

Budapesten is van már olyan afrikai bolt, ahol Therese beszerezhet minden hozzávalót a hagyományos ételekhez

A gambiai Therese hat évvel ezelőtt érkezett Magyarországra, ma már otthonosan mozog közöttünk, csak az ajánlatokat tevő férfiak hozzák zavarba

ÉLETEK és ÉTELEK

Miért választják új hazájuknak éppen Magyarországot az itt letelepedt külföldiek? Miként fogadjuk őket mi, magyarok, és ők hogyan látnak bennünket? Szeretik-e a magyar konyhát, és milyen nemzeti finomságok kerülnek otthon az asztalra? Egy afgán és egy észti család, valamint egy gambiai nő otthonában vendégeskedtünk. *szöveg: Beszterczey Judit fotó: Pályi Zsófia*



hámozott paradicsomot, sózzuk, majd összefőzzük. Táételrejuk.



hámozott paradicsomot, sózzuk, majd összefőzzük. Táételrejuk.



A gambiai marhapököltet kézzel szokás enni, még hozzá jobb kézzel



Az afgán család Györságban lelt új otthonra, a lakásukban még minden új, személyes tárgyakat nem tudtak magukkal hozni

KUSZKUSZ ÉS MANIÓKA

A Gambiából származó Therese Bass bevándorló: tanulni érkezett Magyarországra hat éve. Tessa már teljesen otthonosan mozog Budapesten, ahol zsebkendőnyi Afrika fogad a Blaha Lujza tér környékén. A kameruni étterem mellett sétálva, úton az afrikai élelmiszerüzlet felé Therese elmeséli, szülei még analfabéták voltak. A manjago nemzetséghez tartozó Thessa azonban apja kívánsága szerint leérettsgizett, és Gambia fővárosában, Banjulban dolgozott, a Világbank alkalmazottjaként. „Gambiáról először a tenger és a napsütés jut az eszembe. Úszni ugyanakkor Magyarországon tanultam meg” – nevet gyönyörű mosollyal Therese, miközben az afrikai bolt kínálatából válogat. Az aprócska üzlet polcai rengeteg egzotikus különlegességet kínálnak. Kapható itt pálmaolaj; a kedvelt afrikai zöldség, az okra; plantain azaz főzőbanán; kókusztej; földimogyoróvaj; manióka, és napi eledelük, a barnarizs. Az élelmiszerek után Therese azt is lelkesen elmagyarázza, melyik speciális samponnal egyenesítik az afrikai nők a hajukat, majd olyan

krémekeket is mutat, amik világosítják a fekete bőrszínt.

„Én soha nem akartam világosabb lenni, büszke vagyok a bőrszínemre. Igaz, Magyarországon szinte kizárólag az egzotikus fekete nőket látják bennem” – meséli Tessa, akit nem ritkán le is szólítanak a férfiak. „Gyakran kapok ajánlatokat, leginkább erotikus célzattal. Odajönnek hozzám a férfiak az utcán, hogy rosszkodnának velem. A mai napig zavarba hoznak” – osztja meg az egyedülálló nő, aki a Baptista Egyház Meyer Henrik kollégiumának egyik kétszemélyes szobájában él. Miközben feltesszük főzni a kockára vágott marhahúst, amelyhez egy egész üveg földimogyoróvaját ad, a kezdetekről mesél.

Noha Gambia vallásilag a szunnita muszlim közösséghez tartozik, Therese és családja a keresztény hitet gyakorolja. A vallásos lány 2005 novemberében érkezett Magyarországra, a Baptista Szeretetszolgálat támogatásával teológia szakot hallgatott, jelenleg szociológiát tanul az ELTE-n. A legkisebb szárazföldi afrikai ország, a másfél milliós Gambia szülőtte

a néhai Ferihegyen döbbent meg először. „Minden nagyon szürkének tűnt, sehol egy fa. Ráadásul fogalmam sem volt az itteni időjárásról: egyetlen vékony ruhában dideregtem, csontjaimig hatolt a hideg.” A rendkívül bonyolult magyar nyelv is nehézséget okozott Tessának, aki korábban az angol és a francia keverékének vélte a magyart. „Később, a hangzása miatt azt hittem, arabul beszélnek a magyarok. Az is nehéz volt megszoknom, hogy a magyarok állandóan rohannak és idegeskednek” – meséli Therese, miközben valóban nagyon komótosan hámozza és pépesíti a „domada” nevű pörköltbe való paradicsomot. A nyugat-afrikai Gambiában ráérősebbek az asszonyok, akik szinte kizárólag a háztartással foglalkoznak. „Minden nap főtt ételt eszünk, hiszen elvárás, hogy a nők naponta főzzenek. Először a férfiak szednek az ételekből, a nők pedig a férjüknek nyújtják át a legjobb falatokat a tányérjukból. A fogásokat hagyományosan kézzel, mégpedig a jobb kezükkel esszük meg.” Therese meg is mutatja, miként: apró galacsint formál a rizsből, amelybe némi húst is passzi-

roz, majd a tradíció szerint fogyasztja el a domadát. Mi Zsófiival inkább kanállal eszünk, ami ugyancsak elterjedt gyakorlat Gambia-szerte. A paradicsomos, földimogyoróvaj, hagymás marha minden elképzelésünket felülmúlja: a rendkívül zamatos és pikáns pörköltből legalább kétszer is szedünk, és megfogadjuk, hogy otthon is megfőzzük.

GAMBIAI MARHAPÖRKÖLT, „DOMADA”

Vegyünk 2 szelet marhahúst, kockázzuk fel. Főzzük meg meleg vízben, adjunk hozzá egy üveg mogyoróvaját (3,5 deka). Turmixoljunk össze egy nagy fej vöröshagymát 3 fej paradicsommal, egy doboz paradicsomsűrítménnyel, majd adjuk a pörkölthez. Főzzük az ételbe 2 hámozott burgonyát, ízlés szerint csípőspaprikát, sót, majd adjunk hozzá egy kávéskanálnyi citromlevet. Ha megfőtt a marhahús, barna rizzsel tálaljuk.

BEFOGADTA ŐKET A FALU

Györság csendes falucska, sóhajtsányira a Pannonhalmi Főapátság monumentális épületétől. Az ezeröttszáz lelket számláló nyugat-dunántúli településre februárban új lakók érkeztek. A helybeliek kíváncsian

fogadták a családot, amelynek asszonya, Habiba vallásához hűen kendőt visel. Az „afgánok” a község háza mögötti épületben kaptak új otthont. A frissen felújított épület ajtaját Sadeq, a család fő társa ki: a 35 éves, mosolygós férfi némi meglepetést okoz küllemével. A nyílt tekintetű, közvetlen férfi inkább ázsiai turistára emlékeztet, mint a sztereotípiáknak megfelelő komor, szakállas afgánra. A dari anyanyelvű családfő még töri a magyart, széles mozdulatokkal a nappaliba invitál. Sadeq a magyartanulás mellett néhány hete esztergályos tanfolyamra jár. Habiba, a széparcú édesanya afgán teával kínál, miközben Zahra, a család hatéves cserfes kislánya olthatatlan kíváncsisággal búvóli a riportermagnót. A tízéves Mahdi beszél a legjobban magyarul, hiszen a különböző menekülttáborokban már járt magyar általános iskolába. A konyhába lépve kellemes illatok fogadnak: miközben fő az afgán krumplipaprikás, a „kecsalu buran”, az asztal köré telepedünk. Érezhető, hogy még minden új otthonukban, egyetlen személyes tárgyat, holmit sem tudtak magukkal hozni.

BEFOGADTA ŐKET A FALU

„Szabóként dolgoztunk Afganisztánban, 14 éves korunkban házasodtunk össze. Az elnyomó tálib rezsim, az afgán háború azonban az egész családunkat elpusztította. Nem voltam még 20 éves, amikor elmenekültünk.” A Rezaei család először Iránban élt, ahol megszületett fiuk. Az ázsiai országból azonban elmondásuk szerint hivatalos papírok híján tovább kellett állniuk. Törökország, Görögország következett, majd két éve gyalog, két gyermekkel a hátukon, három nap vándorlás után érkeztek meg Magyarországra. „Nem akartunk továbbmenni, hiszen tudtuk, hogy itt megkaphatjuk a menekült státuszt” – teszi hozzá az asszony, miközben a krumplit kavarja. Habiba kozmetikusként szeretne dolgozni: imádja a szépítkezést, az egyik menekülttáborban már el is végzett egy fodrásztanfolyamot. „Nincsenek nagyratörő vágyaink” – fordítja apja szavait a nagyfiú, Mahdi – „végre békében és boldogságban akarunk élni ebben az országban. Szeretném eltartani a családom, és taníttatni a gyermekeim. Egyáltalán nem hiányzik Afganisztán, hi-



Készül az afgán krumplipaprikás - hozzá házi kenyér dukál



A hagyományok szerint férj és feleség közös tányérból eszik



A pácolt ész specialitást nyersen, kenyérral kell enni



Anti felesége, Eda falusi vendéglátással foglalkozik



A Noszvajon élő ész kovács, Anti-Kanti a feleségére és a lányaira a legbüszkébb

szen csak szenvedést okozott” – mondja érzelmekkel arcán Sadeq, miközben az ételt tálalja. Az asztalnál a hagyományokhoz hűen közös tányérből étkezik a férj és feleség, másiktól a gyerekek, mi ketten szintén ugyanazon a tányéron osztozunk.

A kecsalu buran, a hagymás, paradicsomos, tejfölös krumpli amilyen egyszerű, olyan finom: afgán kenyér jár hozzá, amit maga a család fő sütött. Vacsora után még próbáljuk kielégíteni a Reza család olthatatlan szenvedélyét a technika vívmányai iránt: míg a fiúk a fényképezőgéppel és a derítőlappal ismerkednek, a kislány karácsonyi dalokat énekel a diktafonra. Különös látvány, hiszen a muszlim Zahra tavaly látott először karácsonyfát, és apja szerint alig várja, hogy anyjához hasonlóan kendőt viselhessen.

KECSALU BURAN-AFGÁN KRUMPLIPAPRIKÁS

Fél kiló burgonyát megfőzünk, karikákra vágunk, hagymás olajon megdinszteljük. Hozzáadunk 3 hámozott paradicsomot, sózzuk, majd összefőzzük. Tálaláskor tejfölt teszünk az ételre, némi paradicsomsűrítménnyel, pirosarannyal is fogyaszthatjuk.

ÉSZT TÜNDÉRMESE A BÜKKBEN

Noszvaj ész díszmükovácsa, Antik Anti elégedett ember. Falujába, az Egertől csupán fertályóra található Noszvajra érve csodálatos világba érkezünk. A Bükk ölelésében éltes parasztházak és hús borospincék csábítják az utazót, Noszvaj lakói pedig vidám és nyitott embereknek tűnnek. Antit is megbabonázta a vidék, amikor feleségével, Edával a környéken autóztak tizenöt éve. „Rabul ejtett a látvány: a napsütötte hegyek, a gyönyörű szőlőtőkék, a rendezett falu.” – meséli a mosolygós szemű kovács, választott otthonában.

Antik Anti – akit valóban így hívnak észtül – 19 éves kora óta kovács, komoly vállalkozást vezetett az észtországi Pärnu városkában is. „Hiányzott belőlem a menedzserszemlélet, képtelen voltam a monoton munkára.” Az ész állampolgárságú férfi enyhébb éghajlatú, napsütéses országba vágyott, közvetlenebb emberekkel és megfizethető árakkal. „Három országot jelöltünk ki, amikor egy szatyor készpénzzel együtt autóba ültünk, 1997 szeptemberében. Csehországot túl drá-

gának találtuk, Szlovákia viszont annyira nem jött be, Magyarországon pedig Egerbe tartva egy kis falucska, Noszvaj volt az első hely, ahol angolul szóltak hozzánk a szállodai szobafoglaláskor. Másnap kinéztük a mostani házunkat” – meséli Anti, miközben felesége, az északi szépségű Eda porcukorral hinti meg a safránnyal és kardamonnal fűszerezett ész kalácsot. „Szimpatikus, hogy a magyar nők sokkal barátságosabbak az észteknél, igazi anyatigrisek. Viszont a magyar bürokráciával rengeteget küzdöttünk.” Közben megérkeznek a lányok is a tágas, népművészeti tárgyakkal díszített konyhába. A húszéves székeség, Sanna még Észtországban született, míg a kicsi Alizé már Magyarországon látta meg a napvilágot.

„Kétnyelvűek vagyunk: testvéremmel egymás között inkább magyarul beszélünk, szüleinkkel viszont kizárólag észtül kommunikálunk. Kicsit úgy érzem magam, mintha két hazám lenne” – avat érzelmeibe a búzakékszemű Sanna, akinek a hűvös tenger, és a gyermekévei jut eszébe Észtországról. Közben a családdal az udvarra tartunk, ahol a kemencében

már órák óta készül a faszélen füstölt csirke. A hatalmas kertben az ugrópad mellett hosszú asztalok és padok várják a megfáradt vándorokat: a díszmükovács Anti afféle látványosság a faluban, Eda pedig falusi vendéglátással foglalkozik.

Az igazi fúziós konyhát művelő asztal az ész és a magyar ételek mellett a finn konyhaművészet remekeihez is ért, újabban együtt süt-főz az érdeklődő kirándulókkal. „A magyar konyhából a töltöttkáposzta a kedvencünk, de a kakashere pörköltöt is megkóstoltuk már. A finn és az ész konyha nagyon hasonló, rengeteg tejterméket és halat fogyasztunk, kaprot pedig szinte mindenhez használunk.” A vendégváró marinált lazacból és az ész krumplisalátából sem hiányozhat a kapor, ez utóbbi magyar testvérétől eltérően főtt tojással, vörshagymával és savanyú uborkával is gazdagabb. Miközben a lányok szorgosan terítik az asztalt, Anti büszkén mutatja borospincéjét, ahol egymást érik a tölgyfahordók. Az elhivatott hobbiborász tölt is néhány pohár cabernet sauvignont a talpaspohárba, a testes ital meghozza

étvágyunkat. A kovácsműhelybe érve meglepetésünkre egy fiatal ész kovács formálja a vasat. A húszéves Kirill, akit Anti hívott Noszvajra, főnökével együtt üti az üllőn a fémet. A mesterek büszkén mesélik, hogy ők készítik a Magyarországon a legtöbb fajta kovácsoltvas dugóhúzó és gyertyatartót. A rogyadozó asztalon az ész füstölt csirke, a krumpli saláta és a lazac mellett megkóstoljuk a könnyű ész kalácsot is, amelyhez Anti vörösbort is kortyoljuk. „Megérkeztem, beérett ember lettem Magyarországon. Kovácsoltvas munkáimat már külföldön is keresik, imádom a hegyvidéket és a borászkodást. A legbüszkébb mégis a barátaimra, feleségemre és gyönyörű lányaimra vagyok.”

ÉSZT LAZAC

Két-három szelet nyers lazacfilét pácoljunk be sóval, cukorral, kaporral, örölt fekete- és fehérborssal. Heleyezzük a halszeleteket egymásra egy üvegedénybe, majd tegyük rájuk egy nehéz nyomatót. Hagyjuk a lazacot néhány napig érni, míg a saját fűszeres lekvében megpácolódnak. Ha kész, nyersen, kenyérral fogyaszthatjuk az ész különlegességét.

BEVÁNDOROLNAK, VAGY MENEKÜLNEK

Magyarországra évente körülbelül 30-50 ezer bevándorló érkezik, leginkább a környező országokból. A nálunk élő migránsok elsősorban tanulnak, vagy munkát vállalnak az országban – világosít fel Kovács András, a Menedék Migránsokat Segítő Egyesület vezetője. Úgy tudni, jelenleg körülbelül 200 ezer külföldi állampolgárságú személy él 3 hónapnál régebb ideje nálunk. Míg a bevándorlók egyebek mellett saját elhatározásukból érkeznek hozzánk, teljesen más a jogi helyzetük a menekülteknek, akiket állításuk szerint elűldöztek hazájukból. Tavaly körülbelül 1600-an kértek menedéket Magyarországon, a bevándorlási hivatal vizsgálatait követően körülbelül egytizedük kapott menekültstátust, és 150 személy élvez egyéb védelmet. A Vasárnapi Ebéd elnevezésű projektben kifejezetten bevándorló családok vesznek részt. Az Európai Integrációs Alap által támogatott kezdeményezés során az évek óta nálunk élő külföldi családok magyar családokat látnak vendégül. Az ötletgazda Menedék Egyesület projektvezetője, Lovig Tímea szerint a közös főzés és étkezés során közelebb kerülnek egymáshoz a különböző kultúrájú emberek. Az ebédek receptjeit Mautner Zsófia gasztroblogger az egyesület által támogatott szakácskönyvbe foglalta.