

Az ecseti konyha kincsei 12.



A Vojnits alkotó páros menüajánlatát Pál most egy alkatához illő, férfiasan markáns, ám finoman kiegyensúlyozott fogással teszi teljessé. Judit receptje a családi hagyomány és a korszerű konyha összhangját teremtette meg, Pál három pillére komponált "csülkös triója" a közép-európai konyhai hagyományoknak – a boldog békeéveket idéző – szép összefoglalása.

SERTÉSCSÜLÖK párolt káposztával és bajor gombóccal

Hozzávalók (4 személyre)

- 2 db közepes csülök
- 2 dl fehérbor
- 1/2 kg savanyúkáposzta
- 2 evőkanál kristálycukor
- 1 dl olaj
- A pácléhez:**
- 1 fej összetört fokhagyma
- 1 dl olaj
- 1 evőkanál mustár
- só és bors (ízlés szerint)

- A gombóchoz:**
- 5 db zsemle
- 2 dl meleg tej
- 1/2 fej vöröshagyma
- 10 dkg margarin
- 1 csokor petrezselyem
- 2 db egész tojás
- 1-2 evőkanál liszt
- só, bors (ízlés szerint)



Jó étvágyat kívánok!
Pál | (Dr. Vojnits Pál)

Veteránok Kisecseten

Jön!
2012. július 28-án szombaton különös autókönvoj fordult meg Kisecseten. A látványos felvonulás lapzártánkkal egyidőben történt, ezért következő számunkban fogunk részletesen beszámolni a rendezvényről. Két kép előzetesként!



KISECSET Anno

Fotó: archív

Kisecsetnek valamikor önálló labdarúgó csapata volt. A kép még ekkor, a nyolcvanas évek elején készülhetett.
Az álló sorban: Balázs Béla, Bagyinszki Károly, Medgyesi Kálmán, Gubó István, ifj. Kacsári István, Baranyai Sándor, Hanula István, Hanula Pál, Hanula Miklós, id. Kacsári István
A guggolók: Medgyesi László, Manda Gábor, Meyeri János, Matkovszki József, Zibura László, Villant Sándor, Benkő Dezső



Fedezzük fel újra!

AZ ALMAECET

Itt az ideje az almaecet készítésének! Miért hasznos az almaecet fogyasztása? Egyes természetgyógyászok szerint, aki naponta mézes, almaecetes italt iszik, olyan betegségek kialakulását is elkerülheti, mint a köszvény, az ízületi gyulladás, a megfázás. Emellett csökkentheti a magas koleszterinszint és a meszesedés kockázatát is. Hozzátenném azért, hogy persze arra is oda kell figyelünk, hogy mit és mennyit eszünk, s mennyit és hogyan mozgunk. Kimutatták, hogy az almaecet legalább 20 fontos ásványi anyagot – többek között káliumot, vasat, foszfort, magnéziumot –, nyomelemet és vitaminokat tartalmaz, azon kívül ecet-, citrom- és tejsav, számos enzím és pektin is kimutatható benne.



Fotó: archív

A hígított almaecet fogyasztását nemcsak a betegségek megelőzése miatt ajánlják, helye van a család konyhájában és a szépségápolás eszköztárában is. Otthon magunk is készíthetünk almaecetet a következő módon: Mivel az almák minőségétől is függ az almaecet minősége, ezért minél édesebb, izesebb almákat válasszunk. Fontos, hogy ne legyenek növényvédő szerekkel kezelve! Az almákat alaposan mossuk meg, a sérült, hibás részeket feltétlenül távolítsuk el. Töltsünk meg egy 5 literes tisztára mosott üveget apró darabokra vágott almával. Az almák héját is használjuk fel. Tegyük hozzá 1-2 kanál cukrot vagy mézet. Öntsük fel enyhén meleg forrált vízzel. Tegyük a tetejére - az erjedés meggyorsításához - 1 szelet - lehetőleg barna - kenyeret vagy csipetnyi élesztőt. Nylon zacskóval zárjuk le. Helyezzük meleg helyre. Pár hét elteltével, amikor az alkoholos erjedés végbement (almamust), szűrjük át egy másik edénybe. Most már csak egy túlldarabbal fedjük be az edényt, az ecetsavas baktériumok munkájához ugyanis oxigénre van szükség. Pár hónap múlva a kész ecetet kávéfilter-papíron szűrjük át. Mire használhatjuk?

Betegségmegelőzésre: fogyasszunk naponta 1-2 pohár vízzel hígított (3 dl vízhez 1 evőkanál) almaecetet a bélműködés serkentésére, a máj méregtelenítő munkájának megsegítésére, s a káros méz- és koleszterinlerakódások megelőzésére. Súlyos gyomorbetegség nem fogyaszthatják! Baktériumellenes hatásának köszönhetően elpusztítja a rothadást okozó baktériumokat.
Ételek, saláták ízesítésére: különösen izletes salátaecetet kapunk, ha fűszereket (rozsmaring, csombor, foghagyma, csili paprika stb.) is áztatunk az almaecetbe.
Bőrápolásra: az almaecetes víz frissítő hatású, hígítva és levendulára vagy rózsaszirmokra öntve kellemes arctonikot nyerhetünk. A hígított almaecet felgyorsítja a sebgyógyulást, különösen akkor, ha levendulát is áztatunk benne.
Hajápolásra: hajmosás után almaecetes vízzel öblítsük le a fejbőrt, a hajzatot (2 liter vízbe 1-2 dl almaecetet önthetünk). Korpás fejbőr esetén rozsmaringot vagy csipős paprikát is áztatunk az almaecetbe!

Markovics Vera

HÍRMONDÓ FOTÓGALÉRIA

Mostantól várunk galériánkba Kisecseten és környékén készült fotókat bármilyen témakörben (tájkép, természetfotó, közösségi esemény, családi ünnep, stb.) mindazoktól, akik szívesen megosztanák képeiket a Hírmondó olvasóival.



Hajnal a hegyen

III. évfolyam, 4. szám

A kisecseti faluközösség lapja

Kisecseti HÍRMONDÓ

2012. július–augusztus



Csik Gusztáv, a Harriet Lewis–Joan Faulkner–Joanne Bell női énekes trió (USA) és Reggie Johnson (CH) a Bánki-tó víziszínpadán

A Bánki Nyár rendezvénysorozatát, idén is – ezúttal kilencedik alkalommal – a Louis Armstrong Jazzfesztivál nyitotta meg. Június 22-én és 23-án a Bánki-tó a swing-dzsessz legrangosabb külföldi és hazai művelőinek adott otthont. A tó környékén egy-egy hangot, ismert dallamot napközben is fel-felkapott a szél, de az ünnep az esti koncerteken teljesedett ki, ahol a kivilágított víziszínpad mögött az alkonyati tó, a színpad fényei tükröző hullámok a legtökéletesebb látványt varázsolták a megszólaló zene köré. (A swing eredeti jelentése: himbálás, himbálózás.)

Az első hangok

A Louis Armstrong Jazzfesztivál története 2004-ben kezdődött. Karacs Ferenc, a Bánki-tó partján lévő szálloda tulajdonosa abban az évben indította útjára a rendezvényt, az általa létrehozott Swing Jazz Kultúráért Alapítvány és a bánki önkormányzat összefogásával. Az első fesztivált Rókusfalvi Pál társaságában Joe Murányi világhírű dzsesszklarinétos nyitotta meg, aki a fesztivál örökös házigazdája lett. A 2004-es koncerteken az akkori magyar dixie és ragtime muzsika élvonalának képviselői léptek fel. 2005-től kezdett a fesztivál nemzetközivé válni. A sikeres koncerteknek és a kitűnő hazai és külföldi visszhangnak köszönhetően 2009-től már a műfaj igazi nagyságait is sikerült Bánkra hívni, 2010-től pedig – a gazdasági válság ellen-

re – már világsztároké a víziszínpad. A siker mögött a szervezők folyamatos áldozatos munkája és – ettől nem függetlenül – ma már támogatók sokasága áll.

Armstrong és a „matyómagyar”

A fesztivál sikerének titka – a kitűnő zenei produkciók mellett – vitathatatlanul Joe Murányi jelenléte volt, nemcsak nagyszerű muzsikusként, hanem olyan varázsos egyéniségként is, akinek személyes kapcsolatai – a dzsesszvilág nagyságaival – segítették a szervezést, és aki a színpadon nemcsak a közönségnek, hanem az idelátogató muzsikusoknak is szívélyes, kitűnő humorú házigazdája volt. 2010-ben és '11-ben már nem tudott eljönni Bánkra, és idén áprilisban, 84 éves

NAGY IVÁN (BENKŐ DIXILAND BAND) ÉS SCOTT ROBINSON



Joe Murányi 81 évesen – 2009-ben Bánkon



ő lett Armstrong bandájának egyetlen fehér klarinétosa, egészen Armstrong 1971-es haláláig. Joe Murányit 81. születésnapján Mezőkövesd város díszpolgárává avatta, és ő ettől kezdve nevezte rendre „matyómagyarnak” magát.

A folytatás

A IX. Louis Armstrong Jazzfesztivál műsora és a fellépő művészek névsora méltó volt a bánki hagyományokhoz. A házigazda szerepét idén Scott Robinson, Joe Murányi jóbarátja, többszörös Grammy-díjas zenész vette át, és a bánki közönség örömeire a színpadon idén is világszínvonalon játszó magyar zenészek, és valódi világsztárok léptek fel – óriási sikerrel. A bánki fesztivál meghatározó zenei műfaja, a szving, ami többek szerint a dzsessz legdallamosabb, legszerethetőbb, legnépszerűbb irányzata. Aki nem szereti, és következetesen akar maradni, az jövőre kerülje a tószínpadot, mert komoly a kockázata, hogy azután már minden évben a közönség soraiban találja magát...

FA



Malek Andrea és a Budapest Jazz Orchestra



Benkő Sándor (Benkő Dixiland Band)

