

KINCSES HÍREK

KEDD DÉLUTÁNONKÉNT KÉZMŰVES VÁSÁR

A helyi termelői piac mint jogi kategória 2011-től jelent meg a jogszabályokban. Létesítésének feltételei egyszerűbbek az általános piacra vonatkozó előírásoknál, de az értékesíthető termékek és az értékesítést végzők köre korlátozott. Alapítása bejelentés-köteles, amennyiben megfelel a jogszabályban előírt feltételeknek, az üzemeltető bejelentést követően működtetheti.

Helyi termelői piacon – túl azon megkötésen- hogy kizárólag a piac 40 km-es körzetében valamint annak megyéjében élő kistermelők és őstermelők árusíthatnak, korlátos az ott árusítható termékek köre és mennyisége. Alapvetően a szabályok szerint csak saját őstermelői tevékenységből származó mezőgazdasági és élelmiszeripari termékek árusíthatók.

A piac indulását követően jelentkezett a környéken élő és alkotó kézművesekben igény arra, hogy árusíthatnának-e a piac területén. Ez az igény nemcsak hogy érthető, de teljes mértékben támogatható is volt a piac üzemeltetői részéről. Ugyanis a kezdeményező kézműves termékei színvonalas, egyedi minőséget képviselnek, s véleményünk szerint egy ilyen jellegű vásár az import-árak dömpingjében növelheti a helyi kézművesek ismertségét, elismertségét, s nem utolsósorban színesítheti a turisztikai kínálatot is. A kézművesipari termékek árusítása azonban termelői piacon nem lehetséges, ehhez vásár működtetését írja elő a jogszabály. Vásár működése azonban már engedélyhez kötött. Az engedélyeztetési folyamatba kötelező jelleggel be kell vonni a kormányhivatal népegészségügyi osztályát (ezen kívül az értékesítendő termékeknek megfelelően egyéb hatóságok engedélyeire is szükség van), és az eljárásnak komoly költségei is vannak. Mivel a szükséges engedélyek jogszabályi feltételei nem kisléptékű, helyi kézműves vásárookra, hanem

nagyméretű, több száz főt befogadni képes vásárookra és piacokra vannak kitalálva, ezek teljesítése nem is bizonyult könnyűnek. Azonban minden elvárásnak sikerült megfelelni, s megkaptuk az engedélyt, melynek köszönhetően a július 11-ei héttől minden kedden délután 4 órától sötétedésig megrendezzük a termelői piac területén a helyi kézművesek vásárát, Kincses Vásár néven.

KIKKEL TALÁLKOZHATNAK A KÉZMŰVES VÁSÁRON?

Papné Erőss Judittal – Judit kézműves kerámiákat készít, egyedi tányérokat, bögréket, használati tárgyakat, ékszereket. Aki szereti a cicákat, nem fog csalódní! (www.kezmuveskeramia.hu)

Zsigmond Kingával – Kingánál egyedi karkötőket csomózhatsz, névre szóló karkötőket készíthetsz; gyönyörűen megmunkált bőrtárgyakat vásárolhatsz a táskáktól az öveken át a kulcstartókig.

Zentai Annával – Anna kézi szövésű egyedi szőtteket készít hagyományos magyar és székely technikákkal. Ezek egy része a tradicionális vonalat követi természetes gyapjúból, hagyományos motívumokkal. Mások egyéni stílust követnek, és alkalmazkodnak a modern kor elvárásához is. (www.zentaianna.hu)

Barta Mártival – akit részletesen is bemutatunk a következőkben.

Reméljük, hogy a hosszadalmas eljárás folytán megszerzett engedély az Önök örömeire is szolgál majd.

A helyi kézműves vásár - mint ahogy a helyi termelői piac – üzemeltetőjeként is, fontosnak tartjuk tudatosítani azt, hogy ha helyi terméket vásárolunk, ezzel úgy is döntünk, hogy az élelmiszer vagy ajándék-, használati tárgyak vásárlására áldozott pénzünk egy részével a helyi termelőket, helyi kézműveseket támogatjuk. Az így keletkezett jövedelem visszafolyik a térség közösségeibe, így hozzájárul ezen közösségek fennmaradásához, erősödéséhez. A helyben termelt áru fogyasztása ezért a helyi társadalom, a helyi gazdaság és a környezet számára is jobb. Az élelmiszerek esetén fogyasztóként egészséges, friss termékekhez jutunk és nem utolsó sorban közvetlen információkhoz az általunk és családjaink által elfogyasztott élelmiszerekről. A kézműves termékek esetén pedig kiváló minőségű egyedi tárgyakhoz juthatunk, melyek nem köszönnek vissza „minden utcasarkon”.



BEMUTATKOZNAK A TERMELŐK: A BARTA CSALÁD

A Kincses Hírek hasábjain minden hónapban megismerkedhetünk a piacon árusító egy-egy kistermelővel. A júliusi számban *Barta Józsefnét* mutatjuk be, aki férjével együtt foglalkozik őstermeléssel Somogyzentpálon és minden pénteken és szombaton találhatják meg a piacon, valamint kedd délutánonként a kézműves vásáron.

Foglalkoztak—e a családjában korábban ihyesfajta munkával?

A fiam barátnőjének családja járt piacozni, és ezt látva kaptam én is kedvet hozzá. 2011-ben vágtam bele a termelésbe és értékesítésbe.

Főállású őstermelő vagy?

Nem vagyok főállású őstermelő, idősök otthonában dolgozom, az csak afféle családi hobbi. Bár tény, hogy egyre több időmet lefoglalja.

Milyen termékeket készítesz?

Sokféle terméket készítek: lekvárokat különböző ízesítésben és kombinációkban, savanyúságokat, szörpöket, házilag szárított fűszereket, fűszerkeveréket, eceteket, aszalt gyümölcsöket, zöldségkrémeket. Ezen kívül friss, feldolgozatlan zöldséget és gyümölcsöt is árusítok.

Van kedvenc terméked?

Az az igazság, hogy nincs kedvencem, mindegyiket kicsit a gyermekemnek tekintem.

Milyen recepteket használasz?

A legtöbb receptet az anyukámtól tanultam. Az idősök tapasztalataiból is nagyon sok mindent lehet tanulni, hasznosítani, de természetesen könyveket is olvasok, valamint az internetet is használom.

Mivel van a legtöbb dolgod, mi az amit a legnehezebb elkészíteni?

A legmunkásabb a zöldségek feldolgozása, elsősorban a zöldségkrémek elkészítése. Itt minden hozzávalót külön meg kell pucolni, fűszerezni. A lilahagyma-csatni esetében például először karamellizálom a cukrot, aztán ráteszem az előkészített lilahagymát, majd jöhet a többi fűszer és a balzsamecet. A legtöbb összetevőt talán a gulyáskrém tartalmazza. Ehhez rengeteg különböző zöldséget és fűszert használok, ezeket külön, egyesével elő kell készíteni.

Saját magokat nevelsz, vagy vásárolod a vetőmagokat?

Vegyesen. Az idén arra törekszünk, hogy saját magjainkból neveljünk palántákat, ezek sokszor megbízhatóbbak, mind a boltban kapható magok a tapasztalataim szerint. Tervezzük, hogy idén ősszel készítünk egy fóliasátrat, ebben a palántanevelés is hatékonyabb tud majd megvalósulni. Eddig a magokat cserepekben neveltem, bent a házban.

Mi volt eddigi munkád során a legpozitívabb élményed?

Az számomra a legpozitívabb, amikor visszatérnek hozzám a vásárlók és megdicsérik a termékeimet.

Milyen újdonságot tudsz ajánlani a piacra látogatóknak?

Inkább a szörpöket ajánlanám ebben a meleg nyári időben, most újdonságként a vadszilvát és az őszibarackot.

Köszönjük a beszélgetést, és sikeres szezont kívánunk!

MIKOR VAN NYITVA A PIAC, MIKOR MI KAPHATÓ?

A piac jelenleg keddenként, és csütörtöktől szombatig van nyitva délelőttönként 8 órától.

Kedden kapható friss zöldség, gyümölcs, savanyúságok, befőttek, méz, házi készítésű szirupok és teakeverékek; csütörtökön: friss zöldség, gyümölcs, savanyúságok, befőttek; pénteken: friss zöldség, gyümölcs, házi finomságok, szörpök, lekvárok, házi készítésű szirupok és teakeverékek; szombaton: friss zöldség, gyümölcs, házi finomságok, szörpök, lekvárok, savanyúságok, méz, kézműves szalámik, grillkolbász, kecskesajt és kecsketúró. Szombaton mangalicaszőr és kecsketej rendelhető a következő hétre. Frissen fejt házi tehéntej szintén kapható a piacon, külön hetirend szerint. Újdonságként péntekenként barackvásárt tartunk!

BALATONMÁRIA ÉS KERESZTÚR: HONNAN JÖTTEK ÉS HOVA TARTANAK A KÉT 'IKERTELEPÜLÉS' LAKÓI ?

Ha valaki venné a fáradságot és áttanulmányozná Balatonkeresztúr és Balatonmáriafürdő anyakönyveit és lakosság-nyilvántartását első pillantásra meglepő adatokkal találkozna.

A két faluban a rendszerváltás óta összesen 377 gyermek született (274-en Keresztúron, 103-an Márián), miközben 920-an (653 + 267) haltak meg. Eme népességzuhanást és demográfiai katasztrófát előrejelző számok ellenére a két település lakossága a valóságban alig-alig csökkent az elmúlt negyedszázadban. Míg 1990-ben összesen 2265 lakosa volt e két összenőtt községnek, 2015-ben 2204.

Természetesen csodáról szó sincs. A helyzet az, hogy a két faluból lényegesen kevesebben vándoroltak el, mint ahányan beköltöztek. Az „öslakosok” által néha nem épp kedvesen „gyűttmentként” emlegetett beköltözők száma és aránya pedig olyanannyira magas volt, hogy az nem csak az elköltöző helyi fiatalok számát tudta pótolni, de 550 fős halálzási többletre visszavezethető fogyás nagy részét is.

A fentiek miatt véltük úgy, hogy érdemes bemutatni, hova is költöznek el a helyiben született fiatalok és honnan érkeznek azok a családok, akik pótolják őket és az egyébként is csökkenő helyi lakosságot. Melyek azok a települések ahonnan nagyobb számban érkeznek ide, mint ahányan költöznek oda? Hova költöznek a helyi fiatalok?

A 2011 évi népszámlálás eredményei szerint először azokat a fontosabb hazai településeket mutatjuk be, ahova Keresztúrról és Máriáról nagyobb arányú az el-, mint a beköltözés. (A külföldre kivándoroltakról sajnos nem állnak adatok rendelkezésre.) Elsősorban is ilyen település a főváros: A két falu szülöttei közül 133-an laktak 2011 őszén Budapesten (plusz több tucatnyian Budapest környéki településeken, Érden stb.). Ezzel szemben fővárosi születésű lakos a két településen alig 76 fő volt (több mint kétharmaduk Márián élt, jellemzően leköltözött nyugdíjasok.) Bár 76 fő természetesen nem kevés, de a több ezer nyaralótulajdonoshoz, és a télen is lakott nyaralók számához viszonyítva nem is nagy érték. Ez talán arra utalhat, hogy a fővárosról a vízpartra leköltöző nyugdíjasok jó része – még ha ez év túlnyomó többségét itt is tölti - Máriát életvitelszerű fő lakhelyének nem tekinti / vagy a népszámláláskor nem vallotta be.

A főváros mellett Marcali Fonyód és Keszthely az a három település, ami sokakat elvonzott a szülőfalujából. Nyilván nem véletlen, hogy arról a három kisvárosról van szó, ahol a helyiek jellemezően középiskoláikat végzik. Míg két falunak 106 szülötte élt Marcaliban, addig Marcaliból 'csupán' 91-en költöztek ide. Fonyódra 34-es költöztek, 23 fonyódi költözött ide, Keszthely viszonylatában pedig egyenesen 45 el és csak 22 beköltözőt figyelhetünk meg. Végül van még egy további település, amely felé említésre méltó népességvesztés volt, ez pedig a szomszédos Balatonfenyves. 27 idevalósi költözött Fenyvesre, míg csak 14 fenyvesi választotta lakhelyül Máriát vagy Keresztúrt.

A környék többi kis és középvárosa kapcsán sokkal kiegyenlítettebb folyamatokat figyelhetünk meg. Kaposvár esetén a ki és beköltözők száma pontosan megegyezik: 45-45 fő. Pécs esetén szintén 'döntetlen az állás' 31-31 fővel. Ugyanakkor Nagykanizsáról 57-en költöztek ide, miközben 'csak' 50 helyi születésű lakos költözött Kanizsára. Zalaegerszegről 17-en költöztek be és 14-en el.

De akkor honnan érkeznek a bevándorlók? Három fő irányból: a környék talán kicsit rosszabb helyzetűnek nevezhető településeiről, illetve Erdélyből és Németországból. Érdemes e két utóbbi csoporttal kezdeni: a 2011-es népszámlálás Márián és Keresztúron összesen 106 olyan lakost írt össze, akik Németországban születtek, de tényleges lakóhelyükként a számlálóbiztosnak minket jelöltek meg. Az Erdélyben született lakosok száma 32 fő volt.

A környező település közül említésre méltó Kéthely (47 beköltöző) Újlak (32 beköltöző), Berény (26 beköltöző – ide viszont 14-en el is költöztek), Hollád, Segesd, Nagyatád, Lengyeltóti és Somogyszentpál. Ez utóbb öt településről külön-külön is 15-25 fő közötti számban költöztek a lakosok Keresztúrra vagy Máriára, míg a másik irányba szinte senki sem költözött.

A fenti folyamatokat összegezve megállapítható, hogy Balatonmáriafürdőn és Balatonkeresztúron egy lassú népességcsere figyelhető meg. Egyfelől a helyieknek igen kevés gyermekük születik, és ezek a gyermekek többsége felnöve közeleli vagy távoli városokat választ lakóhelyéről. Másfelől a Balaton parttól távolabbi települések lakói közül egyre többen találják meg boldogulásukat e két faluban.

NYARALÓKÉNT BEFŐZNE, ELTENNE, ASZALNA? – A MEGOLDÁS A GÉPKÖLCSÖNZÉS LEHET!

A piacon szerzett tapasztalataink azt mutatják, hogy a nyaralótulajdonosok egy része szívesen tenne el saját maga családjának őszire, télire zöldséget, gyümölcsöt, próbálna szörpkészítéssel, stb. Az ilyen ötletek megvalósítását azonban nehezíti, hogy a nyaralók konyáinak felszereltsége komolyabb munkálatokhoz sokszor hiányos. A piac üzemeltetői így azt tervezik, hogy törzsvásárlóknak megnyitják a gépkölcsönzési lehetőséget. Nagyobb mennyiségű a piacon vásárolt zöldség-gyümölcs mellé az adott termény feldolgozását megkönnyítő gép (aszalógép, befőző-automata, szörpkészítő edény) kölcsönözhető lesz. A részletek kidolgozás alatt, minden ötletet szívesen fogadunk.....

ITT A CUKKÍNISZEZON!

Cukkínivel sokféle ételt készíthetünk, az ismert rántott cukkini mellett cukkinis rizottót, töltött cukkinit, cukkinis lecsót stb.

A **cukkini fasírozott** igazi kedvencünk, receptje az alábbiakban olvasható. Hamar elkészül, kiadós meleg étel, amely húspótlóként is kitűnő.

Hozzávalók:

1 db közepes cukkini lereszelve

2 tojás

2 kanál teljes kiőrlésű liszt (glutén érzékenyek használjanak kukorica v. rizslisztet)

1 db kisebb vörös / lila hagyma, apróra vágva
só, kicsi bors (ínyenceknek egy kis fokhagyma)
zsiradék a kisütéshez

Elkészítése:

A hozzávalókat összekeverjük. Kanállal kis halmokat teszünk a palacsintasütőbe, szétnyomkodjuk, hogy laposak legyenek. Közepes hőmérsékleten pirosra sütjük mindkét oldalát.

Bátran ehetünk a cukkiniből, mivel nem okoz puffadást, jelentős rosttartalma ellenére sem. Csekély az energiatartalma, így a súlycsökkentő diéták ételleiben a "tömeget adó" hozzávaló lehet. Mivel a tápértékének zöme a puha héjában rejlik, ezért szerencsésebb a zsenge, még puha héjú példányokat megvenni. Ezek héjastul elkészíthetők, és a magházat sem kell kikaparni.



TÉNYEK A KECSKETEJÉRŐL

A kecsketejről, annak jótékony hatásairól sokféle hiedelem kering a köztudatban, kezdve onnan, hogy kiváló ital a csecsemők számára is, odáig, hogy laktózérzékenyek is fogyaszthatják. Rövid írásunk célja, hogy állatorvos szerzőnk segítségével bemutassuk tényleges beltartalmi

értékeit, és alapvető tényeket közöljünk tulajdonságairól.

A kecsketej nagyon értékes (több esszenciális, „jó” -telítetlen zsírsavat tartalmaz-70 félé), összetételében közelebb áll az emberi anyatejhez, mint a tehéntej és könnyebben emészthető. Önmagában, önálló ételként fogyasztható (Tehát kiváltható vele egy étkezés. Javasolt, hogy fogyasztása előtt ill. utána ne együnk mást 1-2 óráig.) Fogyókúrázóknak is ajánlható, laktat, de nem hízlal!

A kecsketej a kazeintejek csoportjába tartozik, tehát tejfehérjeje ugyanaz mint a tehéntejé. Laktózt, vagyis tejcukrot is tartalmaz, így tejfehérje allergiások, és laktóz érzékeny emberek ezt sem fogyaszthatják! Azt viszont fontos kiemelni, hogy a legtöbb laktózérzékeny fogyaszthat bizonyos mennyiségű tejcukrot, azt azonban ki kell tapasztalnia, hogy mennyit, de jelen esetben mindegy, hogy kecske- vagy tehéntejből származik a tolerálható mennyiség.

A kecsketej zsírdús tej, zsírtartalma 3,9%. A kecsketej A-, B1, C- és D-vitaminból többet, B6-, B12-vitaminból és folsavból pedig kevesebbet tartalmaz, mint a tehéntej. A B2-vitamin tekintetében nincs különbség. Az ásványi anyagok közül a nátrium, illetve a kalcium és a foszfor nagyobb mennyiségben van jelen benne, magnéziumot viszont kevesebbet tartalmaz, mint a tehéntej.

Ha savanyított, fermentált terméként fogyasztjuk (túró, kefir, sajt) még könnyebben emészthető, hiszen baktériumok által már előemésztett benne a tejfehérje és a tejcukor, és a jótékony bélbaktériumokat is bevisszük szervezetünkbe.

A bőrre kifejezetten jótékony hatású, elektrolittartalma gyulladáscsökkentő, alkalmas bőrrallergia, ekcéma, kiütések kezelésére. A belőle készült szappanok mindennapi használat során sem szárítják a bőrt, visszaállítják a kémhatását, ásványi anyagai gyorsan behatolnak a bőr mélyebb rétegeibe is!

Írta: dr. Ignits Éva, állatorvos Pécs

A KÖVETKEZŐ SZÁM TARTALMÁBÓL: MIBŐL ÉLÜNK? FIZETÉSEK A MARCALI JÁRÁSBAN

Kincses Hírek

ingyenes

készül igény szerinti példányszámban

A Balatonmárfürdői Kincses Somogy Helyi Termelői Piac hírlevele,
szerkeszti Ignits Györgyi: piac@kincsessomogy.hu, www.kincsessomogy.hu