

OTDK-DOLGOZAT

Földesi Orsolya

BA

2013

A HIÁNYTÓL A TÚLFOGYASZTÁSIG
– A MAGYAR TÁPLÁLKOZÁSI SZOKÁSOK MEGVÁLTOZÁSA A XX. SZÁZAD
MÁSODIK FELÉBEN

FROM SHORTAGE TO OVERCONSUMPTION
- HOW HUNGARIAN CONSUMPTION HABITS CHANGED IN THE SECOND
PART OF THE 20TH CENTURY

Jelige: MDV 404

Kézirat lezárva: 2012. március 24.

Tartalomjegyzék

A kutatás módszertana és a dolgozatban felhasznált irodalom	6
A nemzeti étellé válás rögzös útja.....	8
A nemzeti étel mint az identitás kifejezője.....	8
A hagyományos alapanyagok mint a nemzeti konyha elengedhetetlen részei	9
A táplálkozási szokások átalakulása 1945 és 1990 között	11
Táplálkozás a háború által lepusztított országban	12
Az élelmiszer-fogyasztási szokások befolyásolása	16
Az állami szempontok érvényesülése a termelésben.....	17
Életmódbeli változások	22
Élelmiszer-fogyasztási szokások és tendenciák 1945 és 1990 között	26
Húsfogyasztás.....	26
Tejtermékek fogyasztása	28
Tojásfogyasztás	29
„Kalorikus élelmiszerek”	30
Cereáliák és burgonya	31
Zsiradékok	32
Cukorfogyasztás	34
Zöldségek és gyümölcsök.....	36
A változások jellegzetességei.....	40
A „pótló” élelmiszerek megjelenése és elterjedése	40
Élelmiszerporok és száraztészta	42
A konzervek virágkora	43
A fagyasztott termékek elterjedése.....	45
A pasztörizált tej térhódítása	46
A húsfogyasztási lehetőségek kiszélesedése	46
Készen vásárolt termékek.....	49
Alkalmazkodás a változó körülményekhez	51
A dolgozat összegzése.....	53
Irodalomjegyzék.....	54
1. melléklet – a dolgozathoz készített interjúk	57

Táblázat- és ábrajegyzék

1. ábra: A Budapesti Konzervgyár ajánlata.....	44
1. táblázat: „Főbb élelmiszercsoportokra eső napi átlagos kalóriefogyasztás”	13
2. táblázat: A nők átlagos kötött ideje, keresőmunka-ideje, háztáji gazdálkodásra és háztartási munkára fordított ideje társadalmi rétegenként, percben (hatvanas évek eleji felmérések alapján).....	23
1. diagram: A sertéshús-fogyasztás összes húsfogyasztásból való részesedése	27
2. diagram: Tejfogyasztás és tejtermelés Magyarországon.....	29
3. diagram: Éves tojásfogyasztás 1970-1990	30
4. diagram: Cereália- és burgonyafogyasztás.....	31
5. diagram: Zsíradsékfogyasztás.....	33
6. diagram: Zsíradsékok fogyasztása	34
7. diagram: Éves cukorfogyasztás.....	35
8. diagram: Gyümölcsfogyasztás 1.	37
9. diagram: Gyümölcsfogyasztás 2.	38
10. diagram: Zöldség- és gyümölcsfogyasztás.....	39
11. diagram: Vaj- és margarinfogyasztás.....	41
12. diagram: Húsfogyasztás	46
13. diagram: A húsfogyasztás változása 1950 és 1990 között	48
14. diagram: Baromfihús-fogyasztás	49

„A gasztronómia-történet és a gasztronómiai kultúra ugyanolyan mértékben része a népi kultúrának, mint a népzene, a népdal, a népi öltözködés”¹. Időnként háttérbe szorul az utóbbi három mellett, pedig átfogó, minden részletre kiterjedő képet adhat egy nációról.

„A táplálkozás nemcsak biológiai kényszerűség, hanem kultusz és kultúra, azaz szertartás és művelődési érték is.”² Szerves részét képezi az emberi életnek, túlmutat a szükséglet-kielégítésen: a társadalmi kapcsolatok elengedhetetlen része, az emberek elégedettségének vagy elégedetlenségének megalapozója, a kulturális színvonal egyik mércéje. Leképezi egy nép történelmét: honnan érkezett, kikkel került hosszabb időre kapcsolatba, ínséges vagy bőséges időszakokra tekint vissza.

Nemcsak a múltba enged betekintést, hanem a jelenbe is. A táplálkozással befolyásolni lehet az emberek elégedettségét, hozzáállását a munkához, a közügyekhez. Az alultápláltság, élelmiszerhiány feszültséget, ingerlékenységet kelt, ez káros hatással lehet a társadalomra. A jól táplált ember pozitívabban látja a világot, könnyebben elfogadja az aktuális helyzetet, nem lázong. Fontos politikai eszköz is tehát az ellátottság biztosítása.

A táplálkozás fontossága nemcsak társadalmi, de egyéni szinten is megjelenik. „Az evés a magyar közgondolkodásban [mindig] is a legfontosabb hétköznapi szükségletek közé tartozott, amin a legkevésbé lehet takarékoskodni”³. Még nyelvi fordulataink is sokszor táplálkozással kapcsolatos képeken alapulnak. Gondoljunk csak az „ízes beszélgetés” vagy „ízes tréfa” szófordulatokra, de akár az „egy tálból cseresznyéznek”, a „megette már a kenyere javát”, vagy „torkán akadt a falat” szólások is eszünkbe juthatnak. Sok dolgot ki tudunk fejezni az étkezés képeivel, hiszen az egyik legalapvetőbb szükségletünk és szórakozásunk ez a tevékenység.

A dolgozatban elemzem a XX. század második felében lezajló, táplálkozással kapcsolatos változásokat. Elsősorban Magyarország városi lakosságát vizsgálom. A változások okain és következményein kívül megvilágítom a fogyasztás és termelés összefüggéseit, a befolyásolás céljait és eszközeit, a fogyasztási lehetőségek kiszélesedését, és hogy ezt miként lehetett összeegyeztetni a szocializmus társadalomról alkotott képével, ideológiájával.

¹ Interjú Ács Imrével, 2011. Kérdező: Földesi Orsolya

² Tripolsky, G. (2002). A kenyér és egyéb kenyérlisztből készült ételek a magyar táplálkozáskultúrában. *Létünk*, 71. o.

³ Valuch, T. (2004). „A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott”. Az élelmiszer-ellátás és a táplálkozás néhány jellegzetessége Magyarországon az 1950-es években. In J. M. Rainer, & É. Ständeisky (szerk.), *Évkönyv 2004. XII. Magyarország a jelenkorban*. Budapest: 1956-os Intézet. 233. o.

A kutatás módszertana és a dolgozatban felhasznált irodalom

A táplálkozás mint kulturális megnyilvánulás és ennek alapegysége, az étkezés Kisbán Eszter (1995) szerint alkalmas a „hagyomány-újítás állásának megragadására”. Összefüggésben áll a gazdaság és az életmód más területeivel, a tárgyi környezettel, gondolkodásmóddal, személyes kapcsolatokkal, kifejezheti az életritmus egészét.⁴

A táplálkozástörténet sokoldalúsága, számtalan kapcsolódási pontja egyéb területekkel arra sarkallt, hogy forrásanyagaimat minél szélesebb körből merítsem. Egy olyan korszakot vizsgálok, amiről jelenlegi társadalmunk számos tagjának van véleménye, vannak élményei és emlékei. Éppen ezért figyelmet fordítottam arra, hogy a hivatalos dokumentumokon, a történészek által készített korrajzokon, a statisztikákon és közgazdasági elemzéseken kívül meghallgassam azokat is, akik megélték az általam elemzett éveket, és saját élményeik elmesélésével hozzájárultak egy teljesebb kép kialakulásához.

Elismert szakemberekkel készítettem személyes interjúkat, ezek során rákérdeztem a homályos pontokra, illetve azokra a tényekre, amelyeket a szakirodalom kevésbé tárgyal. Prohászka Béla mesterszakácsot, a Magyar Nemzeti Gasztronómiai Szövetség korábbi elnökét, számos szakácsverseny aranyérmesét a magyar konyha jellemzőiről kérdeztem. Megkerestem Ács Imre gasztronómust is, aki a kecskeméti Széchenyi István Idegenforgalmi és Vendéglátóipari Szakközépiskola és Szakiskola tanára, s országosan is elismert receptgyűjteménnyel rendelkezik. Olyan anyagok vannak birtokában, amelyek még a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban sem találhatók meg. Megkerestem Lajos Mari szakácskönyvszerzőt is, s segítségével megtudtam, miért vált éppen az 1980-as elején aktuálissá a képekkel teletűzdelt szakácskönyvek készítése.

Egy „táplálkozástörténeti beszélgető kör” keretében a Magyar Élelmiszer-tudományi és Technológiai Egyesület nyugdíjas klubjának tagjai osztották meg velem tapasztalataikat mind a technológiai és termelési háttér kapcsán, mind pedig a fogyasztási szokásokat illetően.

Ezen kívül történészek, szociológusok, orvosok és közgazdászok táplálkozástörténetről, étkezési szokásokról, ételfogyasztási tendenciákról szóló műveire támaszkodtam kutatásom során, de gyakorlati szakemberek, szakácsok és gasztronómusok írásait is felhasználtam.

⁴ Kisbán, E. (1995). Étkezések, ételek - új formák és intézmények az újkori magyar táplálkozáskultúrában. In T. Faragó (szerk.), *Magyarország társadalomtörténete a 18-19. században. 2. kötet* (old.: 76-89.). Budapest: Dico; Új Mandátum Könyvkiadó. 78. o.

Forrásanyagaim között vannak azok a rádióműsorok is, melyek a szocializmusban jellemző állami berendezkedéssel és táplálkozási szokásokkal foglalkoznak.

Segítségemre volt még a Magyar Tudományos Akadémia Néprajzi Kutatóintézetében készült Magyar Néprajz című mű, illetve Balassa Iván és Ortutay Gyula azonos című munkája. Igyekeztem ezen kívül áttekinteni a hivatalos anyagokat is: jogszabályokat, hatósági összeírásokat, statisztikákat; valamint a táplálkozással kapcsolatos média-anyagokat (rádiós, televíziós reklámokat és újsághirdetéseket) sem hagytam figyelmen kívül.

Hogy teljes képet kaphassak, kétféle kérdőíves megkérdezést is végeztem. Egyrészt egy internetes kérdőív során igyekeztem elérni különböző korú, lakhelyű és végzettségű embereket az országból. Ezzel azt vizsgáltam, hogy a köztudatban jelenleg mi él „hagyományos” magyar ételként. Szintén kíváncsi voltam arra, hogy mit tart a lakosság magyaros alapanyagoknak, fűszernek, s hogy mi kerül egyes családoknál leggyakrabban az asztalra. Bár a megkérdezések nem a kutatott korszakban készültek, ettől függetlenül reális képet adnak, hiszen a kérdéseim kifejezetten hosszú távú szokásokra, hagyományokra, illetve ezek változásaira irányultak (ráadásul, a válaszadók egy része életének jelentős részét a rendszerváltás előtti években élte).

Idősebb (60 év feletti) férfiakat és nőket egy papír-alapú kérdőív kitöltésére kértem meg. Ezzel azt próbáltam meg kideríteni, hogy gyermekkoruk és az 1980-as évek között szerintük volt-e érzékelhető változás a magyar konyhában, az emberek táplálkozásában.

Sokféle forrásanyagomnak köszönhetően meglehetősen tág képet kaptam az 1945 és 1990 között megfigyelhető változásokról. Figyelmet kellett viszont fordítanom az esetenként túlzó vagy elfogult személyes vélemények kiszűrésére. Ehhez igyekeztem a hivatalos és személyes nézeteket összevetni, statisztikai és szakirodalmi alátámasztást keresni az egyes megállapításokhoz.

A nemzeti étellé válás rögzös útja

Furcsa ellentmondás, hogy a táplálkozási szokások jórészt állandóak, a nemzeti konyha ételei nem változnak meg egyik napról a másikra⁵, s mégis, időnként már 10 éven belül is jelentős, maradandó változásokkal találjuk magunkat szemben.

Mielőtt rátérnék a dolgozat központi kérdéseire, két régebbi példát hozok arra, hogy milyen hatások következtében válhatnak ételek vagy alapanyagok a nemzeti konyha és ezzel az emberek táplálkozásának részévé rövidebb vagy hosszabb idő alatt. Ezekkel egyrészt azt szeretném bemutatni, hogy „nemzeti ételeink” sem mindig azok voltak, amiket most annak tekintünk, illetve hogy nemcsak az utóbbi évtizedek „felgyorsult” világában jellemzőek a jelentős változások, hanem évszázadokkal ezelőtt is volt ilyesmire példa.

A nemzeti étel mint az identitás kifejezője

Egy nép életében gyakran akkor válik fontossá a nemzeti jelképek hangsúlyozása, amikor ezekkel más népektől szeretne elhatárolódni, vagy (idegen) elnyomóinak szeretné összetartását, összetartozását megmutatni. A közös nemzeti értékek egyfajta kötelékként jelennek meg, s együtt cselekvésre sarkallhatják a társadalom tagjait.

Kiváló történelmi példát látunk a nemzeti értékek túlhangsúlyozására II. József korában. 1780-tól 1790-ig uralkodott a „kalapos király”, aki rendeleteivel erőteljes ellenszenvet váltott ki. A magyar középnemesség nem nézte jó szemmel, hogy jogait csorbítani próbálja az uralkodó. A nemzeti ellenállás jegyében elővették a kárpát-medencei régióhoz erőteljesen kapcsolódó, a német kultúrától jelentősen eltérő magyar öltözetet és a magyar gulyásos húst.⁶ Azt próbálták ezzel szemléltetni, hogy a rendeletek az ország hagyományait sértik. Más kérdés, hogy az alföldi gulyások étkét, a „gulyásos húst” (melyet „pörkölt hús”-nak vagy „paprikás hús”-nak is neveztek az elkészítés módjára utalva) a magyar kultúra különállásának szimbólumává olyanok emelték, akiknek nem állt szándékában ilyen „közönséges köznépi ételt” fogyasztani.⁷

⁵ Ács Imre (interjú, 2011) szerint körülbelül 150 év kell ahhoz, hogy egy nép táplálkozási szokásai átalakuljanak.

⁶ Kisbán Eszter néprajzkutató ismerteti a gulyás történetét az alábbi műsorban:

Az vagy, amit megeszel! – A gasztronómia története, 4. rész. Kossuth Rádió. Tér-idő, Oszkai Rita (2010). Elérhető a Kossuth Rádió honlapján: <http://www.mr1-kossuth.hu/hirek/radio-100723/az-vagy-amit-megeszel!-%E2%80%93-a-gasztronomia-tortenete.html> (Letöltve: 2011-12-01)

⁷ Kisbán, E. (1995). Étkezések, ételek - új formák és intézmények az újkori magyar táplálkozáskultúrában. i.m. 88. o.

A bécsi konyha remekeitől jelentős mértékben különböző étel a XIX. század politikai harcaiban válhatott a közös múlt, a kulturális összetartozás jelképévé. Csak 1867 után lett a polgári háztartások közönséges étele, de ekkorra jelentős átalakuláson ment keresztül az egykori egytálétel: burgonyával vagy galuskával, azaz valamilyen körettel tálalták.

A gulyás története szemléletes példája a táplálkozási szokások mesterséges befolyásolásának. A magyar elit a XIX. századig jórészt ugyanazokat az ételeket fogyasztotta, mint az osztrákok. A kulturális elhatárolódás eszközeként, a vendéglátóipar segítségével tudatosan emeltek „nemzeti étellé” egy népi ételt, mely az 1950-es évek végére a magyarországi munkás- és alkalmazotti családok főétkezésre készített húsételeinek majdnem 30%-át tette ki⁸, s kérdőíves megkérdezéseim alapján a magyar lakosság mintegy 70%-a szerint a „legmagyarosabb étel”.

A hagyományos alapanyagok mint a nemzeti konyha elengedhetetlen részei

Mi teszi a magyaros ételeket magyarossá? „A magyaros hozzávalók” – hangzott Lajos Mari (2012) válasza, és ezt kibontva így folytatta: „Olaszországban nem tudok olyan paprikás csirkét készíteni, mint itthon, hiába viszem magammal a piros paprikát. Nincs meg az a típusú hagyma, tejfölt sem találok a boltban, és a kapirgáló csirke íze is más. A lokalitás (éghajlat, talajviszonyok) adja meg a magyaros ízvilágot, ahogyan az összes többi konyha ízvilágát is”.⁹

Arra a kérdésemre, hogy mik a magyar konyha elengedhetetlen „kellékei”, Prohászka Béla (2011) a sertésszír, a vöröshagyma, a fokhagyma, a köménymag és az őrölt fűszerpaprika dominanciáját emelte ki. A Magyar Nemzeti Gasztronómiai Szövetség korábbi elnöke a sertéshús fontosságát annak tulajdonítja, hogy mennyiségét tekintve ez volt a legoptimálisabb választás a vidéken élők számára. Felhizlalták, majd a téli időszakban levágták, feldolgozták, s augusztusig fogyasztották. Sokféle módon el lehetett készíteni, így megvolt a változatosság, ráadásul, a különböző tartósítási módoknak köszönhetően hosszú ideig elállt. Kiemelendő a mérete is, hiszen egy csirkét a család egy ebédre elfogyasztott, míg a sertés hónapokig kitartott.¹⁰

A gazdaságosság fontos tényező volt a sertéshús elterjedésében, az viszont még a török időkre nyúlik vissza, hogy ez az állat kiszorította sok más „vetélytársát”. Ács Imre (2011)

⁸ Kisbán, E. (1995). Étkezések, ételek - új formák és intézmények az újkori magyar táplálkozáskultúrában. i.m. 88. o.

⁹ Lajos Mari (interjú, 2012)

¹⁰ Prohászka Béla (interjú, 2012)

magyarázta el, hogy sertéshús elterjedése miatt a hódoltság éveire vezethető vissza. Addig a magyarok is legalább annyi birkát ettek, mint ma a macedónok, törökök, szerbek. Ez az állat volt őseink elsődleges húsforrása. A birka méreteit tekintve éppen ideális volt: egy hajdanában átlagos, hat-nyolc fős család el tudta fogyasztani, amíg nem romlott meg. Amikor azonban jöttek a törökök, akkor a katonáiknak élelemre volt szükségük: a hadsereg ellátottsága alacsony volt, ezért mindent elhajtottak, ami ehető volt: birkát, borjút, tehenet. Mohamedán vallásuk miatt azonban nem ettek tisztátalan állatot, így disznót sem. A magyar parasztság megszokta, hogy ha disznót tart, az megmarad neki, s idővel átállt ennek az állatnak a tenyésztésére.¹¹

Nemcsak a sertéshús elterjedése, de a fűszerpaprika megjelenése is a török időkhöz köthető. A paprika fűszernövényként balkáni közvetítéssel érkezett Magyarországra. „A hazai termelés korai adatai az 1720-as évekből valók. (...) 1786-ban Szegeden paprikás hús nevű pörköltről hallunk. A paprika kezdetben kizárólag a köznép fűszere volt, sok ételükben az importált borsot helyettesíthette: «Török-bors, paprika, kerti-bors... Ezt kertekben termesztik, és a' piros hosszú gyümölteit a' paraszt emberek porrá törik, és eledeleiket avval borsozzák»”.¹² Eleinte nem szívesen fogyasztották ezt a terméket a magyarok, minthogy megszállóikra emlékeztette őket, de idővel természetesen kezdték, s nemhogy megszerették, de annyira széles körben alkalmazták, hogy elválaszthatatlan részévé vált a magyar konyhának.

E rövid történetek jól mutatják, hogy amit ma magyaros ételnek tartunk, az nem örök időktől fogva az. Változások mindig is jellemezték népünk étkezési szokásait, fontos kérdés viszont, hogy mennyi idő kell egy-egy változás maradandóvá válásához, s milyen külső és belső hatások tudják ezt felgyorsítani.

¹¹ Ács Imre (interjú, 2012)

¹² MTA Néprajzi Kutatóintézete; szerk. biz. vezetője: Paládi-Kovács Attila. (1997). Magyar Néprajz. Budapest: Akadémiai Kiadó. 534. o.

A táplálkozási szokások átalakulása 1945 és 1990 között

A bevezető részben igyekeztem számos példával megvilágítani, hogy mennyire sokoldalú, összetett kérdés a táplálkozás történetének vizsgálata. Történelmi és szociológiai síkon is oda kell figyelni a részletekre, valamint nem hagyhatjuk figyelmen kívül, hogy az embereket „érzelmek” fűzik az étkezéshez, az élelmiszerekhez. Fontos határt húznunk a tények és a vélemények között, ez azonban sokszor elmosódik. Ezért is igyekszem a lehető legváltozatosabb forrásanyagokkal alátámasztani megállapításaimat.

Valuch Tibor (2006) könyvének bevezetőjében írja, hogy a mindennapi történelemhez sokféle illúzió kötődik.¹³ Nehéz egy olyan időszakról bármi újat mondani, s főleg „mindent” elmondani, amelyhez sokakat személyes élmények, emlékek fűznek. Ugyanazt a tényt mindenki a saját szűrőjén engedi keresztül, éppen ezért nem biztos, hogy egyetért mások megállapításaival, véleményével.

Dolgozatomban táplálkozástörténettel foglalkozom, amit csak egy-egy időszakra, hosszabb periódusra van értelme vizsgálni. Ahhoz, hogy megértsük a Kádár-korszak táplálkozástörténetét, látnunk kell a háború utáni állapotokat, s tudnunk kell a Rákosi korszakhoz is viszonyítani. A táplálkozástörténetben nincsenek éles választóvonalak (így 1956 sem az). Folyamatok vannak és elmosódott határok, s idő kell, hogy egy-egy változás beérjen. Éppen ezért elemzésem során az 1956-ig tartó és az azt követő időszak jelentős különbségei ellenére a kettőt sokszor egymás mellett fogom kezelni, természetesen kiemelve a hasonlóságokat és különbségeket.

Kutatásom során elsősorban az 1945 és 1990 közötti időszak városi táplálkozására koncentrálok. A második világháború alatti táplálkozással nem foglalkozom, de elengedhetetlennek tartom a háború utáni állapotok ismertetését. Az ekkori „ínség” és az 1960-as években kezdődő viszonylagos „bőség” között óriási a kontraszt. Látnunk kell a kedvezőtlen viszonyokat, a „semmit”, hogy értékelhessük mindazt a munkát, amit a lakosság étellemezésének megszervezése, a mezőgazdaság és az ipar helyreállítása, a termelési viszonyok rendezése jelentett.

¹³ Valuch, T. (2006). *Hétköznapi élet Kádár János korában*. 5. o.

Táplálkozás a háború által lepusztított országban

„A háború idején Magyarország hadszíntér volt” – idézte fel dr. Sánta Istvánné dr. Turza Rózsa (2012). „1945-ben fontos feladat volt a földek megtisztítása, a romok eltakarítása. Óriási mennyiségű élelmiszer és nyersanyag pusztult el. Ebből következően óriási hiány alakult ki, Budapesten alig volt élelmiszer.” A hadműveletek során letarolt ország lakossága a mennyiségi és a minőségi éhezés minden formáját megtapasztalta.¹⁴

A második világháború alatt bevezetett, de 1949-ig fennálló jegyrendszer a legtöbb alapvető élelmészeti cikkre vonatkozott. Ezt 1948-tól begyűjtési-beszolgáltatási rendszer¹⁵ egészítette ki, mely hasznos eszköznek bizonyult a mezőgazdaságban keletkező jövedelem elvonása és nehéziparra való átcsoportosítása szempontjából (a terményért jelképes összeget fizettek), valamint a közös gazdálkodás, a téeszkek létrejöttének szempontjából is¹⁶.

A mezőgazdaság és az élelmiszeripar háború utáni borzalmas állapota, a jóvátételi kötelezettség, illetve a Vörös Hadsereg ellátásának kényszere együttesen járultak hozzá az élelmiszerhiányhoz. „Hivatalos” kereskedelmi csatornákon nem lehetett a szükséges termékeket beszerezni. Ha valaki nem akart hiánybetegségektől szenvedni vagy éhezni, akkor alternatív megoldásokat kellett találnia.

A hivatalos feljegyzések mellett az időszakot megélt emberek visszaemlékezéseiből is tudjuk, hogy az 1940-es évek végén az üzletek polcai üresek voltak, általánossá vált a városiak és vidékiek közötti cserekereskedelem, a batyuzás. Ennek két formája ismert. Az egyik, amikor városi asszonyok (sokszor fiaikkal) értéktárgyaikért, ékszereikért, ruháikért vásároltak élelmiszert. Vidékre jártak le babért, zöldségekért, hogy legalább valami „tápanyagdús” is kerüljön az asztalukra.

A batyuzás másik formája, amikor a vidékiek utaztak tehervonaton a városba az általuk termelt mezőgazdasági cikkekkel, és cserélték el különböző termékekért portékájukat.

Az 1945 és 1950 közötti alacsony tápláltsági szintet jól mutatják a korszak statisztikái is: az alábbi táblázatból kiolvasható, hogy az átlagos napi kalóriabevitel egy főre 2500 kalória körül mozgott. Figyelembe véve a fizikai igénybevételt, az emberek átlagos energiaszükségletét, ez meglehetősen alacsonynak tekinthető.

¹⁴A „mennyiségi és minőségi éhezés” fogalom párt dr. Kovács Dénestől vettem át.

¹⁵1956-os Intézet. (2000. november 29.). *Begyűjtés*.

¹⁶Kovács, Csaba (2010. november 29.). *A jelen a múlt jövője – A beszállgatási rendszer az ötvenes években*.

Élelem	1938	1947	(Részben KSH adatokból) 1955
Gabona	1350	1200	1443
Száraz hüvelyes	127	152	70
Zsiradék	373	350	567
Hús	180	162	196
Tej	176	155	170
Cukor	100	132	275
Burgonya, zöldség, főzelék	305	336	330
Gyümölcs	42	42	55
Egyéb	50	122	110
Összesen	2703	2651	3216

1. táblázat: „Főbb élelmiszercsoportokra eső napi átlagos kalória fogyasztás”

Az adatok forrása: Sós, József. (1959.). *Népélelmezés*. 13. o., 5. táblázat

A táblázatot elemezve nagyon érdekes információkhoz juthatunk. Az is kiderül ugyanis, hogy milyen volt az emberek fogyasztásának összetétele, az egyes élelmiszerfajtákból mennyi kalóriát vittek be. A táblázat összeállítója, Sós József (1959), elsősorban orvosi szemszögből vizsgálja ezeket az adatokat. Megállapítása szerint a cereáliák egyébként is túlzó fogyasztása fokozódott, a zsiradékfogyasztás is több a szükségesnél, a tej-, gyümölcs- és főzelékfogyasztás viszont alacsony.

Kitér arra is, hogy nemzetközi összehasonlításban hazánk lehetőségeihez mérten kevés élelmiszert termel, a megfelelő tápláltsági szint eléréséhez ennek fokozására lenne szükség.¹⁷

Az első hároméves tervben azonban a nehézipar kapott központi szerepet. A hiánygazdaság fenntartása oda vezetett, hogy 1951-ben ismét be kellett vezetni a jegyrendszert. Az emberek asztalára kerülő élelmiszer mennyiségileg kevés, minőségileg silány volt.¹⁸ A vezetés központilag próbálta szabályozni, hogy ki mennyi élelmiszerhez juthat: ezt a jegyrendszeren kívül különböző „ötletes” megoldások segítették, melyek elvették az emberek kedvét a boltban levő élelmiszerek nagy mennyiségben történő megvásárlásától, valamint a felvásárlási hullámok megindításától.

Ilyen módszer volt például a drasztikus áremelés, amely azonban nem hozta meg a várt sikert. Hasonló célja volt a kisebb kiszerelés bevezetésének olyan alapvető élelmiszereknél, mint például a liszt. Ezen kívül korlátozták a fejenként egy alkalommal megvásárolható élelmiszer mennyiségét, és aki ezt túllépte, azt a „közellátás veszélyeztetésének” vádjával bíróság elé

¹⁷ Sós József. (1959). *Népélelmezés*. i.m. 12.

¹⁸ Valuch, T. (2011). *Magánélet Kádár János korában*. Budapest: Corvina Kiadó Kft. 36. o.

állították. A „legkifinomultabb technika” talán az volt, hogy csak szikkadt kenyeret vittek a boltokba, hogy csökkenjen a fogyasztási kedv.¹⁹

Az 1940/1950-es évek fordulóján mind a vezető réteg, mind a lakosság nehéz helyzetben volt. Az élelemhiány már rövid távon is feszültségekhez vezetett. Szembe kellett nézni a ténnyel: a meglévő kevés termésből nem lehet egyszerre ellátni a lakosságot és fizetni a jóvátételt.

Mivel az állam nem tudott elégséges feltételeket sem biztosítani, ezért mindenkinek magának kellett boldogulnia: akinek volt pénze, az többet evett. Az emberek pánikszerű felvásárlási hullámokat indítottak meg, ha egy-egy cikk megtalálható volt éppen a boltokban, hiszen senki sem lehetett biztos benne, hogy még másnap is lesz mit enni. A sertésvágás szigorú szabályozása miatt (engedélyhez kötötték és bizonyos zsírmennyiség beszolgáltatására kötelezték) sokan feketén vágtak disznót. Lebukás esetén számolni kellett a büntetéssel, de még ezt a kockázatot is megérte vállalni, annyira rossz volt a helyzet.²⁰

„A jegyrendszer tulajdonképpen könnyebbség a fogyasztó és a tervező számára egyaránt. A tervező olyan árumennyiséget tervez meg, amennyit biztosítani tud, a fogyasztó pedig csak azt vásárolhatja, amit az állam a rendelkezésére bocsát”²¹ – hangzott a propagandaszöveg, amit viszont már senki nem hitt el. Főleg, hogy az 1950-es évek elején az a mennyiség, amit a tervező „biztosítani tudott”, igen csekély volt.

A hatalom kemény fellépésére a lakossági kerülőutak adták meg a választ. Hosszú távon azonban ez nem jelentett megoldást. Az alacsony életszínvonal, az általános elégedetlenség feszültséghez vezetett, s a párt idővel rájött: fontos, hogy jobb életszínvonalat tudjanak biztosítani a lakoságnak.

Ez természetesen csak kis lépésekben valósulhatott meg. Elsőként a kiemelkedő jelentőségű időszakokat, például a nemzeti ünnepeket próbálták meg „élvezhetővé” tenni. Habár sokáig mind a minőség, mind a mennyiség hullámzó volt, a nemzeti ünnepek környékén feltöltötték a boltok polcait. 1956 első negyedéről maradtak fenn feljegyzések és beszámolók a Belkereskedelmi Minisztérium, illetve a városi tanácsok részére, amelyek arról árulkodnak,

¹⁹ Valuch, T. (2004). „A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott”. *Az élelmiszer-ellátás és a táplálkozás néhány jellegzetessége Magyarországon az 1950-es években*. In J. M. Rainer, & É. Ständeisky (szerk.), Évkönyv 2004. XII. Magyarország a jelenkorban (old.: 232-244.). Budapest: 1956-os Intézet. 236-240. o.

²⁰ Valuch, T. (2004). „A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott”. i.m. 235-236.

²¹ Varga, I. (1959). *A fogyasztás és befolyásolásának gazdaságtana : IV. évfolyam belkereskedelmi és IV. évfolyam külkereskedelmi hallgatók részére*. Budapest: Felsőokt. Jegyzetell. Váll. 82. o.

hogy április 4-ére és május 1-jére a szokásosnál több hús, zsír, cukor, liszt és kenyér került forgalomba.²²

²² Valuch, T. (2004). „*A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott*”. i.m. 240.

Az élelmiszer-fogyasztási szokások befolyásolása

Az élelmiszer-termelés és -fogyasztás kölcsönösen meghatározzák egymást. Ideális állapotban mindkettő azonos szerepet tölt be és kellő figyelmet kap. Időnként azonban megfigyelhető, hogy egyik javára eltolódik a gondolkodás. Ez torz piacot hoz létre felesleges kapacitásokkal és egyes termékekre vonatkozóan állandó hiánnyal.

Az élelmiszertermelés befolyásolható szabályozással. Egy-egy törvény vagy rendelet meghatározhatja, hogy miből mennyit kell termelni, tenyészteni. Bizonyos gyárak anyagi vagy egyéb támogatásával szintén nagy hatást lehet elérni.

A termelés pedig befolyásolja – ha nem meghatározza – a fogyasztást. A termékskála bővítése az igényeket is növeli, a kínálat keresletet ébreszt. Ha pedig valamilyen termék termelésére nincsen lehetőség (például a kedvezőtlen időjárási vagy importviszonyok miatt), akkor a szűkös kínálat következtében a fogyasztás is csökken.

Éppen a felsoroltak miatt nagyon fontos, hogy megfelelő döntések szülessenek a termelésre nézve. A termelésközpontú nézetek – amelyek a szocializmus éveiben domináltak – a termelés tervezését tartják elsődlegesnek. Nem a fogyasztáshoz igazítják a termelést, nem mérik fel, hogy mire és mennyire lenne kereslet, csak kitűznek megfelelőnek tűnő célokat, és ezek szellemében ruháznak be, gyártanak, fejlesztenek.

Az állami szempontok érvényesülése a termelésben

Ahogy a háborút követő évek táplálkozásának jellemzése során is említettem, az 1950-es évek elején a közellátás helyzete nem volt éppen „fényes”. Valuch Tibor (2004) szerint a nehézipari fejlesztés elsődlegessége miatt „sarcolták meg” a mezőgazdaságot magas adókkal, kötelező terménybeszolgáltatással és termelési előírásokkal. A jegyrendszer mellett áremelésekkel próbáltak hatni a keresletre, egy idő után viszont be kell látnia a vezetésnek, hogy ezek a módszerek alkalmatlanok a fogyasztók kordában tartására. Az áruhiány jelentősen rontotta a közhangulatot, s további feszültségeket keltett a szűkös élelmiszerkészletek egyenlőtlen elosztása, melyben elsősorban a politikai és ideológiai szempontok voltak meghatározóak: súlypontot a főváros, a bányászvárosok, a munkáslakta területek képeztek.²³

Az éhezés megkeserítette az emberek hétköznapijait, ezáltal a mindennapokban is érezhetővé tette a rendszerrel való elégedetlenséget. Elképzelhető, hogy minden más hatástól függetlenül is előbb vagy utóbb a feszültségek kirobbanását hozta volna.

A kádári konszolidáció időszaka

A politikai elit az 1956-os események után belátta: a lakosság élelmezése kulcsfontosságú kérdés. A nehézipari beruházások ugyan nem szűntek meg, ellenben az élelmiszeripar és a mezőgazdaság kezdett egyre nagyobb szerepet kapni.

A növekvő kínálatához azonban szükség volt a vásárlóerő növelésére is. Ehhez 1957-ben jelentős reálbér-emelést hajtottak végre.²⁴

Ezen kívül odafigyeltek az alapvető élelmiszerek árának alacsonyan tartására. Németh Ferencné (2012) visszaemlékezése szerint kenyeret, húst, tejet és cukrot mindenki, még a legszegényebbek is tudtak vásárolni.²⁵

Nemcsak az árakat igyekeztek kézben tartani, hanem a termelés mennyiségét is. Az 1958-as hároméves tervről szóló törvény célkitűzései közé tartozott, hogy 1960-ban a tejipar termelése 35 százalékkal, a vajtermelés 32 százalékkal, a baromfifeldolgozóipar termelése 34 százalékkal, a nyershús termelése 16 százalékkal, a zsírtermelés 12 százalékkal haladja meg

²³ Valuch, T. (2004). „A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott”. i.m.

²⁴ Vörös, M. (1997/26.). Életmód, ideológia, háztartás - A fogyasztáskutatás politikuma az államszocializmus korszakában. *Replika*, <http://www.c3.hu/scripta/scripta0/replika/26/voros.htm>

²⁵ MÉTE (interjú, 2012)

az 1957. évi termelést”. Ennek biztosítására a mezőgazdasági termelés és az állatállomány növelését is előírták. A kiskereskedelem szabályozásával még arra is próbáltak figyelmet fordítani, hogy „az élelmiszerfogyasztáson belül növekedjék a magasabb tápértékű, főleg teljesértékű fehérjét tartalmazó állati eredetű élelmiszerek aránya.”²⁶ Ez is mutatja, hogy a hatalom felismerte: a szükséges mennyiség biztosítása ideig-óráig megoldhatja a problémákat, de önmagában nem elég. Hosszú távon csak az segíthet, ha a minőséget is megfelelő szinten tartják.

A táplálkozás ugyanis nemcsak szükséglet-kielégítés. Egyfajta identitást is ad a népnek. Míg inségesebb időszakokban közellátás megfelelő szinten tartása a közbiztonság fenntartásának eszköze volt, a viszonylagos bőség a rendszerrel való azonosulást is elősegítette.

„Nem azért építünk szocialista társadalmat, mert van marxizmus-leninizmus, amely azt előírja, vagy mert van párt, s annak valahova vezetnie kell a népet, hanem fordítva: azért kell nekünk felépítenünk a szocialista társadalmat, mert ez biztosítja az emberek jobb életét, a haza és a nemzet virágzását. A nép annak alapján ítél, hogyan fejlődik a népgazdaság és a kultúra, mert életét az érinti legközvetlenebbül.”²⁷ Kádár szavaiból kiemelném az „emberek jobb életét”, hiszen ez is mutatja, hogy a politikai vezetés rájött: ezt biztosítani kell, ha nem szeretnék a társadalmi feszültséget fokozni. Az „Aki nincs ellenünk, az velünk van!”, valamint az „Élni és élni hagyni!” lettek a korszak kulcsmondatai.

Munkahelyi és gyermekétkeztetés

Már a második világháború lezárulta után is kiemelt szerepe volt a gyermekek ellátásának, hiszen a jegyrendszer idején ők jobb minőségű élelmiszerre (például magasabb zsír- és tápanyagtartalmú tejre) voltak jogosultak²⁸.

Később is igyekeztek a gyermekek lehető legjobb ellátását biztosítani. Habár az éves költségvetésekben nem emelték ki ezt a célkitűzést, és 1975-öt megelőzően az ötéves tervekben sem, onnantól kezdve viszont fontosnak tartották, hogy az országos célok között

²⁶ Magyarország 1958. évi II. törvénye: <http://www.1000ev.hu/index.php?a=3¶m=8423> (Letöltés dátuma: 2012. március 2.)

²⁷ Kádár János beszéde a Hazafias Népfront kongresszusán 1961 decemberében (részlet)

²⁸ Lajos Mari (interjú, 2012) i.m.

szerepeltessék: „Fokozott mértékben kell fejleszteni a munkahelyi étkeztetést és a gyermekélelmezést”²⁹.

A Magyar Élelmiszer-tudományi és Technológiai Egyesület nyugdíjas klubjával szervezett beszélgetésen kiderült, és ezt később dr. Sánta Istvánné külön is megerősítette, hogy az élelmiszeripari üzemekben magas színvonalú étkezési lehetőséget biztosítottak, ezzel akarták elkerülni, hogy a dolgozók lopjanak az előállított termékekből. Sokszor az üzemben termelt, és egy-egy minőségi ellenőrzés során felbontott terméket ehették meg a dolgozók. Nemcsak a minőségre, de a mennyiségre is odafigyeltek, már a reggelit is biztosították a munkásoknak.³⁰

Az élelmiszeripari üzemeken kívül eleinte kevésbé, később már inkább figyeltek a megfelelő munkahelyi ellátásra. Az árakat olyan szinten tartották, hogy bárki tudjon a menzán étkezni. Olcsón és nagy mennyiségben előállítható, rossz minőségű alapanyagokat tartalmazó ételeket lehetett vásárolni. A változatosság teljesen megszűnt: ha „csak” havonta került ki ugyanaz az étlap menza falára (és nem kéthetente ismétlődtek az ételek), az már jónak számított. Sokszor fordult elő főzelék, természetesen sok rántással és kevés zöldségtartalommal. Húst ritkán szolgáltak fel feltétként, de időnként erre is volt példa. Gyakoriak voltak a térsztaételek és egyéb magas szénhidráttartalmú ételek. „Mindez azonban nem vezetett elégedetlenséghez, sőt, megfelelt a lehetőségeknek, s a szerény társadalmi igényeknek.”³¹

Ezekről a tényekről Unger Károly lesújtóan nyilatkozik: A szocializmusban a lakosság „minél nagyobb számban való kiszolgálása, a jó gazdálkodás és az eredményesség alapfeltétellé vált. Az állandó étlapok megjelenése – bár racionalizálta a termelést – beszűkítette a szakácsok receptismeretét, s mechanikussá tette a konyhai mesterség napi színes tervezési és megújulási tevékenységét. Mindezekon kívül a szakmunkaerő folyamatos létszámbeli csökkenése azt eredményezte, hogy a munkaigényesebb ételek kiszorultak az étlapi kínálatból, a munkafázisok technológiailag összemosódtak vagy teljesen elmaradtak”.³²

A közétkeztetés színvonala nem volt megfelelő, és ezt nemcsak utólagosan állapíthatjuk meg, hanem már a korszakban is látszott. Sőt, Sós József már 1959-ben azonosította a gondokat és megoldásokat javasolt. Ez két dolgot egyértelműen mutat: egyrészt, hogy a Kádár-korszak

²⁹ Az idézett mondat mind az 1975-ben megjelent ötödik öt éves tervben, mind az 1980-tól érvényes hatodik öt éves tervben szerepel

³⁰ MÉTE (interjú, 2012) i.m. és Dr. Sánta Istvánné (interjú, 2012) i.m.

³¹ Ács Imre (interjú, 2012) i.m.

³² Unger, K. (2001. február). A magyar gasztronómia védelmében. *Új diéta – A magyar dietetikusok lapja*. (Letöltés dátuma: 2011. december 1.): <http://ujdieta.hu/indexe766.html?content=52>

közélelmezése kapcsán sokszor kiemelt visszasságok már korábban is megvoltak, másrészt, hogy nem történetek érdemi lépések ezek felszámolásáért.

„A nyersanyagokból késztermék, az élelmiszerekből étel készül és egy konyha jóságát az mutatja meg, hogy két érték között mekkora különbséget tud elérni” – írta Sós 1959-ben. „A konyhát fenntartó üzemek döntő szempontja általában az önköltségi keret fillérekre pontos betartása volt és nem a teljesítmény”. A legfőbb probléma szerinte az, hogy nem az ételek valós értékén, hanem a költségvetési kereten volt a hangsúly, ami ugyan tényleg lényeges, de ideális körülmények között csak kiindulási alap lehet.

Megoldásnak a következő négy pont betartását javasolta:

1. Az önköltségi ár, az önköltségi keret betartása.
2. A készített étel pénzben mérhető értéke: jó konyha azonos beszerzési költség mellett értékesebb ételt állít elő, mint a gyengébb. A konyha teljesítménye az ételek összértékében mérhető.
3. A biológiai érték (tápérték) alapvető fontosságú, hiszen a konyha nem termel tápanyagokat, vitamint, viszont tönkretelheti őket.
4. Élvezeti érték: pszichés és nutritív szempontból is fontos, hogy élvezhető ételek kerüljenek az asztalra.

A szakértő nemcsak azt hangsúlyozta, hogy minél alacsonyabb önköltségen minél nagyobb értékű élelmiszereket kell előállítani, hanem arra is kitért, hogy nagyon fontos a választék biztosítása, a változatosság fenntartása. Ezeket érzi a legfőbb hiányosságoknak, valamint azt, hogy nem valósul meg a közétkeztetés nevelő szerepe. Szerinte az üzemi étkezésnek kellene mintát adni a változatos, magas színvonalú, biológiailag igényesebb étkezésre, valamint az egészségesebb étkezési szokásokra.³³

Dr. Sánta Istvánné (2012) az Országos Műszaki Fejlesztési Bizottság élelmiszeriparért felelős főosztályvezetőjeként jól átlátta a közétkeztetés rendszerét. Megállapítása szerint a felnőttek számára készülő üzemi ételekhez képest a gyermekétkeztetésben ugyanannyi pénzből magasabb minőségű ételeket tudtak kihozni. Törekedtek egy elfogadható színvonal biztosítására, az újdonságok meghonosítására, a változatosság fenntartására. Más kérdés viszont, hogy a törekvés önmagában nem volt elegendő ahhoz, hogy ne csak az üzemi

³³ Közétkeztetési kérdésekkel dr. Sós József könyve az 50-59. oldalig foglalkozik: Sós József. (1959). *Népélelmezés*. i.m.

étkezéshez képest, hanem általánosságban véve is jó minőségű, megfelelő alapanyagokat tartalmazó ételeket adhassanak a gyermekeknek.

A Gyermekélelmezési Vállalat az 1950-es évek elején kezdte meg tevékenységét. Nemcsak gyermekek számára állítottak elő élelmiszereket, de a „nagyközönségnek” is. Volt például egy kis cukrászüzemük, ahol tortákat készítettek és árultak. Az ebből befolyó nyereséget próbálták alaptevékenységükbe visszaforgatni. Számos édességet is kifejlesztettek, ezeknél törekedtek arra, hogy ne csak finomak, de egészségesek is legyenek (gyártottak például csokoládéval bevont répaszeleteket).³⁴

Árrendezések

Az állam árrendezések útján is próbált hatni a fogyasztásra. Dr. Kovács Dénes (1966) egy 1961-es árrendezés hatásáról ír, mely „kevés kivétellel egyes élvezeti cikkek, déli gyümölcsök árait érintette”³⁵. Kovács szerint az árrendezés célja, hogy a lakosság fogyasztását megfelelő irányba befolyásolja.

Habár lehet az árrendezések mögött efféle kormányzati szándék is, sokkal valószínűbb, hogy a szinte kivétel nélkül áremelést jelentő árrendezések azért történtek, mert adott termékből átmenetileg vagy folyamatosan hiány volt, és a kormány ezt próbálta palástolni. Azzal, hogy a terméket „egészségtelennek” nyilvánították, és árát megemelték, csökkent a kereslet, ezáltal kevésbé volt feltűnő, hogy nem tudják az ellátást biztosítani.

³⁴ Dr. Sánta Istvánné Dr. Turza Rózsa (interjú, 2012) i.m.

³⁵ Dr. Kovács, D. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai*. i.m. 154-156. o. (A szó szerinti idézet a 155. oldalról származik.)

Életmódbeli változások

A táplálkozás szerves része a mindennapoknak, előidézője vagy következménye az életmódbeli változásoknak. A szokásokon, kultúrán, családon, fizikai szükségleteken, földrajzi adottságokon és anyagi korlátokon kívül is számos tényező hat rá. Sosem szabad az adott korszakból kiemelve kezelni. Éppen ezért az alábbiakban röviden ismertetem azokat a társadalomtörténeti jellemzőket, változásokat, amelyek a legszorosabb kölcsönhatásban voltak az étkezési szokások változásával a XX. század második felében, vagy annak egyes időszakában.

1. A nők tömeges munkába állítása

Ez az 1950-es években kezdődő folyamat³⁶ teljes mértékben megváltoztatta a városi nők mindennapjait, s ezáltal a családok étkezési szokásait. A kereső munkával töltött idő megnövekedésének következtében jelentősen csökkent a háztartásra áldozott órák száma.

1963 és 1976-77 között egyre több nő kezdett kereső munkát végezni, s ez alatt az idő alatt átlagosan körülbelül egy órával csökkent naponta a háztartási munkára áldozott idő.

Az alábbi táblázat az 1960-as évek elején készített időmérlegekre támaszkodva a nők átlagos napi kötött idejét³⁷, illetve ebből a kereső munkára, a háztáji gazdálkodásra és a háztartásra fordított percek számát mutatja. Kirajzolódik belőle, hogy a szellemi foglalkozású nők általában kevesebb időt tudnak a háztartásra és a háztáji gazdálkodásra fordítani, mint fizikai munkát végző társaik.

³⁶ Dr. Kéri Katalin előadása. (2000. május 2.). *A nők helyzete Magyarországon az 1950-es évek első felében.*

³⁷ Összes kötött idő: a kereső- és termelőtevékenységek, háztartási és karbantartási munkák, vásárlás és szolgáltatások igénybevétele, gyermeknevelés és gyermekgondozás, valamint a közlekedés együttes időtartama (lásd: Andorka, R., & Falussy, B. (1984). Az életkörülmények hatása az életmódra. In Szántó, M. (szerk.), *Hogyan élünk? - A szocialista életmód ismérvei, feltételei, tendenciái* (old.: 113-139.). Budapest: Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó. 138. o.)

Társadalmi réteg	Összes kötött idő	Kereső munka	Háztáji gazdálkodás	Háztartás
Vezető	602	316	5	188
Értelmiségi	563	271	4	179
Egyszerű szellemi	604	305	8	193
Szakmunkás	609	290	12	215
Betanított munkás	642	290	28	236
Segédmunkás	657	287	41	247
Növénytermelő	665	212	132	251
Állatgondozó	700	316	66	236
Kisiparos, kiskereskedő	622	152	93	303
Egyénileg gazdálkodó és segítő családtag	655	264	-	334
Inaktív kereső	475	42	45	303
Eltartott	460	28	67	293
Átlag	567	174	53	258

2. táblázat: A nők átlagos kötött ideje, keresőmunka-ideje, háztáji gazdálkodásra és háztartási munkára fordított ideje társadalmi rétegenként, percben (hatvanas évek eleji felmérések alapján)

Az adatok forrása: Andorka, R., & Falussy, B. (1984). *Az életkörülmények hatása az életmódra*. 117. o.

Későbbi időmérleg-felmérések szerint 1986-ban még az 1970-es évekhez képest is jóval kevesebb időt töltenek az emberek háztartási munkával. Az életmódváltozást mutatja, hogy a főzésre áldozott percek száma 18%-kal, takarításra szántaké 24%-kal csökken ebben az időszakban.³⁸

Az 1970-es évektől a szellemi foglalkozású nők főzésre áldozható ideje kevesebb, mint 50 perc egy átlagos hétköznapon. Nem meglepő hát, hogy megjelent az igény a gyorsan és könnyedén elkészíthető, valamint a tartós élelmiszerekre.

2. A lakásviszonyok átalakulása

A növekvő számú városi lakosság elszállásolásához folyamatos lakásépítésekre volt szükség. Valuch Tibor (2002) szerint a XX. század második felének egészére jellemző, hogy a lakások alapterülete és komfortfokozata folyamatosan nőtt, míg a laksűrűség csökkent.³⁹ A központi fűtés, a villanyáram, a vezetékes víz a WC és a fürdőszoba fokozatosan váltak az újonnan épített házak elmaradhatatlan részévé.

³⁸ Falussy, B., & Harcsa, I. (1987). *Időmérleg - A magyar társadalom életmódjának változásai az 1977 tavaszi és az 1986 tavaszi időmérleg felvételek alapján*. Budapest: KSH. 14. o.

³⁹ Az adatok a Falussy és Harcsa (1987) könyvében szereplő időmérlegekből kiolvashatók: lásd. 126-131. o.

A városok képét átformáló, panelházakból álló lakótelepek a polgári lakásokhoz és a vidéki portákhoz képest a családok életterének szűkülését hozták. Teljesen megváltozott a konyha képe is: a néhány négyzetméteres helyiségben már nem volt lehetőség nagy hely- és eszközigényű fogások elkészítésére.⁴⁰ A beépített konyhabútor épp csak a legszükségesebb eszközök tárolására volt elég. A gáztűzhelynek, a mosogatónak és a hűtőnek ugyan megvolt a helye, ezeken kívül azonban kevés háztartási eszköz fért el. A konyhák (vagy kisebb lakásokban a főzőfülkék) főzésre még éppen alkalmasak voltak, ellenben étkezni már nem tudott ott a család.

3. A háztáji és kisegítő gazdaságok⁴¹

A kommunista hatalomátvételt követően a politikusok célja a mezőgazdaság szövetkezeti rendszerbe való átszervezése volt. Az agrártársadalmat érintő első kollektivizálási hullám 1948-1949-ben zajlott. Ennek során különböző kényszerítő eszközökkel igyekeztek minél többeket beszolgáltatásra és szövetkezetekbe kényszeríteni.

A parasztságra nehezedő nyomás 1953 júniusa és 1955 februárja között (Nagy Imre miniszterelnöksége alatt) valamelyest enyhült. Közvetlenül 1956 után a Kádár-kormány ezt a vonalat vitte tovább: igyekeztek kerülni a konfliktusokat, így számos engedményt tettek. Lehetőség volt a téeszekből való kilépésre, eltörölték a kötelező beszolgáltatást és a vetéskényszert. A termelés színvonala emelkedett. 1957-ben a magángazdaságok a mezőgazdasági termelés 71%-át, 1958-ban pedig már 80%-át adták.

A viszonylagos szabadság azonban csak a Kádár-kormány hatalmának megszilárdulásáig tartott. 1959-ben kezdődött és 1961-ig folyt a „kampány”, mely elősegítette a teljes kollektivizálást. A politikai elit felismerte, hogy az átszervezés végrehajtása során nem eshet vissza a termelés, hiszen az élelmiszerhiányhoz vezetne. Éppen ezért a korábbi évekhez képest liberálisabban kezelték a háztáji és kisegítő gazdaságokat.

„A háztáji gazdaság a kollektivizálás során a belépő tag kezelésében meghagyott területet jelentette, és magában foglalta a ház körüli kertet, az ennek műveléséhez szükséges gazdasági

⁴⁰ Valuch, T. (2011). *Magánélet Kádár János korában*. i.m. 34. o.

⁴¹ A háztáji és kisegítő gazdaságok kialakulásának bemutatása Valuch Tibor (2000) Magyarország társadalomtörténete a XX. század második felében könyvének „A paraszti társadalomtól a falusi társadalomig” című fejezetén alapul: Valuch, T. (2002). *Magyarország társadalomtörténete a XX. század második felében*. Budapest: Osiris Kiadó.

eszközöket.”⁴² Míg a hatvanas évek elején főleg önellátó funkciója volt, később előtérbe került a piacra termelés. Az egyéni érdekeltséget is meg akarták hagyni, ennek eszköze a részművelés és a rendszeres pénzbeli fizetés bevezetése volt.

A mezőgazdasági aktív keresőkön és téesztagokon kívül más társadalmi csoportok (így például szellemi foglalkozásúak) is elkezdtek bekapcsolódni a háztáji és kisüzemi termelésbe. A hatvanas-hetvenes években megfigyelhető életmód-javulást részben éppen a XX. század második felére jellemző „munkacentrikus”⁴³ szemlélet segítette elő, s mint az időmérleg-felmérések adataiból is kiolvasható, a „munka” nemcsak az aktív kereső tevékenységre, de a háztáji és ház körüli munkálatokra is értendő.

⁴² Valuch, T. (2002). *Magyarország társadalomtörténete a XX. század második felében*. Budapest: Osiris Kiadó. 200. o.

⁴³ Valuch Tibor szóhasználata

Élelmiszer-fogyasztási szokások és tendenciák 1945 és 1990 között

Az életmódbeli változásokat látva talán jobban el tudjuk helyezni az 1960-as évektől megfigyelhető táplálkozási szokásokat, újdonságokat. A továbbiakban termékcsoportokra bontva ismertetem az élelmiszerfogyasztás jellemzőit. Ezt követően jellegük szerint is csoportosítom a változásokat, kifejtem ezek okait és következményeit, végül pedig kitérek hosszú távú hatásukra és a bennük rejlő lehetőségekre. Az egyes jelenségeket igyekszem egyéni, társadalmi, politikai és globális szinten is vizsgálni.

Húsfogyasztás

Valuch Tibor (2011) kutatásai alapján a háborút követően alig vagy egyáltalán nem került hús az asztalra. Ha heti egy alkalommal húsos fogást ehetett a család, az már nagy eredménynek számított. Az 1951-ben ismét bevezetett, majd 1952-ben megszűnt jegyrendszer idején a húst is jegyre adták.

Ezt követően új áruformák hódítottak tért: „a tökehúst gyakran pótolták töltelékárúkkal”. Dívott a rántott párizsi, a zöldségféléből készített vagdalt, a szafaládéval dúsított palacsinta, a párizsiból készített pörkölt. Az élelmiszerhiány csak a hatvanas évekre mérséklődött.⁴⁴

Ezeket a megállapításokat támasztják alá az általam készített interjúk is. A MÉTE⁴⁵ nyugdíjas klubjának tagjaival való beszélgetés során kiderült, hogy igen elterjedt volt ekkoriban a fasírt, amibe minden „használható” alapanyag belekerült. Ez nem jelenti azt, hogy rossz minőségű dolgokkal lett volna tele, hiszen sokszor zöldségek és sütőipari termékek adták az alapját, csak éppen a hús hiányzott belőle.

Az 1960-as évektől jelentős mennyiségi növekedést figyelhetünk meg a húsfogyasztásban, bár a különböző húsipari termékek fogyasztási tendenciái eltérőek.

A Központi Statisztikai Hivatal adatai szerint az egy főre eső éves átlagos marhahúsfogyasztás 1950 és 1990 között jórészt 5 és 10 kg között mozgott. Míg 1956-ig még a 6 kg-ot sem érte el, addig az 1960-as évektől kezdve már ritkán süllyedt 7 kg alá. A folyamatos ingadozás csak a korszak végén, az 1980-as években kezdett egyértelműen csökkenő irányba fordulni.

⁴⁴ Valuch, T. (2011). *Magánélet Kádár János korában*. i.m. 36. o.

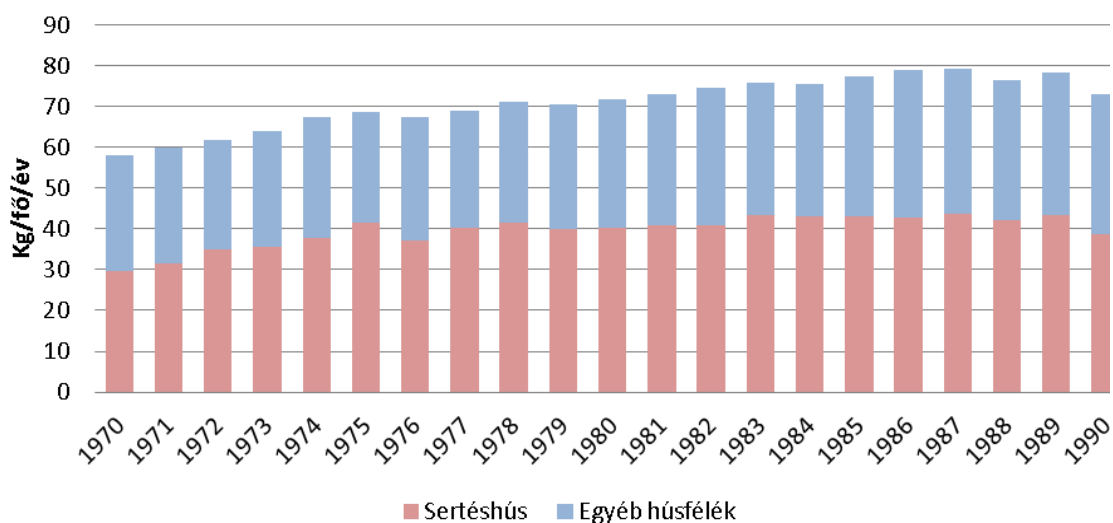
⁴⁵ Magyar Élelmiszer-tudományi és Technológiai Egyesület

A korszakban a sertéshús volt a meghatározó, hiszen ebből 1950 és 1990 között még a legínségesebb időkben is 14 kg fölött volt az éves átlagos fogyasztás. A folyamatos növekedés csak az 1980-as években váltott stagnálásra, ekkor valamivel 40 kg fölött ingadozott a személyenkénti fogyasztás.

A baromfihús-fogyasztás valahol a sertés és a marha között foglalt helyet. Az 1960-as évek elején lépte át a 10 kg-ot az egy főre jutó éves fogyasztás, az ekkortól kezdődő lineáris növekedés az 1980-as évek végén sem szakadt meg. Ebben az időszakban egy személy átlagosan évente 20 kg-nál is többet fogyasztott szárnyasokból.

E három meghatározónak tekinthető húsféle összességében egyre nagyobb arányban volt jelen az emberek fogyasztásában. Ezt láthatjuk az összes húsfogyasztást ábrázoló grafikonon, melyen külön kiemeltem a sertéshús-fogyasztás mértékét is. A korszak során a sertés folyamatosan több mint felét tette ki az emberek húsfogyasztásának.

A sertéshús-fogyasztás össz-húsfogyasztásból való részesedése



1. diagram: A sertéshús-fogyasztás összes húsfogyasztásból való részesedése

Adatok forrása: KSH: http://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_hosszu/elm01.html

és <http://portal.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/elmerl/elmerl03.pdf> (Utolsó letöltés dátuma: 2012. március)

Ha a korszak egy főre jutó termelési és fogyasztási adatait összevetjük, láthatjuk, hogy termelésünkben bőven jutott exportra is. Ezzel kapcsolatosan Dr. Sánta Istvánné – aki élelmiszeripari pályáját a marhavágóhídon gyártásvezetőként kezdte – elmondta, hogy az 1960-as években gyakran a jó minőségű magyar marhahús nagy részét exportálták, itthonra pedig behoztak külföldről gyengébb minőségű terméket.

Azt is elmondta, hogy – főleg a háborút követő években – megugrott az otthoni nyúltenyésztés, hiszen e szapora állat legalább heti egyszer biztosította, hogy hús kerülhessen az asztalra.

Tejtermékek fogyasztása

„...az állati termékek fogyasztása közötti belső arányok sem javultak megfelelően” – állapította meg Dr. Kovács Dénes 1966-ban⁴⁶. Élelmiszer-fogyasztásunk távlati címmű könyvében többek között azt vizsgálja, hogy egyes ipari országokban (USA, Dánia, Nagy-Britannia stb.) és Magyarországon mennyi az egy kg hústra jutó tejfogyasztás. Arra a megállapításra jut, hogy a húshoz viszonyítva a tejfogyasztás színvonala nálunk rendkívül alacsony, s a többi országhoz viszonyítva az arányok nemhogy javultak volna, de még romlottak is. Abban reménykedik, hogy a tejfogyasztás az előirányzat szerint fog növekedni, viszont szerinte még ez sem lesz elegendő az ebből a szempontból fejlett országok szintjének eléréséhez.

Sós József (1959) művében kitér arra, hogy a háború után fontos feladat volt a szarvasmarha-állomány felszaporítása, illetve több tejet adó egyedek elterjesztése. A sikeres intézkedések következtében 1949 és 1955 között átlagosan 33%-kal növekedett a „tejforgalom”.⁴⁷

Sajnos, azt is hozzá kell tenni, hogy a mennyiség részben a minőség rovására ment. Nemcsak azért, mert alacsonyabb zsírtartalmú tej terjedt el, hanem a tartósítás miatt is, amelynek következtében sokszor romlott tej is forgalomba került. Sós problémának tartja, hogy a magyar népesség kevés tejet fogyaszt az időszakban, és nem is törekszik arra, hogy változtasson ezen. Számításokkal és statisztikai adatokkal támasztja alá, hogy a tejfogyasztás nem növekszik arányosan a jövedelemmel. Ez a tendencia eltér a többi országban láthatótól, amit a szerző azzal magyaráz, hogy Magyarországon csak a reggeli órákban, akkor is hosszas sorbanállás és tülekedés árán lehetett tejhez jutni az 1950-es években, ami miatt a lakosság leszokott ennek a terméknek a fogyasztásáról.⁴⁸

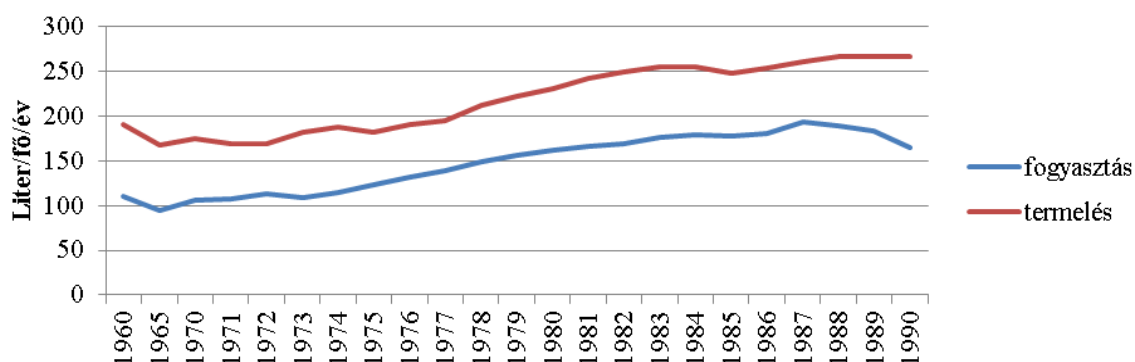
A KSH által közzétett fogyasztási adatsorokat vizsgálva láthatjuk, hogy 1960-ban a magyarországi egy főre jutó tejtermelés mintegy 70%-kal meghaladta az egy főre jutó fogyasztást, és ez a különbség a későbbi években csökkenő, majd stagnáló tendenciát mutat, de az időszak végére ismét növekedni kezd.

⁴⁶ Dr. Kovács Dénes. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlati*. Budapest: Közgazd. és Jogi Könyvkiadó. 123. o.

⁴⁷ Sós József. (1959.). *Népélelmezés*. i.m. 27. o.

⁴⁸ Sós József. (1959.). *Népélelmezés*. i.m. 28-29. o.

Tejfogyasztás és tejtermelés Magyarországon



2. diagram: Tejfogyasztás és tejtermelés Magyarországon

Az adatok forrása: KSH: http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tabl1_5_5_2.html

Az 1960-as években átlagosan 100 liter körüli fejenkénti fogyasztás volt jellemző, ez a későbbi években jelentősen nőtt. Az 1970/1980-as évek fordulóján már 160 literről beszélhetünk, és még itt sem állt meg a növekedés. A tendencia csak az 1980-as évek végén (200 literes fejenkénti fogyasztáshoz közeledve) fordult meg.

Matzon Győzőné, a Kelenföldi Tejipari Vállalat és a Budafoki Sajtömlesztő Üzem laboratóriuma egykori munkatársának elmondása szerint a tejiparban nagyon sok termékbővítés volt, ami a fogyasztási szokásokat is befolyásolta. A különböző sajtokon túl megjelent a kávétejszín, a tartós tej és számos ízesített termék. Odafigyeltek rá, hogy a kiváló, nagy mennyiségben exportált termékek színvonalát fenn tudják tartani. A legjobb minőségű tejszín felhasználásával készült vaját jórészt nyugatra vitték, nem a lakosság fogyasztotta el. Szintén export termék volt a Mackó sajt, mely a korszak szimbólumává is vált.

A sajtgyártás többnyire kisebb üzemekben folyt, ahogy a legtöbb speciális tejtermék gyártása is. Kezdték tért hódítani a kefirek, savanyított tejek, melyek már feledésbe merültek a lakosság körében. Tejipari csemegék is megjelentek, ilyen volt az 1968-ban debütáló, utána is folyamatos fejlesztésen, termékkínálat-bővítésen áteső Pöttyös Túró Rudi is⁴⁹, mely igazi magyar specialitásként a korszak egyik szimbólumává vált.

Tojásfogyasztás

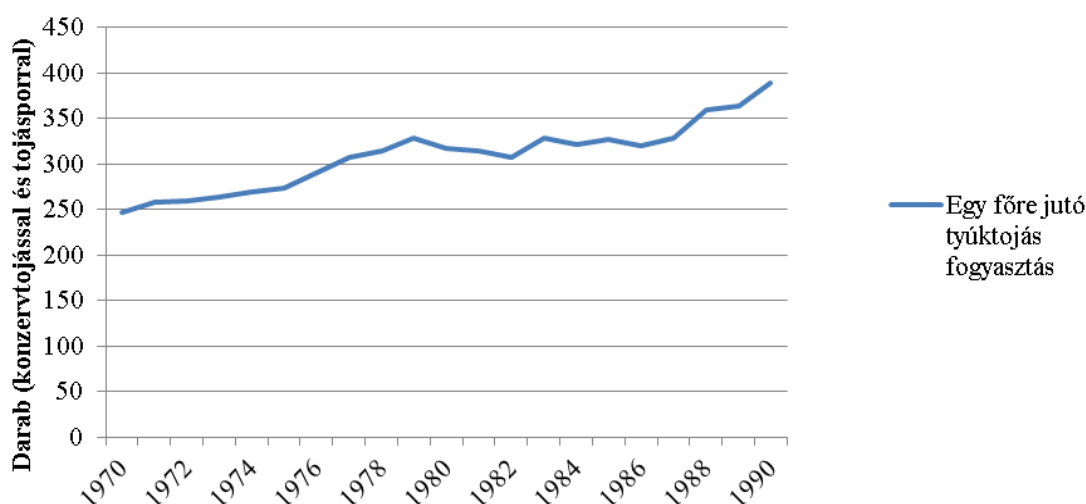
Sós József⁵⁰ a tej melletti legfontosabb „védőtáplálékunknak” nevezi a tojást. Az orvostársadalom véleményét megszólaltatva azt mondja, a tojásfogyasztás fokozása

⁴⁹ A *Túró Rudi története*. <http://pottynos.hu/documents/markatortenet.pdf>

⁵⁰ Sós József. (1959.). *Népélelmzés*. i.m. 31. o.

elengedhetetlen. Ír arról is, hogy a II. világháborút követően jelentős fogyasztásnövekedés mutatható ki a legtöbb országban. Habár az 1940-es évek végéről nem állnak rendelkezésünkre pontos adatok, 1950-től tényleg jelentős ugrást tapasztalhatunk, 1966-ig körülbelül duplájára nő a fogyasztás (kezdetben az 5 kg-ot sem éri el fejenként, 1966-ban viszont már 10 kg körüli az éves fogyasztás).⁵¹ A kezdeti meredek ugrást az 1970-es évektől egy lassabb, de egyenletes növekedés követte, amint az a grafikonon is látható.

Éves tojásfogyasztás 1970-1990



3. diagram: Éves tojásfogyasztás 1970-1990

Éves tojásfogyasztás (db/fő/év) konzervtojással és tojással

Az adatok forrása: KSH: http://portal.ksh.hu/docs/hun/agrar/html/tabl1_5_5_3.html (Letöltve: 2012. február)

„Kalorikus élelmiszerek”

Az Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai című könyv a „kalorikus élelmiszerek”⁵² közé sorolja a lisztféléket, a cukrot és a zsiradékokat. Az elnevezés oka, hogy Magyarországon még 1959-ben is a kalória-ellátás több mint 70%-a jutott ezekre.

Kovács Dénes (1966) kutatása alapján azokban az időszakokban, amikor még mennyiségileg hiányos a táplálkozás, a lisztfélék fogyasztása stagnál, a zsiradékoké és a cukoré nő. Később a zsiradékok is megállapodnak, a cukor viszont tovább emelkedik.

Az 1960-as évek elején Kovács Dénes megállapítása szerint a zsiradékok fogyasztása Magyarországon kicsit túlzott volt, a lisztfogyasztás ideális, a cukorfogyasztás pedig meg sem

⁵¹ Az adatok forrása: Dr. Pálos (szerk.), I. (1968). *A lakosság fogyasztásának alapadatai, idősorai*. Budapest: KSH. 34-37. o.

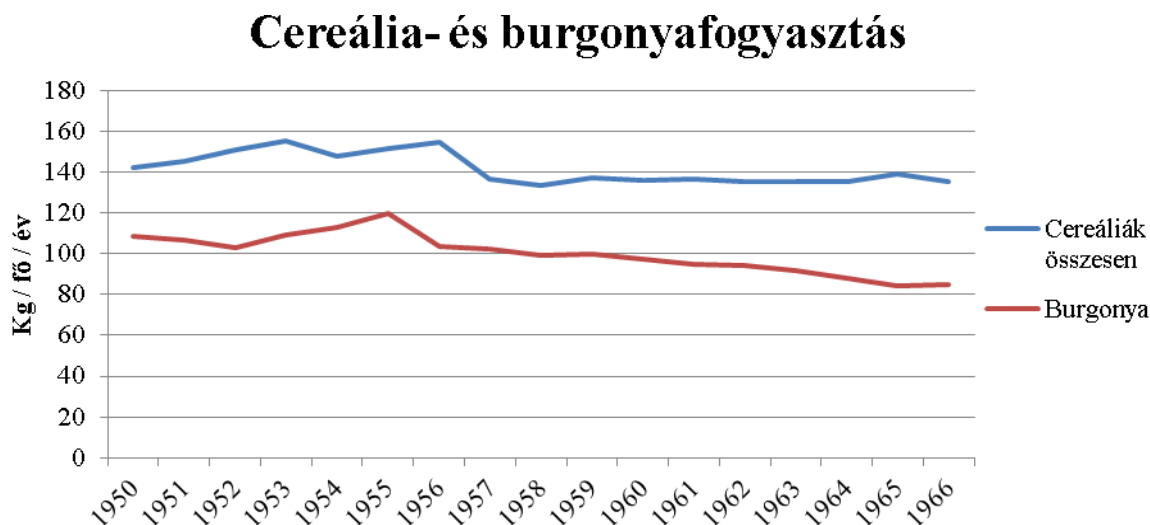
⁵² A könyvben használt írásmód: „kalórikus élelmiszerek”

közelítette a fejlett világ átlagát. Ez utóbbit a szerző örömdetesnek tartotta, ugyanakkor óva intett, hogy a Magyarországi arányok is közelíteni fognak majd a világ átlagához.⁵³ A következőkben láthatjuk, hogy igaza is lett.

Cereáliák és burgonya

Kovács Dénes különböző mutatókkal szemlélteti az egyes élelmiszer-csoportok közötti arányokat. 1966-ban ő arra a megállapításra jutott, hogy a hús-, tej- és tojásfogyasztás növekedése felváltja a liszt, a burgonya és más növényi élelmiszerek fogyasztását.⁵⁴

Magyarországon a II. világháború utáni cereália-hiányt Sós József (1959) számadataival érzékeltetem: a kenyérgabona készletek mindössze a lakossági igény 34%-át tudták kielégíteni. Pótlásul kukoricát, árpát és korpát használtak, ezáltal sikerült az igények mintegy 80%-át kielégíteni. A könyv arra is kitér, hogy „népünk ízlése határozottan a fehér kenyér mellett áll”.



4. diagram: Cereália- és burgonyafogyasztás

Az adatok forrása: Pálos, István (szerk.) (1968). *A lakosság fogyasztásának alapadatai, idősorai*. KSH. 34-37. o.

A KSH adatainak felhasználásával összeállított grafikon jól mutatja, hogy 1950 és 1966 között csökkenő tendencia jellemezte a cereália- és burgonyafogyasztást egyaránt. Sós József

⁵³ Dr. Kovács, D. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai*. i.m. 122. o.

⁵⁴ Dr. Kovács, D. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai*. i.m. 108.

(1959) szerint jó lenne a cereáliák egy részének fogyasztását burgonyával felváltani, ez azonban nem reális elképzelés a magyar termelési viszonyok között.⁵⁵

A népesség ételmezésében mind a burgonya, mind pedig a gabonafélék jelentős szerepet játszanak, hiszen magas kalóriatartalmuknak és a többi termékhez viszonyítottan alacsony áruknak köszönhetően a mennyiségi éhezés elkerülésében nagyon nagy szerepük van. Más kérdés viszont, hogy a liszt fogyasztásával például jórészt „üres” kalóriák kerülnek a szervezetbe, tehát ez az élelmiszer önmagában nem elég a lakosság ellátásához.

Valuch Tibor (2004) könyvéből tudjuk, hogy a kenyérfélék annyira meghatározóak voltak a nép ételmezésében, hogy ezek minőségromlása komoly közhangulat-romlást is előidézett.⁵⁶ Nemcsak ezek képezték azonban részét a nép alapételmezésének, hanem tésztafélék is. A MÉTE nyugdíjasai (2012) elmondták, hogy mind otthon, mind az üzemi étkezdében gyakran ettek krumplis, mákos, diós, káposztás vagy akár „piszkos” tésztát (ez utóbbi szilvalekvárral készült), illetve különböző gombócok és derelyefélék is gyakran kerültek az asztalra.

Zsiradékok

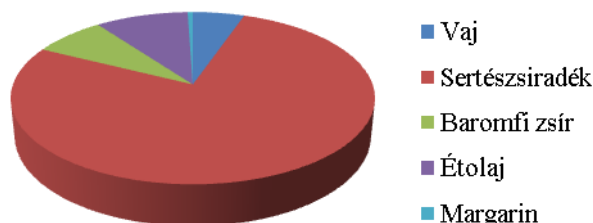
Kovács Dénes (1966) a magyar lakosság zsiradékfogyasztását kissé túlzottnak ítéli, és külön is kiemeli a túlzott mértékű sertézsír-fogyasztásból eredő torz zsiradékfogyasztási szerkezetet. A növényi zsiradékok alárendelt szerepét és a vaj háttérbe szorulását is hátrányosnak ítéli. Meglepőnek tartja, hogy a sertézsír-fogyasztás százalékos aránya a többi zsiradékhoz viszonyítva nőtt 1950 és 1966 között. Mindezek következtében úgy gondolja, fontos cél a zsiradékfogyasztás csökkentése, és az összetétel jelentős megváltoztatása.⁵⁷

⁵⁵ Sós József. (1959.). *Népételmezés*. i.m. 19-22. o.

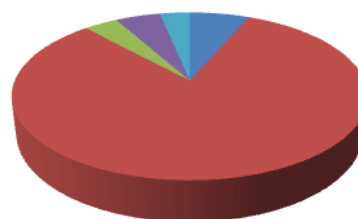
⁵⁶ Valuch, T. (2004). „*A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott*”. i.m. 237. o.

⁵⁷ Dr. Kovács, D. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai*. i.m. 128-129. o.

Zsiradékok (1950)



Zsiradékok (1966)



5. diagram: Zsiradékfogyasztás

Az adatok forrása: Pálos, István (szerk.) (1968). *A lakosság fogyasztásának alapadatai, idősorai*. KSH. 34-37. o.

Tény, hogy az ország zsírfogyasztásának jelentős részét 1950-ben és 1966-ban is a sertézsír teszi ki, ellenben nem szabad elfelejtenünk a helyi sajátosságokat. A magyar konyha alapvetően zsírral főz. Ennek több oka is van.

A sertés volt a legelterjedtebb állat a családoknál. Méretéből fakadóan már egy disznóvágás után is meglehetősen sok zsír áll a család rendelkezésére,⁵⁸ ezt használják utána sütéshez-főzéshez. Még bolti beszerzés esetén is – viszonylagos olcsósága miatt – sokszor erre esett a háziasszonyok választása. Ráadásul, a magyaros ételek elválaszthatatlan alapanyaga a sertézsír magas hőfokon kiválóan lehet vele sütni⁵⁹, s a fűszerpaprika is ebben oldódik a legjobban⁶⁰, tehát konyhatechnikai indoka is van e zsiradék fokozott alkalmazásának.

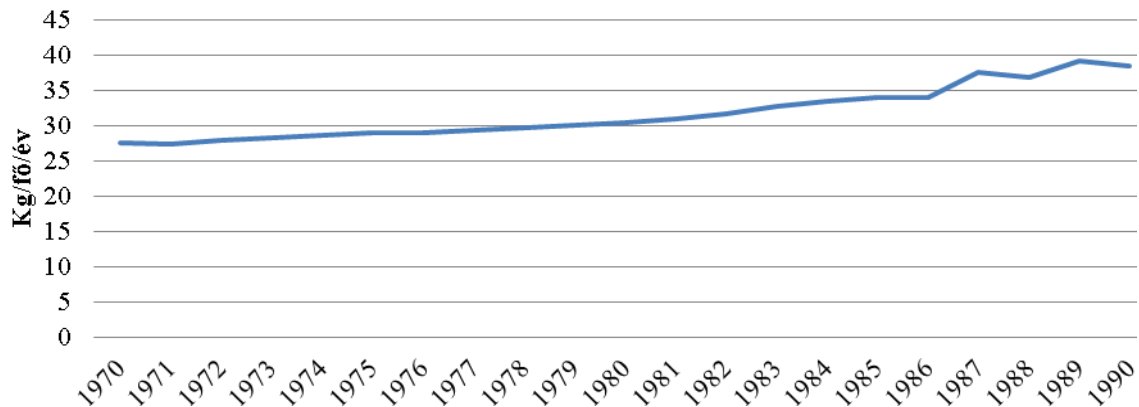
Az egészségügyi ajánlások és a nálunk fejlettebb országok példája ellenére Magyarországon az 1970 és 1990 közötti időszakban is lassan, de biztosan növekedett az egy főre jutó zsírfogyasztás.

⁵⁸ Prohászka Béla (interjú, 2011)

⁵⁹ Sós József. (1959.). *Népelelmezés*. i.m. 39. o.

⁶⁰ Ács Imre (interjú, 2011)

Zsiradékok fogyasztása



6. diagram: Zsiradékok fogyasztása

Az adatok forrása: KSH: <http://portal.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/elmerl/elmerl03.pdf>
(Utolsó letöltés: 2012. március)

Míg 1950-ben körülbelül 19 kg volt a fejenkénti zsírfogyasztás, ez a szám 1966-ra már 25 kg körül járt, 1980-ra meghaladta a 30 kg-ot, és 1990-re majdnem elérte a 40 kg-ot. Ezzel párhuzamosan megjelentek és fokozatosan „népbetegséggé” váltak a szív- és érrendszeri betegségek.

Cukorfogyasztás

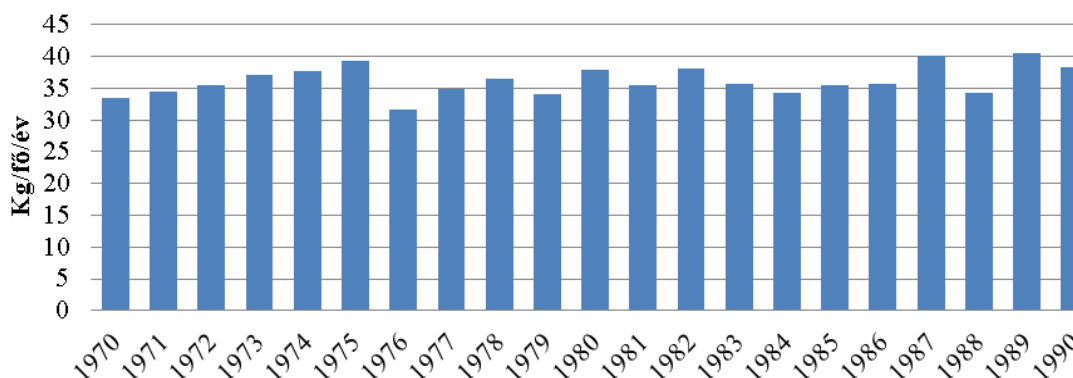
„A háború utáni években gyakorlatilag nem lehetett cukorhoz jutni” – hangzott el a magyar élelmiszeripar egykori dolgozóival folytatott beszélgetésen. „Édesanyám gyakran használt melaszt helyette” – idézte fel Regős Béláné egykori édesipari dolgozó.⁶¹

„A cukor nem élettani szükséglet (...) Azonban az emberek ízlése egyre többet kíván, a konyhatechnika és az élelmiszeripar egyre a cukros termékek felé halad”⁶² – állapította meg 1959-ben Sós József. Ezt a tényt igazolja az is, hogy míg 1955-ben még „csak” 24,5 kg volt Magyarországon az egy főre jutó cukorfogyasztás, addig az 1970-1990-es időszakban már a 40 kg-os szint körül ingadozott (habár jórészt alatta maradt).

⁶¹ MÉTE Nyugdíjas Klub (interjú, 2012)

⁶² Sós József. (1959). *Népélelmezés*. i.m. 41. o.

Éves cukorfogyasztás



7. diagram: Éves cukorfogyasztás

Az adatok forrása: KSH: http://www.ksh.hu/docs/hun/xstadat/xstadat_hosszu/elm14.html
(Utolsó letöltés: 2012. március)

Kovács Dénes (1966) említést tesz egy 1961-es árrendezésről, mely elsősorban az élvezeti cikkek, déli gyümölcsök és édességek árát befolyásolta. Ennek hatására jelentősen átalakult az édesipari termékek fogyasztási szerkezete. Érdekes jelenség, hogy az emberek a csokoládét a többi édesipari termékkel szemben előnyben részesítették, és bár ára kisebb mértékben csökkent, mint „versenytársainak” (a cukorkáknak, nugátos szeleteknek), mégis ezek rovására hódított tért a táblás csokoládé.⁶³ 1970-ben több mint háromszorosát költötte a lakosság csokoládéra és csokoládés termékekre az 1960-ban erre fordított összegnek.⁶⁴

A cukorkák, tejkaramellák, bonbonok és desszertek mellett népszerűek voltak a kekszek és a piskóták is, s idővel megjelentek a különlegesebb termékek (macskanyelv, konyakos meggy⁶⁵, Pilóta keksz, Vaníliás karika⁶⁶) is.

Az édesiparhoz kapcsolódóan fontos azt is megjegyeznünk, hogy eleinte számos termék csak szezonálisan került forgalomba. Ilyen volt például a szaloncukor is, melyet kizárólag karácsony környékén lehetett kapni.⁶⁷ Amikor a cukor már elterjedtebbé vált, és ára a családok számára megfizethető volt, akkor elkezdtek otthon is cukor alapú édességeket előállítani, valamint a süteménysütésnél is kiszorította a melaszt és a kukoricaszirupot.

⁶³ Dr. Kovács, D. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai*. i.m. 154-156. o.

⁶⁴ 1968-as árakon számítva. Az adatok forrása: KSH. (1978). *Népgazdasági mérlegek, 1975-1976 - A lakosság jövedelme és fogyasztása, 1975-1976*. Budapest: SKV. 67. o.

⁶⁵ Magyar márkák története: *Szerencsi Csokoládégyár*. (Letöltés dátuma: 2012. március 5.)
<http://img2.hvg.hu/magyarmarka/20050329szerencscsokoladegyár>

⁶⁶ Magyar márkák története: *Győri Kesz*. (Letöltés dátuma: 2012. március 5.):
<http://img2.hvg.hu/magyarmarka/20050329gyorikeksz>

⁶⁷ Regös Béláné, MÉTE Nyugdíjas Klub (interjú, 2012)

A vizsgált korszak során végig lehetett mézet vásárolni a boltokban és a piacokon, magas ára miatt viszont ingyencsénegnek számított és a cukorhoz viszonyítva fogyasztása igen alacsony volt. A mézfogyasztásra szánt összeg 1960-ban mindössze 1,8%-a volt annak, amit átlag lakos cukorra költött. 1970-re ez 2,8%-ra emelkedett, de még így is elenyészőnek tekinthető.⁶⁸

A cukorfogyasztás folyamatos növekedése nem maradt következmények nélkül: a cukorbeteg és elhízottak száma szintén növekvő tendenciát mutatott.

Zöldségek és gyümölcsök

Ételeink elmaradhatatlan részei a zöldségek és gyümölcsök. Találkozhatunk velük az olyan alapvető fogásoknál, mint a húsleves vagy a különböző raguk, de savanyúság formájában a pörkölt mellett is igen gyakran előfordulnak. A főzelékek mint legspeciálisabb zöldségételeink szintén elengedhetetlen részét képezik táplálkozásunknak. Érdekes, hogy ennek ellenére sokan elfeledkeznek róluk.

A magyaros ételekről összeállított online kérdőívem 114 megkérdezettje közül mindössze 4 ember sorolta fel ezeket is az öt legjellegzetesebb ételféle között. A www.konyhamester.hu a magyar konyha 24 legjellegzetesebb és legnépszerűbb ételét tartja számon, ezek között sem szerepel egy főzelék sem. Az eredmények különösen annak fényében meglepőek, hogy amikor papír alapú (hosszabb) kérdőívemben azt a kérdést is feltettem, hogy milyen ételek kerültek a leggyakrabban az asztalra az 1945 és 1989 közötti időszakban, akkor tízből hat ember a főzelékeket az elsők között szerepeltette. Volt, aki csak „zöldség köretet” említett vagy a leggyakoribb ételek között az alapanyagokat (zöldbab, zöldborsó, szárazbab stb.) sorolta, de ezekből is következtethetünk a főzelékek mindennapos voltára. Amikor pedig a Magyar Élelmiszer-tudományi és Technológiai Egyesület nyugdíjasait kérdeztem az üzemi konyhák általános ételeiről, rögtön a jó sok rántással készülő, viszonylag kevés zöldséget tartalmazó főzelékek jutottak eszükbe.

Ínségesebb időben a zöldségek nagy szolgálatot tettek, hiszen akár feltűnés nélkül lehetett őket a húsok helyettesítésére használni. „A [második, farmakológus] férjemnek flancos orvos barátai voltak, és hát vissza kellett hívni őket vendégségbe. Leterítettem egy hófehér damasztabroszt, és csináltam fasírtot – sok-sok zsemelével, mondanom se kell –, de tettem bele sárgarépat meg uborkát, tehát ha szeleteltem, akkor pöttyös volt. Ezt tettem az ezüsttálra,

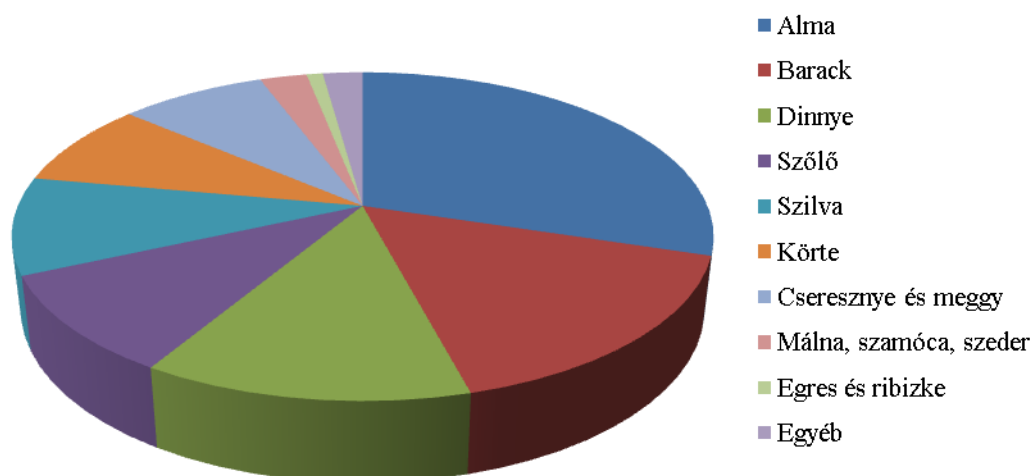
⁶⁸ 1968-as árakon számítva. Az adatok forrása: KSH. (1978). *Népgazdasági mérlegek, 1975-1976 - A lakosság jövedelme és fogyasztása, 1975-1976*. Budapest: SKV. 67. o.

köretként pedig sütöttem sós linzertésztát, amit megtöltöttem párolt zöldségekkel, és még aszpikkal is lelakkoztam. Gyönyörű volt! Észre sem vették, hogy sárgarépát meg fehérrépát esznek, még mondták is, hogy minek szórom a pénzt” – emlékszik vissza egy vele készült interjúban F. Nagy Angéla.⁶⁹

Sós József (1959) a KSH-tól átvett és saját adatainak felhasználásával az 1955-57-es időszakra évi 109 kg-os fejenkénti zöldségfogyasztást becsült. Ebből első helyen a fejeskáposzta állt, ezt követte a paradicsom, vöröshagyma, zöldpaprika és még számos más zöldség, a lista végén pedig a sóska, a torma és a spárga foglaltak helyet (ezekből egy kg-nál is kevesebb fogyott évente).

Gyümölcsfogyasztásban az országos átlag 50 kg körül volt. Ez a következőképpen oszlott meg:

Gyümölcsfogyasztás



8. diagram: Gyümölcsfogyasztás 1.

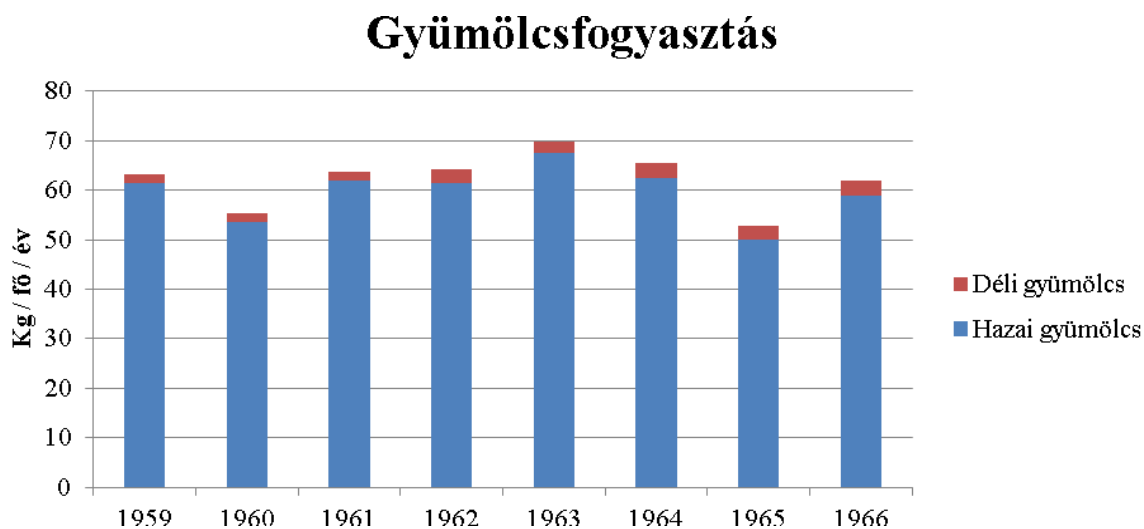
Gyümölcsfőleségenkénti gyümölcsfogyasztás százalékos megoszlása

Az adatok forrása: Sós, József. (1959.). *Népélelmzés*. 24. o., 12. táblázat

A kördiagram mutatja, hogy a legelterjedtebb gyümölcsfajták az alma és a barackfélék voltak. Az ötvenes évek végén az őszibarack termelése növekvő tendenciát mutatott, a szőlőé

⁶⁹ F. Nagy Angéla. (interjú, 2011. december 5.). *Éhes férfitől ne kérj semmit*. (Kérdező: Sümegi Noémi). Letöltés dátuma: 2012-01-15., forrás: Magyar Konyha Online: <http://magyarkonyhaonline.hu/sefportrek/ehes-ferfitol-ne-kerj-semmit>

ingadozott. A dinnyetermesztés az 1930-as évekhez és az azt megelőző időszakok képest visszaszorult mind termésmennyiségben, mind a fajták számában.⁷⁰



9. diagram: Gyümölcsfogyasztás 2.

Az adatok forrása: Pálos, István (szerk.) (1968). *A lakosság fogyasztásának alapadatai, idősorai*. KSH. 34-37. o.

Az 1959 és 1966 közötti gyümölcsfogyasztást ábrázoló grafikon alátámasztja megkérdezetteim visszaemlékezését, miszerint az 1970-es évek előtt déli gyümölcsöket csak elvétve lehetett kapni. Néha karácsony táján hoztak egy vagonnal banánt vagy narancsot.⁷¹ Aki „jóban volt” a zöldséggel, annak tettek el belőle egy fűrtöt, így hozzájuthatott, de egyébként nagyon ritka csemege volt. A mandarint sokáig nem is ismerte a magyar lakosság.⁷²

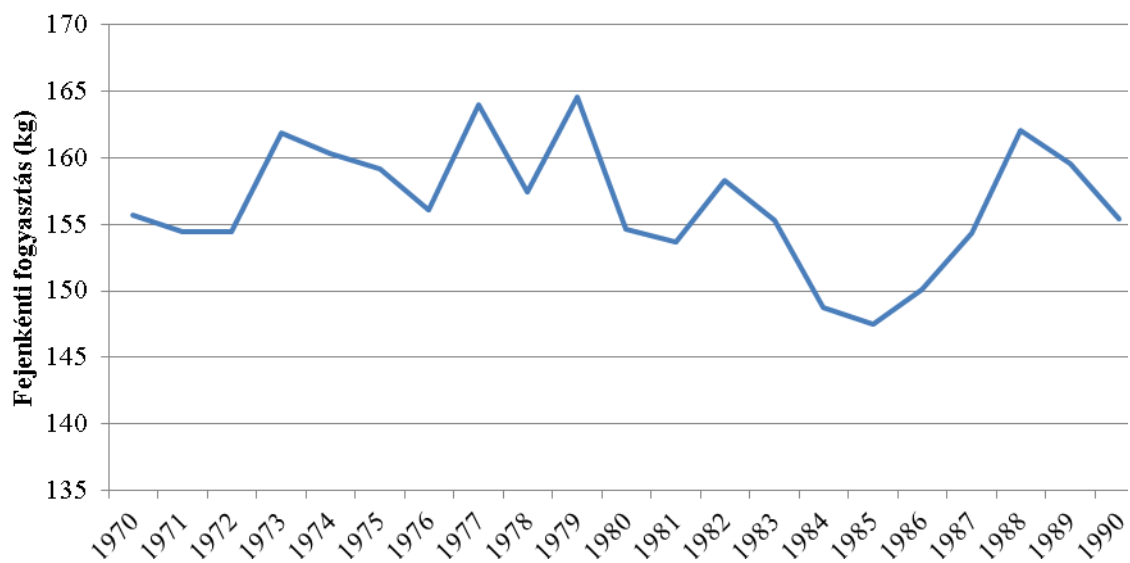
Amint az alábbi grafikonon látható, 1970 és 1990 között óriási ingadozás jellemezte a zöldség- és gyümölcsfogyasztást. Ez részben az időjárási viszonyok következménye, hiszen egy jobb termésű évben a lakosság is többet fogyasztott, míg gyengébb hozamok esetén nem volt mit enni. A zöldség- és gyümölcsfogyasztás fellendüléséhez a háztáji kertek is hozzájárultak, hiszen az emberek meg tudták maguknak termelni, amire szükségük volt.

⁷⁰ A számadatok és a termelésre vonatkozó adatok Sós Józseftől származnak: Sós József. (1959.). *Népélelmezés*. i.m. 21-26. o.

⁷¹ Lajos Mari (interjú, 2012) i.m.

⁷² MÉTE (interjú, 2012) i.m.

Zöldség- és gyümölcsfogyasztás



10. diagram: Zöldség- és gyümölcsfogyasztás

Az adatok forrása: KSH: <http://portal.ksh.hu/docs/hun/xftp/idoszaki/elmerl/elmerl03.pdf>

(Utolsó letöltés: 2012. március)

A változások jellegzetességei

Az eddigiekben az élelmiszerfogyasztási szokások jellegzetességeit, a változások tendenciáját mutattam be. Most jellegük szerint csoportosítva veszem sorra a fő változásokat, és ezeknek a mindennapi életre gyakorolt hatását.

A „pótló” élelmiszerek megjelenése és elterjedése

A háború és az azt követő hiány időszakában számos élelmiszer előállítása vagy importálása lehetetlenné vált, vagy a termék egyszerűen annyira ritka és drága volt, hogy a lakosság nem tudta megfizetni.

„Citrom ebben az időben nem volt Magyarországon, a teát citrompótlóval ittuk” – idézte fel Lajos Mari (2012). A cukor is hiánytermék volt, helyette melaszt vagy kukoricaszirupot használtak, ha éppen használtak valamit – árulta el dr. Sánta Istvánné (2012).

A nyugati országokban már az 1800-as években megjelent és elterjedt a margarin⁷³, mely nálunk csak a második világháborút követő időszakban kezdett el hódítani. 1949 és 1955 között termelése ötszörösére emelkedett⁷⁴ Magyarországon, és a fogyasztás is jelentősen nőtt, habár 1960-ig még a 3%-át sem tette ki az összes zsiradékfogyasztásnak.

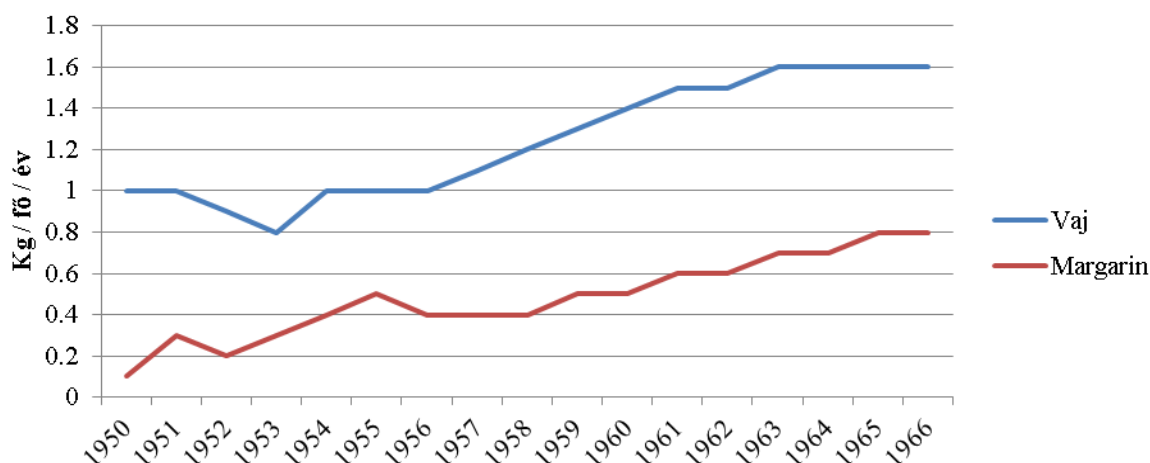
Ennek – az alapvetően mesterséges alapanyagokból álló – terméknek a gyártása nagyon sokat fejlődött az évek során. Megjelentek a vajhoz hasonlóan különböző fajtái: sütéshez használatos margarintömb, kenhető „csészés” margarin és a főzőmargarin.⁷⁵

⁷³ *Geschichte der Margarine*. Letöltés dátuma: 2011. december 20., forrás: Initiative für Gesunde Pflanzenkraft: http://www.gesundepflanzenkraft.de/geschichte_herstellung/geschichte/jahr_1866.aspx

⁷⁴ Sós József. (1959). *Népélelmelés*. i.m. 40. o.

⁷⁵ Dr. Sánta Istvánné Dr. Turza Rózsa (interjú, 2012) i.m.

Vaj- és margarinfogyasztás



11. diagram: Vaj- és margarinfogyasztás

Az adatok forrása: Pálos, István (szerk.) (1968). *A lakosság fogyasztásának alapadatai, idősorai*. KSH. 34-37. o.

Az étolaj is ebben az időben kezdett el hódítani hazánkban. Más népeknél – főleg a mediterrán konyhában – az olaj az alapvető zsiradék, nálunk azonban ezt a helyet a sertészsír töltötte be évszázadokon keresztül. E mellett jelent meg az étolaj, és ennek kezdte el átvenni a helyét az 1970-80-as években.

Habár sokak számára a „fehér kenyér” jelentette az „igazi” kenyeret, ritkán került ilyesmi az asztalra. A magas búzaárak miatt a XX. század második felét megelőzően alig ettek „tisztán” búzakenyeret a családok. A második világháború alatt hiánycikké vált a búzaliszt, s szükségyszerűségből készítettek kenyeret számos más gabonafajtából (rozsból, árpából, korpából), ezek azonban a búzatermelés talpra állítása után lassan eltűntek a forgalomból.⁷⁶

Az olajos magvak kiválóak süteményekhez és tésztaételekhez. A háború utáni években kevésbé lehetett hozzájutni, ellenben az 1960-as évektől kezdve megfizethető áron tudott a lakosság diót, mákot és mogyorót vásárolni a piacokon. Vidéken az otthoni termesztés is népszerű volt. A menzák étlapján gyakran szerepelt a diós- és mákos tészta, amit jó sok cukorral és viszonylag kevés darált dióval vagy mákkal készítettek. Dió helyett időnként az olcsóbb „dejót” használták, mely ízében bár hasonlított a dióhoz, de valójában búzacsírá, napraforgómagot, cukrot és aromákat tartalmazott.

⁷⁶ MÉTE (interjú, 2012) és Sós József. (1959). *Népélelmzés*. i.m. 20. o.

A csokoládé mellett (és sokszor helyett) népszerűvé vált az étbevonó, mely kakaóvaj helyett étolajat tartalmazott. Ezt nemcsak sütéshez használták, de a táblás és szeletes édességek bevonataként is.

Amíg a gyümölcsstermesztés talpra nem állt, addig ritkán került az emberek asztalára olyan lekvár, amely nemcsak valamilyen „ízű” volt, hanem ténylegesen azt a gyümölcsöt is tartalmazta. A lekvárokat és a lekvárszerű, tömbben árusított gyümölcskészítményt („Hitler-szalonnát”) almapektinnel sűrítették be, s csak színezték és íz gyanánt adtak hozzá valamilyen más gyümölcsöt.

Az első hazai üdítőitalnak, az 1947-ben debütáló Bambinak sem sok köze volt az ízét adó narancshoz. Hasonló volt a helyzet a „citromízű” Utas üdítővel, és a „gyümölcsízű” Erdei Bambival is. A Coca-Cola, majd a Pepsi Magyarországra érkezésétől kezdve külföldről behozott sűrítmények felhasználásával készültek az üdítők, de ezek is csak nevükben hordozták az ízüket adó gyümölcsöt. A későbbiekben megjelentek olyan üdítőitalok, amelyekbe az aroma mellett gyümölcssűrítmény is került, ilyen volt például a mustsűrítmény felhasználásával készülő Traubisoda, az 1970-es és 1980-as évek egyik sikerterméke.⁷⁷

Élelmiszerporok és száraztészta

A dolgozó asszonyok főzésre szánható ideje lényegesen kevesebb volt, mint a főállású háziasszonyoké, így nem volt idejük heti rendszerességgel tésztát gyúrni, vagy bonyolultabb ételeket készíteni. Ehhez alkalmazkodott idővel a kínálat. Az 1970-es években elterjedő száraztészta, levespor vagy pudingpor hozzásegítette a dolgozó nőket ahhoz, hogy finom, változatos ételeket készíthessenek akár fél órán belül. Sós József már 1959-ben ír ezen termékek előnyeiről, habár a MÉTE nyugdíjas klubjával folytatott beszélgetésen kiderült, hogy még az 1960-as években sem volt mindennapos a száraztészta. A réteslapok és piskótalapok elterjedése még későbbre tehető⁷⁸.

A porított ételanyagok nem a XX. század találmányai, nagyüzemi szintű előállításuk és ezzel széleskörű elterjedésük viszont mindenképpen ehhez az időszakhoz köthető. A háztartásokban megjelent a tejpor, a tojáspor, az élesztőpor, a zöldségkivonat. A boltok elkezdtek süteménykeverékeket, például palacsintaport árulni, hogy a háziasszonynak ne kelljen otthon méregetni

⁷⁷ Magyar márkák története: *Bambi - Sztár - Traubisoda - Márka*. (Letöltés dátuma: 2012. március 3.)
<http://hvg.hu/magyarmarka/20050325bambisztartraubimarka>

⁷⁸ Dr. Sánta Istvánné Dr. Turza Rózsa (interjú, 2012)

a hozzávalókat, a keverék felhígításával percek alatt finom édesség készülhessen. Ezek a termékek pont azt spórolták meg, amiből hiány volt: az időt és a helyet.

A konzervek virágkora

A konzervipar egyike volt azon iparágaknak, melyek már az első világháború előtt is jelentősek voltak, de a háború során sem mentek tönkre, sőt, megerősödtek. Mind a katonák, mind a lakosság ellátásában központi szerepet játszott az előre elkészített, hosszú ideig eltartható konzervétel. A Globus Konzervgyár például főként hús- és kávékonzerveket készített a hadsereg részére.⁷⁹

A konzervek keresettsége a második világháború után sem esett vissza, sőt egyre többen tartottak otthon hús- (lőncshús, vagdalt hús, virsli, debreceni), zöldség- és gyümölcs- vagy éppen készétel-konzervet.

Egy 1972-es plakáton a Budapesti Konzervgyár ajánlatát olvashatjuk, mely többek között sonkás tojáskrém, tojásos gombakrém, babfőzelék, babgulyást, marhapörköltet, töltött káposztát és különféle szörpöket kínált.

⁷⁹ Magyar márkák története: *Globus Konzervgyár*. (Letöltés dátuma: 2012. március 4.)
<http://hvg.hu/magyarmarka/20050329globus>

**A Budapesti Konzervgyár
ajánlata:**



- 0,50-es C—50-es szörp
- 1/10-es Sonkás tojáskrém
- 1/10-es Tojásos gombakrém
- 1/10-es Sonka tojással
- 0,50-es Meggyoszörp
- 0,50-es Szederszörp
- 1/1-es Sólet 2 tojással és füstölt hússal
- 0,50-es Feketeribizli szörp
- 1/2-es Marhatokány
- 1/2-es Töltött káposzta
- 1/2-es Marhapörkölt
- 1/2-es Húsgombóc kapormártásban
- 5/8-os Babfőzelék
- 5/8-os Babgulyás

Jó étvágyat kíván minden kedves vásárlónak a
Budapesti Konzervgyár

1. ábra: A Budapesti Konzervgyár ajánlata

A kép forrása: <http://retronom.hu/node/13615> (Letöltés dátuma: 2012. március 11.)

A Kecskeméti Konzervgyár zöldségkonzervekre specializálódott, de a számos gyártás- és gyártmányfejlesztésének köszönhetően az 1970-es évek közepétől elkezdett vákuumsomagolt termékeket is előállítani, illetve az 1980-as évek második felében jelentős mennyiségben állított elő sűrített paradicsomot.⁸⁰

Dr. Sánta Istvánné (2012) az Országos Műszaki Fejlesztési Bizottság élelmiszeripari főosztályvezetőjeként jól látta a konzerviparban és a bébiétel-gyártásban rejlő lehetőségeket. Részt vett a hazai bébiétel-gyártást előkészítő tanulmány megírásában is. Ennek hatására indulhatott be 1980-ban a bébiétel-gyártás a Kecskeméti Konzervgyárban. A gyermekek számára készített ételekbe számos olyan alapanyagot (például májat vagy drágább zöldségeket)

⁸⁰ Kecskeméti Konzervgyár Zrt.: *A Kecskeméti Konzervgyár története*. (Letöltés dátuma: 2012. február 25.)
<http://www.univer.hu/companies.php?cid=5>

tudtak belerakni, ami átlag magyar lakos számára egyébként elérhetetlen vagy megfizethetetlen volt.⁸¹

A fagyasztott termékek elterjedése

Magyarországon a gyorsfagyasztott termékgyártás úttörője a MIRELITE Csepel Hűtő Kft. volt, melynek elődje, az 1896-ban alakult Magyar Élelmiszerszállító és Áruforgalmi Rt. már a XX. század elején is rendelkezett hűtőházakkal. Bár gyorsfagyasztott termékeket korábban is gyártottak, a jól ismert MIRELITE nevet csak 1945-ben kezdték el használni⁸². Sok képzett mérnök dolgozott ebben az iparágban, s folyamatos fejlesztéseik segítségével kiemelkedő színvonalat tudtak elérni.

A cég egykori dolgozója, Németh Ferencné (2012) elmondása szerint az 1950-es években nagy mennyiségben gyártottak gyorsfagyasztott zöldségeket, húspogácsát, vagdalt húst. A vásárlókat a MIRELIT üzletében nagy alumínium tálcákról szolgálták ki, „zacskóban” kaptak a fagyasztott árukból, mint bármilyen más termékből.⁸³ Eleinte mindenki csak annyit vásárolt ezekből, amennyit el is tudott fogyasztani, hiszen az otthoni fagyasztásra még nem volt lehetőség.

Amint viszont a mindennapokat is elérték a jégszekrényeket felváltó elektromos hűtőszekrények (1960-ban 9000 db, 1975-re több mint 400.000 db hűtőszekrény volt a lakosság tulajdonában⁸⁴), reális alternatívájává vált a fagyasztott áru a konzervnek vagy egyéb tartósító eljárásokkal előállított termékeknek. Valuch (2006) szerint a háztartások gépesítésének folyamatában a beszerzési sorrendben a mosógép volt az első, a hűtő a második helyen. Óriási volt a kereslet ezekre a termékekre, ahogy később a fagyasztóládákra is.⁸⁵

A magyar lakosság számára a külföldi utak egyben bevásárló körutat is jelentettek. Az 1970-es években a kiutazások fő célpontjai még a szomszédos szocialista országok voltak. 1988-ban bevezették a világútlevelet, s fejenként 50 dolláros valutakeretet szabadítottak fel a lakosság számára nyugati valuták vásárlására. Ennek következtében egyre több tartós fogyasztási cikk került az országba Ausztriából. Habár fagyasztóládákat Magyarországon is

⁸¹ Dr. Sánta Istvánné dr. Turza Rózsa (interjú, 2012) i.m.

⁸² MIRELITE Csepel Hűtőipari Kft.: <http://www.mirelite.hu/cgi-bin/magunkrol.php> (Letöltés dátuma: 2012. március 11.)

⁸³ MÉTE (interjú, 2012)

⁸⁴ Valuch, T. (2011). *Magánélet Kádár János korában*. i.m. 33. o.

⁸⁵ Valuch, T. (2006). *Hétköznapi élet Kádár János korában*. i.m.

lehetett vásárolni, sokan mégis a külföldről való behozatalt választották a méltányosabb árak miatt („Gorenje-láz”).

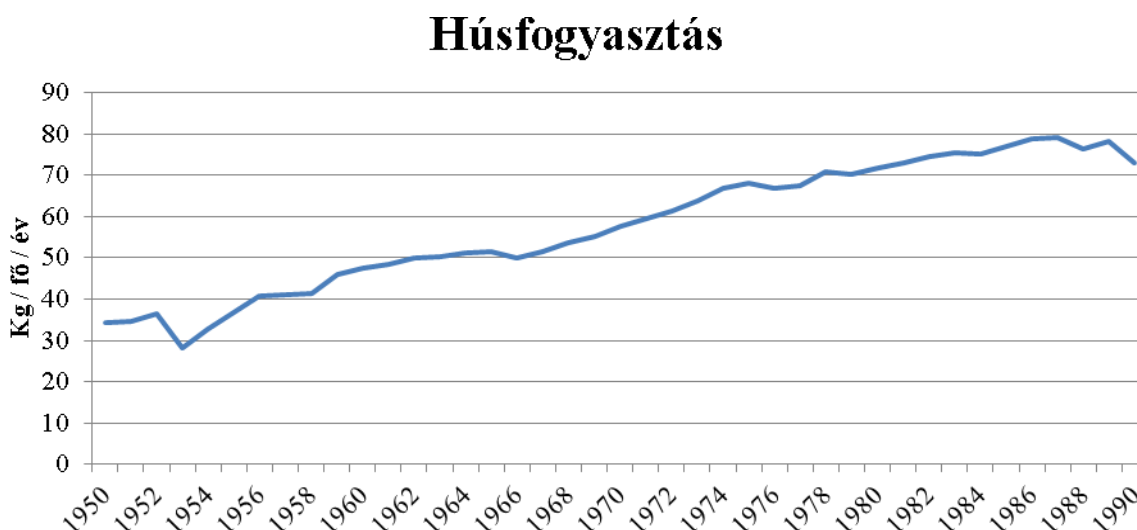
A pasztörizált tej térhódítása

Növekvő eltarthatóság – ritkább boltba járás. Ez az újítás is egy volt a háziasszonyok életét megkönnyítő tényezők közül. A zacskós tej kezdeti gyermekbetegségei (például az állandó szivárgás) ellenére is részévé vált a mindennapoknak.

Más kérdés, hogy – a konzervekhez hasonlóan – a hosszabb eltarthatóság minőségromlással járt. A pasztörizált tej már sem ízében, sem állagában nem olyan, mint a friss, nyers tej, ráadásul a baktériumok elszaporodása esetén nem aludttej képződik belőle, hanem megsavanyodik.

A húsfogyasztási lehetőségek kiszélesedése

A húsfogyasztási szokások jelentős változásokon mentek keresztül 1945 és 1990 között. A háborút követő évtizedre jellemző húshiány az 1960-as évek közepére megszűnt. Innentől kezdett általánossá válni, hogy a családoknál legalább hetente egyszer húsos étel került az asztalra. Bár a boltban kapható húsok minősége időnként hagyott kívánnivalót maga után, „ha volt az embernek egy jó hentese, aki nem akarta a hús áráért a mócsingot eladni”⁸⁶, akkor nem volt ezzel probléma.



12. diagram: Húsfogyasztás

Az adatok forrása: http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agarar/html/tabl1_5_5_1.html

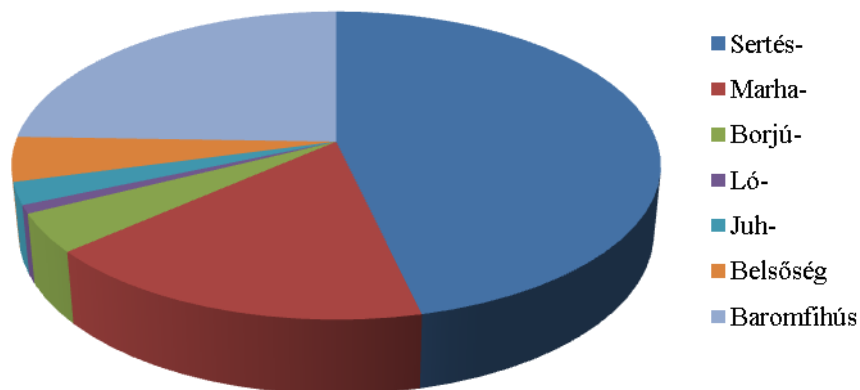
⁸⁶ Lajos Mari (interjú, 2012)

Sok jó minőségű húsipari termék jelent meg ekkoriban, ilyen volt többek között a sertés, majd később a baromfi virsli és a bélszínroló, amely eredetileg tényleg a marha egyik legdrágább részéből, a bélszínből készült. Ezeket a tökehúsnál gyakrabban engedhették meg maguknak a háztartások.⁸⁷

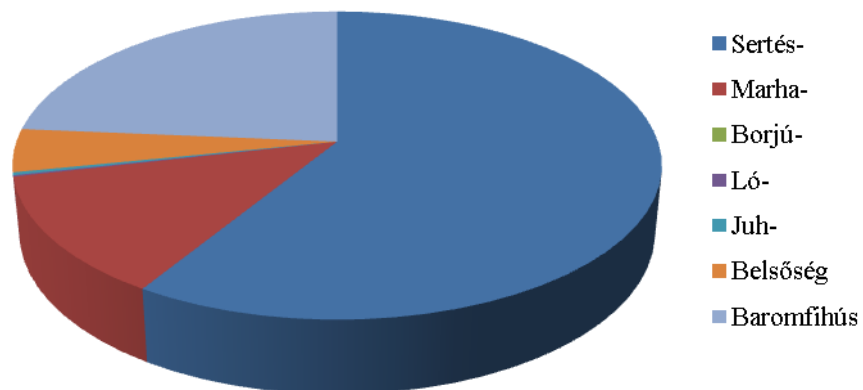
Az alábbi diagramok a húsfogyasztási szokások változását mutatják. Bár ezekből nem olvasható ki, de a KSH adatgyűjtései elárulják, hogy 1977 volt az utolsó olyan év, amikor még kimutatható mennyiségben fogyasztott a magyar lakosság juh- és lóhúst. A diagramokon jól látható a marhahús háttérbe szorulása a sertés- és baromfihús mellett.

⁸⁷ MÉTE (interjú, 2012)

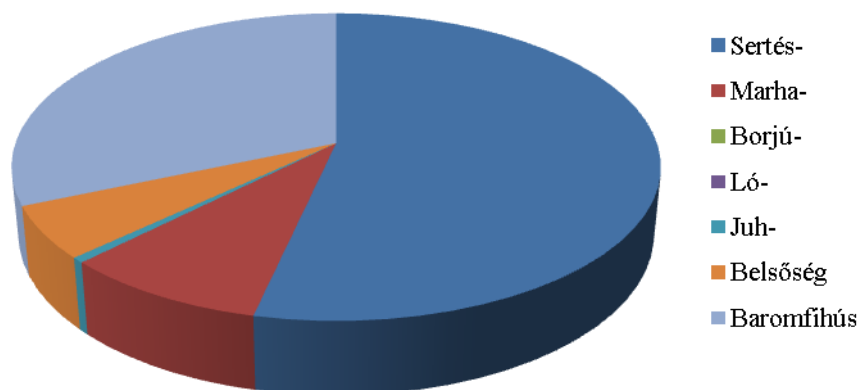
Húsfogyasztás (1950)



Húsfogyasztás (1977)



Húsfogyasztás (1990)



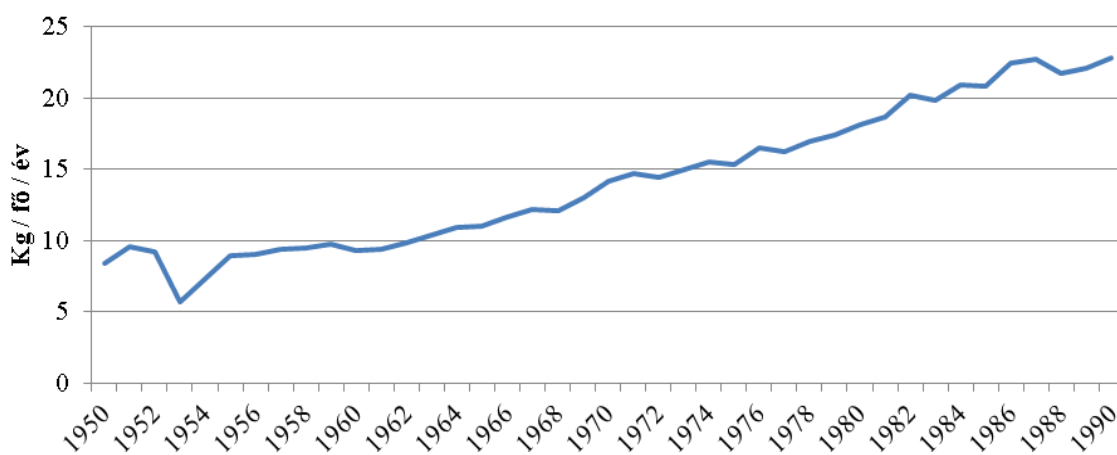
13. diagram: A húsfogyasztás változása 1950 és 1990 között

Az adatok forrása: http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tabl1_5_5_1.html

A baromfiipar fellendülése az 1960-as évek közepén kezdődött. A baromfi-vágóhidak megjelenése és elterjedése sokat segített a városi háziasszonyoknak, hiszen innentől kezdve nem kellett otthon feldolgozni az állatot (ez körülményes is lett volna), hanem meg lehetett vásárolni a tisztított húst. Már ez is sokat lendített a baromfifogyasztáson, de az egész folyamatot megkoronázta a bontott csirke árusítása.

A baromfihús-fogyasztás növekedéséhez hozzájárultak az egészségügyi szempontok is: az orvosok az 1960-as évek közepe táján elkezdték forszírozni az étkezési szokások megváltoztatását, „egészségesebbé tételét”, s ez is egyértelműen a baromfi irányába fordította a lakosság figyelmét. Azt sem feledhetjük, hogy a baromfit a többi húsféléhez képest viszonylag olcsón be lehetett szerezni.

Baromfihús-fogyasztás



14. diagram: Baromfihús-fogyasztás

Az adatok forrása: http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/agrar/html/tabl1_5_5_1.html

Készen vásárolt termékek

A főzésre áldozható idő csökkenésére az élelmiszeripar félkész és készételek gyártásával reagált. Ahhoz, hogy ezek elterjedhessenek, számos iparágban fejlődésre volt szükség. Nemcsak a hűtőipari fejlesztések, de a húsipar, a tésztagyártás, a különböző feldolgozó üzemek és a konzervipar megfelelő gépekkel való felszerelése is elengedhetetlen volt.

Az élelmiszeripar felismerte: sok háziasszonynak arra lenne szüksége, hogy a boltban megvásárolt terméket már csak be kelljen fejezni: ki kelljen sütni vagy meg kelljen főzni, és rövid időn belül tálalni lehessen. Elkezdtek teret hódítani a fagyasztott gombóc- és derelyefélék, a fagyasztott vagy konzerv tisztított (esetleg előfőzött) zöldségek, a mirelit hústermékek, illetve a konzerv készételek is.

A gyorsfagyasztott termékek nagyon jó minőségűek voltak, és esztétikumuk is megfelelő volt. A konzervek állaga, kinézete és íze ezzel szemben hagyott némi kívánnivalót maga után. Ezek nem mindennapos fogyasztásra szolgáltak, inkább csak „vézhelyzet” esetére, ha már tényleg nem volt lehetőség semmi mást elkészíteni.

A piacon olyan új termékek is megjelentek, mint a „reggeli italok” és reggeli ital porok, a zacskós kakaó, az üveges és dobozos téstaszószok. Az évek során mind az ételek minősége, mind a csomagolása sokat fejlődött.

Alkalmazkodás a változó körülményekhez

Hazánk adottságaihoz, körülményeihez alkalmazkodva, de a nyugati mintákat, az egészségügyi szempontokat figyelembe véve sokan próbálták meg javítani, átalakítani a nép táplálkozási szokásait. Részben leleményes háziasszonyok adtak sorstársaiknak ötleteket szakácskönyvek, tanácsadó könyvek vagy újságok oldalain, részben pedig maguk a gyártók szerették volna saját termékük felé terelni a népet.

Valuch Tibor (2004) megállapítása szerint az 1945 utáni esztendőkből a háztartási tanácsadó könyvekben megfigyelhető a húsmentes ételek túlsúlya.⁸⁸ Figyelembe véve, hogy a hús hiánycikk volt, ez egy teljesen racionális jelenség.

A háziasszonyok segítésére íródott könyvek és újságok egytől egyig próbálták kreativitásra biztatni a sokáig dolgozó, főzésre kevés időt áldozó és viszonylag kevés alapanyaggal gazdálkodó feleségeket. Természetesen, idővel kezdett bővebb alapanyag-kínálat kialakulni, és ekkor már volt helye a Nők lapja receptjei között a „komolyabb” hozzávalóknak, illetve létjogosultságot nyert a Magyar Konyha című újság is, mely kifejezetten receptekre, táplálkozással kapcsolatos cikkekre és történelmi érdekességekre szakosodott.

Ezen kívül sorra láttak napvilágot a fiatalokat (és idősebbeket) főzésre, háztartásvezetésre tanító kiadványok, hiszen a megváltozott életmód, a nők munkába állása következtében egyre kevesebb fiatal lány tanulta meg édesanyjától, hogyan kell háztartást vezetni. F. Nagy Angéla *Fiatalok főzőiskolája* című könyve például a legalapvetőbb ismeretektől indít (mi kell a konyhába, hogyan rendezzük be, hogyan tervezzük meg a heti házimunkát, bevásárlást, főzést), de olyan lényeges apróságokra is kitér, hogy milyen terítéket illik felrakni az egyes ételekhez, vagy milyen főételhez milyen köretet szolgáljunk fel.

F. Nagy Angéla konyhai nevelő tevékenysége számos újdonságot vitt a magyar asztalokra. Magyarországon először népszerűsítette a salátákat, a különleges fogásokat, a mindennapi ételek változatosságát. Különleges konyha című könyvének már címe is árulkodik arról, hogy a megszokottól valami eltérőt kínál benne.

Lajos Mari az 1980-as években határozta el, hogy színes, fotókkal díszített szakácskönyveket készít. Látva, hogy a fiatal lányok már nem tanulnak meg otthon főzni, szerette volna megértetni az emberekkel, hogy a kevés idő és az eszközök hiánya nem kifogás, egyszerűen is

⁸⁸ Valuch, T. (2004). „A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott”. i.m. 234. o.

lehet finomat főzni. Fotós férjével, Hemző Károllyal kezdett bele a 99/33-as szakácskönyvek (99 recept 33 ételfotóval) gyártásába, melyek akkoriban nemcsak az illusztrációk miatt voltak egyedülállóak, hanem azért is, mert olyanok is bátran kezükbe vehették őket, akiknek addig nem sok közük volt a konyhához. Az elérhető hozzávalók használata, a részletes ételleírások és a figyelem felhívása a buktatókra egytől egyig újdonságnak számítottak.

A szakácskönyvek és tanácsadó könyvek, valamint a nők számára készülő újságok főleg azok kezébe adtak mankót, akik dolgozó nőként nagyon kevés időt töltöttek háztartási tevékenységekkel. Míg régen egy háziasszonynak volt arra ideje, hogy éveken át fejlessze, formálja saját receptjeit, addig a XX. század második felében ez már elképzelhetetlen volt. Az emberek keresték a gyorsabb megoldásokat, és a tanácsadó kiadványok éppen ezt biztosították számukra.

A dolgozat összegzése

Kutatásom során arra kerestem a választ, hogy milyen tényezők határozzák meg a lakosság fogyasztását. A változások okait és következményeit próbáltam meg definiálni, illetve azt, hogy a termelés és a fogyasztás miként viszonyulnak egymáshoz. Azt is igyekeztem megvizsgálni, hogyan fér meg a szocializmus eszméivel a fogyasztás előtérbe kerülése.

A dolgozat megírása során szembesültem azzal, hogy a táplálkozás egyéni és társadalmi szinten is meghatározó, megkerülhetetlen kérdés, amely összefonódik a politikai eszmékkel, a gazdasági elvekkel, de a különböző életmódváltozásokkal is. Színvonalát nehéz egységes mércével mérni, hiszen az egyének ízlése és igényei jelentősen különböznek. A lehetőségek növekedése szükségszerűen magával hozza a nagyobb elvárásokat is.

A XX. század második felének táplálkozása alapján egy nagyon izgalmas kép rajzolódik ki, mely az éhség évtizedétől indul, s túlfogyasztásba torkollik. Már az 1960-as évek elején figyelmeztettek a kor orvos és közgazdász szakemberei arra, hogy a nyugati táplálkozási minták átvétele (például a szükségesnél magasabb kalória-bevitel vagy a cukorfogyasztás óriási mértékű növekedése) számos negatív következménnyel járhat. Jóslatuk igen gyorsan beteljesedett. Eljöttek a „viszonylagos bőség” évtizedei, a „gulyáskommunizmus”, majd a „fridzsiderszocializmus” évei. Már megnevezések is mutatják a táplálkozás, a fogyasztás központi szerepét.

„Szegények vagyunk, de jól élünk” – a Kádár-kormány mindent megtett azért, hogy ez lehessen a közvélekedés. Legyen az emberek közérzete jó, az alapvető élelmiszerek legyenek elérhetőek. Amit szeretnének, azt meg tudják termelni háztájiban, minden mással pedig lássák el őket az államilag támogatott mezőgazdasági és élelmiszeripari üzemek. A túlfogyasztás az ország eladósodásához, a lakosság folyamatos elhízásához, táplálkozási betegségek kialakulásához vezetett, de mindez nem számított. A lényeg az volt, hogy mi legyünk a „legvidámabb barakk”.

A táplálkozás a társadalmi kapcsolatok elengedhetetlen része, az emberek elégedettségének vagy elégedetlenségének megalapozója, a kulturális színvonal egyik mércéje. Leképezi egy nép történelmét: honnan érkezett, kikkel került hosszabb időre kapcsolatba, ínséges vagy bőséges időszakokra tekint vissza – írtam dolgozatom bevezetőjében, s elemzésemmel szerintem sikerült bebizonyítanom, hogy mennyire megállja a helyét ez a kijelentés.

Irodalomjegyzék

- 1956-os Intézet / Szakolczai Attila. (1998. 11. 06.). *Az 1956-os forradalom története*. Letöltés dátuma: 2012. 02. 13., forrás: mek.niif.hu:
<http://mek.niif.hu/01900/01937/html/szerviz/dokument/kadar11s.htm>
- 1956-os Intézet. (2000. november 29.). *Begyűjtés*. Letöltés dátuma: 2012. március 2., forrás: Az 1956-os Magyar Forradalom Történetének Dokumentációs és Kutatóintézete Közalapítvány honlapja: <http://www.rev.hu/sulinet45/szerviz/szakirod/begyujtes.htm>
- 1956-os Intézet Közalapítvány. (2001. február 13.). *A magyar gazdaság átalakulása 1944-1956*. Letöltés dátuma: 2012. január 15., forrás: Az 1956-os Magyar Forradalom Történetének Dokumentációs és Kutatóintézete Közalapítvány honlapja:
www.rev.hu/sulinet45/tanulm_gazd/gazd.htm
- A Túró Rudi története*. Letöltés dátuma: 2012. március 10., forrás: pottyos.hu - A Pöttyös Túró Rudi Honlapja: <http://pottyos.hu/documents/markatortenet.pdf>
- Ács, I. (2011. december 05.). A magyaros ételek története. (O. Földesi, Kérdező:)
- Andorka, R., & Falussy, B. (1984). Az életkörülmények hatása az életmódra. In M. Szántó (szerk.), *Hogyan élünk? - A szocialista életmód ismérvei, feltételei, tendenciái* (old.: 113-139.). Budapest: Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó.
- Balassa, I., & Ortutay, G. (1979). *Magyar néprajz* (<http://mek.niif.hu/02700/02789/html/> letöltve: 2011-12-05). Budapest: Corvina.
- Balogh, S., & Lakner, Z. (1995). A magyarországi élelmiszerfogyasztás és fejlődési irányai az európai összehasonlítás tükrében II. rész. *Élelmezési ipar*, 295-299.
- Dr. Bíró, G. (1990). Időszerű gondolatok. *Élelmezési Ipar*, 2-3.
- Dr. Kéri, K. (2000. május 2.). *A nők helyzete Magyarországon az 1950-es évek első felében*. Letöltés dátuma: 2012. március 2., forrás: Dr. Kéri Katalin weboldala, PTE - BTK - Neveléstudományi Intézet, Nevelés- és Művelődéstörténeti Tanszék:
<http://kerikata.hu/publikaciok/text/nok50ben.htm>
- Dr. Kovács, D. (1958.). Élelmiszerfogyasztás Magyarországon az 1950-1955 években. *Közgazdasági Szemle*, 91-100.
- Dr. Kovács, D. (1966). *Élelmiszer-fogyasztásunk távlatai*. Budapest: Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó.
- Dr. Varga, I. (1959). *A fogyasztás és befolyásolásának gazdaságtana (kézirat)*. Budapest: Felsőoktatási Jegyzetellátó Vállalat.
- F. Nagy, A. (2011. december 5.). Éhes férfitől ne kérj semmit. (Készítette: Sümegi Noémi; Magyar Konyha): <http://magyarkonyhaonline.hu/sefportrek/ehes-ferfitol-ne-kerj-semmit>
- Falussy, B., & Harcsa, I. (1987). *Időmérleg - A magyar társadalom életmódjának változásai az 1977 tavaszi és az 1986 tavaszi időmérleg felvételek alapján*. Budapest: KSH.

- Geschichte der Margarine*. Letöltés dátuma: 2011. december 20., forrás: Initiative für Gesunde Pflanzenkraft:
http://www.gesundepflanzenkraft.de/geschichte_herstellung/geschichte/jahr_1866.aspx
- hvg.hu. (2005. március 25.). *Bambi - Sztár - Traubisoda - Márka*. Letöltés dátuma: 2012. március 3., forrás: Magyar márkák története: <http://hvg.hu/magyarmarka/20050325bambisztatraubimarka>
- hvg.hu. (2005. március 28.). *Globus Konzervgyár*. Letöltés dátuma: 2012. március 4., forrás: Magyar márkák története: <http://hvg.hu/magyarmarka/20050329globus>
- hvg.hu. (2005. március 28.). *Győri Keksz*. Letöltés dátuma: 2012. március 5., forrás: Magyar márkák története: <http://img2.hvg.hu/magyarmarka/20050329gyorikeksz>
- hvg.hu. (2005. március 28.). *Lehel Hűtőgépgyár*. Letöltés dátuma: 2012. március 5., forrás: Magyar márkák története: <http://img2.hvg.hu/magyarmarka/20050329lehel>
- hvg.hu. (2005. március 28.). *Szerencsi Csokoládégyár*. Letöltés dátuma: 2012. március 5., forrás: Magyar márkák története: <http://img2.hvg.hu/magyarmarka/20050329szerencsicsokoladegyar>
- Kirsch (szerk.), M. (2004). *Ómama receptjei Sopronból és környékéről*. Sopron: Escort Tourist Bt.
- Kisbán, E. (1967). A jogurt helye és szerepe a délkelet-európai tejfeldolgozási rendszerekben. *Ethnographia / A Magyar Néprajzi Társaság értesítője*. 78. évfolyam, 81-94.
- Kisbán, E. (1995). Étkezések, ételek – új formák és intézmények az újkori magyar táplálkozáskultúrában. In T. Faragó (szerk.), *Magyarország társadalomtörténete a 18-19. században (2004)* (old.: 76-89.). Budapest: Dico Kiadó, Új Mandátum Könyvkiadó.
- Kisbán, E. (1997). Táplálkozáskultúra. In I. Balassa (szerk.), *Magyar Néprajz IV. köt. Életmód*. Budapest.
- Kovács, C. (2010. november 29.). *A jelen a múlt jövője - A beszolgáltatási rendszer az ötvenes években*. Letöltés dátuma: 2012. március 2., forrás: Magyar Országos Levéltár archívum: http://www.mol.gov.hu/a_het_dokumentuma/a_beszolgáltatasi_rendszer_az_otvenes_evekben.html
- Kovács, D. (1958.). Élelmiszerfogyasztás Magyarországon az 1950-1955 években. *Közgazdasági Szemle*, 91-100.
- Lajos, M. (2012. március 8.). (Kérdező: Földesi Orsolya)
- Magyarország kedvenc étele szavazás*. Letöltés dátuma: 2011. 12. 10., forrás: Konyhamester honlap „extrák” menüjének „hungarikumok” almenüjében: <http://www.konyhamester.hu/>
- Magyarország. Központi Statisztikai Hivatal (Közreadta). (1978). *Népgazdasági mérlegek, 1975-1976 - A lakosság jövedelme és fogyasztása, 1975-1976*. Budapest: SKV.
- Mirelite. *Magunkról*. Letöltés dátuma: 2012. március 11., forrás: MIRELITE Csepel Hűtőipari Kft.: <http://www.mirelite.hu/cgi-bin/magunkrol.php>
- MTA Néprajzi Kutatóintézete; szerk. biz. vezetője: Paládi-Kovács Attila. (1997). *Magyar Néprajz*. Budapest: Akadémiai Kiadó.

- Oszkai, R. (2010). Az vagy, amit megeszel! – A gasztronómia története. *Tér-idő* (<http://www.mrl-kossuth.hu/hirek/radio-100723/az-vagy-amit-megeszel!-%E2%80%93-a-gasztronomia-tortenete.html> letöltve: 2011-11-15). Kossuth Rádió.
- Pálos (szerk.), I. (1968). *A lakosság fogyasztásának alapadatai, idősorai*. Budapest: KSH.
- Prohászka, B. (2011. december 1.). (Kérdező: Földesi Orsolya)
- Sós, J. (1959.). *Népélelmzés*. Budapest: Medicina.
- Tripolsky, G. (2002). A kenyér és egyéb kenyérlisztból készült ételek a magyar táplálkozáskultúrában. *Létünk*, 71-75.
- Unger, K. (2001. február). A magyar gasztronómia védelmében. *Új diéta – A magyar dietetikusok lapja* (<http://ujdieta.hu/indexe766.html?content=52> letöltve: 2011-12-01).
- Ungváriné Dr. Köcse, J. (1990). Az élelmiszerfogyasztás- és vásárlás legújabb tendenciái. *Kereskedelem és piactudomány szakmai fórum* (old.: 122-129.). Szolnok: Nagyalföldi KFT.
- Valuch, T. (2002). *Magyarország társadalomtörténete a XX. század második felében*. Budapest: Osiris Kiadó.
- Valuch, T. (2003). Változó idők – változó szokások. A tevékenységszerkezet, a jövedelem és a fogyasztás átalakulása a magyar falvakban a kollektivizálás időszakában. In M. Ormos (szerk.), *Magyar évszázadok. Tanulmányok Kosáry Domokos 90. születésnapjára* (old.: 311-322.). Budapest: Osiris Kiadó.
- Valuch, T. (2004). „A közellátás helyzete az utóbbi időben romlott”. Az élelmiszer-ellátás és a táplálkozás néhány jellegzetessége Magyarországon az 1950-es években. In J. M. Rainer, & É. Ständeisky (szerk.), *Évkönyv 2004. XII. Magyarország a jelenkorban* (old.: 232-244.). Budapest: 1956-os Intézet.
- Valuch, T. (2006). *Hétköznapi élet Kádár János korában*. Budapest: Corvina Kiadó Kft.
- Valuch, T. (2011). *Magánélet Kádár János korában*. Budapest: Corvina Kiadó Kft.
- Varga, I. (1959). *A fogyasztás és befolyásolásának gazdaságtana : IV. évfolyam belkereskedelmi és IV. évfolyam külkereskedelmi hallgatók részére*. Budapest: Felsőokt. Jegyzetell. Váll.
- Vörös, M. (1997/26.). Életmód, ideológia, háztartás - A fogyasztáskutatás politikuma az államszocializmus korszakában. *Replika*, <http://www.c3.hu/scripta/scripta0/replika/26/voros.htm>.
- Kecskeméti Konzervgyár Zrt. *A Kecskeméti Konzervgyár története*. Letöltés dátuma: 2012. február 25., forrás: Univer cégcsoport: <http://www.univer.hu/companies.php?cid=5>

1. melléklet – a dolgozathoz készített interjúk

A dolgozathoz számos interjút készítettem, melyek nagy segítségemre voltak abban, hogy jobban átlássam a tárgyalt korszakot. Az alábbiakban röviden bemutatom interjúim alanyait, a beszélgetések időpontját, helyszínét és az egyéb fontos tudnivalókat.

I. Táplálkozástörténeti beszélgetés a Magyar Élelmiszer-tudományi és Technológiai Egyesület nyugdíjas klubjának tagjaival, 2012. február 29.

A beszélgetés megszervezésében segítségemre volt Dr. Sánta Istvánné dr. Turza Rózsa, a klub elnöke. Vele külön is beszélgettem az itt elhangzottakról 2012. március 9-én, hiszen úgy gondoltam, szakmai múltja és tapasztalatai nagyon hasznosak lehetnek dolgozatom elkészítése során. Dr. Sánta Istvánné az Országos Műszaki Fejlesztési Bizottság mezőgazdasági és élelmiszeripari főosztályának vezetője volt 20 éven át, az élelmiszeriparban összesen 40 évig tevékenykedett. A kémiai tudományok kandidátusa, PhD fokozatot is szerzett.

A MÉTE nyugdíjas klubot a következőképpen jellemezte:

„Klubunk tagjai élelmiszeripari üzemekben dolgozó műszaki középvezetők, üzem- vagy részlegvezetők, laborvezetők voltak. Egy tudományos egyesület ’interdiszciplináris szakosztálya’ vagyunk, melynek minden területről azok a tagjai, akik a saját szakmájuk klubjának is tagjai, de szélesebb körben is szeretnék tartani a kapcsolatot az élelmiszeriparban dolgozókkal.”

A beszélgetésen részt vett:

- Dr. Bognár Péterné – konzervipar
- Hock Gyula – hűtőipar, jégkrémgyártás
- Matzon Győzőné – tejipar
- Németh Ferencné – hűtőipar, mirelit ipar
- Regős Béláné – édesipar, Agrimpex
- Simon István – üdítőipar
- Szabó Józsefné – szeszipar
- Bécsy Márton – hűtőipar
- Bécsy Kázmér – cukoripar

II. Interjú Prohászka Bélával

Az interjú időpontja: 2011. december 1.

Prohászka Béla mesterszakács a Magyar Nemzeti Gasztronómiai Szövetség elnöke volt 2009. április 18. és 2011. szeptember 1. között. Szakmai tevékenységét számos díjjal és éremmel elismerték. A magyar konyhát, az étkezési szokásokat jól ismeri, s célja többek között a közétkeztetés megújítása, ezért is lett tagja a „Menza Minta = Mintamenza” csapatának.

III. Interjú Ács Imrével

Az interjú időpontja: 2011. december 5.

Ács Imre gasztronómus a kecskeméti Széchenyi István Idegenforgalmi és Vendéglátóipari Szakközépiskola és Szakiskola tanára. Országosan is elismert receptgyűjteménye olyan ritkaságokat is tartalmaz, amelyek még a Magyar Kereskedelmi és Vendéglátóipari Múzeumban sem találhatók meg. Jól ismeri a magyaros ételek kialakulásának történetét, s a tájkonyhákat is.

IV. Interjú Lajos Marival

Az interjú időpontja: 2012. március 8.

Lajos Mari és férje, Hemző Károly közösen készített szakácskönyveikről váltak híressé. A 99 receptet és 33 ételfotót tartalmazó sokkötetes receptkönyv a magyar háztartások legtöbbszörében megtalálható. Lajos Mari szakácskönyvei egyik céljának tartja, hogy „főzhető és ehető” ételekkel töltsék meg őket, amiket a konyhában kevésbé járatos fiatalok és idősek is el tudnak készíteni.