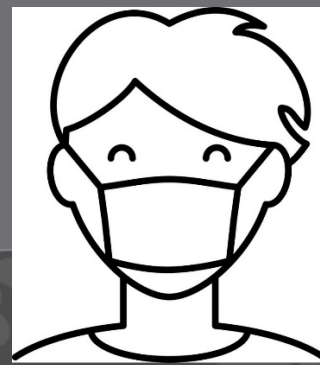


KINCSES HÍREK



Piacozás veszélyhelyzet idején

A koronavírus magyarországi megjelenése alapvetően rendezte át a mindennapokat. Ebben a helyzetben, korábbi életünk rutinjai kérdőjeleződnek meg korábban egyértelmű, magától értetődőnek vélt dolgok válnak bizonytalanná. A változó környezet a kiskereskedelmet is érinti. A jelenleg (április elején) hatályos, a kijárási korlátozásokról szóló szabályozás kifejezetten hozzájárul, hogy a helyi termelői piacok nyitva maradhassanak, de azzal a korláttal, miszerint 9-től 12-ig a piacokon csak 65 év feletti vásárolhatnak. Így a piac jelenleg nyitva tart:

- **7 és 9 óra között várjuk a 65 alattiakat, 9 és 11 óra között a szepkorú vevőket.**

A járvány továbbterjedésének az akadályozása miatt a piac működését más tekintetben is alapvetően korlátozzuk, átszervezzük:

- **Kötelező haladási irányt** jelölünk ki a vásárlók részére (bejárat csak a Keszeg utca felől, kijárat a Vasúti sétány felé)
- **Zsilipes beengedő rendszert** alakítunk ki: a piacon egyszerre csak annyi vevő tartózkodhat, ahány árus, a többieknek - egymástól két méterre elkülönítve a kijelölt „zsilipekben” kell várakozniuk.
- Megnöveltük az standok közötti távolságot, maszkok viselésére kötelezzük az árusokat.

Kérjük a vevőket az intézkedések elfogadására és betartására. Bár a 'piacozás' lényeges része a beszélgetés, tere-fere, most mindenkit nyomatékosan arra kérünk, ne gyülekezzen és a vásárlás után – a kijelölt irányban, a vasúti sétány felé – menjen haza.

Vigyázzanak Magukra, Vigyázzanak Egymásra!



NAGY ISTVÁN AGRÁRMINISZTER: LEGYENEK NYITVA A PIACOK!

Nagy István a somogyi megyeszékhely piacán tett látogatásán újságírók előtt azt mondta: arra kéri a települések vezetőit, hogy - védőintézkedések betartása mellett - tegyék lehetővé az embereknek a hozzájutást a piacon kapható zöldségekhez, gyümölcsökhöz, kézműves termékekhez, nyújtsanak alternatívát számukra a vásárláshoz.

Szabadtéren, kellő fegyelmezettséggel, szabálykövetéssel kisebb a fertőzés veszélye, és annál jobban tudunk vigyázni egymásra, minél több helyen, a tumultust elkerülve tudjuk biztosítani az árukhoz való folyamatos hozzájutást - indokolta kérését a miniszter. Hozzátette: ezzel letörhető a kiugró áremelkedések és a pánik okozta ársokk, könnyebbé válik a tisztességes piaci viszonyok fenntartása, az üzleti szabályok betartatása.

forrás: www.kormany.hu



BUDAPEST? JÖVÜNK!

FŐVÁROSI ÁTVÉTELI PONTJA NYILT A MÁRIAI PIACNAK

A koronavírus nem csak a termelői piac működését alakította át, hanem felértékelte egyes különlegesebb értékesítési csatornákat is, mint a házhoz szállítás, közvetlen értékesítés, érintésmentes átvevőpontok. A piac tulajdonosai az elmúlt években több termelői csoport részére is üzemeltetett Budapesten átvevőpontokat. Most úgy éreztük elérkezett az idő, hogy a máriai piac termelői, árusai számára saját 'exkluzív' átvevőpontot nyissunk Budapesten. Az átvevőpontot Budapest II. kerületében Pasaréten egy egykori kis üzletből alakítottuk ki. A vevők egy zárt elektronikus felületen keresztül adhatják le rendeléseiket, a szállítás hetente történik, a megrendelt termékeket pedig akár önkiszolgáló módon, belépőkártyával is átvehetik. Amennyiben Ön, vagy budapesti rokonai, ismerősei érdeklődnek az átvevőpont iránt, forduljanak a piac üzemeltetőihez vagy írjanak a piac@kincsessomogy.hu-ra.



APRÓFALVAK KÖZELRŐL

Két zalai aprófalujelene, problémái és lehetőségei – a polgármesterek szemszögéből

Zala megye területét tekintve az ország 6. lakosság száma alapján 4. legkisebb megyéje, 2019. év elején 268,6 ezer fő élt itt. A megyében összesen 258 település található, ebből népességszámuk alapján a két megyei jogú városon kívül (Zalaegerszeg, Nagykanizsa) mindössze 3 rendelkezett 5 ezer fő feletti létszámmal. A települések majdnem kétharmadán (166 település) 500 fő alatti a lakosok száma (35 ezer ember élt e településeken), míg a települések harmada 200 főnél is kisebb aprófalujel. Utóbbiak összesen 86 zalai aprófalujel jelentenek, ahol több mint 8000 ember élt.

Ez a szétaprózott településszerkezet részben a megye földrajzi adottságaiból (erősen szabdaltságból, dombos vidék) illetve határmenti jellegéből is adódik (Őrvidék, ún. szeres települések) de a lakosság szám csökkenése már hosszú ideje jelentősebb, mint országosan. 2011 és 2019 között a megye népessége több mint kétszer gyorsabban fogyott az országos átlagnál (-10,6 %-os volt a csökkenés). Jelenleg ez - egyébként Bekéssel együtt – az ország leginkább elöregedettebb megyéje, itt a legmagasabb az idősek, 60 éven felüli lakosság aránya, amely meghaladja a 30%-ot, s az öregedési index értéke szintén a legmagasabb. A természetes fogyás az egyik legrosszabb az országban, a határ közelsége pedig kedvez a külföldi munkavállalásnak/ elvándorlásnak, amely főként a fiatalabbakat érinti, érintette.

De milyen is egy-egy ilyen aprófalujelben élni, mik a településvezetés lehetőségei a falu fejlesztésében, mik a főbb kihívások. Erről beszélgettünk két zalai aprófalujel Kerecseny és Magyarszerdahely polgármestereivel.

Bár a két falu közúton 20 km távolságra fekszik egymástól, földrajzi elhelyezkedésük és ebből adódó közlekedési, gazdasági lehetőségeik egészen más pozíciót biztosítanak számukra. A kb. 500 fő lakossal rendelkező Magyarszerdahely a 74-es főút mellett Nagykanizsától 15 km-re fekszik, a nagyváros és munkahelyei viszonylag könnyen, jól elérhetők. Talán ennek is köszönhető, hogy az elmúlt években egyre több fiatal maradt a falujelben, a születések számában is emelkedés volt megfigyelhető. Igaz ez nem nagy növekedés, de nem is elhanyagolható. Az önkormányzat az elmúlt időszakban azzal segítette a folyamatokat, hogy 10 közművesített telket alakítottak ki a községben, melyek mára nagyjából el is keltek. Újabb telekvásárlásokkal és a rajtuk megvalósítandó

ingatlanfejlesztéssel az önkormányzat a jövőben is tervezi segíteni ezt a folyamatot.

A másik falujel Kerecseny, tipikus zalai zsákfalujel, dombok között megbújva, viszonylag távol, s nagyjából egyenlő távolságra fekszik a környező városoktól (Kanisza, Keszthely, Zalaegerszeg). A falujel Magyarszerdahelyhez képest kb. fele akkora, jelenleg kevesebb mint 250 fő lakja, a népessége hosszú idő óta erősen csökken. Magyarszerdahellyel szemben a közlekedés itt egyértelműen gátja a munkavállalásnak, a busz-közlekedés kevés, nehézkes az átszállás, s nyilvánvalóan nem tud igazodni számos városi munkahely munkarendjéhez sem (több műszak stb.). Szomorú, de máig van a falujelben pl. olyan közfoglalkoztatott, akinek a kereskedelmi végzettsége megvan (elvből a kereskedelemben munkaerőhiány van) mégsem tud továbblépni, mivel nem tud elmenni dolgozni.

A falubusz szolgáltatás működik, de ezzel a munkába járást nem tudják a település vezetők segíteni, hiszen erre nincs költség-finanszírozás, az orvosi ellátáshoz, szakrendelőbe jutást viszont így biztosítják lakók részére.

Természetesen vannak jó példák is, az elmúlt időszak gazdasági fellendülése révén sokan elhelyezkedtek Kerecsenyből is a munka nélkül lévők, vagy a közfoglalkoztatottak közül, pl. az építőiparban. Ám főleg azoknak sikerül ez, akik brigádba tudnak összeállni, 8-10 emberért pedig már a vállalkozó busza is bekanyarodik a falujelbe (út közben összegyűjtve több helyről az embereket). Szociális szempontból fontos, hogy van a falujelben a lakosoknak egy szűk rétege, akik még a közmunkába sem jönnek dolgozni, ők segélyből, alkalmi munkából élnek, folyamatos, tartós munkavégzésre nem alkalmasak. Ennek ellenére a falujel szociális kiadásai nagyjából fedezik az igényeket. Szociális tűzfát például minden évben osztanak az időseknek, nyugdíjasoknak.

Az önkormányzatok még ha szűkös forrásokkal rendelkeznek is, próbálják a lakókat segíteni, az aprófalujeli helyzetből vagy éppen az alacsonyabb jövedelmekből adódó hátrányokat kompenzálni: a magyarszerdahelyi önkormányzat minden születendő gyermek start számláját plusz pénzbeli kiegészítéssel fejeli meg, tanévkezdési támogatást ad minden falujeli óvodás, iskolás gyerek után (beleértve a középiskolásokat is), a felsőoktatásba járókat pedig 10 ezer/ft /hó összeggel támogatja. Az időskorúak támogatását 65 év felett mindenki megkapja a falujelben, a szociális étkezés díját pedig az önkormányzat átvállalja az alacsony nyugdíjjal rendelkező rászorulóktól. A község egyébként fenntart egy óvodát, saját konyhával, s

működteti a faluban az IKTSz-t (Integrált Községi Szolgáltató Tér). Az elmúlt években kialakítottak egy rendezvényparkot, meseparkot valamint kilátót is építettek. A magyarszerdahelyi településvezető egyik legnagyobb problémája, hogy nagyon nehéz jó szakembert találni szakmunkákra, településüzemeltetőnek, hiszen a képzett munkaerő jellemzően elvándorol, elköltözik a faluból.

Kerecseny legnagyobb vállalkozása a jó gyakorlatként is elismert mezőgazdasági közmunka-program, mely értékkeremtő munkát biztosít a munka nélkül lévő falubelieknek (akik száma szerencsére az elmúlt években jelentősen csökkent). A program motorja és lelke a polgármester. Bár jövőbeli tervek lennének a mezőgazdasági üzem és a feldolgozás fejlesztésére, de a vállalkozás a fenntarthatósága – ha már nem lenne állami támogatás - erősen kérdéses. Nehéz ugyanis megtalálni azt a rés piacot, amiben kitűnhet egy ilyen kis település a sok többi közül. Gond az is, hogy továbbra sem megoldott az önkormányzati termények közétkeztetésbe szállítása, hiszen az önkormányzatok termékei ÁFA mentesek, az étkeztető cégek viszont nem szívesen szerződnek olyan beszállítókkal, amelyek termékei után nem tudják visszaigényelni az ÁFÁ-t.

Mivel Kerecsenyben a fő probléma az elérhető munkahelyek hiánya, a polgármester értékelése szerint, ha nem lenne a közfoglalkoztatási program ott maradna 15 ember jövedelem, munka nélkül. A problémák ellenére mindkét vezető egyetértett azzal, hogy a közfoglalkoztatás egyértelműen jobb, mint a passzív segélyezés.

A fejlesztések ezekben a kis falvakban csak külső segítséggel valósulhatnak meg. Számos sikeres pályázat van a településvezetők mögött. Jelenleg a Magyar Falu Program kínál jó lehetőséget pl. az óvoda fejlesztésére, napelemek beszerzésére vagy éppen a temető rendbe tételére. A településvezetők, amivel tudnak, próbálnak élni a jövőben is.



KIS TEJTERMÉKKALAUZ

„Hé, Nyuszi! - kiáltotta. - Te vagy az?”

- Tegyük fel, hogy nem - mondta Nyuszi. - Ez nagyon érdekes lenne.

- Üzenetem van a számodra.

- Majd átadom magamnak.

- Elmegyünk mindannyian egy nagy tejfelező útra Róbert

Gidával.

- És ha már elmegyünk, mi lesz? Mi az a tejfelezés?

- Valami csizmadolog, úgy sejtem.” (A.A. Milne: Micimackó)

Ahogy már Micimackó sem tudta biztosan mi is az a tejfelezés, fogyasztóként jellemzően mi magunk sem tudjuk pontosan, amikor a boltok polcáról leemeljük a műanyagba zárt tejfölt, joghurtot és testvéreiket, hogy a tej melyik összetevőjét is fogyasztjuk, hogyan készül ez a termék, netán milyen beltartalmi jellemzőkkel rendelkezik. Ezért egy kis tejfelező, akarjuk mondani felfedező útra invitáljuk Önöket a tejtermékek világába, ezzel is ösztönözve Mindenkit a tudatosabb fogyasztásra.

A frissen fejt, teljes házi tej íze össze sem hasonlítható a boltiéval. A bolti tejeknek nemcsak a pasztórizálás miatt alakul át az ízük: a nagyüzemi tejfeldolgozás során a tejet számos értékes összetevőjétől megszabadítják.

Ráadásul a kiinduló tej minősége is nagyon fontos a végeredmény szempontjából. Ismerünk eleve zsírosabb tejeket adó tehénfajtákat pl. ilyen a jersey, mely kevesebb, de zsírosabb, minőségibb tejet ad. Az elterjedt magyar tarka vele ellentétben kettős hasznosítású fajta, húsáért és tejéért is tenyésztik, teje nem olyan zsíros, mint a kifejezett tejelő tehénké. Az sem mindegy, hogy a tehén tejelési periódusának melyik szakaszából származik a tej: ha „friss fejtős” a tehén akkor a legjobb minőségű a tej, a tejelési periódus végére a tej mennyisége csökken, s állaga sűrűbb lesz. A legelőn tartott tehén teje sárgább, zsírosabb, a szénán tartotté nem olyan zsíros. Ezek a különbségek eleve meghatározzák melyik tejből milyen tejtermékeket állíthatunk elő a legjobb minőségben. A zsíros teljes tejből pl. olyan egészen sárga színű vajot kaphatunk, amivel a boltokban sose találkozhatunk.

De nézzük is melyek ezek a termékek:

A tejszín nem más mint a tej zsírja, melyet a tejtől különválasztva a tejszínnek nevezünk. A **vaj** a tejszínből köpüléssel készül (ez hosszas ütögetést, rázogatót jelent, melynek során a tejszín alkotóelemeire válik szét). Egy kisebb családi tejgazdaságban a vaj köpüléséhez megteszi a konyhai aprítékológép, robotgép is. A vaj kiváló forrása a zsírban oldódó (A, D, E és K) vitaminoknak. A bolti vajak, s különösen a különböző vajkészítmények pl. a hosszabb eltarthatóság, vagy az ízfokozás érdekében tele vannak nem természetes összetevőkkel. Érdemes egyszer belepillantani a részletes összetevőikbe.. Az **író** a vajgyártás mellékterméke, savanykás ízű, híg folyadék. Mivel vajdarabkákat tartalmaz sokan dagasztott tésztahoz adagolják.

A régi falusiak még jól ismerték az **aludttejet**, manapság boltokban nem igazán kapható. Szobahőmérsékleten, külső beavatkozás nélkül a tejsavbaktériumok hatására megavadó nyers tejet jelenti. A tejszír az aludttej tetején összegyűlik, ez a **tejföl**. Vagyis a tejföl a tejszín megavadása, megsavanyodása során keletkezik. Kevésbé ismert, de a tejfölből is lehet vajat köpülni, annak íze azonban savanykásabb lesz mint az édes tejszínből készülté.

A **joghurt** kissé besűrített, 5% zsírtartalmú tejből egyedi baktériumkultúrával való beoltás és alvasztás után készül. Aromája jellegzetes, gazdagabb a közönséges aludttejénél. Kiváló étrendi hatású, kedvez a jótékony bélbaktériumoknak.

A **túró** a lefölözött aludttejből készül, amit összetörünk majd lassú melegítést követően lecsöpögtetünk. A melegítés során kicsapódó tejfehérje, a kazein alkotja. Mivel a tejfehérje nagyrészt kazeinből, kisebbrészt savófehérjéből áll, a túrókészítés (vagy sajtkészítés) melléktermékeként keletkezik a **savó**. Túrókészítés során savanykásabb, sajtkészítésnél édeskésebb változat keletkezik. A savó opálosan átlátszó folyadék. Összetevői miatt a tej értékes része, tele a magas tápértékű fehérjével. A tej ásványi anyagainak 80 százalékát tartalmazza így magnéziumot, cinket, vasat, foszfort, kalciumot, rezet, szelént, valamint C-, B-, H-vitamint, ráadásul a szervezet számára jól hasznosítható formában. Szénhidrátartalma alacsony, de értékes esszenciális és nem esszenciális aminosavakat tartalmaz, ami az izmok fejlődéshez elengedhetetlenek (ezért is tartalmaznak a sportolók izomtömeg-növelő csodaszerei tejsavó-fehérjét).

Fontos még megemlítenünk az **ordát**, amely a boltokban nem vagy csak ritkán kapható. Ismert ricotta néven is. Az ordát a savóból készítjük, forráshoz közeli hőmérsékletre melegítve azt. Hozzáadott citromsav hatására kicsapódik belőle egy fehérjében, ásványi anyagban gazdag, túrószerű anyag, amit lecsepegtetve ordát kapunk. A teljes tejhez képest kevés tejcukrot és tejszírt tartalmaz, könnyen, salakmentesen emészthető, tápláló, de, - fogyókúrázó sajtimádók, figyelem - nem hizlal! Az orda édeskés ízű, állaga krémesebb, lágyabb, mint a tejből készült túróé. Készíthetünk belőle édes desszertet is, vagy sós krémeket is (kenyérre kenőkének pl. fokhagymásan is készíthető).

A tejből természetesen készíthetünk még **sajtokat**. Legegyszerűbben gomolyát, amely a nyers tejből alvasztással, kultúra nélkül készül. A további sajtokhoz különböző kultúrák (fermentáló baktériumok és enzimek) hozzáadásával juthatunk, de ezek típusairól, fajtáiról egy újabb cikkben írunk majd. Addig is tartsuk észben miért is kedveljük a házi sajtokat: 1 liter tejből legfeljebb 15 dkg sajt készül – természetesen ez is erősen függ a kiinduló tej minőségétől, zsírtartalmától. Ha ennek ismeretében megnézzük például az olcsóbb bolti trappista sajt árát, akkor sajnos gyaníthatjuk, hogy nem sok tejet, ám annál több adalékanyagot, állományjavítót használhattak gyártása során.



KEDVENC RECEPJEINK:

Megszokottá vált, hogy ebben a rovatban a hagyományos alapanyagokat újra gondoló, de kipróbált és általunk kedvelt recepteket teszünk közzé. Reméljük kedvet csinálnak Önöknek a főzéshez!

Fehérbab krémleves

Hozzávalók: 25 dkg fehér gyöngybab, 1-1 kisebb répa és fehérrépa, 1-1 ek zabpehelyliszt és tejföl, 1-1 késhegynyi őrlött babér és bazsalikom, 1 tk natúr ételízesítő.

Elkészítés: A babot 12 órára beáztatjuk, a fűszerekkel puhára főzzük. A liszttel és tejföllel behabarjuk, botmixerrel pépesítjük. A zöldségeket megtisztítjuk, zöldséggyaluval gyufaszál alakúra vágjuk. Ha felforrt a leves, beledobjuk és ha újra felforrt, lekapcsoljuk.

Fetás rakott puliszka

Hozzávalók: 2 csésze kukoricadara, só, 40 dkg gomba vagy cukkini vagy padlizsán, pirospaprika, feta sajt, olívaolaj, 1 ek tejföl vagy joghurt.

Elkészítés: a kukoricadarát sós vízben folyamatosan keverve megfőzzük. Amíg a puliszka kicsit lehűl, addig a gombát (vagy cukkinit vagy padlizsánt) pörköltesen elkészítjük. Egy kiolajozott jénai tálba rétegezzük a puliszkát a pörkölttel, a tetejére feta sajtot szórunk és egy púpos kanál tejfölt vagy joghurtot teszünk, majd 10 percre a sütőbe tesszük, úgy, hogy a sajt, tejföl ráolvadjon.

Jó étvágyat, jó egészséget kívánunk!

Kincses Hírek - A Balatonmárfafürdői Kincses Somogy Helyi Termelői Piac hírlevele,

- ingyenes - készül igény szerinti példányszámban

- szerkeszti - Ignits Györgyi: piac@kincsessomogy.hu, honlap: www.kincsessomogy.hu; [FB/Kincses Somogy](https://www.facebook.com/Kincses_Somogy)