



Komaasszony tállai

Györköny (németül: Jerking) Pakstól légvonalban 10 km-re, Nagydorogtól 3 km-re fekszik. Német nemzetiségi település, lakóinak száma 940 fő. E kistelepülés büszkélkedhet azzal, hogy nincs munkanélkülisége, hiszen itt található Magyarország legnagyobb ereszcatornagyára, valamint van varrodája és egy megváltozott munkaképességűeket foglalkoztató üzeme is. A település keleti oldalán található a Pincehegy, ahol 320 préház áll több utcában. A Pincehegy 1997-ben Európa díjat, 2007-ben Építészeti dívját kapott.

Györköny hűen őrzi ősei kultúráját, hagyományait. Ezt bizonyítja az 1983-ban átadott Tájház, mely elismerten Magyarország legértékesebb német nemzetiségi gyűjteménye. A kiállított tárgyak között vannak gyermekágyas kismamának szánt komatálak, és olyan edények is, amelyekben a betegeknek vitték a lakodalmi menüt.

XX. század végén a településen még szokásban volt a komatálazás, a közösség tagjai ezzel fejezték ki összetartozásukat, egymás iránti odafigyelésüket. Ez azt is jelentette, hogy gondoskodni szerettek volna a szoptatós anyáról, hogy minél hamarabb megerősödjön és minél több teje legyen, hogy sokáig tudja táplálni újszülött gyermekét. A komatál átadója jó egészséget, bőséges tejet kívánt az édesanyának. A györkönyi közösség tagjaként

abban a szerencsés helyzetben voltam, hogy újdonsült édesanyaként részesülhettem abban a csodás érzésben, amit a komatálazás hagyománya nyújthat.

Családunkban a Jóisten áldásával megszületett gyermekünk, Livi. Nagy örömmel fogadta mindenki a kis jövevényt. Eljött az idő, amikor hazajöhettünk a kórházból. Alig ocsúdtunk fel a nagy örömből, komaasszonyom nagy kosárral érkezett. Hozta a komatálát nemcsak nekem, a gyermekágyasnak, hanem az egész családnak. Ebben a kényeztetésben három napon keresztül volt részünk, Györkönyben ugyanis a helyi hagyomány szerint három napon át visznek a családoknak komatálát.

Nézzük meg, miket is tartalmazott tulajdonképpen a komatál:

Egy nagy 1-1,5 literes porcelán bögrében a levest vitték. Egy porcelán kétfülű tál pedig a második fogást tartalmazta. A szárított gyümölcsöt, vagy a szárított gyümölcsből készült kompótot egy kisebb bögrébe helyezték. Mindezt együtt egy karkosárba tették, amit végül egy nagy vászonkendővel letakartak.

A komatálak az egymást követő három napon más-más ételleket tartalmaztak, a komatálak összeállításának szigorú, kötött szabályai voltak.

Az első napon átadott komatál tyúkhúsleves, leveshúst mártás-

sal, valamint piskótát tartalmazott. A második napi komatálba csirkepörkölt galuskával és szárított gyümölcsből készített kompót került. A harmadik napon már sült kacsát vagy csirkét is ehetett a gyermekágyas anyuka, emellé filcli savanyúság járt, a deszert pedig rendszerint kalács vagy kuglóf volt.

Miután megismerkedtünk a három nap menüjével, lássuk, milyen összetevőkből készítették a komaasszonyok a komatálba szánt, első napon diétás majd egyre tartalmasabb ételleket. A bemutatott recepteken keresztül a györkönyi ízvilágba is belekóstolhatnak az olvasók.

TYÚKHÚSLEVES

Hozzávalók:

2 kg tyúkhús

100 g sárgarépa

100 g petrezselyemgyökér

1 hagyma

4 gerezd fokhagyma

1 paprika

1 csokor petrezselyem zöldje

10 szem feketebors

1 db káposztatorzsa

1 víz

só

cérnametél

A húst hideg vízben só hozzáadásával feltesszük főni. Miután felforrat a víz, leszűrjük a habját és valamennyi hozzávalót beletesszük. Egyenletes hőfokon, lassan készre főzzük a levest. A puha húst kivessz-

szük a léből, és a levest óvatosan leszűrjük. A leszűrt levesbe belefőzzük a cérnametéltet. A levest melegben tartjuk és ecetes tormával, vagy paradicsommártással második fogásként tálaljuk.

PARADICSOMMÁRTÁS

Hozzávalók:

2 evőkanál zsiradék

2 evőkanál liszt

0,5 l paradicsomlé, vagy sűrített paradicsom
só cukor

Világos rántást készítünk, majd felengedjük a paradicsomlével és simára keverjük. Cukorral és sóval ízesítjük, felfőzzük. Főtt levest húshoz kínáljuk.

PISKÓTA

Hozzávalók:

4 tojás

4 evőkanál cukor

4 evőkanál liszt.

A tojások fehérjéből habot verünk, a sárgáját kikeverjük a cukorral. Mikor készen vagyunk, összekeverjük a kettőt, majd hozzáadjuk a lisztet. Zsírozott, lisztezett kisebb tepsiben kisütjük.

CSIRKEPÖRKÖLT

Hozzávalók:

1 csirke (1 kg-os)

2 hagyma

2 evőkanál zsiradék

2 paprika

1 paradicsom

1 evőkanál őrölt paprika

só

A nokedlihez

250 g liszt

tojás

só

A csirkét feldaraboljuk. Az apróra vágott hagymát a zsiradékban megpirítjuk, hozzákeverjük az őrölt paprikát, és kevés vizet öntünk rá. Hozzáadjuk a húst,



a paprikát, a paradicsomot, majd megsózzuk. Lassú tűzön rövid időben puhára főzzük. Szükség esetén hozzáöntünk még egy kevés vizet. *Legtöbbször nokedlivel tálaljuk.*

Nokedli: lisztből, tojásból, sóból és kevés vízből sima tésztát készítünk. A tésztát fakanállal átnyomjuk a galuskaszaggatón, és forró vízben kifőzzük a galuskákat.

„FILCLI” MÁJASTÖLTÉLÉK

Hozzávalók:

1 csibemell

2 csibemáj

2 zúza

2 evőkanál zsiradék

1 hagyma

petrezselyem *zöldje*

2 zsemle

5 tojás

só

bors

A csibemájat, zúzáat és a csibemellet apró darabokra vágjuk, a zsemlet beáztatjuk vízbe. Az apróra vágott hagymát forró zsiradékban megpirítjuk, hozzáadjuk a húst, megsózzuk, kevés vízzel felöntjük, és puhára pároljuk. Azután hozzátesszük a májat, a finomra vágott petrezselyem zöldjét, borsot és a kinyomkodott zsemleket. Végül a tojásokat jól felverjük, és a húsrá öntjük. A lábasban állandó

keverés és forgatás mellett az egész töltelékkel jól átsütjük. Főtt krumpallal és párolt káposztával tálaljuk.

PÁROLT KÁPOSZTA

Hozzávalók:

1 kg káposzta

1 evőkanál kacsaszír

1 hagyma

őrölt paprika

só

0,2 dl víz

1 evőkanál ecet

A finomra gyalult káposztát besózzuk és fél óra múlva kinyomkodjuk a levét. Az apróra vágott hagymát a zsírban üvegesre pároljuk, hozzáadjuk az őrölt paprikát és a káposztát. Az összetevőket jól elkeverjük, majd miután hozzáöntöttük a vizet és az ecetet, puhára pároljuk.

SÜLT KACSA

Hozzávalók:

1 kövér kacska

1 evőkanál só

0,3 l víz

3 evőkanál tej

A kövér kacsát kb. 10-12 darabra osztjuk. Miután hozzáadtuk a vizet és a sót, lassú tűzön fedő alatt puhára pároljuk (1,5 óra). Ezután hozzáöntjük a tejet, és magas hőfo-

kon fedő nélkül folytatjuk a sütést. Közben a húsdarabokat, a kacsa zsírjában állandóan forgatva, ropogós pirosra sütjük. A sült kacsához jól illik a párolt káposzta.

KUGLÓF

Hozzávalók:

700 g liszt
100 g vaj
100 g cukor
20 db szacharin
30 g élesztő, 10 g só
5 tojás sárgája
1 csomag vanília cukor
100 g mazsola, kevés rum
0,3-0,4 l tej

Az élesztőt 1 evőkanál cukorral édesített langyos tejben felfuttatjuk. Közben a vaját, a cukrot, a tojás sárgáját habosra kikeverjük, a szacharint szintén langyos tejben feloldjuk. A lisztet egy tálba öntjük, közepén mélyedést hagyunk, amibe valamennyi hozzávalót beleöntjük. Kézzel addig dagasztjuk, gyúrjuk, míg a tészta elválik az ujjainktól. Majd cipót formálunk belőle, és meleg helyen letakarva 1 órát kelesztjük. Ezután gyúródeszkán újra átdagasztjuk, és 2 cm vastagságúra nyújtjuk. Megszórjuk a

rumban áztatott mazsolával, és felgöngyöljük. Az így feltekert tésztát kizsírított kuglófsütőbe tesszük, és 1 órát újra kelesztjük. Ez idő alatt a tészta feldagad a sütőforma pereméig.

Közepes hőfokon 45 percig sütjük. Ha megsült, kiborítjuk, és porcukorral meghintjük.

MÁKOS VAGY DIÓS KALÁCS

Hozzávalók:

1 kg liszt
20 g só
50 g cukor
1 tojás
50 g élesztő
50 g zsiradék
0,5-0,8 l tej
1 tojás a kenéshez

Az élesztőt kevés cukrozott, langyos tejben felfuttatjuk. Az összes hozzávalóból sima lágy tésztát dagasztunk, és letakarva egy óra hosszat kelesztjük. A tészta kb. kétszeresére nő. Ezután deszkán újra átdagasztjuk és pihentetjük még fél órát. Három részre osztjuk, és lisztezett deszkán ujjnyi vastagságú, téglalap alakú lapokat nyújtunk. A töltelék egyenletesen elosztjuk a lapon, majd feltekerjük. A rudakat kizsírított sütőlemezre tesszük, és még 30 percig kelesztjük. Végül felvert tojással megkenjük, és közepes hőfokon 60 percig sütjük.

MÁKTÖLTÉLÉK

Hozzávaló:

400 g mák
300 g cukor
1 citrom

A citrom reszelt héját és levét a cukorral és a mákkal elkeverjük.



DIÓTÖLTÉLÉK

Hozzávalók:

400 g dió
300 g cukor
1 citrom

A citrom reszelt héját és levét a darált dióval és a cukorral jól elkeverjük.

Gyakoroljuk ezeknek az ételeknek a főzését, hogy egyre többen részesei lehessünk a komatálzás hagyományának.

Nem tudom szavakkal leírni azt a gyönyört, amely átjárja az ember szívét, amikor a komatál megkapja. Tudja, hogy ezzel egy szoros családi közösség épül fel. Elkészíteni szintén csodálatos dolog a komatál.

Mindenkit biztatni tudok, hogy *éljen a lehetőséggel*, építsen közösséget saját készítésű komatállal. Ehhez nagy segítséget kaphatunk a Nemzeti Művelődési Intézet Komatál Programjától. Rajta, építsünk komatál közösséget!



KUTI IMRÉNÉ VARGA LÍVIA diplomáját a PJPTE Felnőttképzési kar művelődésszervező szakán szerezte 1996-ban, majd 1998-ban a Magyar Művelődési Intézet által szervezett felsőfokú közművelődési szakember képesítést szerzett. 1997-től 2016-ig a györkönyi Tolnai Lajos Művelődési Otthont, könyvtárat, Teleházat, eMagyarország Pontot, FIP Pontot vezette. 2016-tól a Nemzeti Művelődési Intézet Tolna Megyei Igazgatóságának módszertani referense, vezetője.