

Nagy Abonyi Ágnes

AZ ÜNNEPI ÉS HÉTKÖZNAPI TÁPLÁLKOZÁSKULTÚRA ZENTÁN ÉS KÖRNYÉKÉN

A táplálkozás elsősorban biológiai szükséglet kielégítése, ugyanakkor egy meghatározott embercsoport kulturális megnyilvánulása. A népi táplálkozás kialakulását különböző tényezők befolyásolták. Claude Lévi-Strauss szerint az ember, mint kultúrált egyén táplálkozásával is kitűnik az állatok sorából, mivel az állatok azzal táplálkoznak, amit a környezetükben találnak, nekik minden étel, amit ősztöncik szerint ehetőnek vélnék.

Az ünnepnapoknak a hétköznapoktól való elkülönülésében kulcsfontosságú szerepe van az étkezésnek, „mert az ünnep részeként a táplálkozás is üdvözíthet, egy pillanatra a hétköznapok fölé emelkedve kiszakít bennünket a megszokottból, s áttemel egy olyan világba, amely vágyainkban létezik”.¹

Az ünnepen tálalt étel változatosságot, a hétköznapitól eltérőt jelenthet, az ünnepi táplálkozás egyik fő jellemvonásának tehát az étrend összeállításában jelentkező megkülönböztetett figyelem tekinthető. Az ételek összeválogatása, az ünnepek jellege, hierarchiája és nyilvánossága eltérő. Míg hétköznap a paraszti életben nem ismerik a különlegeset, a feleslegeset, az élvezeti cikkeket, a túlzott bőséget a táplálkozás terén, addig a ritkább, rangosabb nyilvános ünnepeken az olcsóbb mindennapi alapanyagok helyett előszeretettel választják a ritkábban használt drágábbat egy-egy ételhez.

Jelen írással az egykori Bács-Bodrog vármegye területén lévő település idevonatkozó anyagából adok ízelítőt.

Táplálkozás szempontjából igen fontos a település etnikai és vallási saját-sága. Zenta lakosainak nagy részét a Jászságból származó magyarok és leszármazottaik alkotják. Vallásilag római katolikusok, a kisebb százalékot képviselő szerbek pedig pravoszlávok.

A katolikus vallás rendkívül sok böjti alkalmat tart számon, ezzel kialakítja a böjti ételek széles skáláját.

Az alföldi táplálkozásban a cereális alapanyagú ételek csoportjában legfontosabb a kenyér és a főtt tészta. Lenézett viszont a kukoricaétel. Nagy általánosságban elmondhatjuk mindezt a vajdasági konyhára. A paraszti népi táplálkozás jellemzőit vizsgálva megállapíthatjuk, hogy kenyérevésben első helyen állunk, a húsfélék közül pedig legfogyasztottabb a disznóhús. A sült tészták a kiemelkedő ünnepi alkalmakon kívül is gyakran szerepelnek. Így a hétköznap ételek sorában pl. gyakran szerepel a főtt és sült tésztaféle (a lepények, a túrós és a tökös lepény, „a gabanyica”, a kelt tésztából készült kalá-

csok). A hatvanas évekig ritkán volt vajaskrémmel készült aprósütemény, ünnepi kalácsnak számított a gurábli, a hidegvizes kifli, a fonott üreskalács és a rétes.

Bödi Erzsébet magyarországi táplálkozástudós *Az ünnepi kalácsokról az alföldi néphagyományban* című írásában arról ír, hogy a kalácsütés és kalácsfogyasztás szokásrendszerünkben még két évtizeddel ezelőtt ünnepi alkalomhoz kötődött: karácsonyhoz, újévhez, húsvéthoz, pünkösdhöz, lakodalomhoz és temetéshez. Ilyen ünnepi kellékszerepben kerül némely helyen mostanság is a szláv és a germán, a román nép asztalára.²

A néphit szerint némely ételnek mágikus hatása van. Ezek a mágikus ételek köthetők az ünnepi táplálkozáshoz is, vagy az cseményhez, amelyre irányulnak. Pl: a karácsonyi almát, tudjuk, hogy a mi vidékünkön azért eszi együtt a család, hogy ha valaki eltévedne, akkor visszaemlékezzen, kivel ette, és akkor majd hazatalál.

A következőkben a két kiemelkedő ünnep, a karácsony és húsvét és azokat megelőző böjti időszak táplálkozási szokásait ismertetem. A karácsonyt megelőző adventi időszakban heti három alkalommal böjtöltek. Hétfőn, szerdán és pénteken. A böjti napok leggyakoribb ételalapanyagai voltak: a savanyú káposzta, a bab, a krumpli, a liszt, a vaj, esetleg a tojás és a napraforgóolaj.

Reggelire pirítós kenyeret ettek fokhagymával. Teát ittak hozzá: menta-, csipkebogyó- vagy kamillateát. Héjában főzték, vagy kemencében, illetve a kandalló sütőterében³ sütötték a krumplit.

A böjt az esti, illetve az éjfélig tartott.

Általában minden család igyekezett karácsony előtt egy-két héttel disznót vágni. Így karácsony reggelén legtöbb helyen szalonnát, kolbászt, oldalast fogyasztottak. A karácsony napján fogyasztott ebéd leggyakoribb fogása a tyúk-húsleves volt sok tésztával, és a töltött káposzta. A karácsony előtti böjtös ételekről már többen szóltak, és írtunk mi is a karácsony böjti vacsoráról, amely szigorú szokásokkal jár, ezért erről most nem szólnunk.⁴

Egy másik böjtös nap a hamvazószerda. A hamvazószerdát megelőző húshagyó kedden még egyszer jóllaktak kolbásszal, szalonnával, mert ezt követően hét hétig csak böjtöset ettek. Hamvazószerdán még a zsíros edényeket is elmosták.

Hétköznapokon gyakoriak voltak a lisztből, krumplival, tésztával készült ételek. A kásás ételeket is előszeretettel fogyasztották. Zentán a szegényebbek köleskását használták disznóvágáskor a hurkába az 50-es évekig. A köleskását a szegények vízben főzték meg, megsózták, és főételként is fogyasztották. Ha volt rá mód, tejben főzték meg, édesítették, esetleg cimetet (fahéjat) szórtak rá, a tejberizst és a tejbegrizt is így ízesítették. Az árpakását hurkatöltésre használták. Kukoricagrízből készült a puliszka. Egy lábasban vizet forraltak, s a forrásban lévő vízbe szórták szép vékonyan a megszitált kukoricalisztet, illetve kukoricagrizt. A puliszkát leginkább tejjel, édesítve fogyasztották, de volt aki sós túróval szerette. A csíramálét kicsíráztatott és összetört búzából, liszt és zsír hozzáadásával készítették.

A pépes ételek közül elsősorban a burgonyát fogyasztották. Felsőhegyen a megfőtt összetört krumplira enyhén pirított-dinsztelt hagymát tettek, illetve a krumpli közé főzték és vele együtt összetörték. Ennek a neve „krumplifőzélék”. Gazdagabb helyeken a főzélékre szabályos rántást készítettek. A vörös-

hagymát üvegesre pirították, egy kiskanál törött paprikát és egy púpos evőkanál lisztet kevertek bele majd felöntötték hideg vízzel. Zentán az iparos családoknál az így készített krumplifőzelékbe babérlevelet tettek ízesítőnek. A héjában főtt krumplit „kubikos fánknak” vagy „hajába krumplinak” nevezték.

Az összetört főtt burgonyát, ha liszttel s élesztővel összegyúrva elnyújtották, és zsírban kisütötték, „krumplis lángos” lett belőle. Krumplis, tejfölös és túrós pogácsát sütöttek hétköznapokon felváltva. A liszttel összegyúrt főtt burgonyából gombócot vagy a hosszúkásra nyújtott és elvagdostott „núdlit”, „angyalbögyöllöt” főztek. Ezt pirított grízzel cukrozva, néha darált cukrozott mákkal ették.

A tésztás ételek közül kedvelték a tarhonyát: a tarhonyalevest, a sűrű krumplis tarhonyát, a pirított tarhonyát. Száraz tésztát is minden héten főztek: krumplis és káposztás tésztát metélt vagy kockatésztából, tojásos tésztát vagy tojásos nokedlit. A mákos, a lekváros és a diós tészta, amely csíktésztából készült, gazdagabb családokban került hétköznap az asztalra. Gyakran készült palacsinta, régebben barátfüle és a fánkok különböző fajtái: pampuska, aludt-tejes fánk, forgácsfánk vagy csőrege.

A szegényebb réteg sokszor evett kukoricás ételeket. A vízben főzött kukoricalisztet, a „puliszkát” túróval ették, vagy tejsze beleszaggatták. A piteszerű sült tésztába tökört reszelték, hogy puhább legyen a tészta, ez a „tökös görhe”. Ha görhét akartak sütni, akkor előző nap leforrázták a kukoricadarát, reggelre megédesedett, ha csak a tepsit zsírozták ki, a neve málé, ha jól megszírozták „görhét” kaptak.

Az ünnepi húslevesbe finom, vékonyra nyújtott hosszú tészta kerül, metélt tészta, apró tarhonya, esetleg grízgombóc. A hétköznapi levesekbe siflítésza – négyzetes vagy rombusz alakra vágott tészta, illetve a paradicsom- és borsólevesbe csipedett került.

A paraszti társadalomban étkezési különbségek alakultak ki. Az idők folyamán a tanya és a falu étkezési szokásai a termelésnek, gazdálkodásnak voltak alárendelve. A városi háznál az ételek készítésének és fogyasztási módjának volt nagyobb szerepe.⁵ A piacozó bolgárkertészek hétköznapokon gyakran esznek húst, péksüteményt, illetve burekot. Laktató ételként ebédnek is megfelelt az albán burekosoknál vásárolt túrós, húsos, almás és újabban a sonkás burek.

A napi háromszori étkezés gyakran kétszeri főtt ételre korlátozódott. A reggeli 7–8 óra tájban, az ebéd 12–13 órakor, a vacsora a munkák befejezése után 9 óra körül. A napi három étkezés közben a gyermekek, főleg a növendék fiúk közben is chettek.

A társadalmi tényezők is befolyásolták a táplálkozás alakulását. A gazdag ember azt evett, amit akart, a szegény pedig azt, amije volt. A paraszti ételek a földműves- a parasztagazda által megtermelt nyersanyagokból készültek, a városi-polgári konyha ételei a piacról vásárolt, mások által megtermelt nyersanyagból. Megtörtént, hogy a piacra termelő felsőhegyi „bosztányos” kérdésemre, hogy hogyan fogyasztja, hogyan készíti el a korai káposztaféléket, azt válaszolta, hogy ő eladásra termel, nem saját fogyasztásra. Nyersen megeszik a karalábét, a karfiolt, de nem szokták, nem is tudják elkészíteni – sütni, főzni.

A népi kultúrában fontos a nyersanyagok összessége, mert a táj adta nyersanyagok fölhasználásával kialakul egy jellegzetes étkezés. A tápanyag nagyobb

részét a saját környezet növény- és állatvilágából állítják elő, csak kisebb részét szerzik be idegenből. Nálunk a búzatermesztés biztosítja a kenyér és tésztafélék, a sertés- és a baromfitermesztés adta húsfajták készítése határozza meg a táplálkozás alapvonalait.

Napjainkra bár a hétköznapi étkezés nagy változatosságot mutat, megmaradtak az ünnepi étkezéskor a szokások diktálta szabályok. Étkezés közben nem beszélünk, a férfiak a fejükről leveszik a kalapot. A szokások által meghatározott szabályokat az ételek készítésekor jobban betartják akkor is, ha sok emberre főznek, illetve a közösségi munkaalkalmak esetében. Így például a lakodalmi vacsora és a disznóvágás étrendje többé-kevésbé ma is hagyományos. Otthon szűk családi körben azonban érvényesül a közmondás: „Ahány ház, annyi szokás.”

Az ételek elkészítésénél, fogyasztásának sorrendjében eltéréseket észlelhetünk nemzetiségtől, vallástól függetlenül is. Az étkezési szokásokat sok esetben megváltoztatja az is, ha a családban valaki egészségi okok miatt diétás táplálkozásra kényszerül, vagy ha valamely reformtáplálkozásra⁶ tér át. Akik magányosan élnek és egyedül készítik maguknak az ételt, sűrűn bő lére engedik a paprikást, vagy az egyébként sűrű babot. Egytálételként szerepel az ilyen étel az étrendben. Ez praktikus okokkal is magyarázható. Vizsgálódásunkkal együtt ezeket a jellegzetességeket és hatásokat nem elemzi. Legyen ennek taglalása egy következő feladat.

EGY-EGY ADAT ZENTA ÉS FELSŐHEGY NÉPI TÁPLÁLKOZÁSÁHOZ: SZOKÁSOK, HIEDELMEK, SZÓLÁSOK, KÖZMONDÁSOK

A naptári ünnepek kapcsán számtalan szokásról hallunk, olvashatunk. Azonban azt, hogy elődeink mivel, hogyan táplálkoztak, és hogy mit miért tettek, miben hittek az ételek és az étkezés kapcsán, többnyire csak sejtethetjük. A babonás embert nem jó szemmel nézik manapság. Senki sem beszél szívesen olyan dolgokról, amelyek számára is megmagyarázhatatlanok vagy félelmetesek. Bizonyos szabályokat, megfelelő rendet, rendszert alakítottak ki ősünk, nagyanyáink annak érdekében, hogy elkerüljék a nemkívánatos dolgokat, különösen a konyha környékén. Tudjuk jól, hogy a rossz és romlott étel milyen bosszúságot okozhat, az ízetlen étel pedig lehangol.

Anyai nagyanyám, Balla Istvánné Bodó Katalin mindig azt mondogatta: Tudod, kislányom, a férfiak gyomrán keresztül vezet az út mindenhová, azért főzök én nagyapának olyan finomakat.

A magyar konyha ízeit sokfelé ismerik a világban, de vajon tudják-e, milyen gazdag hiedelem- és szokásanyag kapcsolódik a táplálkozáshoz? E gazdag anyagból szeretnék kiragadni egy részletet.

Az étkezéshez szükséges nyersanyagra és az italokra nagyon vigyáztak a zentaiak. A könnyen romló ételeket óvták minden bajtól, különösen figyeltek a tejre, a tejtermékekre és a húsokra, hogy helyesen, megfelelő hőfokon és rendeltetésének megfelelő helyen tárolják. Ennek ellenére mégis megesett, hogy megromlott valamelyik étel. Legtöbb szokást, hiedelmet a tejjel kapcsolatban találhatunk. A zentai asszonyok is azt tartották, hogy a tejet, sőt a tejtermékeket megromthatják a boszorkányok.⁷

Egy idős zentai asszony, Ősz Szabó Teri néni⁸ mesélte a következő történetet: „Egy legény anyukája sült kenyeret, adtak valamit hozzá (. . .) a kenyérbe rontást tettek. A legény vitte a lánynak a kenyeret, oszt megfontotta. Az a Tényi lány vót. Nagyon vigyáztak a kenyérre, de még a kenyérmorzsára is, csak a jószágnak adták, nem dobták ki. Anyósom szerette a puha kenyeret nálam. Meg a hájas kiflit is.”

Tovább így folytatta: „Az én anyám sose adott ki a házból kenyeret meg tojást, mer azt megfonthatták. Történt egyszer, hogy a szomszédasszony kért tojást, odament a tyúkokhoz. A tyúkok oszt leriadtak a fészekrű. Mikó ketek a csirkék, minden tyúk alú ket egy fekete csirke is. Megfontották.”

Teri néni szavaiból az is kiderült, hogy a szegényebb réteghez tartozó nép, a cselédek nem az első osztályú ételeket ették, de mindig volt betevő falatjuk.

„Azt tartották az öregek, nem kell telizabáni magunkat, mer ha valaki nagyon eszik-iszik, akkó megeszti az életit.” Ezt a régi bölceletet is hozzátette még a mondókájához: „Tiszteld apádat, anyádat, hogy hosszú életű légy a földön.”

Teri néni fiatal korában sok helyen „szógát”, és „megtanút jókat sütni-főzni”.

Arra a kérdésre, hogy mit főzött kukoricalisztből, így felelt: „Puliszkát főztem a kukoricalisztbű, megcukroztuk, megcimetetük, úgy ettük. A bocskormálét böjtös napon süttöttem. Nagyon nagy vót a lapátom, e köllött vagdosni a málét.”

Kukoricalisztből, illetve kukoricagrízből sokféle ételt tudtak készíteni a bácskaiak. Az idősek úgy emlékeznek vissza ezekre az ételekre, mint a szegénység fokmérőjére. Felsőhegyen a kukoricát különösen a két világháború között a góréból fogyasztották táplálékként is. A finomra darált és megszitált lisztet forró vízbe szórták, folytonos kevergetés mellett sűrűre főzték. Volt, aki megvárta, hogy megdermedjen, és amint kihűlt, forró tejbe szaggatta. Mi gyerekkorunkban úgy ettük, hogy a meleg puliszkára hideg tejet öntöttünk, lehetett ez forralt tej vagy nyers édes tej is. A puliszkát aludttejjel leginkább nyáron fogyasztották az idősebbek. A gyerekek édesen szerették. Cukorral, citmellel (fahéjjal), kakaóval ízesítették. Aki akarta, lekvárral, vöröshagymával, töpörtyűvel⁹ is ehette. A felsőhegyi Mácsai Erzsébet háziasszony finom csöregefánkot készített a felsőhegyi nyugdíjasegyesület hagyományörző rendezvényére 2001. február 23-án. Erzsébet néni elmondta, hogy az édesanyja még hetente sült hétköznap herócét és tökök görhét. Most már ő csak kivételes alkalmakra, évente kétszer-háromszor süti, amikor azt kéri. Elmondta azt is, hogyan készíti:

„A puha herócéhez 2 dl tejfölt, 2-3 tojást, szódbikarbónát annyi liszttel állítják össze, amennyit az felvesz. Nem túl vékonyra nyújtják, és rádlival kivagdoszák.

A csörege herócéhez 2-3 tojás, egy kanál víz, egy kis esenc (ecet) vagy pálinka, só, liszt, amennyit bevesz. Vékonyra köll nyújtani, evagdosni négyzet alakúra, oszt egyik sarkát errű, a másikat amárú belegugni.”

Keresztelőre, névnapra, születésnapra a háziasszonynak a szűkebb család nőtagjai segítettek főzni (testvér, anyós, unokatestvér). Míg lakodalomra szakácsokat, asszonyokat fogadtak pénzért.

A családi ünnepek alkalmával meghatározott étrend szerint étkeztek (olyan ételeket, amelyeket mindenki szeretett a családban). Általában az 1950-es évektől kezdve már ezeket az ételeket készítették keresztelőre, névnapra la-

kodalomba: húsleves, raguleves, pörkölt, szárma vagy töltött paprika, borsós tokány, bécsi szelet, fasírt, töltött húsok, sült krumpli, káposzta- vagy franciasaláta.

Lakodalmi ételek a tyúkhúsleves, a paprikás tejfölös vagy túrós tésztával és mellé savanyúság, tyúkhúspecsenye, amit ha tehettek, üstben forró zsírban egészben sütöttek, majd feldaraboltak. A főétel után általában tejjel, tejfellel készített kelesztett kalácsokat kínáltak: „üres” fonott kalácsot, „pusztakalácsot”, illetve mákos, diós, túrós töltelékkel készített kifliket, veknit, vagy aprósüteményt – guráblit, „hidegvizes kiflit” (vízen kelt kiflit) és vizespiskótát.

Felsőhegyen az 1980-as években is még hagyományos lakodalmi ebédet főztek.¹⁰ Savanyúlevest, pörköltet vagy szármat, a vacsorára pedig húslevest, birkapaprikást vagy „zsíros kását” – rizskását, meg sült húst készítettek. Egyes helyeken a hajnali terítékre került csak szárma vagy töltött paprika, illetve a savanyúleves. Ma leginkább disznótoros hurkát-kolbászt, apró fasírtot, cseva-pot tálnak fel.

Szláv illetve szerb, macedón bunyevác hatásra elterjed a csevap, pljeskavica, Karadorde-szelet készítése is. A bolgárkertészeknek köszönhetően új nyersanyagok jelentek meg. A szerbek és a bunyevácok hozták magukkal a lecsó (duveč) készítését.

Most pedig lássuk, az étkezéssel kapcsolatban milyen szólásokat és közmondásokat tudnak a zentaiak:

Aki főzte, egye meg. (Ha saját magának nem jó, ne várja el, hogy másnak megfeleljen, amit készített)

Bolond a gazdasszony, az üres kamrában. / Üres konyhának bolond a gazdasszonya. (Nehéz a semmiből jóllakatni a családot)

Fehér kenyér, friss túró, éhség ellen mindig jó. (Az éhes embernek elég, ha kenyeret, túró-t ehetsz)

Éhes, mint a farkas. (Nagyon éhes)

Étel, ital, álom – szükség ez a három. (Enni, inni és aludni – mind egyformán fontos az embernek.)

Fújja a kását. (Mivel a rizskását melegen szokták enni, ha valami forró és fűjni kell – ezt mondják)

Jobb ma egy veréb, mint holnap egy túzok. (Ha kicsi is, jobb a biztos, mint a bizonytalan)

Kerülgeti, mint macska a forró kását. (Nem mer közeledni, csak körülírja, nem tér rá a lényegre)

Madárlátta kenyér. (A határból, napszámból hazatérő ember elemózsija)

Más szájával nem eszek. (Csak azt akarom, ami az enyém)

Minden lében kanál. (Beleavatkozik mindenbe)

Mosolyog, mint az árpacipó. (Öröm nézni)

Nem a fogára való. (Nem ízlik neki az étel)

Reszket, mint a kocsonya. (Nagyon reszket)

Szereti a hasát. (Szeret enni)

Tejben, vajban fürösztik. (Jól él)

Teli has ritkán vágyik tudományra. (Az éhség jobban rávisz a gondolkodásra)

Tested jól kipihen, csak vacsorálj röviden. (Teli hassal nem lehet jól pihenni)

Több nap, mint kolbász. (Nem lehet mindennap húst enni)
Víg lehet ott a család, ahol teli vannak a kamrák. (Ahol van mit enni, nincs szomorúság)

Ezek az adatok is igazolják, mennyire gazdag és szerteágazó a népi táplálkozás témaköre, amelyet napjainkban is gyűjthetünk. Legyen ez ösztönzés egyben a kutatóknak, hogy gyarapítsák a néprajz ezen ágát is, hogy ne maradjanak fehér foltok.

JEGYZETEK

- ¹ *Magyar Néprajzi Lexikon* V. 440. Dömötör T.
- ² In: Hiedelmek, szokások az Alföldön I. Nagykőrös, 1992, 427–443. oldal
- ³ Gyermekkoromban télen legfinomabb vacsora volt számomra, a héjában sült krumpli. Édesanyám (Surányiné Balla Anna, 1930–1999) a kandalló lernijébe rakta a megmosott burgonyát, ahogy sült, megfordította a krumpliszemeket s amikor teljesen megsült, szalvétába, régi pulóverbe csomagolta, hogy megpuhuljon és leváljon a krumpli héja. A héjától megtisztított krumplit azután olvasztott zsírba mártottuk, sóztuk, vöröshagymát és kenyeret ettünk hozzá.
- ⁴ Nagy Abonyi Ágnes: A karácsonyi vacsora, Magyar és délszláv párhuzamok zentai példákon, *Néprajzi látóhatár*, VIII. évfolyam 1–4. szám, Budapest, 1999.
- ⁵ Szűcs Judit: Népi táplálkozás, In: *Békéscsaba néprajza*, 1993
- ⁶ Egyes mai modern táplálkozásirányzatok hívei: a vegetariánusok – növényevők, makrobiotika, egészséges, természetes vegyszermentes ételek fogyasztása.
- ⁷ Banó István: Történetek egy zentai boszorkányról, Nagy Abonyi Ágnes: Első táplálékunk, *Bácsország*, II. évf. 6. szám 1996. 11. oldal.
- ⁸ Ósz Szabó Teréz született Domány, 1906. október 10-én. Pecérben, Csókán laktak sokáig. Valószínű, hogy amikor Zentára költöztek, ezért hívták a zentaiak Csókásinak.
- ⁹ Disznóvágáskor a kis darabokra vágott szalonnának kisütötték a zsíráját.
- ¹⁰ Nagy Abonyi Ágnes: Adalék a lakodalmi ételek változásához a találóversek tükrében, *Létünk*, 1–2. Újvidék, 2001

IRODALOM

- Ábrahám Gézáné
1987 *Vasi, zalai parasztiételek*. Mezőgazdasági Kiadó, Budapest
- Borús Rózsa
1981 *Topolya népszokásai*, Újvidék.
- Dr. Ketter László
1985 *Gasztronómiánk krónikája*. A magyar konyha múltja és jövője, Mezőgazdasági Kiadó, Budapest.
- Edmund Li
1982 Klod Levi-Stros (A konyhaművészet háromszöge) Beograd
- Knézy Judit
1988 *Somogy régi ételei*. Mezőgazdasági Kiadó, Budapest
- Kovács Endre
1997 *Karácsonyi ünnepkör népszokásai Doroszlón*. Cumania 14. Kecskemét, 145–180.
- 1999 *Magyar néprajzi bibliográfia 1995–1996*. Budapest
- 1949 *Móra Ferencné szakácskönyve*. Révai, Budapest
- (Nagy Abonyi Ágnes) Agnes Šuranji
1987 Karakteristike ishrane madara (A magyar népi táplálkozás jellegzetességei. Diplomamunka), Belgrád

- Dr. Penavin Olga
 1988 *Népi kalendárium. Az esztendő néprajza a magyarság körében, Újvidék*
 T. Bereczki Ibolya
- 1992 Disznótóri trétfák és szokások Jász-Nagykun Szolnok megyében, In: *Kultúra és tradíció II. Tanulmányok Újvári Zoltán tiszteletére, Miskolc*
- Szűcs Judit
 1986 *A kásák, a lepények, a kenyér és a tésztafélék Szentesen. Szeged*
 1993 Népi táplálkozás, *Békéscsaba néprajza*, szerk. dr. Grin Igor, dr. Krupa András, Békéscsaba
- 1991–1992 A főzés, tárolás helye és eszközei Szentesen, szerk. Mikola Tibor, *Néprajz és nyelvudomány XXXIV. Szeged*
- 1991 A táplálkozás rendje Szentesen. *A Juhász Gyula Tanárképző Főiskola Tudományos Közleményei*, szerk. Szegfű László, Szeged.
- 1997 Hagományos hústartósítási módok néhány alföldi településen. In: *A táplálkozáskultúra változatai a 18–20. században. A néprajzkutatók I. táplálkozáskutatási konferenciájának előadásai*, Kalocsa, 1995. október 24–26. szerk. Romsics Imre–Kisbán Eszter, Kalocsa
- Varga Gyula
 1993 A népi táplálkozás Hajdú-Bihar megyében a XX. század első felében, Debrecen. *A Hajdú-Bihar megyei Múzeumok Közleményei*, 52. szám. 554–108.