

DÉL-KELENFÖLDI ÓVODA

FOLYÓIRATA



1. évfolyam 3. szám
2017. április

Szerkesztette:
Kijáczy Orsolya, Póser Krisztina
Felelős kiadó: Halászné Bogdány Zsuzsanna

A Föld Napja története

1970-ben kezdődött

Az első Föld napján, Denis Hayes amerikai egyetemista kezdeményezésére, 1970. április 22-én 25 millió amerikai emelte fel szavát a természetért. Ez a történelmi jelentőségű esemény az Egyesült Államokban – és az ország határain túl is – fontos változásokat hozott: az USA-ban szigorú törvények születtek a levegő és a vizek védelmére, új környezetvédő szervezetek alakultak, és több millió ember tért át ökológiailag érzékenyebb életvitelre.

Húsz évvel később Denis Hayes és barátai, az ökológiai válság jeleit – a bioszféra pusztulását, az ipari szennyezést, az őserdők irtását, a sivatagok terjeszkedését, az üvegházhatást, az ózonlyukakat, a veszélyes hulladékokat, a túlnépesedést, a savas esőt, az óceánok szennyezettségét stb. – látva kezdeményezték, hogy az 1990-es évek *a környezet évtizedeként* a közös felelősségre hívják fel a figyelmet.

Ennek érdekében Denis Hayes és barátai 1989-ben Kaliforniában létrehozták a Föld Napja Nemzetközi Hírközpontot, és havonta küldtek hírlevelet a világ minden országába, hogy a városi tömeg-felvonulásoktól kezdve szabadegyetemi előadásokig, faültetéstől a hulladékok újrahasznosításának megszervezéséig, a nemzetközi hírközlési rendszerek bevonásától falusi majálisokig sokféle akcióval ünnepeljék **április 22-én a Föld napját** a világ minden országában, a környezetbarát, fenntartható társadalom közös vágyával. Több mint 140 ország 200 millió környezetért aggódó polgára, civil szervezetek válaszoltak felhívásukra, és városok, falvak, iskolák, környezetvédő szervezetek mind-mind saját szervezésű programmal, a legkülönbözőbb módon tették emlékezetessé és világméretűvé ezt a napot.

Magyarország az elsők között csatlakozott

A felhívásra Magyarországon környezetvédők 1990-ben megalapították a **Föld Napja Alapítványt**, és hírközpontot is létrehoztak az első magyar Föld napja eseményeinek koordinálására. Felhívásukra kis falvakban és nagyvárosokban egyaránt sokan jelentkeztek.

A Föld Napja Alapítvány a helyi kezdeményezéseket – külön hangsúlyozva az iskolák és természetesen a pedagógusok szerepét – környezeti könyvek kiadásával, vetélkedők összeállításával támogatja.

Ki mondta, hogy nem tudod megváltoztatni a világot? Így hangzik a Föld napja mozgalom egyik jelmondata. 1990 óta Magyarországon évről évre egyre többen érzik úgy, legalább megpróbálják – és legalább a Föld napján, április 22-én tesznek valamit ennek érdekében: fát ültetnek, rajzpályázatot hirdetnek, környezeti vetélkedőt, patak- és falutakarítást szerveznek, valamelyik zölkszervezethez csatlakoznak, vagy saját szervezetet alapítanak. És ez a Föld napja mozgalom legnagyobb sikere: hogy helyi igény szerint, helyi kezdeményezésre szerveződnek a Föld napi programok, és ma már nem csak a Föld napján.

Az alapítvány a szemléletformálás érdekében évről évre jelentős külföldi művek, sőt magyar szerzők környezeti témájú könyveit jelenteti meg. Könyveink közül ma már több is ajánlott vagy kötelező irodalom egyetemeken, főiskolákon. Az alapítvány eddig több mint 50 könyvet, ismertető füzetet és négy társasjátékot jelentetett meg, többek között 1990 óta minden év április 22-ére, a Föld napjára adja ki a washingtoni Worldwatch Institute éves jelentését a világ környezeti állapotáról *A világ helyzete* címmel.

Az első 10 év -20 év után is együtt

A világméretű Föld napja mozgalom 2000-ben volt 30 éves, a magyarországi Föld Napja Alapítvány pedig 10 éves. Denis Hayes, a mozgalom elindítója erre az alkalomra újabb felhívást tett közzé, hogy 2000-ben még több ország csatlakozzon a mozgalomhoz, és hívja fel a figyelmet a Föld napján, április 22-én a környezeti veszélyekre. A 2000. évi, félmilliárd embert mozgósító világmegmozduláshoz a Föld Napja Alapítvány is csatlakozott. Többek között egy környezeti társasjátékkal, az Ökovilággal fordult a jövő nemzedékéhez, és a Magyarország környezeti állapotát bemutató, A természet romlása, a romlás természete című könyvével a döntéshozókhoz. Természetesen összefogva több civil szervezettel.

A magyarországi Föld napja mozgalom 2010-ben volt 20 éves. És bár sokat tettünk az elmúlt húsz évben környezetünk fontosságának tudatosítása érdekében, de nem eleget. Már van szelektív hulladékgyűjtés, vásárolhatunk környezetbarát termékeket, körbeért két tavunk körül is a kerékpárút, szélkerekek, napkollektorok segítik az energiaellátást, de még mindig sok a felesleges fogyasztás, a vegyszerhasználat, a szemét, az autózás, az energiapazarlás, általában a természet szolgáltatásainak túlhasználata. Mindezek következményeként pedig nő az üvegházhatású gázok kibocsátása – és ez növeli az éghajlatváltozás veszélyét.

És ez a változás nem a távoli jövő eseménye. Az éghajlatváltozás már itt van. Már 0,7 Celsius-fokkal nőtt az átlagos globális hőmérséklet, és a felmelegedés üteme az utóbbi 10 évben fokozódott. Tennünk kell, tegyünk ellene együtt, hogy elkerüljük a fordulópontot, a kritikus 2 Celsius-fokos globális felmelegedést.

Cselekednünk kell, és ebben a Föld Napja Alapítvány is aktívan részt vállal ugyanúgy, ahogyan 20 éven át tette ezt. Vigyázzunk Földünkre, jövőnkre, és tartsuk 2 Celsius-fok alatt a felmelegedést. Figyelje programjainkat és csatlakozzon. Cselekedjünk együtt!

40 éves a világméretű megmozdulás

A kezdettől, 1970-től 2010-ig eltelt 40 évben a Föld napja világméretű megmozdulássá vált: több mint egymilliárd ember vesz részt valamilyen környezeti eseményen ezen a napon. A nemzetközi Föld Napja Hálózat 174 országban több mint 15 000 szervezettel dolgozik azon, hogy kialakítsák "az egyetlen eseményt, amelyet az egész világon egyszerre ünnepelnek, mindenféle származású, vallású és nemzetiségű emberek".

A tizenkét hónap (görög népmese)

Hol volt, hol nem volt, volt egyszer egy öreganyó, aki gyógynövényeket gyűjtött az erdőben. Egy nap egy barlangra lett figyelmes. Óvatosan, vigyázva bedugta a fejét, s uramfia, ugyancsak elcsodálkozott. Tizenkét egyforma suhancot látott ott egy padkán ülni egymás mellett, szép sorjában. Voltak köztük lányok és fiúk, az egyik fehérben volt, a másik zöldben, a harmadik aranyárgában: ők voltak a tizenkét hónap. Meg is kérdezték az öreganyót: Mondd csak meg nekünk, melyik hónapot tartod a legszebbnek?

Az öreganyó végignézett rajtuk, és ezt válaszolta:

Mind a tizenkét hónap igen szép. Januárban hullik a hó, februárban esik az eső, márciusban bimbóznak a rügyek - mind a tizenkét hónap egyformán gyönyörű!

Akkor a tizenkét suhanc felállt, és így szólt az öregasszonyhoz:

Gyere csak közelebb, kedves öreganyó! Add csak ide nekünk a kosaradat, és a kendődet! -

színiültig telerakták őket ragyogó arany és ezüst pénzdarabokkal. Az öreganyó kedvesen megköszönte jóságukat, és elindult hazafelé.

Ennek az öreganyónak a szomszédságában egy gonosz vénasszony élt, aki folyton ott sündörgött a házuk táján. Most is bekopogott hozzájuk.

Ejnye, ejnye, hogy jutottál, lelkecském ehhez a sok pénzhez? - érdeklődött ravaszul.

Az öreganyó jószívű volt, és mindent elmondott a szomszéd vénasszonynak. A szomszédasszony azonnal útnak indult, és egy nagy-nagy puttont is kötött a hátára. Megtalálta a barlangot, s ott bent egymás mellett ült a lócán szép sorjában a tizenkét fiatal suhanc. Megkérdezték őt is, hogy mi járatban van erre, s arról is faggatták, hogy melyiket tartja a legszebb hónapnak. A vénasszony zsémbeskedve felelt kérdésükre:

Egyik sem ér fabatkát sem, rossz valamennyi hónap! -

A suhancok erre elkérték a puttont, és megtöltötték valamivel. Hogy mivel, azt nem tudta a vénasszony, mert egy kendővel letakarták. Nagy nehezen sántikált haza a vénasszony, mert a puttont alaposan nyomta a vállát és a hátát. Ahogy hazaért, rikoltozva szólította valamennyi gyermekét. A gyermekek és a vénasszonyok nekiestek mohón a puttontnak, hogy könyökig vájkáljanak a drága ezüst - és aranypénzekben, de mindannyian sziszegve és jajgatva kapták vissza a kezüket, mert csak a tetején volt néhány aranypénz, a többi bogáncs volt, számarkóró és túske. A vénasszony méltatlankodva szaladt át az öreganyóhoz:

Mit tettél velem? Elmentem én is a barlangba, beszéltem én is a tizenkét suhancsal, megtöltötték az én kosaramat is, de pénz helyett nekem számarkórót, tövist és bongáncsot adtak!

Az öreganyó most már magyarázhatta a pórul járt vénasszonynak :- Én azt mondtam, hogy mind a tizenkét hónap egyformán gyönyörű, ezért adtak nekem pénzt. És te pedig azért kaptál bogáncsot, tövist, és számarkórót, mert azt mondtad, hogy rossz valamennyi hónap. Mert a tizenkét hónap mindenkihez jó vagy rossz- aszerint, hogy ki mit vár tőlük.

Szivárvány (indiai népmese)

Nagyon régen, réges-régen történt, mikor Tündérorszáiban még minden tejszínhab-szerű fehér puhaság volt. A tündérek bőre, ruhája, étele-itala, az ország minden háza és palotája habtisza volt és hófehér. Olyannyira, hogy a tündérek soha nem is láttak színeket: nem tudták, mi a piros, a sárga, a zöld, a kék, a rózsaszín vagy akár a bíborvörös. Szépek voltak a tündérek, kecsesek és törékenyek, és mindenük megvolt, nem volt hát miért más tájakra vándorolni, más országba szomszédolni. Saját országukba se hívtak meg soha senkit. Történt pedig egyszer, hogy Bidzslí, a tündérmagány és pajkos barátnéi játékból versengésre adták a fejüket:

Versenyezzünk! Lássuk, ki tud messzebbre repülni!

Ahányan csak voltak, mind vidáman felszökkentek a felhők fölé, és már folyt is a verseny. Csak repültek és repültek, még akkor is, mikor a nap már lemenőben volt. De lassan rájuk tört a fáradtság, és leszállt az est. Hogyan is juthatnának vissza Tündérorszába ilyen sűrű, sötét éjben? Épp a Föld határán jártak, India fölött. A holdfényben a Himalája hegycsúcsainak ezüst hópikái csillogtak. Nem kínálkozott más megoldás, a tündék a Himalája völgyei közt kerestek menedéket. Teljesen kimerültek, és most még ez a hideg is! Szótlanul és megszeppenve húzódtak be egy barlangba, és egy szempillantás alatt elnyomta őket az álom. A hajnal első fényeivel egyszerre ébredt a madársereg csivitelése. A tündék felriadtak. Kimerészkedtek a barlangból, és lám, mit látnak? A felkelő nap sugarai aranyszínbe borították a hegycsúcsok hótakaróját. A völgy harmatban fürdő fűszálai zölden ragyogtak. A fűvön, a fákön, a mindenféle kúszó-mászó növényeken piros, rózsaszín, fehér, kék, sárga és karmazsinvörös virágok nyíltak. A tündérek tágra nyílt szemmel bámulták a szirmok fölött táncoló tarka-barka pillangókat.

Soha ezelőtt tündér még nem pillanthatta meg a színek bámulatos világát. A kis tündérek nem tudtak betelni a látvánnyal. Ellenállhatatlan vágyat éreztek, hogy bebarangolják az egész Földet, de hirtelen eszükbe villant, hogy a tündérkirálynő biztos aggódik már értük, így hát inkább hazafelé vették útjukat.

Otthon a tündérkirálynő egész éjjel aggódva virrasztott, sehogyan sem jött álom a szemére. Hogy valami hírt kapjon a szegény kis tünde-palántákról, hívatta az udvari mágusokat. A mágusok azon nyomban hozták is a kincseskamrából a varázstükröt. Mélyen belenéztek: jönnek már Tündérország felé a kis tündérek! Mindenki megkönnyebbülten lélegzett fel. Mikor a tündérkirálynő látta, hogy mind egy szálig épségben megérkeztek, örömeiben ölbe kapta Bidzslit, a tündérkirályleányt, de egyúttal egy kicsit meg is szidta: meg ne halljam még egyszer, hogy ilyen buta versenyedít játszatok! Bidzslí és barátnői még mindig valamiféle szédült boldogságot éreztek a történetek miatt. Megpróbálták elmesélni a tündérkirálynőnek, hogy milyen gyönyörű a Föld. A hegyek, a fák, a virágok! A sok-sok pillangó és madárka! De hogyan is mesélhetnék el a színeket? Aki soha nem látott színeket, hogyan is érthetné meg a Föld színeinek bódító szépségét?

Egy idő után Bidzslí és barátnői szemét saját hófehérségük már-már bántani kezdte. Miután rádöbbenek, hogy nem tudják a királynőnek elmesélni a szebbnél-szebb színeket, azon kezdtek töprengeni, vajon hogyan kaphatnának engedélyt arra, hogy megint megfürödhessenek a színek tengerében.

Nem telt el sok idő, és meghívó érkezett Indra országából a Szávan-ünnepségre, a híres nyárvég-ünnepre. Tudni való, hogy mikor Indra, az istenek királya a nyár végének közeledtével először küld felhőt az égre, és megöntözi a szomjas földeket, udvarában kezdetét veszi a pompás Szávan-ünnepség. A tündék mindig is a meghívottak között voltak, de eddig soha nem kívántak megjelenni a jeles napon.

Ez alkalommal Bidzslí nagyot ugrott örömeiben, mikor kézhez kapta a meghívót. Talán megpillanthatná újra a színeket! Kérlelni kezdte anyját, hadd mehessen el az ünnepségre. Nem bánom, elmehetsz, a barátnőiddel együtt. De aztán együtt hazajöttek, és nem csavarogtok el!

Bidzslí és barátnői szépen felékesítették, felékszerelték magukat, és elindultak az ünnepségre. Ahogy megérkeztek, Indra palotájának ragyogását és a káprázatos színeit megpillantva mind ámulatba estek. De azt is rögtön észrevették, hogy minden vendég, minden istenség kisebb-nagyobb ajándékot hoz Indrának, az istenek királyának. Az egyszerű kis tündérek honnan is tudták volna, hogy ez a szokás! Összedugták hát a fejüket, és hamar kisütötték, hogy szépséges tünde-táncot lejtene majd ajándék gyanánt. Így is lett. Indra udvarában mindenkinek tátva maradt a szája. Ahogy véget ért a tánc, maga Indra mondott köszönetet a tündéknek:

Bármit kérhettek most tőlem: oly gyönyörűséges volt táncotok, olyan színessé tette ünnepségünk, mint soha semmi az idők kezdete óta

Hát... éppen, hogy színre vágyunk... szólalt meg Bidzslí. Indra! Nagy istenség! Ha oly kegyes vagy, és valóban meg kívánsz ajándékozni minket, kérünk, tündérkirálynőnk hadd pillantsa meg otthonában a színeket! És a neki tetsző színek gyűljenek mind a varázspalcájába, hogy aztán mi is élvezhessük őket! Tündetársaink unják már az örökös fehérséget!

Úgy lesz. Királynőtök meg fogja látni a színeket mosolygott Indra, és folytatta: De van egy feltételem: ha egy tündér színessé lesz, hívásunkra mindig jöjjön el ünnepségünket felragyogtatni.

Ekkor felkapott egy hét színbe mártott hatalmas ecsetet, és kérést intézett a Naphoz, hogy irányítsa oda sugarait, és hintáztassa meg néhányszor az ecsetet ide-oda az égen.

Mikor a tündék egy pillanatra felocsúdtak a színek varázsából, eszükbe jutott a királynő parancsa. Még véget sem ért az ünnepség, mikor hazaindultak.

Amarra pedig a szomjas földeken végigsöpört az első jótékony zápor. Az emberek, állatok,

fák és virágok boldogan fürödtek végre az esőben. A gyerekek ugrándozva, fülig érő szájjal kiabálták szerte-szét:

Itt van a mennydörgős ménküüü: lehetsz mostantól nagy étküüü!

A világ nagy boldogságát az istenek Indra palotájából ki-kikukucskálva figyelték. A tündérkirálynő pedig, Bidzslí kérésére, végigtekintett Tündérországon. De hogy meglepődött, mikor az égbolton végestelen végig egy hét különböző színű szalagból összefont, íj-alakú ragyogó valamit pillantott meg! Addig-addig bámulta a színeket, míg csak el nem tűnt a varázslatos hétszínű íj. Végre ő is megláthatta, mi az: piros, sárga, kék! Hirtelen rádöbbsent, hogy csodálatos színező-erő költözött a varázspálcájába, és a hét szín segítségével bármilyen más színt ki tud keverni!

A királynő Bidzslí barátnőinek kiosztotta a kívánságuk szerinti színeket. Micsoda látvány! Egy szempillantás alatt az egyik tündér pirossá változott, a másik kékké, a harmadik zölddé. Nekik lett később tisztük Indra parancsának teljesítése.

Néhány nap múlva a Földön elállt az eső. Mikor feloszlottak a fekete felhők, íj-alakú, hét színben ragyogó szivárvány tűnt fel az égen. A falu vénjei felkiáltottak:

Gyerekek, nézzétek csak, Indra jókedvében van! Kifüggesztette az égre gyönyörű íját!

Indra íja! Indra íja! Szivárvány! kiáltottak mindenfelől a gyerekek. De a nagy kiabálás közepette volt, aki azon tűnődött: hogyan is lehetne egy íj ilyen kecses és áttetsző!

Igaz. Merthogy valójában mi más lenne a szivárvány, mint Bidzslí libbenő szoknyájának színes pántlikája, ami meg-megcsillan az égen, s egy szempillantás alatt már el is tűnik a szemünk elől.

Rangi és Papa története (maori népmese)

Valaha, az idők kezdetén, még nem élt ember a földön. Nem voltak madarak, és nem voltak állatok sem. Hiányzott az égő Nap az égről, így nem voltak fénylő nappalok sem.

Kietlen, fekete éjszaka borult a földre. Fekete éjszaka - hold és csillagok nélkül. Nem volt sehol egy szikrányi fény.

Ebben az éjszakában nem csendült hang, nem zendült szél, csak a mély sötétség hallgatott.

Rangi, az Égapa és Papa, a Földanya még összesimulva, egymásba ölelkezve feküdtek.

Amiatt volt sötétség a földön. Olyan szorosan ölelték egymást, hogy a napsugár sem férhetett közéjük, a szél sem surranhatott el kettőjük között. Rangi és Papa között csak a néma, végtelen éj feküdt.

Ranginak és Papának sok gyermeke volt, s a gyermekek valamennyien istenek voltak: Tane, az erős, Tu, a harcias, Ta-whiri - Tane féltékeny vetélytársa -, Rongo, a nagyevő és Tanga-roa, a tengerek ura.

Ranginak, az Égapának és Papának, a Földanyának még számos gyermeke volt. A szülők szorosan maguk közé ölelték valamennyit. A gyermekek nem tudtak felállni, és nem tudtak járni. Csak kúsztak, másztak a sötétben, soha nem láthatták a napot, soha nem érezhették a hűsítő szelet.

Egy nap az egyik fiú, Tane így szólt:

- Nem élhetünk így tovább! Anyánk és apánk agyonprésel bennünket. Valamit tennünk kell!

- Igen, igen! - kiáltották a testvérei. - Állni akarunk! Járni akarunk! A nap fényét áhítjuk! De mit tehetünk?

A legharciasabb testvér, akinek Tu volt a neve, így szólt:

- Öljük meg őket!

- Nem! - szólt Tane. - Nem ölhetjük meg apánkat és anyánkat. Én tudom, mit kell tennünk; próbáljuk meg szétválasztani őket!

Fivérei beleegyeztek. Valahányan, csak Ta-whiri nem.

Rongo a hátát Égapának feszítette, aztán térdével és kezével tolni kezdte Földanyát. Bár

minden erejét összeszedte, nem volt képes elmozdítani Rangit Papa mellől.

Aztán Tanga-roa próbálta meg szétválasztani a szülőket.

Nagyot taszított apján, s ugyanabban a pillanatban anyját lefelé nyomta. Közben fel-felhorkant, majd' megszakadt az erőlködéstől, de nem ment velük semmire. Rangi és Papa nem mozdult egymás mellől.

- Álljatok meg! - kiáltotta Ta-whiri. - Nem szabad szétválasztani a szüleinket! Nem jó, amit teszünk.

A testvérei azonban rá se hederítettek. Egymás után sorra nekiveselkedtek, és megpróbálták elszakítani Rangit Papától. De ez sehogyan sem sikerült. Égapa oly szorosan ölelte magához Földanyát, hogy egyikük sem tudta szétválasztani őket.

Már csak két testvér volt hátra: Tane és Ta-whiri.

Tane előlépett. Tane, az erős.

Rátérdelt Papára, a Földanyára. Vállát Ranginak, az Égapának feszítette, aztán minden erejével megmozdította őt.

Rangi és Papa megremegett.

Rangi fölkiáltott:

- Gyermekeim, mit tesztek velünk?

Tane azonban megfeszítette két izmos karját, és még magasabbra emelte Rangit. Szülei sírva fakadtak, hangos zokogásuk betöltötte az egész teret. Tane ekkor még egy végsőt taszított rajtuk, s Rangi és Papa lassan eleresztették egymást. Égapa és Földanya elváltak egymástól - örökre...

Tane talpra szökkent, kiegyenesedett, s megállt közöttük szálfá-sudáran.

A fény pedig elárasztotta a földet. Most először látták meg Rangi és Papa gyermekei a Napot. Most először sétáltak szabadon Földanyán.

- Tane! - kiáltották a testvérei. - Te vagy a legerősebb köztünk. Végre szabadok vagyunk!

Ezután már a nap fényében fog telni az életünk.

Csak Ta-whiri nem szólt semmit.

Rangi és Papa többi gyermeke azonban boldogan élt Földanyán, aki immár arany napfénybe öltözött.

Tane fa- és páfrányerdőket ültetett. Madarakat teremtett, hogy énekeljenek az erdőben.

Virágokat fakasztott, hogy viruljanak a levelek zöldje közt. - Tane az erdők istene lett.

Tanga-roa hallal töltötte meg a föld tengereit. Némelyik hálnak uszonya volt, némelyiknek kagylóháza. Ő teremtette a tenger minden lakóját. - Tanga-roa a tengerek istene lett.

Rongo, a nagyétkű; ő lett minden ehető növény atyja. Ő ültette az első édesburgonyát és a yam-gyökeret. - Rongo az ételek istene lett.

Tu volt Rangi és Papa legharciasabb gyermeke. Folyton-folyvást a csaták tüzét kereste. -

Tuból a hadak istene lett.

Ők és az összes többi gyermek - a Földanyán találták meg édes otthonukat. Csak Ta-whiri nem maradt közöttük. Ő a levegőben - Rangi és Papa között - lelte meg hazáját. Ő lett a szelek istene, a hurrikánok és a viharok atyja.

Ta-whiri még ma is haragban van a testvéreivel.

Olykor keresztülsűvít Tane erdein.

Olykor átalzúg Tanga-roa tengerein.

Olykor elpusztítja Rango termését.

Olykor szürke felhőket hoz, hogy eltakarja Rangi szomorú arcát.

Égapa sír, eső-könnyei Földanyára hullanak. Földanya is sír. Az ő könnyei a források.

Eső és forrás egymásra lelnek, egybekelnek, s a végtelen erdőkön át együtt futnak a folyókkal

- egészen a tengerekig.

Bálna és Delfin (indián népmese)

Egyszer régen, mikor az időt még nem mérték a szigorúan kattogó fogaskerekek, élt akkoriban egy ősz öregapó, akinek semmi egyebe nem volt, csak két szerető gyermeke: Bálna és Delfin, egy behemót fiú és egy szorgos leányka. Nem is vágyott ő soha földek és tengerek gazdag kincseire, csak gyermekei boldogságára.

– Én nem maradhatok itt veletek, hamarosan el kell mennem, de ti sose hagyjátok el egymást!
– mondta gyakran, és egy gyászos reggelen, könnyű lelke végleg elrepült. Ettől kezdve a két testvér úgy óvta egymást, mint ahogy édesapjuk tette, valaha. Szegényebbek voltak, mint a templom egerének legkisebb bolhája, ám a törékeny Delfin serényen dolgozott, szántott és vetett, aratott és őrölt, így tudott sütni olykor a kemencében egy mosolygós, kis kenyérkét. Csakhogy a melák Bálna lusta volt, és olyan mohó, hogy felfalt minden fényes kiscipót, amit csak húga kisütött, és mivel a munkához nem fűlt a foga, egyre kövérebbre, és kövérebbre hizott.

Ám egy este kinyitotta Delfin a kemenceajtót, és így szólt: – Ezt a kiscipót holnap elviszem a legfőbb varázslónak, Terekurának, hogy ezután is legyen jószívű hozzánk, ne bántson minket. De bizony, másnapra ennek a cipónak is nyoma veszett Bálna feneketlen gyomrában, és mivel a legfőbb varázslónak egy picinyke morzsa sem jutott belőle, rettentően megharagudott. – Bálna! Légy átkozott, ne kerülj többé az emberek szeme elé, süllyedj el szégyenedben! – kiáltott dühöngve Terekura. – Egy ilyen óriás, mint te, nem bújhat el a szárazon, ezért ettől a pillanattól kezdve, neked és utódaidnak örökké az óceánok mélyén kell bujdokolnotok. Csak friss levegőért bukkanhattok fel, néha, és sosem pihenhettek, mindig úsznotok kell, hogy jóllakjatok!

Attól a naptól fogva, Bálnát senki nem látta többé. Még Delfin sem sejtette, hová tűnt az ő kedves, behemót fivére, de valami a szíve mélyén mindig az óceánhoz hívta. Hajnalonta leült a végtelen vizek partján, és eszébe jutottak öregapó aggódó szavai.

Lám – gondolta magában –, Bálna mégis itt hagyott. Szomorúan nézte a fehéren fodrozódó hullámokat, mígnem egy reggel odaúszott hozzá Százvizetvi sellő, az óceán csodatévő vizitündére. – Látom arcodon a mérhetetlen bánatot – mondta –, mi bánt ennyire, hogy még a suttogó hullámok szelíd muzsikája sem vidít fel? – Magam sem értem, mi történt... – felelte Delfin, és elmesélte, hogyan maradt árván, és egyedül.

Százvizetvi sellő nagyon megszánta, de tudta, mi módon segíthet rajta. – Én láttam a Bátyádat, itt, az óceán vizében, és te is megtalálhatod. Ha belebújsz a ruhámba, könnyedén siklasz a legszilajabb hullámok között, kitérnek előled az éles korallzátonyok, és a legmélyebb tengerek alján is felkavarhatod az iszapot. Csak az a fontos, bízz a varázserőmben, és mindig végy mély lélegzetet, mielőtt alámerülsz! Addig én felveszem a te ruhádat, és meglesem, mit tesznek az emberek, a homokos fövényen túl.

Így is történt, Száz vizet vivő sellő és Delfin ruhát cseréltek, egyik elmerült az emberek zajló tengerében, a másik, pedig a sűrű óceánban. Talán a kis Delfin hamarosan megtalálta a lomha Bálnát, és talán Száz vizet vivő sellő is boldogan élt, az emberek között, de a ruhájukat, biztosan nem cserélték vissza, soha többé.

Birta Erzsébet: Ha nagy leszek

Ha nagy leszek, erdész leszek
védem a fát, s a réteket.
Védem a szép virágokat,
erdőszéli királyokat
Erdő, mező sok lakóját,
mókust, farkast, őzet, rókát.
Megvédem a hús vizeket,
folyót, tavat, tengereket.
bálnát, harcsát, gyors pisztrángot,
kecskebékát siklót, rákot.
Bevarrom az ózon lyukat,
Föld mélyébe fúrok kutat.
Vigyázok az anyaföldre,
Ha rám bízzák nem megy tönkre.
Megszépül a földi élet,
ami élő, téged éltet.

PROGRAMOK

Ültess fát a Földnek - 7,8 milliárdot 2020-ig

2017. április 22. (szombat)

Helyszín: Budaörs, PostArt kerthelyiség

Szervező: Föld Napja Alapítvány és budaörsi önkéntesei

Évente több mint 15 milliárd fával csökken a Föld erdőállománya. A 2016. évi Föld napján induló világkampány célja, hogy 2020-ra, az 50. Föld napjára 7,8 milliárd fát ültessünk világszerte. Egy ember egy fát - mert addigra legalább 7,8 milliárdan élünk a Földön. A felhíváshoz a Föld Napja Alapítvány is csatlakozott - ültessünk 10 millió fát 2020-ig Magyarországon. Az alapítvány és a budaörsi önkormányzat a 10 millióból közel 200 fát már elültetett, és 2017-ben legalább ugyanennyit ültet. Ültess Te is fát!

Küldj fotót az ültetésről, és számoljuk együtt, mennyivel több fa él hazánkban a Földért.

Bővebben: <https://www.facebook.com/events/1548427822137147/>

Külön gyűjtsd a veszélyes hulladékot, Törökbálint

2017. április 22. (szombat), 8:00-12:00 között

Helyszín. Törökbálint, Városháza mögötti parkoló

Immár hagyományosan veszélyeshulladék-gyűjtés lesz a Föld napján a törökbálinti Kerekdomb Környezetvédelmi Egyesület és az önkormányzat szervezésében.

Bővebben: <http://www.tbvg.hu/export/sites/default/tbvg/hirek/Foldnapja-plakat2017-A4.pdf>

Föld napi túra Nagykovácsiban

2017. április 22. (szombat)

Találkozó: 10:00, Nagykovácsi Polgármesteri Hivatal parkolója

Szervező: Duna-Ipoly Nemzeti Park

Csatlakozva a zöld jeles nap szellemiségéhez, a Nagy-Szénás tanösvény nyomvonalát járjuk be természetkedvelőkkel közösen egy 3 km-es, közepesen nehéz terepen a Föld napján.

Bővebben: <http://www.dunaiopoly.hu/hu/program/fold-napi-tura-a-nagy-szenason>

FÖLD NAPJA a Sas-hegyen

2017 április 22.(szombat) 10:00 – 18:00 között

Találkozó: Sas-hegyi Látogatóközpont (Budapest XI., Tájék u. 26., GPS: 47.48237, 19.01791)

Túra hossza, időtartama: 850 m, 1,5 óra

„Ki mondta, hogy nem tudod megváltoztatni a világot?” Erre a jelmondatra keressük a választ a nemzetközi Föld Napja alkalmából.

A hozzánk látogatók e gondolatsor mentén tippet gyűjthetnek, hogyan is valósíthatók meg napjaink rohanó világában a természetvédelem, a környezettudatosság és a fenntarthatóság főbb szempontjai minden egyes ember életében. Várunk minden kedves természetbarátot egy könnyű sétára a Sas-hegyen!

Résztvételi díj: teljes áru: 1100 Ft/fő, kedvezményes: 850 Ft/fő, gyermek: 700 Ft/fő

Kapcsolattartó: Kremnicsán János

E-mail: sashegy@dinpi.hu

Telefon: +36 30 408 4370

FÖLD NAPJA a Pál-völgyi kőfejtőben

2017 április 23.(vasárnap) 10:00 – 17:00 között

Találkozó: Pál-völgyi kőfejtő (Budapest II., Szépvölgyi út 162., GPS: 47.53284,19.01613)

Április 23., vasárnap Föld Napi rendezvényünk idén is fergeteges programokkal vár kicsit és nagyot a Pál-völgyi kőfejtőben. A gyerekeket egész napos természetismereti vetélkedő várja garantált nyereményekkel.

Emellett lesz még: helyi és Nemzeti Parki Termékesek vására, „zöld” civil szervezetek bemutatkozása, állatbemutató, meseelőadás, gyerekkoncert, kézműves foglalkozások a fenntarthatóság jegyében. Egész nap kedvezményes barlangtúrák a Pál-völgyi-barlangban!

Résztvételi díj: ingyenes

Kapcsolattartó: Kovács Zsuzsanna

E-mail: kovacszs@dinpi.hu

Telefon: +36 30 373 0957

Medvehagyma - igazi tavaszi nagytakarító, receptekkel



Hová vezetnek a gyökerei?

Nevében a jelentése, vagyis a népi hagyomány szerint a barlangjából kibújó medve először ezt a növényt keresi, hogy a hosszú téli álm után kitisztítsa szervezetét. Hazánkban főleg a gyertyános, tölgyes vagy bükkös erdők aljnövényzetében nő vadul, tömegesen, például Gerecsében és a Mecsekben, Orfű környékén, illetve a Misina déli lejtőin. Erdőkben, ligetekben nagy telepeket alkotó évelő növény. A nedves, árnyas helyeken érzi jól magát.

Miért szeretjük gyűjteni?

Kitisztítja a májat, az ereket, a beleket. Nagyvárosok lakóinak különösen ajánlott, „ólommentesítő” hatása miatt. Vérnyomáscsökkentő és vérzsír csökkentő hatású, lassítja a koleszterin lerakódások kialakulását az érfalban, javítja a végtagok keringését. Fokozza az étvágyat és az emésztőrendszer működését. Belfertőtlenítő tulajdonsága miatt egyes emésztési panaszok kezelésére alkalmazzák. C-vitamin tartalmának köszönhetően javítja a szervezet ellenálló-képességét. Felső légúti megbetegedések megelőzésére és a kialakult hurut súlyosságának csökkentésére is alkalmazzák.

Bőrön történő külsődleges használata (borogatásként, lemosásként) jótékony hatású egyes gombás fertőzések kezelésében, de érzékeny bőrű egyének esetében fokozott óvatosság szükséges, mivel az alkalmazása során bőrgyulladás jelentkezhet bőrkiütés, bőrpír formájában. Ilyen esetben használata felfüggesztendő. Érdemes először csak kis területre felvinni, és csak akkor alkalmazni kiterjedten, ha nem alakul ki hatására kellemetlen bőrreakció.

Mire figyeljünk a szedéskor?

Még virágzás előtt tépjük a kosarunkba levelét. Levele kissé hasonlít a gyöngyvirágra és a kikericsre. Hogy valóban medvehagymát találtunk-e, arról könnyen meggyőződhetünk, ha megdörzsöljük ujjaink közt a levelét. Ha fokhagyma illatot áraszt, akkor gyűjtsük tovább. Ha szagtalan vagy gyöngyvirágillatú, akkor valamelyik másik két növényvel találkoztunk, amire azért kell vigyázni, mert kis mennyiségben is súlyos mérgezést okozhatnak. Egy növényről csak egy levelet szedjük le, így az élő hagyma a következő évre is erőt tud gyűjteni.

Hogyan tegyük el?

Alacsony hőmérsékleten megszárítva, vagy befőttesüvegben alaposan megmosva, felszeletelve sóval és olíva olajjal meglocsolva, kinyomkodva a levelek közül a levegőt. Hűtőben így hosszú ideig is eláll.

És hogy használjuk fel még frissen?

Mivel leginkább frissen és nyersen fejt ki hatását, ezért önmagában rágcsálva, léként kefirbe, joghurtba, szendvicsbe, salátába, palacsintába, omlettbe, kenyérbe téve, vagy levesként, főzeléként, krémként, húsokhoz elkészítve. Egy szóval mindennel passzol és isteni finom. Teaként egy evőkanálnyi apróra vágott medvehagymalevelet kell leforrázni.

Receptötletek:

Medvehagymás-túrós pástétom

Ez egy roppant egyszerű recept. Egyszerűen összekeverünk mindent, és kenhetjük is a kenyerünkre. DE, ezt a finom krémet akár tölthetjük leveles tésztába vagy rétestésztába, rögtön egy finom harapnivaló kerekedik ki belőle. Csak a fantáziátokra van bízva, hogy mit kentek/töltötek meg vele.



Hozzávalók:

- 20 dkg házi túró
- 5 dkg bio vagy házi vaj vagy egy kevéske tejszín (de el is hagyható, ha jó krémesre tudod dolgozni)
- 1 nagy csokor friss medvehagyma
- himalája só, bors

Elkészítése:

1. A medvehagymát vágjuk nagyon apróra, és keverjük el jól a túróval. Akár robotgépet is használhatunk. Fűszerezzük.
2. Amennyiben (leveles/rétes) tésztát akarunk megtölteni vele, akkor azokat vágjuk négyzet alakúra, majd halmozzuk rá a túros töltelék. Hajtsuk háromszög alakúra, és a széleit jól nyomkodjuk össze. Süssük ropogósra.

Medvehagymás lasagne

Öt hozzávalóból készül, és ebben már benne van a sütőtál kikenéséhez használt olaj is. Mivel a tésztaalapok közé kent töltelék krémesnek képzeltem, ezért a medvehagymát megpároltam és leturmixoltam a túróval, az íze így is elég intenzív. A tetejére egyszerűen csak tejfölt kentem, ami az alatta lévő medvehagyma levelektől nagyon kellemes, fűszeres ízűre sült.

Hozzávalók (2-3 adag):

- 1 nagy csokor medvehagyma
- 40-50 dkg házi tehéntúró
- 6-7 lap lasagne (száraztészta)
- 2 dl házi vagy bio tejföl
- kevés olaj vagy vaj

Elkészítése:

1. A medvehagymát megmosom, 8-10 kisebb, szép levél kivételével felcsíkozom (különben nehéz lesz turmixolni) és annyi vízzel, amennyi a leveleken maradt, alacsony lángon, fedő alatt megpárolom.
2. Kicsit hűlni hagyom, de nem csöpögtetem le, hozzáadom a túrot és botmixerrel áttöröm, krémmé dolgozom, sózom. Kicsit nedvesnek kell lennie, hogy a száraztészta meg tudjon főni benne.
3. Kiolajozom/kivajazom a jénai edényt, és sorba teszem a tésztát, majd rá a túros krémet, arra pedig a félretett medvehagyma leveleket... ezt addig ismételem, amíg el nem fogynak a hozzávalók.
4. A legfelső tésztaalapot megkenem tejföllel, a félretett levelekkel kirakom, majd arra rákenem az összes tejfölt, hagyva, hogy lecsorogjon a rakott tészta oldalán.
5. Előmelegített sütőben úgy 25-30 perc alatt készre sütöm.

Összeállította: Vranekné Erdélyi Erika, Vasas Erika

HÚSVÉT

Honnan ered húsvét ünnepe?

A **húsvét** és a hozzá kapcsolódó ünnepek a mozgó ünnepek közé tartoznak, ennek következtében két egymást követő évben különböző napokra eshetnek. Ennek köszönhetően sok ideig vita tárgyát képezte az ünnep helyes időpontjának meghatározása, és a mai napig is léteznek eltérések. A nyugati keresztény vallás húsvét időpontját a tavaszi napéjegyenlőség utáni első holdtöltét követő vasárnapra tűzte ki, azonban a keleti keresztény vallás kissé más módon számol. Ennek köszönhetően a legtöbb esetben a húsvétot más napokon ünneplik a katolikusok és az ortodoxok.

A **húsvéti ünnep** neve különböző nyelveken más és más eredetre tekint vissza. A magyar "húsvét" szó az azt megelőző időszak, a nagybőjt lezárulását jelzi és ezen a napon szabad először húst enni. Ezt a 40 napos böjtöt Jézus sivatagban töltött időszakára emlékezve tartják meg a hívő emberek.

A **húsvét** héber neve *pészah*, vagyis az elkerülés ünnepe. A bibliai tíz csapás közül a zsidó népnek az utolsót, vagyis az elsőszülöttek halálát nem kellett elszenvedniük, mivel házaikat egy bárány vérével jelölték meg, ezért elhagyhatták Egyiptom területét. A pészah első napján az Egyiptomból való kivonulásra, utolsó napja pedig a Vörös tengeren való átkelésre emlékeznek meg.

A **keresztény vallás hívei húsvétkor Jézus Krisztus feltámadását ünneplik**. A húsvét a legrégebbi keresztény ünnep, ezáltal a legjelentősebb is az egyházi ünnepek közül.

A **húsvéti időszak** egybeesik a tavaszi napéjegyenlőség idején tartott termékenységi ünnepekkel is. Ennek tiszteletére már az ókorban is hatalmas, több napig tartó ünnepségeket tartottak

Nagyhét, húsvétvasárnap és húsvéthétfő

A **Nagyhét** a nagybőjt utolsó hete, amelyik virágvasárnaptól nagyszombatig tart és több jeles napot foglal magába.

Virágvasárnapon (a húsvétot megelőző vasárnap) Jézus Jeruzsálembe való bevonulását ünneplik, *nagycsütörtök* az Olajfák-hegyén történt elfogatását idézi, *nagypénteken* Pilátus ítéletére és Krisztus keresztre feszítésre emlékeznek meg. *Nagyszombat* este körmeneteket tartanak Jézus feltámadásának tiszteletére, a tűzszentelés és keresztvíz-szentelés is szokás ezen a napon.

Húsvétvasárnap délelőtt világszerte szentmiséket és istentiszteleteket tartanak. Az ételszentelés hagyománya is ehhez a naphoz kötődik. A húsvéti bárány Jézus áldozatát, a bor

Krisztus vérét, a tojás pedig az újjászületést jelképezi. A húsvéti tojás ajándékozása több országban ezen a napon történik.

Húsvéthétfőn számos népszokás és hagyomány él, ezek közül legelterjedtebb a locsolkodás és a piros, hímes tojások ajándékozása. A tojásfestés szokása és a tojások különféle díszítése az egész világon elterjedt.

Húsvéti jelképek, szimbólumok

Barka

A barka bolyhos virágainak különleges gyógyerőt tulajdonítottak a régiek. Ha a családi tűzhelybe dobták, megóvta a házat a bajoktól, lenyelve pedig gyógyszerként elmulasztotta a torokfájást.

Bárány

A legősibb húsvéti jelkép a bárány. Eredete a Bibliában keresendő. Az ótestamentumi zsidók az Úr parancsára egyéves hibátlan bárányt áldoztak, s annak vérével bekenték az ajtófélfát, hogy elkerülje őket az Úr haragja. A húsvéti bárány Jézust is jelképezi. A Bibliában Krisztus előképe volt az a bárány, amelyet a zsidók Egyiptomból való kimenetelük alkalmával ettek, és amelyet nap mint nap feláldoztak a jeruzsálemi templom oltárán. Az Újtestamentumban Jézus Krisztus az emberiség váltságára jött a földre: "Krisztus a mi bárányunk, aki megáldoztatott értünk".

Nyúl

A másik húsvéti állat, a húsvéti nyúl megjelenésének magyarázata már jóval nehezebb. Az ünnep termékenységgel kapcsolatos vonatkozásában magyarázat lehet a nyúl szapora volta. Mivel éjjeli állat, a holddal is kapcsolatba hozható, amely égitest a termékenység szimbóluma. Nyúl és tojás ősi kapcsolata a kutatók szerint a germán hagyományok alvilági istennőjének legendájában jelenik meg: eszerint a nyúl eredetileg madár volt, s az istennő haragjában négylábú állattá változtatta. E különös tulajdonságú állat hozzánk is német közvetítéssel került, de kialakulását homály fedi. Az is lehet, hogy tévedésről van szó, mert régen egyes német területeken húsvétkor szokás volt gyöngytyúkot ajándékozni tojásaival együtt. A gyöngytyúk német neve Haselhuhn, röviden Hasel. A félreértés abból is eredhet, hogy németül a nyúl neve Hase. Mindenesetre a tojáshozó nyúl igen népszerűvé vált, a múlt század végén a képes levelezőlapok elterjedésével igen sokfelé eljutott.

A tojás

A tojás az élet újjászületésének, a termékenységnak legősibb jelképe. Bármilyen kicsi is, képes a világegyetem nagyságát s az élettelenből az élőbe való átmenet rejtélyét jelképezni. Fontos szerepe van a húsvéti étrendben is, de a tojások színezése, díszítése is régi korokra nyúlik vissza. A leggyakrabban használt szín a piros, magyarázatát a színek mágikus erejébe vetett hit adhatja. A pirosnak védő erőt tulajdonítottak. A tojások piros színe egyes feltevések szerint Krisztus vérét jelképezi. A tojásfestés szokása, s a tojások díszítése az egész világon elterjedt. A tojásfestés népszokásként elsősorban Kelet-Európában maradt fenn a XXI.

századig. Eredetileg egyszínűek voltak, pirosas színüket növényi festőanyagoktól kapták. Erre szolgált a vöröshagymahéj, a börszőny, a bíbortetű. Később kialakultak a felírt tojások. A díszítést viasszal "írták" a héjra, melyet festés után lekapartak. Lehetett a szöveg név, üzenet, esetleg a keresztény jelképek valamelyike. A minták ismerői tojásfestéssel foglalkozó asszonyok voltak, akiktől a lányok megvásárolták azokat.

Magyarországon a festett, díszített tojás ajándékozása elsősorban a húsvéti locsolkodáshoz kapcsolódik. A díszített tojások festésének formái, a minták elrendezése tájegységenként változott. A nálunk leggyakrabban használt minták geometrikusak. A tojást hosszanti vonalakkal két, majd négy mezőre osztották. A hosszanti vonalak számának növelésével 16 mezős osztás is van, de igen ritkán. Ezt a művészetet rámászásnak nevezik. Az így kialakított, majdnem háromszögletű mezők alkotják a geometrikus vagy virágdíszítés kereteit. Néha az osztóvonalakon is díszítenek. A díszítmények lehetnek: tulipános, fenyőágas, rózsás, almás, stb. A díszített tojás neve hímes tojás, s magát az eljárást tojáshímzésnek nevezik. Különböző tojásgyűjtő népszokások vannak, melyek célja, hogy a legények minél több tojáshoz jussanak a tojásjátékokhoz. Egyik ilyen játék például a Kecskemét környékén ismert tojásütés, tojáskoccintás. Ketten egymással szemben állva a tojásokat egyre erősebben összeütögetik, s az nyer, akié épen marad. Másik játék a tojással való labdázás. Úgy tartották, hogy aki a feléje dobott tojást elejti, még egy esztendeig nem leli meg a párját. Romániában a látogatók vitték a gazdának a tojást, megütögették vele, s közben köszöntést mondtak: "Krisztus feltámadott." Voltak azonban különleges felhasználásai is a tojásnak. Igen sok helyen szerepeltek a tojások, mint szerencsét hozó amulették. A görögök azt a tojást, melyet a tyúk először tojt nagypénteken, varázserejűnek tartották. Német hiedelem szerint, húsvét reggel egy tojason átnézve meg lehet látni a benne táncoló bárányt. Jóslásra is használták a tojást: ha nagypéntek éjjelén feltörték, s egy pohár vízbe csurgatták, a formája megmutatta, milyen lesz a jövő évi termés. Volt, ahol a lányok tojáshéjat tettek a küszöbre húsvét előtti este, hogy megtudják, mi lesz a férjük foglalkozása. Ugyanaz lesz, mint az első férfié, aki belép a házba. A tojás, a belőle kikelő madárral, a sírjából feltámadó Krisztust is jelképezi, amellet, hogy a termékenység ősi jelképe is. A téli időszak utáni első tojások éppen húsvét idejére estek, valószínűleg ezzel függ össze, hogy az emberek a tavasz érkezése feletti örömeiket a tojások kifestésével, hímzésével fejezték ki.

Vegyünk vagy ne nyulat húsvétra?

Közeledik Húsvét ünnepe, a nap sugarai egyre barátságosabban simogatnak, s izgatottan készülünk a nagy napra. Szülőként sok mindent megtennénk azért, hogy gyermekünk szemében örömet, boldogságot lássunk, így lázasan kutatunk az ajándék lehetőségek között. Csoki? Ááá, az unalmas, mindenki azt kap... akkor hát mivel lepjük meg csemeténket? Óhatatlanul előjön a gondolat: mi lenne, ha élő nyulat kapna a gyerkőc?

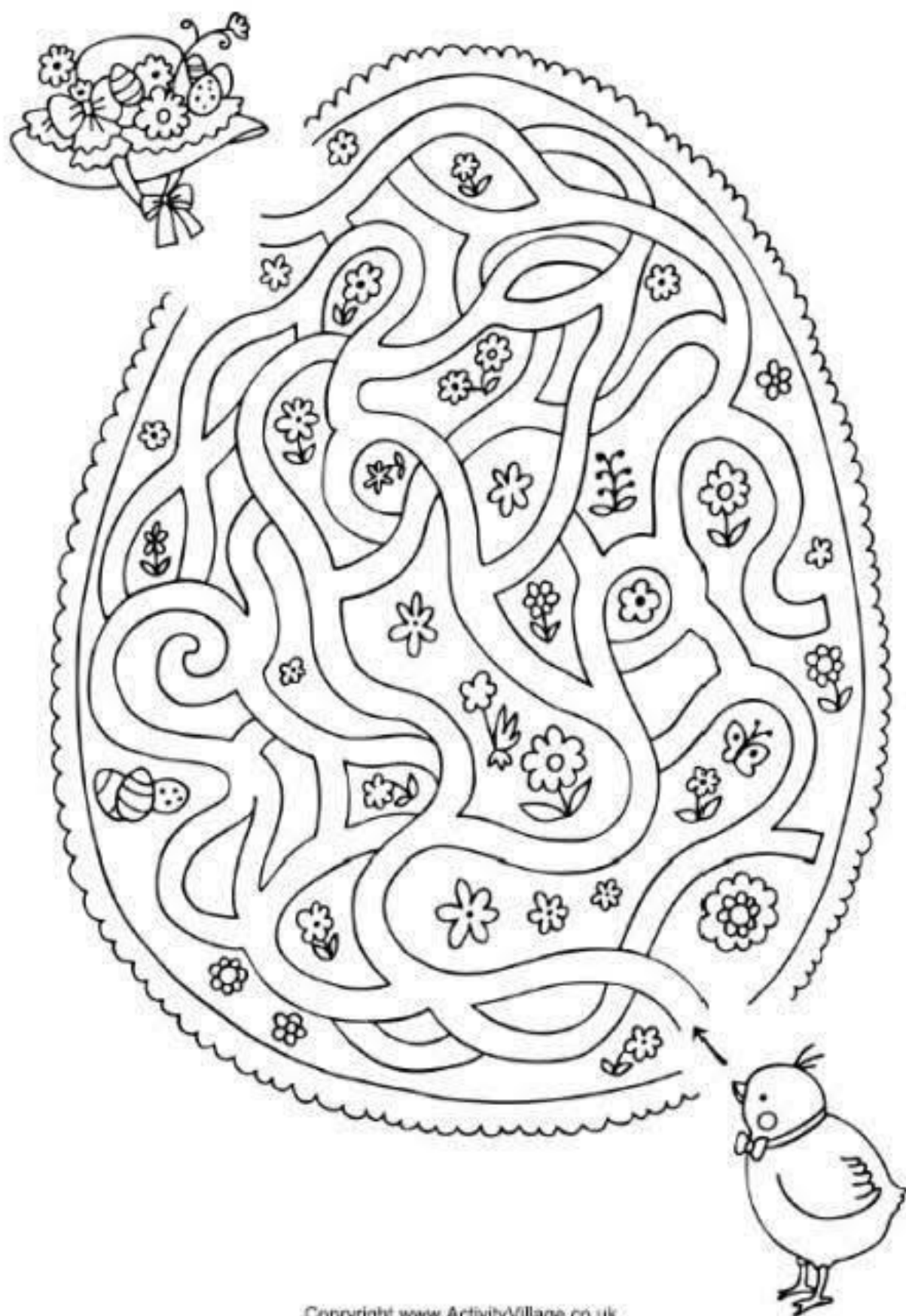
Percről-percre feldobottabbak vagyunk az ötlettől, mert tényleg, milyen édes is egy nyuszika. Lehet simogatni, lapát füleit kedvesen billegteti, miközben csöndesen és hálásan csócsálja a sárgarépat, zöldecskéket. És még a szomszédokat sem zavarja, (mert hát ugye többségünk nem kertes házban, hanem lakásban tartaná a tapsifülest). Tovább szárnyalunk gondolatban, és már a nyuszi színét is megválasztottuk: egy tarka példányt szeretnénk, az orra hegyén kis fekete folttal, mert hát annyira cuki, miközben mozgatja az orrocskáját. Eljutottunk a beszerzés megtervezéséhez, de mielőtt nyakunkba vennénk a várost, álljunk meg egy szóra! Biztos, hogy jól átgondoltuk a dolgot? Mielőtt vásárlásra adnánk a fejünket, jöjjen néhány kérdés, amit fontolóra kéne venni ezzel kapcsolatban.

1. Van elég helyed az állat számára?
2. Van valamilyen allergiád?
3. Gyakran vagy távol az otthonodtól?
4. Hogyan reagálna a már meglévő háziállatod?
5. Készen állsz az elkötelezettségre?

Az állatkereskedések polcai ilyenkor még a szokásosnál is jobban meg vannak pakolva a kisállatokkal, akik csak arra várnak, hogy hazavigyék őket. Amikor azonban hazaérkezel az új jövevénnyel, a dolgok nem mindig sülnek el jól. Becslések szerint, az ilyenkor vásárolt nyulak nagy %-a az út szélén végzi. Ugye nem szeretnéd, ha a te nyuszi is a statisztika részévé válna?

Az állatvédők tapasztalatai szerint a húsvét utáni hetekben tucatnyi nyulat visznek be hozzájuk. Ezt megelőzve inkább azt tanácsolják, hogy olyan helyet keressenek a családok, ahol lehet nyulakat simogatni. Így a **gyerek megy a nyúlhoz, nem a nyúl a gyerekekhez.**





Fésűs Éva: A fogfájós nyuszi

Képzeljétek gyerekek, mi történt! ... Egy nyuszikának a mezőn megfájdult a foga. Valószínűleg úgy esett meg ez a nagy baj, hogy kemény káposztatorzsára harapott. Panaszosan makogott a nyuszi, és nem tudta, mitévő legyen. A pofácskája hamarosan dagadni kezdett, s amikor a barázdabillegető meglátta, ijedtében még billegni is elfelejtett. Lekonyult a füle bánatában, és csak üldögélt a rét közepén, gyógyfüvecskék kínálták magukat orvosságnak a fájós fogára, vadvirágok legyezgették a daganatot. De hát mindez nem sokat használt. Észrevette a nyuszi, hogy egy mókus mogyorót ropogtat az erdőszéli fán. Elkezdett vele beszélgetni.

- Mak-mak, de jó neked, mókuska!

- Mi a bajod van nyulacska?

- Fáj a fogam. mókuska!

- Ki kell húzni nyulacska.

- Ki húzná ki, mókuska?

- Harkály doktor nyulacska.

- Nem fog fájni, mókuska?

- Csak egy kicsit, nyulacska.

Gyáva volt a nyuszi, de a foga már annyira fájt, hogy mégis elindult az erdőbe. Messziről hallatszott Harkály doktor kopácsolása. Amint közeledett hozzá, egyre jobban inába szállt a bátorsága.

- Sárgarépás jó napot! - toppant eléje hirtelen a róka. - Mi lelte azt a szép nyúl-pofikádat, hogy ekkorára dagadt?

- Éppen most megyek fogat húzatni - reszketett a nyuszi-, de nagyon félek, mert harkály doktornak éles a csőre.

- Ó, ó- sopánkodott a róka-, nem kell ahhoz harkály. Ide süss, nyulacska! Majd én rákötök egy vékony indát a rossz fogadra, megrántom, és úgy kihúzom, hogy egy csöppet sem fog fájni. Valójában azt gondolta a ravasz róka, hogy a fogára kötött indánál fogva szépen hazavezeti az ostoba nyulacska a róka lyukban várakozó fiainak. Azoknak ma éppen ilyne gyöngye nyúlhúsra támadt kedvük.

A nyuszi ezt nem tudta, ezért izgatottan mozgatta a bajuszát.

- Komolyan mondd, Róka bácsi?

- Úgy ám füles öcsém! Sohasem fog többé fájni a fogad! No gyere csak közelebb, ne félj, nem bántalak. Tátsd ki szépen a szád! ... Így ni! Biz' ez csúnya fog, de már rajta is a hurok. No gyere szépen velem, amerre vezetlek.

Vitte a róka a megszeppent nyulacska és már majdnem a róka lyuknál voltak, s be is húzhatta volna oda szépen, de akkor az egyik róka fi, a legéhesebbik, kidugta a fejét, és elkiáltotta magát:

- Hozza papa a pecsenyét!

Ettől a nyuszi úgy megijedt, hogy hátrarántotta a fejét, s nyomban kirepült a szájából a fájós fogacska. A róka meg, aki húzta az inda másik végét, hanyatt buk fencezett, és legurult a domboldalon, bele a jég hideg patakba.

Felröppentek a madarak a fákról, összeszaladtak az őzek, és makkot dobáltak egymásnak a mókusok, úgy örültek, hogy ravaszdi pórul járt.

A nyuszi pedig ahogyan hátrarántotta a fejét, megszabadult a fájós fogától, s ma is vidáman ugrál a mezőn.

Aki nem hiszi, menjen ki a mezőre és kérdezze meg tőle!

Összeállította: Gombás Fanni, Sárközi Andrásné

Madarak és Fák napja



A Madarak és Fák Napjának célja, hogy különböző megemlékezésekkel, rendezvényekkel a társadalom, különösen az ifjúság természetvédelem iránti elkötelezettségét kialakítsa, elmélyítse. Időpontja a hatályos természetvédelmi törvény szerint minden év május 10-e. A hagyomány immáron több mint százéves. Megszervezésének közvetlen előzménye a hasznos madarak védelme érdekében 1902-ben kötött párizsi egyezmény, mely után Chernel István ornitológus még ebben az évben megszervezte az első madarak és fák napját. Az esemény iskolai keretek közé az Apponyi Albert vallási- és közoktatásügyi miniszter által 26.120/1906 számon kiadott rendelet által került, melynek értelmében az elemi népiskolákban minden év májusában vagy júniusában kellett “természetvédő” és “erkölcsnemesítő” szellemben méltatni a Madarak és Fák Napját.

2017-ben az év fája: **Vadalmafa**



A vadalma termése a télre készülő vadak egyik fontos tápláléka ősszel. A gyümölcs az ember számára is ehető, élelmiszerek alapanyagaként is felhasználható, manapság azonban már a termesztett almák helyettesítik. Készíthető belőle is mártás, mely kitűnő kísérője a húseteleknek, savanyú íze miatt a zsírosabb és vadhúsok ízesítője, de kompót, gyümölcskocsonya, gyümölcsbor és gyümölcscect is.

Az év madara: **Tengelic**



A Tengelic magokkal, hernyókkal és bogarakkal táplálkozik. Rövidtávú vonuló. Ha házilag kívánjuk őket etetni, akkor arra kell felkészülnünk, hogy természetéhez képest viszonylag sokat eszik. Egy-két madárka beül az etetőbe és az egész napját ott tölti, kisebb-nagyobb megszakítással. Az étel, azaz a magvak utánpótlásáról gondoskodnunk kell, ha egyszer elkezdjük a madarak etetését, akkor azt egész évben igénylik. ☺

<p>Nemes Nagy Ágnes:</p> <p>Mit beszél a tengelice?</p> <p>Azt mondja a tengelice:</p> <p>cipity Lőrinc, cipity Lőrinc,</p> <p>tyaf, tyaf, tyaf...</p>	<p>...- Tengelice, fön n a fán,</p> <p>ilyen pici dal után</p> <p>mért mondod, hogy:</p> <p>tyaf, tyaf, tyaf?..</p>	<p>..- Pici madár vagyok én,</p> <p>pici nótát tudok én,</p> <p>cipity Lőrinc, meg egy pici</p> <p>tyaf, tyaf, tyaf!</p>
---	---	--

Színezd ki! ☺



Színezd ki! ☺



Összeállította: Csatáné Fekete Zsuzsanna, Ruzsics Barabara

Nyári Élet

Az óvodai „NYÁRI ÉLET” június-július és augusztus hónapokban is, érdekes és változatos tevékenységeket tartogat a gyerekek számára. Kifejezetten izgalmas az élet az oviban így nyáron is, hiszen reggel mindjárt az udvaron lehet kezdeni a játékot, a pihenésen kívül szinte az egész napot a szabadban töltik a gyerekek.

Fontosnak tartjuk, hogy nyáron is különféle tevékenységeket ajánljunk a gyermekek számára, hogy ők mindig érdeklődésüknek, és kedvüknek megfelelően választhassanak. A fák árnyas lombjai alatt, kerti asztalaink ilyenkor is lehetőséget kínálnak a rajzolásra, festésre, gyurmázásra, kézműves foglalkozásokra. Jó idő esetén a zuhanyozás, vizezés, enyhíti a nyári meleget, ahol a gyerekek ügyességi, vízi játékokat játszanak. A homokozókban remek alkotások, homokvárak készülnek homokból, sárból, a természet adta kincsekből, ágakból, gallyakból. Az udvaron családjátékokkal, kirándulós, piknikezős szerepjátékokkal a gyerekek átélt nyári élményeiket játszásként el. Figyelmet fordítunk arra is, hogy a gyerekek bőrét a nagy nyári melegben folyamatosan napvédő krémekkel ápoljuk. Nagyon fontos a hőségben a folyadék folyamatos pótlása, minden délelőtt többször is fogyasztanak a gyerekek gyümölcsöt, és hűsítő folyadékot. 11 óra után már csak az árnyékos helyeken tartózkodunk, hőségriadó esetén 11.00-15.00 óra között pedig kizárólag az épületben.

Várjuk örömmel szeptemberben a régi és az új óvodásokat!

K.László Szilvia: Nyárköszöntő

Szervusz, kedves Napsugár!
Örülünk, hogy itt a nyár.
Kérlek, süss jó melegen,
pihenhetsz a réteken.
Erleld meg a gabonát,
lombosítsd a sok szép fát,
langyosítsd a vizeket,
melegítsd a szíveket!

Donászy Magda: Nyári eső

Nyári eső
csepereg.
Lemossa a
cserepet.
Jó esik a
határnak
meg a szomszjas
madárnak,
a kiszáradt
mocsárnak,
hol a békák
vásárnap,
a kis béka-

királynak
örömére,
kuruttyolni
kijárnak.

Donászy Magda: Napraforgó

Nyár végére megérett a napraforgó barna magja. Zsuzska féltve őrizgette:

- Szükség lesz rá hóba', fagyba', jó lesz majd a hideg télben, tollborzoló téli szélben, mikor a víz jéggé dermed, árva madár-eledelnek.

Pár hét múlva sebbel-lobbal megjött a tél bunkósbottal. Lépte nyomán minden fagyott.

Megálltak a kis patakok.

Odafenn a magas égen felhők ültek hófehéren. Aztán egyre lejjebb szálltak, majdnem súrolták a fákat.

Esett a hó szüntelenül, erdőn, mezőn, a ház körül.

Zsuzska reggel arra ébredt, frissen esett hó fehérlett erdőn, mezőn, dombon, hegyen. Szegény madár, most mit egyen?

A madárnép ázva-fázva keresgette: hol találna védett helyre, száraz ágra, ahol nem fagy oda a lába. De hiába, mindhiába: hó borul az egész tájra. Panaszolták a madarak:

- Csip-csip! A mag mind ott maradt, új tavaszig a hó alatt.

Zsuzska kiszólt:

- Gyertek ide! Napraforgó reggelire!

Meghívta a vörösbegyét, cinkét, csókát, a verebek hívatlanul ott ugráltak: kapott enni a madárhad.

Délben is szólt:

- Van elég napraforgómag-ebéd!

Így múlt el egy-két hónap. Már csak árnya volt a hónap: lucskos, piszkos, szürke árnya, mikor Erdész Zsuzska látta: fogytán a mag! Alig-alig elegendő tavaszig. Legvégén csak egy szem maradt:

- Kinek adjam, kis madarak? -

- Ne adj engem senkinek se, ültess el a kis kertedbe!

Mondta volna talán tovább, de a lics-pocs udvaron át Csuri veréb odaröppent. Elcsente, s már vitte ott fent. Még a magot le sem nyelte, mikor éppen vele szembe déli szél jött lelkendezve.

- Mi újság van? - tátogatott, s kiejtette a csöpp magot. De akkor már azt se bánta, tavaszt érzett a határba'.

Emitt nyíló hóvirágot, amott ennivalót látott. - Mikor a mag földre esett, nyújtózkodott egy keveset. A föld alá furakodott, duzzadt, dagadt, puffadózott. A megolvadt, hótól ázott, puha földben kicsírázott. Kerekedtek a levelek, szára nagyra növekedett.

Zsuzska mérte, méricskélte: már addig ért, mint a térde, aztán nőttön nőtt tovább is, elérte a derekát is. Túlnőtte a vállát, fejét, alig látta a tetejét. Bimbót bontott. Nemsokára aranytányér lett virága, s addig nézte fenn a napot, amíg beértek a magok. Mikor elhullott a szirma, súlyos fejét alig bírta.

Nyár végére megérett a napraforgó barna magja. Zsuzska féltve őrizgette:

- Szükség lesz rá hóba', fagyba', jó lesz majd a hideg télben, tollborzoló téli szélben, mikor a víz jéggé dermed, árva madár-eledelnek

Mentovics Éva: Ki csente el a színeket?

Kora reggel volt. A nyári Nap ébredező sugarai még csak éppen, hogy kibújtak horizont peremén nyújtózó dombok mögül.

- Azt hiszem, ma ismét csodálatos napunk lesz - mosolygott csillogó tekintettel a Napocska. Körbepillantott a hegyes-dombos vidéken, majd arrébb terelt néhány - már kora reggel rakoncátlanul ficáncoló - felhőgyereket.

- Sem eső, sem pedig zivatarfelhőt nem látok közeledni – azzal kibújt a bárányszerű felhő-paplan alól és szép komótosan elindult, hogy ismét mosolyt varázsoljon az emberek arcára. Amikor felkelt a Nap, Harmat Tündér már javában serénykedett.

Lenge kis ruháscsájában olyan légiesen reppent egyik kertből a másikba, hogy még a pillangók is megirigyelhették volna a mozdulatait.

Látszott rajta, hogy kedvét leli abban, hogy minden hajnalban bejárja az egész környéket és kecses ívű kis kancsójából parányi harmatcseppeket hint mindenfelé. Nyomában már ébredtek a növények, a virágok kelyhében összegyűlt harmatcseppekben pedig a korán kelő kis bogárcák mosták ki szemeikből az álmot.

Harmat Tündér nem győzött betelni az ébredő táj látványával.

- Nem telik el úgy nap, hogy ne csodálkoznék rá valami újdonságra – lelkesedett, amint megpillantotta barátnőjét, a kis Hajnal Tündért.

- Legjobban azt élvezem, amikor odaérek ahhoz, az erdő közelében lévő házhoz. A kertjében kora tavasztól késő őszig pompáznak a szebbnél szebb virágok. Némelyiknek olyan kellemes, bódító illata van, hogy még Szellő Tündér is örömet leli benne. Felkapja a virágokat körülölelő illatfelhőt és repíti, repíti... szeretné, ha mások élvezhetnék ezeket a finom illatokat. Gyere velem! Megmutatom neked is azt a pompás kertet.

- Szívesen megnézem, hiszen én is nagy rajongója vagyok a virágoknak – mondta örömmel Tavasz Tündér, miközben barátnője után reppent.

- Igazán jó emberek élhetnek ott, hiszen szeretettel, és odaadással gondozzák a növényeiket. A két kisgyermek pedig boldogan segít a szüleinek minden kerti munkában. Az is előfordul, hogy teljesen egyedül serénykednek a virágok körül. Hunyd csak be a szemed és szippants jó mélyet a levegőből! Érzed? Arra kell repülünk, ahonnan ezek a pompás illatok áradnak. Miközben az erdő felé repültek, Harmat tündér egyfolytában szórta, szórta a körülöttük lévő növényekre az üdítő, hűs harmatcseppeket.

- Már ide is érkeztünk – mutatott egy ház felé a kis tündér.

- Jaj, mi ez a szörnyűség? - kapott rémülten a fejéhez és ijedtében még a harmatvizes korsót is majdnem kiejtette a kezéből.

- Hol vannak a pompás virágok, fák, bokrok? És hol van a szép, zöld, süppedős pázsit? Ez borzasztó! Eltűntek a színek... csupa fekete minden.

- Ki művelhetett ilyen gonosztságot? Mi lesz, ha felébrednek a gyerekek? Biztosan nagyon el lesznek keseredve, hogy mi lett a gondosan ápolott kertjükből – hüledezett a barátnője is.

Éppen akkor ért oda Szellő Tündér.

- Nahát! Miféle gonosz manó művelhetett ilyen csúfságot? – ámuldozott, hiszen ő is örömmel látogatta meg a szép, gondozott kertet naponta többször is.

- Gonosz manó? Mintha te tudnál valamit... - vonta össze gyanakvón a szemöldökét Hajnal Tündér.

- Tudni ugyan nem tudom, de sejtem. Tegnap délután éppen a szomszédos erdőben muzsikáltam egy öreg tölgyfa ágain, amikor tanúja voltam egy beszélgetésnek. Néhány huncut kis koboldgyerek arról beszélgetett, hogy vezetőt választanak maguk közül. Természetesen mindenki saját magát szeretne volna megszavaztatni vezérnek, így hát nem tudtak dönteni. Annyiban maradtak, hogy a vezetőnek ötletesnek, rafinálnak, huncutnak kell lennie, így azt fogják megválasztani e fontos posztra, aki ma estig a legnagyobb huncutságot követi el.

- Jó, jó. De ebből hogyan következtetsz arra, hogy ezt a gonosztságot közülük követte el

valaki? – faggatta izgatottan Tavasz Tündér.

- Egyszerű. Tegnap este láttam az egyik kis koboldot, amint az erdő mélyén csordogáló pataknál ücsörgött. Nagyon izgatottan és elmélyülten tanulmányozott egy ősrégi könyvet, melynek a címe az volt, hogy: Varázskeverékek átváltoztató varázslatokhoz. Akkor még nem is tulajdonítottam neki komolyabb jelentőséget. De reggel ismét találkoztam a kis kobolddal, amint ebből az irányból szaladt, kezében egy sötét, festékes doboznak tűnő valamivel. Néhány perc múlva pedig, amikor megpillantottalak benneteket, már ez a rettenetes látvány tárult a szemem elé.

- Igaza van Szellő Tündérnek. Ez nem lehet véletlen – bólogatott Tavasz Tündér, majd jelentőségteljesen egymásra pillantottak és elreppentek a szomszédos erdő felé. Meglepetten tapasztalták, hogy a vén tölgy alatt már javában tanácskoztak a kópé kis koboldok. Kacarászva mesélték egymásnak, hogy ki milyen csínyt követett el. Ám nem maradtak sokáig titokban a huncutságok. A haszontalan kis lurkóknak még a hang is a torkukon akadt, amint megpillantották a feléjük közeledő idős koboldokat.

- Ugye nem szeretnétek, ha a gonosz varázslataitok miatt el kellene hagynunk az otthonunkat? Több száz éve élünk már itt békességben, az emberek szomszédságában. Gormon, a főkobold éppen most indult útra, hogy visszaváltoztassa az erdő mellett lévő virágoskertet. Valljátok be őszintén, ki volt az, aki elcsente a könyvtárból az Átváltoztató varázslatok könyvét?

A kis koboldok lehajtott fejjel, megszeppenve álltak, de senki nem vállalta magára a gonosz varázslatot.

- Úgy, szóval nem jelentkezik önszántából a bűnös. Akkor kénytelen vagyok valami fondorlattal rájönni. Ne izguljatok, nem történik semmi furcsaság. Legalábbis annak biztos nem lesz meglepő, aki elkövette azt a gonosz csínyt – figyelmeztette őket és már emelte is a magasba apró kezeit, majd a kis koboldok felé mutatva rákezdte:

- Piros, fehér, lila sárga -
potyogjon le mind a sárba!
Cipőd kékje, ruhád zöldje -
hulljon alá mind a földre!
Ne higgyétek, hogy ez átok...
fekete színt küldök rátok

Amikor az utolsó szó is elhagyta az ajkát, az összes kis koboldról eltűntek a színek. A ruhájuk, cipőjük, hajuk, de még az arcuk is fekete lett.

Amint észrevették, mindannyian keserves zokogásban törtek ki. Legnagyobb rémületükre még az arcukon végigcsordogáló könnycseppjeik is koromfekete színűek voltak.

- Ugye, nem is olyan mókás dolog feketének lenni? - szólalt meg Darmin, a rangidős kobold.

- Most legalább láthatjátok, hogy egy-egy gonosz varázslattal mekkora keserűséget tudtok okozni valakinek. A kezdeti rémület után azért elmondom, nem fogtok örökké így maradni. Egy kis idő múltán visszatérnek rátok a színek. Na persze nem mindenkire - egy valaki sajnos továbbra is fekete marad. Az, aki elkövette ezt a rosszaságot – pillantott rájuk komor tekintettel.

Igaza volt Darminnak. Néhány perc elteltével Arion kivételével az összes kis kobold szép lassan elkezdte visszanyerni korábbi színeit.

- No, most már látom, hogy ki volt a bűnös. Éjfélkor összeül a Kobold Tanács. Ott fogjuk eldönteni, hogy milyen büntetést szabjunk ki rád. Addig is ilyen fekete maradsz. Utána pedig csak akkor térnek vissza rád a színek, amikor letöltötted a büntetésed és őszintén megbánod, amit tettél.

A kis tündérek megkönnyebbülten egymásra mosolyogtak, majd visszareppentek az elcsúfított virágoskert felé. Mire odaértek, a kert - Gormonnak, a főkoboldnak köszönhetően -

már ismét a régi színeiben pompázott.

Hajnal Tündér boldogan hintette szét felette a napfényben megcsillanó harmatcseppeket. Még éppen időben, hiszen a két kisgyermek vidám kacagással szaladt ki, hogy ezen a verőfényes reggelen ismét köszöntsék kedvenc növényeiket.

Szellő Tündér is mosolyogva, lágy fuvallattal cirógatta végig a fák zöldellő lombjait és a virágok tarka színekben tündöklő, illatozó szirmait.

Arion pedig valóban megbánta az általa csak apró huncutságnak gondolt koboldcsínyt. Ugyan megmaradt annak a kis huncut, pajkos koboldnak, aki korábban is volt, de ezután soha többé nem kísérletezett olyan csínytevéssel, amivel másnak szomorúságot okozott volna.

Nyári Receptek

Sajtos cukkinigolyók recept



hozzávalók / 4 adag

Golyókhoz

- 1 közepes db cukkini (reszelve mérve kb. 60 dkg)
- 1 kávéskanál só
- 1 csipet bors (nagy)
- 1 kávéskanál fokhagymakrém (esetleg 3 gerezd fokhagyma)
- 1 db tojás (nagyobb)
- 10 dkg sajt (reszelt)
- 4 ek zsemlemorzsa

Panírozáshoz

- 3 evőkanál finomliszt
- 1 db tojás (nagyobb)
- 5 ek zsemlemorzsa

Sütéshez

- 6 dl napraforgó olaj

Golyókhoz:

1. A megtisztított cukkini magvas belsejét kivágjuk (ha van neki), a héját nem szükséges eltávolítani.
2. Sajtreszelőn lereszeljük. Meghintjük sóval, összekeverjük, és hagyjuk állni kb. 20 percet.
3. A levet eresztett cukkinit kicsavarjuk. Hozzáadjuk a tojást, a reszelt sajtot, a borsot, fokhagymakrémet (esetleg zúzott fokhagymát) és 4-5 evőkanál zsemlemorzsát, hogy jól összeálljon.
4. Alaposan összedolgozzuk. Diónyi golyókat formázunk a két tenyerünk között. (15 db lett.)

Panírozáshoz:

1. Három tálkát készítünk, az elsőbe a lisztet szórjuk, a másodikba a tojást kicsit felverjük, a harmadikba pedig a zsemlemorzsát kerül.
2. A golyókat óvatosan a fenti sorrendben bepanírozzuk, mint a rántott húst.

Sütéshez:

1. Bő olajat forrósítunk. Ha már jó forró, óvatosan beleengedjük a golyókat, és közepes lángon világos barnára pirítjuk.
2. Konyhai papírtörletre hagyjuk a felesleges olajat lecsöpögni.

Hideg málnaleves recept



hozzávalók / 4 adag

- 40 dkg málna
- 4 dl tej
- 2 dl habtejszín
- 1 dl málna szörp
- 2 ek cukor (vagy méz)

elkészítés

1. A málnaszemeket megmossuk, lecsöpögtetjük, és félretesszünk pár szebb szemet.
2. A hozzávalókat beletöltjük a turmixgépbe, és beindítjuk.

3. Fáradtságot nem kímélve szűrjük le, így a magokkal nem kell bajlódni.
4. Néhány egész szemmel díszítjük.

Cecei lecsós csirke kapros-túrós galuskával recept



hozzávalók / 4 adag

Lecsóhoz

- 1 nagy db vöröshagyma
- 10 dkg füstölt szalonna
- 3 közepes db tv paprika (cecei)
- 2 közepes db paradicsom
- 2 db tojás
- 1 teáskanál füstölt pirospaprika (jó a nem füstölt is)
- só ízlés szerint
- 1 csipet fekete bors

Húshoz

- 4 db csirkemell filé
- 20 dkg mozzarella

Nokedlihez

- 40 dkg finomliszt
- 4 db tojás
- só ízlés szerint
- 20 dkg tehéntúró (tehéntúró)
- 2 ek kapor (friss)
- 1 ek napraforgó olaj

Mártáshoz

- 1 közepes db vöröshagyma
- 30 dkg sertéscsont
- 50 ml napraforgó olaj
- fűszerpaprika ízlés szerint
- fekete bors ízlés szerint (őrölt)
- só ízlés szerint
- 1 közepes db zöldpaprika

- 1 evőkanál finomliszt
- 200 ml tejföl

elkészítés

1. Először *lecsót* készítünk. A hagymát megtisztítjuk, apróra vágjuk, és a füstölt szalonna kiolvasztott zsírában megpirítjuk. A feldarabolt paprikákat és paradicsomokat is hozzákeverjük. Fűszerezzük, és megpároljuk, két felvert tojással besűrítjük.
2. A *csirkemellből* nagy szeleteket vágunk, amelyeket kiklopfolunk, sózzuk, borsozzuk, és kevés olajon megsütjük. A szeletek közepébe lecsós tölteléket halmozunk, mozzarella szeletet teszünk a tetejére. Megfelelő nagyságú, étolajjal, kikent tepsibe rakjuk. Tálalás előtt kb. 10 percre a sütőbe tesszük, 200 fokon kissé megolvasztjuk a sajtot a tetején.
3. Közben a *nokedli* tésztát kikeverjük. Sós, forró vízbe beleszaggatjuk, megfőzzük, leszűrjük, 1 ek olajat teszünk rá, ezután túróval és apróra vágott friss kaporlevéllel összekeverjük.
4. A *paprikás mártáshoz* is felaprítunk egy vöröshagymát, és étolajban üvegesre pároljuk. Lehúzzuk a tűzről, megszórjuk őrölt paprikával, felöntjük hideg vízzel, ízesítjük sóval és őrölt borssal. Egy felkockázott cecei paprikát szórunk bele, majd a húsos csonttal együtt kb. fél órán át főzzük. Ezután a csontot kivesszük belőle, és tejfölös habarással besűrítjük.
5. A húsokat kapros-túrós nokedlivel és a paprikás mártással kínáljuk.

Málnaszörp recept

hozávalók / 12 adag

- 5 kg málna
- 2.5 kg nádcukor
- 1 teáskanál borkősav
-

elkészítés

1. A málnát átválogatjuk és megmossuk.
2. Egy nagy dunsztosüvegbe tesszük és kicsit megtörjük a kezünkkel, majd egy vékony ruhával letakarjuk és hűvös helyen egy napig érleljük.
3. Ezután vékony tüllön átszűrjük és hagyjuk jól lecsöpögni.
4. Minden liter málnaléhez 1 kg cukrot és 1 tk. borkősavat adunk és többször megkeverjük, hogy a cukor elolvadjon.
5. Ha frissen fogyasztjuk, akkor üvegekbe töltjük és a hűtőben tároljuk, de ha télire szeretnénk eltenni, akkor egy ép zománcú edényben felforraljuk és forrástól számítva 2-3 percig főzzük. Rögtön üvegekbe töltjük és jól lezárjuk. Még forrón száraz dunsztba tesszük és úgy hagyjuk kihűlni.

Eperfagylalt csokoládé tölcsérben recept



hozzávalók / 4 adag

- 500 ml habtejszín
- 20 dkg eper
- 10 dkg csokoládé

elkészítés

1. Összeturmixoljuk a gyümölcsöt.
2. Felverjük a habtejszínt.
3. A kettőt összekeverjük, és a fagyasztóba tesszük 1-2 órára.
4. A csokit felolvasztjuk, és szilikon muffin formába kenjük, majd azt is fagyasztóba tesszük.
5. Tálaljuk.

Összeállította: Nagyné Varga Beáta, Mészáros Andrea