

## Női sorsok: Katica

Katica alacsony termetű, szép asszony volt, aki általában mosolyogva köszönt az embereknek. Hosszú fekete haja korához képest nagyon hamar megöszült, már huszon-egynéhány éves korában mákos színt kapott, és gyorsan kezdett fehéredni. Nincs ezen mit csodálkozni. Még be sem töltötte a harmincegy életévét, már két gyerekkel egyedül maradt a beteg édesanyjával, meg a majdnem tíz évvel fiatalabb öccsével, aki még nem fejezte be az egyetemét. Sokszor úgy érezte, rá szakad az ég is, de ezt is csak ritkán, mert nem volt ideje saját magával foglalkozni.

A második válás jobban megviselte, mert a baj csőstől vette körbe, és sírdogált is egymagában, amikor senki sem látta, de gyorsan az önsajnálata végére járt, amikor kinyitotta jobban a szemét, és látta, hogy nem egyedül bukdácsol az élet útján, mellette, előtte, mögötte haladók között csak látszatra lépkednek boldogan az emberek, gyerekek.

**K e m é n y e n**  
dolgozott három munkahelyen. Asszonyt fogadott beteg édesanyja mellé, meg a gyerekekhez, mert azok még kicsik voltak. A fiatalabbik alig múlt egy éves, a lányka meg hat évesen koraérett kislány volt, aki felfogta nehéz helyzetüket, de azt hitte, ez csak azért van, mert nincs apuka a házban.



Persze van ebben igazság, hiszen ahol ketten kerestek, abban az időben, Csau ideje alatt, a két fizetésből megélhettek kényelmesen az emberek, még autóra, lakásra is gyűjthettek, nyaraltak, ahogy lehetett.

Katica is megtett mindent a gyerekeiért, azon kívül, hogy keveset voltak együtt. Küldte őket síelni, vitte őket nyaralni az iskola szervezésében, ő maga meg mint nevelő ment a gyerekekkel. Szolidan öltöztette őket. Nem fáztak, nem éheztek, igaz a krumplipaprikást nagyon szerették, ami néha pörköltnek sikeredett, mert amíg főtt a paprikás, addig a fűzetjavítást igazán el lehetett végezni. Szerencse, hogy a krumpli gyorsan megfő, mert volt olyan eset is, amikor előbb a kutyát, a macskát etette meg a mi Katicánk, csak azután került az asztalra az ebéd. Néha évelődve a gyerekei is megkérdezték: „Ma mit eszünk? Paprikást, vagy pörköltet?”

Telt, múlt az idő, a gyerekek nőttek, Katica meg minden évvel erősebb lett. Kivédte a pofonokat, hol a Sors kezétől, hol visszaadta, de akkor az csattant, pedig nem durvaságkedvelő. Ha csak tehette, vagy elnevette a bántalmakat, vagy viccre fogta a dolgokat, de szívbajos sem volt.

Egy alkalommal az egyik nő kollégája minden áron fészekre akarta csalogatni, sehogy sem akarta megérteni a finom elutasítást. A gyerekekkel való szabadaktivitást úgy intézte a rámenős kolléga, hogy ugyan abban az időben legyen ő is az elkülönített iskolarészben, mint Katica. Elébe állt, és váltig erősködött, a kapukulcsot nyomkodta a kezébe, hogy ő elengedi a gyerekeket előbb, azután Katica is fejezze be az aktivitást, zárja be a kaput, ő benn lesz a teremben.

Gondolt egyet Katica. Elvette a kulcsot, és csak annyit mondott, hogy jól van.

Mikor befejezte a tanítványaival az önképzőkört, kimentek, és kívülről bezárta a kaput, majd nyugodt léptekkel hazament.

Másnap az iskolában sértődött ábrázattal, mikor senki sem hallotta, fülön fogta Katicát a vén kecske, hogy merre őt bezárni, és ott hagyni az iskolában egyedül. Elkezdett pattogni a sértett fél. Katica végighallgatta, és amikor a kolléga kifogyott a szuszából, csak annyit mondott. - Ha ezzel nem fejezted be, akkor odamegyek a feleségedhez, és elmondom neki, hogy miért lettél bezárva. Így csak annyit mondtam neki, mert rám kérdezett, hogy azt hittem, neked is van kulcsod. Többé biztos nem fordul elő.

Még egyszer próbálkozott a rámenős, külön-

ben a kolléganőimmal P.-na Matyinak hívtuk magunk között, mert minden kezdő kolléganővel próbálkozott sikertelenül.

Másik esete Katicának nem volt durva, és nem szexen alapult, inkább komolyabb vita alakult ki a kollégájával, mert védte a tanítványait vele szemben. Osztálytanácsi alkalmával persze megint összekaptak, szó szót érte, mire a kolléga azt mondta, hogy amilyen az osztályfőnök, olyan az osztály.

- Mennyire igazad van! Ki legyen a példakép, ha nem az osztályfőnök?

- Akár mit mondok, mindig az övék az utolsó szó.

- Az osztályfőnöki órán is így van – mondta mosolyogva Katica, és egyenesen a kolléga szemébe nézett, hogy minél meggyőzőbb legyen.

- Adjátok meg az ötöst, nem bánom, csak fejezzük be - volt erre a válasz, és farkasszemet néztek Katicával.

- Látod, milyen rendes vagy! – mondta Katica.

- Még mindig van mondanivalód?

- Nincsen.

- Nézzük a következő tanuló tanulmányi előmenetelét – sürgette a kollégája.

- Akkor ötös, és mehetünk tovább?

- Mikor lesz az enyém az utolsó mondat?

- Na ne viccelj már, várd ki a nyarat, akkor van mezei virág, most nincs pénzem koszorúra.

Elnevette magát a kolléga, meg a többiek is kuncogtak, és soha többé nem vitáztak.

A család berkeiben volt egy nem mindennapi esemény decemberben.

Úgy december tájékán megjelent a volt férj, a második, tizenkét, tizenhárom éven át a lakás ajtajában, majd a házban, Katica beengedte, leültette, főzött neki kávé, pár rutinos mondatot váltottak, amikor a volt férj szó szerint azt mondta: „Ha akarsz, visszajöhetsz hozzám. Te pakoltál el, te mentél el, én visszapakolni sem segíték, de jöhetsz.”

Katica válasza rövidebb volt: „Ha nekem ott jó lett volna, nem jöttem volna el. Nem megyek vissza!”

Ez a párbeszéd szóról szóra megisméltődött sok éven keresztül minden decemberben. Katica már szinte várta, mikor toppan be a volt férj, papagájként ismétlődő szövegével, függetlenül attól, hogy volt-e élettársa vagy sem a volt apjukjának, mert ha Katica elemében volt annak idején, apjukomnak szólította a párját.

Már nagyobbacskák voltak a gyerekek, amikor megint érkezett a december, elhangzott a visszajöhetsz szöveg, csak most Katica nem a megszokott szövegét szajkózta, hanem odafordult a fiához, aki az apja mellett ült, és elkezdett beszélni.

- Ide figyelj, a gyerekek már elég nagyok, komoly dolgokban nem egyedül döntök. Hogy becsületes legyek veled szemben, először a fiadat kérdezem meg, hogy mi a véleménye az ajánlatodról.

A gyerek egy kicsit meglepődött, de kerek perec kijelentette: „Anyu, te ha akarsz, visszamehetsz a tatához, de nekem ez az otthonom, én itt maradok, nem megyek sehova.” Ekkor odafordult Katica az első házasságából született lányához, akinek ugyanazt a kérdést tette fel, mint a fiának. „Anyu, én is azt mondom, ha te akarsz, visszamehetsz, de én maradok az öcsémmel.”

Ekkor Katica odafordult volt férjéhez, és kijelentette, hogy neki már nincs is mit mondania, a gyerekek elmondták mindent helyette. Látzólag nyugodt arcmaszkot öltött, de legszívesebben szívére ölelte volna mindkét gyermekét, és belülről kacagott, kacagott, amit csak a gyerekei hallottak meg.

A volt férj soha többé nem jelent meg decemberben.

Zsófi

## Reform édességek

### Zserbó gyümölcsökből

**Hozzávalók:** A laphoz: 2 marék datolya, 1/2 marék goji bogyó (vagy mazsola), 1 marék kókuszreszelék, vanília por.

A krémhez: 2 marék mandula, 1 marék darált dió, 1-2 ek méz csipet só, reszelt narancshéj, fahéj.

A tetejére: néhány kocka étcsokoládé.

**Elkészítés:** A lap hozzávalóit késes aprítógépbe tesszük, és addig aprítjuk, míg egyenletes masszává áll össze.

Ekkor két folpack között kinyújtjuk, az egyik folpackot felemelve kés-sel kockákra vágjuk, majd visszahajtva hűtőben dermesztjük.

A krémhez pár órára beáztatjuk a mandulát, amikor a héja lehúzható, aprítógépbe tesszük a mézzel és a csipet sóval, krémesre aprítjuk, ha kell, pici vizet adunk hozzá, majd elkeverjük a krém többi hozzávalóival.

Az étcsokoládét vízgőz felett (vagy mikróban) felolvasztjuk.

Összeállítjuk a szeleteket: a lapokra krémet kentünk, és a tetejére rákenjük a csokoládét.

Hűtőben fogyasztásig dermesztjük!



### Mákos-almás paleo süti

**Hozzávalók:** 20 dkg darált mák, 2 tk sütőpor, 3 ek méz, 1 citrom reszelt héja, 3 db reszelt alma (nagy lyukú almareszelőn reszelve), 2 tk őrölt fahéj + 2 ek méz az almára, 2 tojás.

**Elkészítés:** Az almákat lereszeljük, megszórjuk fahéjjal és leöntjük mézzel (egy kis levét fog eresztetni, ami nagyon jól passzol a sütihez). A tojásokat kézi habverővel kicsit felverjük.

A darált mákhoz hozzáadjuk a sütőport, a reszelt citromhéjat és hozzákeverjük a felvert tojásokhoz.

Sütőpapírral bélelt kisebb méretű tepsibe tesszük, és 200C fokon kb 35 percig sütjük.

### Mézes mák

**Hozzávalók:** Minden dl méz re 10-12 dkg darált mák, 1 tk reszelt citromhéj, 2-3 dkg apróra vágott pirított dió, 1 ek szilvapálinka (kihagyható), 1 ek sűrű baracklekvár.

**Elkészítés:** A mákot 2x daráljuk át.

Egy lapos lábasban tegyük oda a mézet olvadni. Ha már kézlángyos, keverjük hozzá a mákot és a többi hozzávalót, és töltsük folpackkal kibélelt csészékbe vagy formákba, amiből könnyen kiborítható. Jól nyomkodjuk bele, hogy kiszorítsuk az összes levegőt. Elég ragacsos és sűrű.

Hagyjuk kihűlni, ezután szeletelhető, fogyasztható.

Kockákra vágva, vékonyan olvasztott csokiba mártva, igazi ínycsok lehet.

### Aszalványos süti

**Hozzávalók:** 120 g darált mandula, 100 g darált dió és kókuszreszelék keveréke, 6 tojás, 200 g teavaj (kicsit olvasztva), 1-1 narancs és citrom reszelt héja, 2 dl folyadék összesen (a narancs és citrom leve + kipótolva tejjel), ízlés szerint vanília és rumaroma, almapép (édes alma a kis lyuku sajtreszelőn lereszelve), 2 cs sütőpor, 2 ek keserű kakaópó, darabolt dió, darabolt aszalt gyümölcs (ez lehet datolya, mazsola, szilva, barack rumba áztatva vagy a gyümölcslebe és lehet friss gyümölcs is).

**Elkészítés:** A nedves és száraz hozzávalókat (aszalványok és gyümölcs kivételével) külön-külön jól összekeverjük (a tojásokat nem kell szétszedni, csak úgy egybe beletenni).

Majd egybevegyítjük a 2 anyagot, és jól elkeverjük, hogy ne maradjanak benne csomók.

Ezután szórjuk bele az aszalványokat és az élő gyümölcsöt is, de itt már csak óvatosan forgassuk át a tésztát.

Sütőpapírral kibélelt tepsibe tesszük, és 30-40 percig sütjük.

Tűpróba és hagyjuk kihűlni mielőtt felvágánk!

Jó étvágyat!

## Hasznos konyhatippek

### Zöldségek tárolása

A fokhagymát hűvös helyen tároljuk, de ne hűtőszekrényben, kamrában tartva őrzi meg leginkább az aromáját.

Ha a burgonyát gyümölcsökkel tároljuk egy helyiségben, kevésbé csirázik.

A paradicsomot ne tartsuk a hűtőben, mert érzékeny a hidegre és hatására elveszíti a zamatát. Hűtő helyett tároljuk kamrában vagy más hűvösebb helyen.

A felvágott zeller és karalábé alufóliába téve a hűtőszekrényben akár egy hétig is friss marad, míg nejlóban csúnyán elszíneződik.

A hagymát a legjobb lógatva tárolni. Tegyük egy nejlonharisnya alá, és minden hagyma után kössünk egy csomót. A harisnyát száraz helyen akasszuk fel.

A muromok ládáiban nedves homokban, sokáig eláll.