalmazta meg: *„A nemzeti karakter elsősorban a fűszerek használatában és párosításában áll. Magyar módon készült az az étel amelyben: fog(k)hagyma, köménymag, gyömbér, sáfrány, tárkony, bors, rozsmaring, illatos zöld füvek (kapor, petrezselyemzöld), majo-ranna, szerecsendió virága, vereshagyma, alma van együtt.”* Magyar módnak nevezi továbbá a sülték szalonnával való spékélését, a sültékhez adott levet, a fokhagyma borban való főzését, a vadhúsok, különösen a vaddisznó készítményi módját. Szinte minden étel készítésénél az alábbi három szó áll a receptek végén: *„jól gyömbérezd, borsold, sáfrányozd meg.”* Így teszünk mi is kísérleti régészeti tevékenységünk során, ahol a tudományos módszerekkel kutatók forrásokban fellelhető információk alap-ján törekszünk a reneszánsz ételek elkészítésének rekonstruálására.

Szombathely szűkebb régióját és a korszakot tekintve Kanizsai László (1496 k. – 1525) és Nádasdy Tamás (1498–1562) nádor számadáskönyveit és utóbbinak a nejével Kanizsai Orsikával (1521–1571) folytatott levelezésére kell felhívnom a figyelmet. E források révén nagyon sok adalékkal gazdagodhatunk a korszak fűsze-rezési szokásai, ételei, ételkészítési módzatai tekintetében.

A számadáskönyvek kiváló forrást nyújtanak – többek között – a vásárolt alap-anyagok, így – a fűszerek vonatkozásában is. Megjegyzendő, hogy a saját kertekben termesztett friss gyógy- és fűszernövények nem minden esetben jelennek meg a receptekben szerepeltetett felhasználás esetén kívül a forrásokban.

Nádasdy Tamás számadáskönyvében az alábbi ételkészítéshez használt fűszerek találhatóak meg:

aragon [spanyol] sáfrány (*Crocus sativus*), bors (*Piper nigrum*) (41 alkalommal feljegyezve a vásárlását!), Citrom (6x) / lémonya (citrom alatt is, de citrom és lémonya együtt szerepel receptben, jelentésszerű különbség feltételezhető! (*Citrus × limon*)) (44x), fahéj (*Cinnamomum Verum*) (6x), fehér nádméz, fekete nádméz (Saccharum-cukornádból készült édesítőszer) (16x) nádméz-süveg (3x), fenyőmag (boróka; *Juniperus communis*) (10x), fokhagyma, azaz *Allium sativum* (12x), gyömbér (*Zingiber officinale*) (20x), hagyma (*Allium* – 4. ábra) (79x) kapor (*Anethum graveolens*, ([ánizs]kapor?) (édeskömény/ édeskömény (*Foeniculum vulgare*) kaporna (kapribogyó – *Capparis spinosa*), keserűhagyma (*Allium*), kömény (*Carum carvi*) (3x), majoránna (*Origanum majorana*), narancs (*Citrus sinensis*) (23x), petrezselyem (*Petroselinum*) (83x) pórhagyma (*Allium porrum*), sáfrány (*Crocus sativus*) (24x), szegfűszeg (*Caryophyllus aromaticus*) (13x), szerecsendió (*Nux mochatata*) (2x), szerecsendió virág (*Macidis flos*) (3x), tárkony (*Artemisia dracunculus*) (10 x) torma (*Armoracia rusticana*) (13x) vereshagyma (*Allium cepa*) (13x), zsálya (*Salvia officinalis*) (3x).

Ezeket a fűszereket kívül a 16. századi magyar nyelvű szakácskönyvekben szerepel még:

Lestyan (*Levisticum officinale*), babér (*Laurus nobilis*), sáfrányos szeklice (*Carthamus tinctorius*), izsóp (*Hyssopus officinalis*), mogoróhagyma (*Allium ascalonicum*), turbolya (*Anthriscus cerefolium*) (olasz saláta), mustár (*sinapis*), sabrag bors, avagy choriandrum [koriander] mag (*Coriandrum sativum*), ruta (*Ruta graveolens* – *Rutaceae*), ánizs (*Pimpinella anisum*), bors- vagy borsikafű (csombor) (*Satureja hortensis* L.), kardamom (*Elettaria cardamomum*), rozmaring (*Rosmarinus officinalis*), római kömény (*Cuminum cyminum*), szurokfű (*Origanum vulgare*), turbolya (*Anthriscus cerefolium*), zsázsa (*Lepidium latifolium*).

Betekintést nyerhetünk Kanizsai László tábori étrendjébe is. Egy vasárnap délelőtt (1521. szeptember 22.) *prandiumra* marhahús, kappan, szalonna, sajt, vaj, káposzta, vöröshagyma, kenyér, körte és alma állt a szakács rendelkezésére, hogy elkészítse a villásreggelit. Este vacsora (*cena*) marhahús, szalonna, lencse, vaj és körte került az asztalra, talán a délelőtti étkezés maradékaiból. A rákövetkező pénteken



4. ábra: Új-, vagy keserűhagyma-szedők  
ábrázolása a 15. századi  
*Taucinum sanitatis* kódexből

(1521. szeptember 27.) – tehát böjti napon – vizaikra, hal, lencse és kenyér. Tíz nap alatt kétszer vettek bort és ecetet két nap kivételével. Kétfajta kenyeret ettek: fehérét és feketét. Többször volt csirke és tojás, egy alkalommal barackot is kapott a többi gyümölcs mellé. Fűszerként borsot, sáfrányt, fahéjat, sót és mézet használt a főúr szakácsa, aki mindent a mohácsi piacon vett meg.



5. ábra: A visegrádi Mátyás Király Múzeumban reneszánsz kori ételek elkészítésének folyamatába, és a lakomák világába kalauzoltuk el a látogatókat.  
Fotó: Bérczi Bálint, 2014. május 3.

A bélesekkbe, tortákba, rétesekbe való töltelékek sora úgyszintén számtalan. Lássuk, hogyan fogadta férje Kanihsay Orsika kivátó bélesét:

*„Úr Isten megfogadja az bélest, bizony sok jámborral öttök meg. Szent Orsolla asszony estin igen emlegetnének avval, hogy ha otthon volnék, nekem bélest sütnél, azonközbe holta kelve csak itt terme Oláh István az bélessel... „*

Aszaláson kívül készítettek különféle liktáriumot, dinnyesajtot, szilva- és almavizet, lekvárt. Choron Zsófia 1569-ben kéméendi kertjéből Nádasdy Kristófnénak írta, hogy hogyan készíti ő a szilva- és barack-liktáriumot. *„Az börczköt (barackot) meghámozom szépen és késheggyel meghasasztom szépen és az börczke magva helyett egy fél mandolamagot teszek és borsos mézet teszek reá és tiszta deszkára szépen rendelem, az kemencében úgy szárasztom meg. Az szilva-liktáriumot így csinálom, hogy az szilvát meghámozom és meghasasztom és szépen deszkára rendelem. Az magvát megtöretem és az magvabelit az magva helyé-*

*be teszem és borsos mézet öntetek reá és úgy szárasztom kemencében tiszta deszkán. Héjastól az szilvát ha csinálom, tehát csak félfelől meghasítom az szilvát és az magvát kiveszem és megtöretem, az magva belit esmég magva helyében teszem és borsos mézet öntetek belé és az deszkára rendelem, úgy szárasztom kemencében.”*

## ÖSSZEZÉS

A forráskutatás eredményeképpen felszínre hozott ismeretanyag bizonyossá tett arról, hogy a rendelkezésemre álló források biztos alapját képezik kísérleti régészeti kutatásaimnak.

A több éve tartó, a hagyományos forráskutatáson alapuló munka eredményeként a mai napig a Radvánszky Béla által közölt két receptgyűjtemény mintegy



nyolcszáz felsorolt ételreceptje közül több, mint háromszázötven féle étel elkészítésére (5. ábra) került már sor.

A különböző forrástípusok feldolgozásával árnyaltabb – és helyhez, vagy akár személyhez (Mátyás király, Beatrix, Estei Hyppolit, Nádasdy Tamás és Kanizsai Orsolya stb.) kötődően rajzolhatunk képet a főúri udvarok étkezési szokásairól, az ételkészítés körülményeiről, eszközeiről, alapanyagairól, az ételkészítési technológi-



6. ábra: Alapanyagok a VIII. Simontornyai Várnapon elkészített ételekhez.  
Fotó: Szigetvári Krisztián, 2018. május 12.

ákról és a késő középkori-reneszánsz stílusú export- és hazai fűszerekről, fűszerezési szokásokról. A kísérleti régészeti tevékenységgel (6. ábra) a tudományos eredményeket a tudomány és a szakma képviselőin túl, közelebb vihetjük a téma iránt érdeklődők köréhez.

A már rég elfeledett, nem használt ételkészítési technológiák, ízesítési szokások, fűszerezési módok által ismét az érdeklődés középpontjába kerülve eleveníthetjük fel a reneszánsz idején alkalmazott ízvilágot, gazdagítva mindezzel 21. századi kulináris ismereteink tárházát.

A kutatás eredményeképpen rekonstruálhatóvá válik a reneszánsz udvari és főúri konyhakultúra egy része, fontos adalékot szolgáltatva hazánk késő középkori életmódkutatásának egyik legérdekesebb, legkézzelfoghatóbb, legízletesebb szegmenséhez.

## IRODALOM

- Étkezési kultúra és szakácsművészet I. Apafi Mihály korában* (1979) (szerk.): Dr. Horváth Iván. Budapest
- FÜREDER Balázs Gábor (2006): Magyar torta tizenkét személyre. – *Lymbus Magyaraságtudományi Forrásközlemények*, 5–8.
- KÁROLYI Árpád – SZALAY József (1882): *Nádasdy Tamás nádor, családi levelezése*. Budapest, Magyar Tudományos Akadémia Könyvkiadó Hivatal
- KLEMETTILÄ, Hannele (2012): *The medievals kitchen*. A Social History with Recipes. Reaktion Books Ltd., London
- KLEMETTILÄ, Hannele (2013): *Das Mittelalter-Kochbuch*. Köln
- KOHÁRI Gabriella (2015): Kísérleti régészeti tevékenység a visegrádi Királyi Palota magánkonyhájában (Experimental archeology in the Royal Palace of Visegrád) – *A Janus Pannonius Múzeum Évkönyve*, 53. 125–140.
- KOHÁRI Gabriella (2015): The possibilities of the identification of turned up kitchen tools at archeological excavations from the Renaissance age (1450–1600) – *Instrumentum Bulletin du Groupe de travail européen sur l'artisanat et les productions manufacturées de l'Antiquité à l'époque moderne* n° 42 déc. 48–50.
- KOHÁRI Gabriella (2016) Rekonstruált ételek – rekonstruált műemlékben. A reneszánsz udvari konyhakultúra Magyarországon a kísérleti régészet aspektusából. – *Műemlékvédelem* LX:3-4: 250–264.
- KOHÁRI Gabriella (2017): The reproduction of the press-mould of a late medieval/Renaissance sweet, or how can we produce a marzipan dessert for three hundred persons in standardized production? – *Instrumentum Bulletin du Groupe de travail européen sur l'artisanat et les productions manufacturées de l'Antiquité à l'époque moderne* n° 46 déc. 21–24.
- KUMOROVITZ L. Bernát – M. KÁLLAI Erzsébet (1959): *Kultúrtörténeti szemelvények a Nádasdyak 1540–1550-es számadásaiból* I-II. Sajtó alá rendezte: Belényesy Márta – Gáborján Alice. Budapest
- NÓGRÁDY Árpád (2011): *Kanizsai László számadáskönyve*. História Könyvtár Okmánytárak 8. Budapest
- NYÁRY Albert (1870): A modenai Hyppolit-Codexek. Hyppolit udvartartása. Magyarország erkölcsi és műveltségi viszonyai a XV. század utolsó s a XVI.-ik első negyedében. – *Századok* 4:10: 661–687.
- NYÁRY Albert (1872A): A modenai Hyppolit-codexek. III. Hyppolit udvartartása. Magyarország erkölcsi és műveltségi viszonyai a XV. század utolsó s a XVI.-ik első negyedében. – *Századok* 6:5: 287–305.
- NYÁRY Albert (1872B): A modenai Hyppolit-codexek. IV. Hyppolit udvartartása. Magyarország erkölcsi és műveltségi viszonyai a XV. század utolsó s a XVI.-ik első negyedében. *Századok* 6:6: 355–376.
- RADVÁNSZKY Béla (1893): *Régi magyar szakácskönyvek I. kötet – Az erdélyi fejedelem udvari szakácskönyve a XVI. századból*. Budapest, Az Athenaeum B. Társulat Bizománya
- SZIRMAY de Szirma, Antonius (1804): *Hungaria In Parabolis, Sive Commentarii In Adagia, Et Dicteria Hungarorum ...* Edidit Martinus Georg. Kovachich Universitatis Pestanae
- TAKÁCS Sándor (1907/1914): *Régi magyar asszonyok*. Budapest
- THALY Kálmán (1874): Vingárti Horváth Gáspárné levele Melczer Andrásához – *Századok* 7:4: 513–514.

- TÖRÖCSIK Tünde – NÁFRÁDI Katalin – SÜMEGI Pál (2015) (szerk.): *Komplex archeobotanika*. Szeged, GeoLitera Kiadó
- VÖRÖS Éva (2008): *A magyar gyógynövények neveinek történeti-etimológiai szótára*. A magyar nyelvstudományi intézetének kiadványai 85. Debrecen
- WEISS ADAMSON, Melitta (2014): *Food in medieval times*. Greenwood Press, Westport, Connecticut, London

## ELKÉSZÍTÉSRE JAVASOLT ÉTEL RECEPTJE ÉS MÓDJA

### „Rétesnek, bélesnek nemei következnek”

(RADVÁNSZKY 1893, 185. oldal 125. lap)

„Ennek az rétesnek, bélesnek tésztáját így csináljad. Az szép tiszta búzából csinálj lisztet, az lángját vedd ki, igen gyakor szita által megszitáltasd, még ha lehet selyem szitát kerestess, ha egyik sem leszen, vászonból csináljon szitát. Ezzel csinálhatsz ezeknek való tészta lisztet. Ennek az meggyúrásához tiszta vizet melegéts, de igen hé ne legyen, csak annyira való melegsége legyen, mint az kezed eltűri. Ezt illendőkép-pen megsózzad, vajat öss bele, tiszta asztalon az lisztet keményen nyomogasd ki, s az közepit vájd ki, töltsd oda aztán az meleg vizet az liszt közé. Abban üss három vagy négy tikmonyat, azt keverd el kezedd, az kést vedd ki, mosdjál meg magad. Az kezedd mind addig gyúrjad, míg az kezed alatt megőjozik az tészta, s gyakorta tenyereid megvajazzad, hogy az tészta reá ne ragadjon. Mikor immár eléggé gyúrtad volna, ha bélest akarsz belőle csinálni, tehát apránként szakgasd, mint egy tikmony.

Az táblát lisztezd meg, vékonyon rakd reája az tésztát, de távul rakd egymástól, hogy öszve ne ragadjon. Felyül megkend, hogy meg ne cserepesedjék, mert kárt teszen az nyujtásában, ha megcserepesedik. Ennek az kenegetéséhez csinálj tik vagy lúd tollából nyolcz vagy tíz szálból afféle eszközt, azzal kenegesd az tésztát, ha tollat nem találnál kecskerágó fából csinálj szentelőt neki.

Immár ez megnevezett tésztából bélesekét csinálhatsz, különb különb réteseket, s mind rétes tortákat. Ezeket mint kell megtölteni megtaláloed az tortákban. Az bélesekhez öreg pinnatáid legyenek levelestül s fedelestül, a kiben ezeket megsüt-hessed. Ha pinnatád nem leszen, olyan szépen nem sütheted meg.”

Hozzávalók: 60 dkg graham liszt, 30 dkg vaj, 10 dkg porcukor, 3 db tojás sárgája, meleg víz / hideg, só

A lisztet szitán átszitáljuk, így nem tapad össze, könnyebbé válik a tészta. A vajat fel-daraboljuk, a tésztához morzsoljuk, hozzáadunk három tojás sárgáját, egy csipet sót, majd meleg vizet fokozatosan a tésztához adagolva szép fényes, sima tésztát gyú-runk. Addig folytatjuk a tészta gyúrását, amíg „megőjjodzik”, vagyis hólyagossá (nem) válik. Ezek után a töltelék függvényében gyúródeszkán kinyújtjuk, kellő méretűre vágjuk. Készíthetünk belőle borral felfőzött fűszerekkel ízesített aszalt-gyümölcs-lekváros süteményt, vagy tortát az alábbi aszalt szilvából készült töltelék-kel töltve.

A megtöltött sütemények tetejét tojássárgájával megkenjük és lassú tűzön pirosra sütjük.

*Béles töltelék, pl.*

„Asszú szilva” (RADVÁNSZKY 1893,198. 131. oldal) 2008. 05. 03-án elkészítve

„Az asszú szilvát mosd meg egynehány meleg vízben, annak utána tiszta vízben tegyed fel, főzd meg erősen; hogy megfő, vedd ki, szürd le az levét, tölts hideg vizet reá, ha lenig győződ azt várni hogy meghűljön, ugyanazon leszen. Ennek az szilvának hánd ki az magvát mind, az szilváját vágd meg az vágókéssel erősen, annak utána vedd egy tiszta serpenyőben vagy fazékban, szűrj mézet reá, borsold, sáfrányozd, szekfűvezd meg, két vagy három tikmonyat, egy kis vajat is csinálhatsz bele. Ezt az szilvát főzd meg vízben az szerszámával együtt, de az mennyere akarod ezt az szilvát készíteni, csak annyét készíts hozzá. Ebből az szilvából tortát is csinálhatsz, bélest, rétest, czipót is tölthetsz vele, fánkot is.”

Az aszalt szilvát megmossuk, mézet, őrlött szegfűszeget, sáfrányt, egy kevés őrlött borsot, egy csipet sót adunk hozzá és vízzel/borral krémes állagúra főzzük.

Amikor megfőtt, egy kanál vajat adunk hozzá és simára keverjük.

(Pl. 1549-ben a Kanizsa Várának inventáriumuma a Szalonnás házban egy köből aszú szilvát is felsorol.)

## JEGYZETEK

- 1 A történelmi tanulmányaink során fel-fel bukkan az az elmélet, hogy a 18. század végén, politikai taktika részeként, a magyar főúri elit új „nemzeti ételt” választott, a paprikával fűszerezett gulyáshúst, mellyel a magyar konyhakultúra osztrákoktól való különbözőségét szeretnék volna kifejezni. A parasztkultúra egy regionális ételére – az alföldi pásztorok régi eledelére – a gulyáshúsra esett a választás, melyet nem sokkal korábban kezdtek el őrlött paprikával fűszerezni a csípős íz elérése végett, mivel a bors, mint keleti fűszer beszerezhetősége és ára tekintetében sokáig társadalmi rangjelző funkcióval bírt. A paprika őshazája Mexikó déli része, Közép-Amerika és az Antillák szigetvilága. A paprika európai és ázsiai elnevezése a görög-latin bors jelentésű peper-piper szóra vezethető vissza. A magyar paprika szó a szláv *papar* (bors) kicsinyítő képzővel ellátott alakjának átvétele. Elnevezése a törökbors, spanyolbors tükörfordítás eredménye. Csapó így ír a paprikáról: „*Ezt kertekben termesztik, és a piros hosszú gyümölteit a paraszt emberek porrá törik, és eledeleiket avval borsozzák*” (Csapó József: Új füves és virágos Magyar kert, melyben mindenik fűnek és virágnak neve, neme, ábrázatja ... értelmesen megjegyeztetnek. Pozsony, Landerer, 1775,284.)
- 2 Pl. A visegrádi királyi palotában 2007–2016 között folytatott kísérleti régészeti tevékenységem során a palota kertjében korábban feltárt kutak archeobotanikai/palinológiai elemzése során megismert alábbi növényeket használtam, amelyek ma a rekonstruált fűszerkertben is megtalálhatóak: cickafark (*Achillea millefolium*), metélőhagyma (*Allium schoenoprasum*), levendula (*Lavandula*), fodormenta (*Mentha spicata*), borsmenta (*Mentha × piperita*), zeller (*Apium graveolens*), izsóp (*Hyssopus officinalis*), kakukkfű (*Thymus*), citromfű (*Melissa officinalis*), fekete üröm (*Artemisia vulgaris*). A fekete üröm egyes diétás ételek elkészítésére ajánlható, mert zsírok semlegesítésére, az étel könnyebb emésztésére, az étel ízletesebbé tételére is alkalmas.), zsálya (*Salvia officinalis*), [csilagtrökök, sárgarépa], petrezselyem (*Petroselinum hortensis*), [saláta, retek], fehér üröm (*Artemisia absinthium*), [cukkini, sárgarépa].
- 3 A sáfrány a legdrágább volt az összes fűszer között. Tizenkétszer értékesebb, mint a gyömbér. Fél kilo sáfrány egy ló árát kóstitálta. Fél kilo gyömbér egy juh árával egyezett meg. Egy kilo szerecsendió egy tehén ára volt.