

Sárgán, vérvörösen somolyog

A népi táplálkozásban ősidőktől szerepe volt a húsos somnak. Miért felednénk?

• „Somvirág, somvirág, aranyárga a világ...” – éneklő Gryllus Dániel természetbe csalogató dalában a tavasz egyik első és gazdagon mézélő hírnökéről. „Istengyümölcsétől tejelnek a kecskék” – szölt egy tavaly ilyenkor varsági meghívás az idényszállásra. Szépséges vidék Somodom, Somlyó, Som-hát, Somkerék, hasonlóképpen Somorja is. A bencédi Tófalvi Magdi néni megígértette velünk, hogy „kimegyünk a somra”. Mi a titka a sárga, őszi tűzként vagy vérvörös istengyümölcsként, húsos somként ismert erdei gyümölcsfajtának? Utánajártunk, tartsanak velünk!

MOLNÁR MELINDA

„Gem de coarne”

Árnyékban nem hoz gyümölcsöt a somfa. Napos, erdőszéli dombhátról gyűjtögették régen, a kaukázusi népek gyógynövényként alkalmazták – igazukat számos kutatás alátámasztotta. A gyümölcsbőrrel a magig csodákat terem a nyárvég vadgyümölcs. Rendszeres fogyasztásával sokat tehetünk ér- és immunrendszerünkért, emésztésünkért. Ezért honosíthatják meg a kertekben.

Hogy mennyire elterjedt lehetett a som a Kárpát-medencében, azt hely- és családneveink igazolják. Van Somlónk, Somlyónk, Somodunk, Kis- és Nagysomkútunk, Somos-tetőnk; a telekfalvi Somosról nevezett zenekarunk; ismert a magyarországi Somogy megye, Somberek. Helyenként Somfái urat vagy Somné asszonyt is megszólíthatjuk.

Három lekvárfélét leszámítva mi otthon minden mást befőztünk tőle. A pótolhatatlan, boltban vásárolható ízek között gyermekkoromban az első helyért versengett a fekete címkés sárgabarackbefőtt és a bársonyosnál is bársonyosabb, szintén román gyártmányú „hecserli” lekvár. Állandó harmadik helyet vívott ki magának a „gem de coarne”, azaz a somdzsem. Állaga olyan volt, mint egy bíborszínű tejbegríznek. Sanyarúsága, szomótosága miatt semmi pénzért nem kentem volna a kenyérré tejjel mellé, de édesanyámnak volt egy linzerreceptje, amit viszont a teli süteménytől elcsenni való kedvencként tartok számon. Ez a lekvár a sütés során mit sem veszített vöröses rózsaszínéből, hangsúlyos kásáságát a virág alakú sütemény bibéinek képzeltem, fanyar, savanykásan édes ízvilága remekül harmonizált a vaníliás vajos tészta-



Szétterítve félárnyékos helyen konyhakészre érik az őszi vadgyümölcs

ével. Azt viszont már később olvastam, hogy Románia mellett Bulgáriában, Ausztriában, Szlovákiában, Lengyelországban és Magyarországon is természetben és feldolgozzák a somot. Magyarországon gyümölcslé is készül belőle. A sajátos ízű és illatú sompálinka önmagában eléggé ritka, inkább egyéb házi gyümölcsök szaporítóanyaga a somcefre. Van, ahol negyven százalék magot is beleőrölnek. Úgy mondják a pálinkaínyencek, ettől pikánsabb az ízhatás.

Évek teltek el úgy, hogy semmilyen formában nem került elem a som. Aztán a homoródkarácsonyfalvi Tőkés Lenkétől kaptam egy somkompótot. Gyönyörűen mutatnak a nem fakuló somtermések a befőttesüvegben, így hosszú hónapokig kamrapolcom ékessége volt. Mígnem valamiféle vadas hús mellé felszolgáltam. Nem is maradt belőle egyetlen szem sem, csak a csonthéjas magok.

Első látásra-kóstolásra somszerelem volt a bencédi Tófalvi Magdi nénitől pár éve kapott, nyersen kevert somlekvár. Nagy szeretettel mesélte, hogy a falujában egyetlen sombort még papója ültette.

Másfél száz éves is lehet

Magdi néni gyermekkorában felekkora sem volt az a fa, amely már jócskán túlnőtt az egykori malomépületen, ma lakóházon. Sokszor megcsodálta az eperfa alatti malomkő asztaltól szemlélve: levél-fakadás előtt a virágait, nyáron

zölden fejlődő, majd színt váltó, a lombok közül kisomolygó, finomságokat sejtető hosszúkás bogycat, majd amint a már alacsonyban járó őszi nap ezerszínű, későig megmaradó lombkoronáján el-elidőz az alkonyatban.

Idén is bőséggel terem a somfa, bár talán már ritkítani kellene ágait, mert a belsőknön kisebbek a bogycat – mondta a minap Magdi néni. A fa alatt fólia várja a lepotyogó termést, amit épp aznap rázott le, és seprte össze a férje, Sanyi bácsi. Magdi néni napestig pucolgatta, majd szétterítette, hogy utóérhessenek, sötétbordóra váltsanak, és megpuhuljanak a félárnyékban a somtermések. Vagyis elérjék azt az optimális állapotot,

illetve beltartalmi értéket, amikor kezdődhet az átdörzsöléssel induló tartósítás.

A rendkívül magas C-vitamin-, karotin- és egyéb antioxidáns-tartalmú gyümölcsből főzött és nyersen kavart lekvár, szörp is készül a bencédi konyhában, bor nem. Míg bennünket vártak, a házaspárnak eszébe jutott, hogy régen házi gyümölcsbőrrel öntötték a somszemekre, és némi cukor hozzáadásával likórt érleltek belőle. Nosza, a régi módon oda is készítették egy kóstolásnyi adagot. Hogy mi lett belőle pár nap alatt, képen is meg-

Szemenként telik meg a kosár



A főzött somlekvár már idei termék

