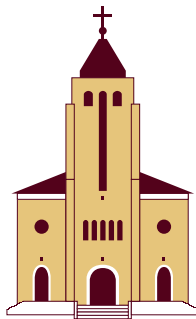


MUSTÁRMAG

Budapest-Pestszentlőrinc-Szemeretelepi Szent István Király Plébánia



ALAPÍTVÁ: 1992 • 2024/1. SZÁM • MÁRCIUS 10.

NAGYBÖJTI ÜZENET 2024

Kedves Testvérek!

A nagyböjt az egyház számára lekigyakorlatnak az ideje, amikor arra kapunk meghívást, hogy a Jézus Krisztussal való kapcsolatunkra összpontosítsunk, hogy életünket Őrá bizzuk, hogy elmélyítsük ismeretünket arról, akiben hiszünk. Ferenc pápa 2024-es nagyböjti üzenetében emlékeztet arra, hogy a nagyböjt keretet biztosít hitünk és a Jézussal való barátságunk megújításához. Isten formálja népét; lehetővé teszi számunkra, hogy magunk mögött hagyjuk rabszolgaságunkat, és megtapasztaljuk a halálból az életbe való átmenetet.

Nagyböjt idején az Egyház három gyakorlatra hív bennünket: imádságra, böjtre és alamizsnálkodásra. Az *imádság* képezi az Istennel való kapcsolatunk alapját. Mindennapi életünk zaja és elfoglaltsága közepette kihívást jelenthet az Úr imában való utánzása. A nagyböjt alkalmat ad arra, hogy jobban próbálkozzunk – időt szakítva arra, hogy szívünkben beszéljünk Jézushoz, és csendben hallgassuk az Ő hangját válaszul; hogy közelebről megismerjük Őt, akiben hiszünk.



A *böjt* egy másik gyakorlat, amellyel szándékosan megtagadhatjuk magunktól azokat a dolgokat, amelyek néha fogva tartanak minket. Természetesen ide tartozik az étel és ital, de ide tartoznak a hozzáállások és szokások is, a bűnök, amelyekkel szemben közömbössé váltunk, az önző cselekedetek, amelyek kizárnak másokat. Az ételtől, italtól és más élvezeti tevékenységektől való külső böjt is csak jele annak, aminek belül kellene történnie: növekedés az önuralomban, az együttérzésben és az önzetlenségben.

AZ ÁRPÁD-HÁZ SZENTJEI

Megújult formában, a magyar szentek bemutatásával folytatjuk a szentekről szóló sorozatunkat. Elsőként az Árpád-ház szentjeit mutatjuk be, hiszen az európai dinasztiák közül az Árpád-ház adta a legtöbb boldogot és szentet a katolikus egyháznak.

BOLDOG ERZSÉBET

Erzsébet 1292/94 körül született Magyarországon, atyja az utolsó Árpád-házi király, III. András, anyja a lengyel Fenenna hercegnő volt. Nagynénjei között találjuk Szent Margitot, Szent Erzsébetet, Szent Kingát és Boldog Jolánt.

Édesanyja fiatalon, második gyermeke születésekor meghalt. Apja hamarosan újraházasodott, Habsburg Albert leányát, Ágnest vette feleségül. Ez a házasság termé-

ketlen maradt. A királyné a kis Erzsébetet Bécsben neveltette, és a Habsburg érdekeknek megfelelően eljegyeztette őt II. Vencel cseh király fiával. Ezzel a házassággal a cseh és a magyar koronát a Habsburgok nyerték volna el.

1301. január 11-én gyászba borult az ország: meghalt András, az utolsó Árpád-házi király. A temetésen ott volt Erzsébet is. A hagyomány szerint amikor a király koporsóján lefelé fordították az Árpádok címerét, annak jeleként, hogy kihalt az ősi

Az *alamizsnálkodás*ban többet teszünk annál, hogy egyszerűen csak adunk a rászorulóknak, arra vagyunk hivatottak, hogy gondosan mérlegeljünk, hogy adakozásunk valóban a szükségünkből származzon, és ne a feleslegünkből. Bizonyára jó gyakorlat, hogy elajándékozzuk a felesleges ruhákat, háztartási dolgokat és gyermekjátékokat. Az igazi alamizsnálkodás akkor történik, amikor feláldozunk valamit, amit szeretnénk odaadni egy valóban rászoruló személynek. Ily módon az adakozásunk valóban önmagunk ajándékozása másoknak.

Húsvét üzenete – Jézus feltámadása – a kereszten túl a feltámadt Úr látásából fakadó öröm és reménység felé visz bennünket. A feltámadt Krisztus volt az, aki lehetővé tette tanítványai számára, hogy teljes mértékben tudják, hogy Isten létezik, és hogy minden ember számára van jövő. Húsvét arra hív bennünket, hogy hálás és örömteli szívvel, újult erővel hirdessük az emberi élet szentségét. Húsvét arra hív minket, hogy megosszuk egymással a feltámadás örömhírét. Arra is hív, hogy bátran kövessük Jézus Krisztust, a Feltámadottat, és bátran hirdessük, hogy a sötétségből és a szenvedésből új élet fakad. Ezen a húsvéton hitünk tanúságtételével találkozunk a világgal.

Kívánom, hogy tartsatok ki a nagybőjti cselekedetekben és várjátok a húsvét örömet – Isten áldjon meg benneteket!

Ház, a kislány ájultan esett össze. Apja halálával Európában ő lett a legfontosabb személy, aki az ő kezét elnyeri, az joggal formálhat igényt a magyar trónra. Az özvegy királyné kincsekkel megrakodva elhagyta az országot, s magával vitte a kis Erzsébetet, hogy a Habsburgok politikai terveinek megfelelően használja a kislányt. Ezek a tervek sorra kútba estek. Erzsébet egyszer csak úgy találta, hogy már útjában van a Habsburgok újabb terveinek. Most már maga akarta kezébe venni sorsát, és két nagynénje, Szent Erzsébet és Szent Margit nyomdokait követve az evangéliumi szegénység, tisztaság, engedelmesség útját választotta. E döntésétől kezdve többé nem hagyta magát érzéketlen bábuként kezelni. Mostoha nagybátyja, Habsburg Henrik házassági ostromait visszautasítva, ország-világ előtt bizonyította, önként, a maga akaratából választotta jegyesül a Királyok Királyát.

Döntése legapróbb következményeit is vállalta, semmit sem tartott meg magának, haláláig nem találkozott többé rokonaival, hazájabeliekkal, A svájci Töss domonkos kolostor lett lelki otthona.

A maga választotta szigorú életmódot jegyese, a Királyok királya súlyos betegségekkel, külső és belső megpróbáltatásokkal tétézte. A kolostorban töltött 28 év alatt szinte állandóan beteg volt, élete utolsó négy évében pedig fokozatosan megbénult.

Halálos ágyán földi hazája felé sóhajtott, nővértársai ekkor értették meg, hogy a fizi-

kai megpróbáltatásain túl a legnagyobb szenvedés maga a számkivetés, a hazájától és az övétől való elszakíttottság volt.

A tössi kolostor lakói nagyon szerették és tisztelték őt. Szent élete és a közbenjárására történt csodák miatt biztosak voltak abban, hogy Isten gazdagon megjutalmazta, azaz megadta neki az Élet koronáját, melyet egy látomásban megígért hű szolgálójának.

A halálhíre hosszú hónapok múlva jutott el Magyarországra, ahol akkor már hosszú ideje Anjou Károly Róbert uralkodott. Már csak a legidősebbek emlékeztek a száműzetésbe került királylányra.

Erzsébetet a templom kórusa közelében tették el. A domonkos rendben boldogként tisztelik.

Isten, aki megjutalmazza minden szentjét, és fölmagasztalja az alázatos és tiszta szívűeket, magához vette ezt az erényes és alázatos hercegnőt, és a tünékeny javak viszonzásaként az örök dicsőség mindenkor megmaradó kincsét adta neki, amelynek ő nagy örömben és tökéletes biztonságban fog örvezdeni mindörökké. E tökéletes boldogság ölen hívjuk őt segítségül. Kérjük, esdjen ki nekünk kegyelmet az Úrnál, hiszen ha földi élete során szeretetében oly sok kegyelmet eszközölt ki felebarátinak, bizony reménykedhetünk abban, hogy most ott, Istennél még inkább segít és meghallgatja imáinkat!

Forrásmű: Szentek élete, SZIT, Budapest 2009.

N. K. E.



NAGYBÖJTI LELKIGYAKORLAT

A lelkigyakorlat olyan ünnepi készülődés, amiben időt szánunk a közelgő ünnepre való felkészülésre. Ideális lenne elvonulni és néhány napon át csak Istenre és a bennünk megszólaló hangjára figyelni, sajnos azonban különböző okokból ugyan, de keveseknek adódik erre lehetősége. Hálásak lehetünk tehát akkor, amikor „helyünkbe jön a lehetőség”, nekünk csak élni kell vele. Így történt ez idén is: *Tampu-Ababei József* atya szentbeszédei közelebb hozták hozzánk a húsvét ünnepét azáltal, hogy az elmékedések közben mi is részesei lehetünk mindannak, amit Krisztus és tanítványai megélhettek ezek alatt a napok alatt.

Számomra új volt a szent háromnapnak az évszakokkal azonosított metaforája. Eb-

ben az értelmezésben nagycsütörtök a késő nyár, nagypéntek az ősz, nagyszombat pedig a tél képével azonosult.

Nagycsütörtökre beérte a termés, Krisztus „végrendelete”, az Oltáriszentség, a papság rendjének megalapítása, a tanítványok bátorítása, a Szentlélek ígérete mind-mind azt üzenik, Jézus hivatása beteljesült, Isten Fia teljesítette küldetését. A mi életünkben is előfordul, hogy úgy érezzük, minden a helyén van. Ilyenkor különösen figyelniünk kell arra, hogy mi a küldetésünk, mi a hivatásunk. A mai ember számára talán már-már idegenek is ezek a szavak, de nem véletlenül vagyunk ott, ahová kerültünk: az Isten képmására teremtett ember nem tagadhatja meg isteni teremtettségét: hiva-





tásban is képviseli isteni küldetését munkájának lelkiismeretes elvégzése és az emberek szolgálata által.

Nagyénteken Krisztus mindent visszahagy, ami a földi létehez kötötte: megaláztatás, kítaszítottság és magány az osztályrésze. Még a tanítványai is, akikben bízott, akik olyan nagyon közel álltak hozzá, elárulják, megtagadják. Olyanná válik, mint a leveleit lehullató fa, amely megkopaszítva, csupaszon áll a kertünkben. Az életünknek is vannak ilyen időszakai: a fájdalmak, szenvedések minket is megtépáznak, megéltünk magányt, kiszolgáltatottságot. A szenvedés része a mi életünknek is. Nem kell szeretnünk a szenvedést, hiszen az eredetileg nem volt Isten tervében. A bűn következménye a szenvedés és a halál, de Isten végtelen szeretete elhozza a megváltást, az örök életet. Ennek tudása adhat erőt a szenvedés elviseléséhez, felajánlásához.

Nagyszombat a csend ideje: ez a tél, a halál ideje. („*Most tél van és csend és hó és halál*” – írja Vörösmarty más kontextusban ugyan, de ugyanezt a képet felhasználva.) De Isten csendje nem örök, Isten a csendben is jelen van. Akárcsak a csónakjkkal

viharba kerülő, halálfélelemmel küzdő tanítványok esetében: Krisztus hagyja, hogy a tanítványok küzdjenek, hagyja, hogy tegyék a dolgukat, majd egyetlen mozdulattal lecsendesíti a vihart. Nagy bizalmat jelenthet a mi életünkben is, ha tudjuk, Isten tervében megvan a mi helyünk is. Ha olykor félelem fog is el bennünket, vagy elhatalmasodni látszik a kétségbeesés, bátran gondolhatunk arra, hogy minden Isten szeme előtt történik. Saját felelősségünk ugyanakkor, hogy úgy éljük az életünket, úgy élünk a szabad akaratunkkal, hogy a nehéz helyzetekből képesek legyünk megkeseredés helyett megerősődéssel kikerülni.

A lelkigyakorlatnak vasárnap vége lett, de mi tudjuk, hogy a Mennyei Atya nem hagyott minket az örök tél birodalmában. Vasárnap hajnalára Krisztus keresztfája kibimbózott, életre kelt, és általa mi is új, megváltott életre jutottunk.

N. Gy.



VISSZATEKINTŐ

ADVENTI LELKIGYAKORLAT

2023. december 16–17. • Ünnepléses gyertyagyújtás szombat este Mazgon Gábor pest-szentimrei lelkész atyával, majd vasárnap esti szentmise lelkigyakorlatos homíliával Martos Levente Balázs esztergom-budapesti segédpüspök atyával. A vasárnapi szentmiséken Szent Ferenc Kisnővérei tartottak adományvásárt az általuk készített termékekből.



KARÁCSONYVÁRÓ ÉNEKLÉS

Don Bosco Közösségi Ház, 2023. december 23.



PÁSZTORJÁTÉK

2023. december 24.



KARÁCSONY: ÉJFÉLI SZENTMISE

2023. december 25.



KORONÁZÁSI MISE AZ EGYETEMI TEMPLOMBAN

Egyetemi templom, 2024. január 27.

A budapesti Egyetemi-templom Don Bosco Ének- és Zenekara ünnepi szentmisén emlékezett meg névadó szentjéről, valamint kórusalapító karnagyáról, *Dauner János* szalézi szerzetes atyáról, aki 1945–1950 között lelkészként, kántorként és énekkarvezetőként a szemeretelepi templomban működött. A misén közösségünk néhány tagja is jelen volt, hiszen a liturgiában elhangzó Mozart: Koronázási misében a szoprán szólistát *Békefi Edina* énekelte.



ZARÁNDOKLAT

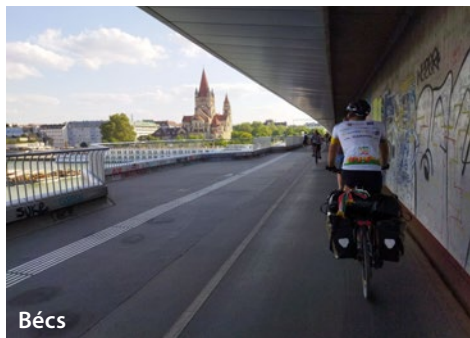
KERÉKPÁRRAL LISSZABONBA



1. rész: Német nyelvterületen

A zárandoklat ötletének 2016-os megszületése során még nem tudtuk, hová szervezzük a 2023-as Ifjúsági Világtalálkozót. Annyit lehetett tudni, hogy Európában lesz. A kontinens tőlünk legtávolabb eső fővárosára esett a választás. Mit tegyünk, merre menjünk? Olyan nehéz kérdéseket kellett eldönteni a szervezés első pillanatában, hogy északról vagy délről kerüljük-e meg az Alpok fenséges vonulatait. Több száz km-es eltérések voltak az alternatív útvonalaink között. Választani kellett, nincs mese. Talán Ausztrián, Németországon és Svájcban keresztül kicsit egyszerűbb az eljutás. Nincs olyan meleg, mint Olaszországban, kikerüljük a nyári tengerparti autóforgalmat, több kerékpárút is van arrafele. Ráadásul nem is hosszabb a táv, furcsán hangzik és szokatlan ez a térképen is, de ilyen távolság esetén a Föld görbületét is számba kell már venni.

Sok előkészítő munka után elérkezett az indulás napja. 2023. június 25-e van, a cél, hogy augusztus 2-re odaérjünk a portugál fővárosba, az Ifjúsági Világtalálkozóra. Nem szabad ebbe belegondolni, mert megriadnánk tőle, mindig csak a következő nappal érdemes foglalkozni. Első napunkon Bécs a cél. Pozsony felé kerülünk, arra szinte végig kerékpárúton lehet közlekedni.



Bécs

Reggel 5:00-ra van kitűzve az indulás. Círil pannonhalmi főapát úr is ott van hajnalban a főapátság kapuja előtt. Úti áldásban részesít minket, majd elindulunk. Olyan érzés, mintha csak Győrbe tekernénk, vagy valamelyik szomszédos kisvárosba. Talán még mi sem hittük el, hogy azt a Lisszabont tűztük ki célul, amit 4092 kilométernyi kaland során értünk el. Győrben hamar ott voltunk, majd gyors fotóra megkértük az egyik járókelőt, aki megmosolygott minket érdekes vállalásunk hallatán.



Így vártak az ismerősök egy rövid frissítőre Bajorországban

Enyhe szembeszél nehezítette a helyzetünket, de a lelkesedés nagy volt: faltuk a kilométereket. Pozsonynál a Duna túlsó partján elterülő történelmi belváros és a vár szolgáltatta a díszletet ebédünkhöz. Innentől kezdve több napra hűsleges útítársunkká vált az öreg Duna. Biztonságérzetet jelentett számunkra, hogy e szép folyam látványa gondolatban hazarepített minket: a mellettünk elhaladó óriási víztömegek rövidesen kis hazánkba érkeznek.

Nem mindig volt könnyű a Duna mellett haladni. Sokszor a folyamnak köszönhetően nyílt terepen haladtunk, ahol hatalmas, olykor 70 km/órás szembeszéllel kellett megküzdenünk. A töltéseken való monoton tekerés sem könnyítette meg dolgunkat. Lélektanilag a túra egyik legnehezebb szakasza volt az első, dunai szakasz.

Bécsbe is ennek megfelelően rendkívül fáradtan gurultunk be. Utólag derült ki, hogy azzal, hogy Pozsony felé kerültünk, az egyik leghosszabb napot teljesítettük: körülbelül 170 km-t. Zuhanyozni sem volt sok erőm, így a bécsi bencéséktől kapott cellám padlóján fekvé próbáltam félálomban erőt gyűjteni. Hogy fog menni a többi 38 nap, ha már az első nap ennyire kimerültünk? Félelmetes volt belegondolni. Annyian követnek minket otthon, és mi már Bécsnél elfáradtunk. De nem szabad belegondolni a végcélba! Csak a következő nap. Melk. De ott még nincs szállásunk! Mi lesz itt?!

Valószínűleg ezeken rágódtunk volna egész éjszaka, ha vacsora és a bencésekkel való közös imádság után nem nyom el bennünket az álom. Következő nap valóban úgy indultunk el, hogy nem tudjuk, hol fogunk aludni, érkezésünk előtt azonban ismerős ismerősén keresztül mégiscsak lett helyünk. Itt még azért nagyon közel vagyunk a hazához. Sok távsegítséget kapunk otthonról.



Csongi a Zürichersee felett



► Melkben még gyorsan összefutok a családdal egy-két sör erejéig, akik Németországból tartanak haza. Majd a következő nap – szintén komoly ellenszélben – ismét az öreg Duna kísért minket, még egy utolsó nap erejéig.

Linz volt az a város, ahol elváltak útjaink szeretett folyamunktól. Kevéssel azelőtt, hogy megérkeztünk volna, az út szélén várt ránk egy magyar kisser és egy anyuka, akik GPS-nyomkövetőn keresztül követék utunkat az interneten. Nagyon meglepődtünk, nem számítottunk arra, hogy útközben is találkozni fogunk a zarándoklatunkat nyomon követőkkel. A kisser éppen focidzésre indult, így hát elkísértük őt a pályára. Végtelen öröm látszott az arcán. Innen már nem volt messze a mi úticélunk sem: Linzben egy kedves magyar család fogadott be minket egy éjszakára, akik interneten keresztül hallottak rólunk, s ennek kapcsán ajánlották fel a szálláslehetőséget.

Linz után kezdődött az igazi kaland. Egyszerre a semmiből kinőttek körülötünk a csodálatos, hatalmas hegyek, amelyek körülölelik a kristálytisza Attersee és Mondsee csillogó víztükrét. Alagutakon haladtunk keresztül, komoly emelkedőkön kapaszkodtunk fel, míg Salzburgig nem jutottunk. Sok időnk nem volt a városra, de néhány izgalmas dologban azért itt is lehe-

tett részünk: ilyen volt például a kapucinus hegyre való feljutás, ugyanis a kapucinusoknál volt szállásunk a belváros szívében. Hozzájuk 27%-os emelkedő visz fel, ami még lefele haladva is félelmetes, fölfelé meg teljességgel lehetetlen. A csapat egyik tagja, Levi azért mégis feltekert rajta, bár tapasztalt bringásként ő se látott valószínűleg sok ehhez hasonlót.

Salzburgot elhagyva gyorsan Németországban találtuk magunkat. Bajorországban megálltunk egy éjszakára a Chiemsee-nél, ahol a tó egyik kis szigetén, a Fraueninselen kaptunk szállást bencés nővéreknél. Majd München felé tartva magyar ismerősök láttak el minket egy kis harapnivalóval.

Münchenben borús idő fogadott minket, a bencés nővérek vendégszeretete azonban gyorsan derűt hozott mindenki számára. Gulasch-sal vártak minket, ami náluk nem leves, inkább pörkölt jellegű étel. A bajor fő-



városban több időnk volt pihenni, így megnéztük a várost, eljutottunk a München legnagyobb sörházába, a Hofbräuhausba, ahol sült csülök és sör formájában igyekeztünk gondoskodni a tápanyagbevitelről (hasznos tipp: melegétellel tényleg nem szabad spórolni egy ilyen túra során, kell az erő). Mindezek mellett azonban maradt idő arra is, hogy viszozzuk a kedvességet a nővéreknek: a szállásért és a gondoskodásért

cserébe segítettünk nekik olyan bútorok mozgatásában, amiket ők nem tudtak volna elcipelni. Jó érzés volt, hogy mi is tudtunk valamit adni a segítségükért cserébe.

A Sankt Ottilien bencés apátság nincs messze Münchentől, emiatt ráérősen tekerünk ki következő szálláshelyünkre. Idáig kísérőautó nélkül tekerünk, itt azonban beért minket az autós kísérőnk, akivel együtt haladtunk tovább. Csodás tájakon



Valamit valamiért – segítettünk a müncheni nővéreknek bútort pakolni

haladtunk keresztül, utunkat kis bajor családi gazdaságok övezték. Kevés olyan gazdaság vagy tehenészet van itt, amely ne bírna több száz éves történettel. A Bodentó partján még egy pillanatra érintettük Ausztriát, majd elérkeztünk a bizonytalanba: ez Svájc.

Svájc nem Európai Unió tagállam, emiatt nagyon sok mindenben különbözik a többi országtól, amin keresztülmentünk utunk során. Az első és legfontosabb változás az az volt, hogy a telefonjaink nem működtek megfelelően. Nem volt internetünk, papírtérképet pedig nem vittünk magunkkal, így az első nap javarészt vakon tettük meg az út nagy részét. Nem tudtuk, merre jár a kísérőautó, telefonálni pedig csak röviden lehetett az 550 Ft-os percdíj miatt. Szinte teljes vigaszt jelentett azonban a csodás táj, amin keresztülhaladtunk, illetve az útba eső csokigyárak, amelyek közül az

egyik legismertebbe be is tértünk újratölteni édességkészleteinket.

Svájcról talán mindenkinek a meredek hegyoldalak jutnak eszébe, nem véletlen. Emiatt alapvetően igyekeztünk folyóvölgyekben haladni, így a Rajna partján is tekerünk egy jó darabon. De az emelkedőket azért így sem úsztuk meg.

Rengeteg segítséget kaptunk svájci magyaroaktól: a mosás, a szállás és az étkezés is javarészt megoldott volt az egyébként igen drága országban. Csodás helyeken laktunk, olyan városokat érintettünk, mint Luzern, Bern, Fribourg, Lausanne vagy Genf. Eljutottunk Emmentalba, ahol megkóstolhattuk az eredeti ementáli sajtot, fürödtünk Bern gyorsfolyású folyójában, az Aareban. A berniek szokása, hogy a fővárosi strandtól 1-2 km-rel feljebb beleugranak a folyóba, majd azzal sodortatják le magukat a strandig. Hihetetlen izgalmas, szinte alig tudtunk elszakadni emiatt Berntől!

Ahogy haladtunk, szépen lassan elkezdtek fogyni a német feliratok. Egyszerre minden francia lett. Ez újfajta kihívást jelentett számunkra, hiszen német nyelvben jelentősen erősebbek vagyunk a csapatban, mind franciában.

Genfben töltöttük az utolsó svájci éjszánkát. Itt még tudtuk németül beszélni ▶



Einsiedeln, Svájc egyik legjelentősebb bencés apátsága előtt

▶ a jezsuita atyákkal, akik befogadtak minket. A kezdeti nehézségek ellenére tudtuk, hogy hiányozni fog Svájc. A csodás tájakon kívül számos kalandban lehetett részünk, sok szép találkozást tudhattunk magunk mögött svájci katolikus közösségekkel, kint élő magyarokkal. És ez talán túránk legnehezebb pontja: mindig tovább kell menni, magunk mögött hagyni a szépet és a jót. Hogy célba érhessünk. Hiszen hátravan még Franciaország, Spanyolország és Portugália. És még csak nem is járunk az út

felénél. Istennek hála eddig minden számításunk bejött: az időjárás kegyes volt hozzánk, kis forgalmú utakon tudtunk közlekedni, mindig volt fedél a fejünk felett. Itt, a svájci-francia határon állva már tudtuk: zarándoklatunk sikere fejben dől el, és mi mindennél jobban vágytunk arra, hogy találkozhassunk Ferenc pápával Lisszabonban. Ilyen lélekkel vágtunk neki a következő nagy országnak: Franciaországnak.

K. A. B.
Folytatjuk!

HÁZI PRAKTIKÁK

A TITKOS PORTUGÁL RECEPT

A zarándoklaton a sok tekerés és élmény mellett mindig maradt idő kipróbálni a helyi finomságokat. Münchenben sör és sült csülök került az asztalra, dél-Franciaországban, Toulouseban ‚cassulet’ volt a menü (hasonló, mint a sólet, de kacsahússal készül). Az óceánparton kagylót, polipot és osztrigát is kóstoltunk, de természetesen a spanyolok leghíresebb étele, a ‚paella’ (amolyan rizseshús, sok extrával) sem maradhatott ki a sorból. Amennyiben lehetőség adódik rá, megosztom ezek receptjeit is.

Most azonban a legnagyobb sikert arató portugál süteménykülönlegesség receptjét szeretném leírni, amit azóta már többször el is készítettem, és még ha nem is százszázalékosan sikerül úgy, mint a lisszaboni szűk utcácskák kis cukrászműhelyeiben, azért megidézi az óceánparti ország hangulatát, ízvilágát. Ez a *Pastel de Nata*.

A Pastel de Nata eredeti neve *Pastel de Belém*, ugyanis ennek az édességnek a receptjét a Lisszabon külvárosában található belémi Szent Jeromos Kolostorban őrzik

mind a mai napig. Az eredeti receptúra szerint készült édességért tehát az édesszájú turistáknak ki kell utazniuk Belémbe, ahová azonban nem csak a sütemény kedvéért utaznak el szívesen, hiszen maga a kolostor is igen csodálatos, ahol a gótika, a reneszánsz és az arab világ stílusjegyei is tetten érhetőek. Emellett Lisszabon egyik nevezetessége, a Belém torony is itt található, ami a város vízi „kapujaként” szolgált évszázadokon keresztül.

Mivel a Pastel de Belém nagyon finom, nem csoda, hogy sokan megkísérelték a lemásolását. Mára már többnyire minden portugál cukrászdában található ilyen süteményt, azonban a levédett név miatt Pastel de nata néven kell keresnünk ezeket a finomságokat. Mindegyik recept egy kicsit más, nagy a verseny, hogy ki tudja elkészíteni a legautentikusabb süteményt. Na de térjünk rá is a receptre.

Hozzávalók: 4 tojás sárgája, 8 dkg kristálycukor, 2 dkg vaníliás cukor, 2 evőkanál finomliszt, 1 csipet só, 4 dl tej, 1 nagy egész

fahéj rúd (vagy 5-6 kisebb tört fahéjdarab), 1 citrom héja, 1 db vanília rúd vagy 1 teáskanál vanília aroma, 25-30 dkg leveles tészta, 1 kis kanál vaj a forma kikenéséhez.

Elkészítés: első lépésként keverjük ki a tojássárgáját a cukorral és a vaníliás cukorral, adjuk hozzá a lisztet, keverjük csomómentesre, majd szórjuk meg egy csipet sóval. Ezután öntsük fel fokozatosan a tejjel, és dolgozzuk jól össze a már korábban hozzáadott alapanyagokkal.

Következő lépésként melegítsük vastag aljú edényben közepes hőfokon, majd adjuk hozzá a citrom vékonyan, egy darabban lehámozott héját, az egész fahéjat, a vanília rúd kikapart magjait és magát a rudat, majd folyamatosan kevergetve főzzük addig, amíg be nem sűrűsödik. Ajánlott egy kézi habverőt használni a kevergetéshez (illetve nagyon fontos, hogy ne hagyjuk abba egy pillanatra se.) Ezután félretesszük picit hűlni, de közben azért néhányszor átkeverjük. Kiszedjük belőle a citromhéjat, fahéj- és vanília rudakat.

A hengerben vásárolt leveles tésztát egészen vékonyra kinyújtjuk, és a hosszabb részétől indulva, szorosan feltekerjük. A rúdból 12 darabnyi kis csigát vágunk le. Fagyasztott tésztával is el lehet készíteni, az egy hajszállal körülmenyesebb.

Helyezzük a tésztacsigákat a vágott részüknél a vajjal vékonyan kikent muffin formákba, majd lisztes kézzel lapítsuk szét kör alakúra a tésztát, majd képezzünk ko-

sárcákat a muffinformában a csigányi darabokból. A tészta széleit igazgassuk a muffinforma tetejéhez, sőt, azon túl is nyúlhatnak.

Töltsük meg a kosárcákat kb. 3/4 részig a töltetékkel, végül pedig süssük 240 fokkal, légkeveréses sütőben kb. 12-15 percig, amíg a kis sütemények meg nem pirulnak. Egyáltalán nem probléma, sőt, akkor az igazi, ha helyenként szinte feketés pöttyök a krém tetjén. A sütőből kiszedve fahéjas porcukorral megszórva tálalhatjuk. Frissen, langyosan a legjobb, úgy, ahogy a portugál kis cukrászdák is kínálják a világ egyik legismertebb titkos receptjét.

K. A. B.



#RidetolLisbon

KERÉKPÁRRAL? LISSZABONBA!

4092 km, 15 defekt, 9 db törött küllő, 3 db szétszakadt kerékpárkűlső és még megannyi más. Hogyan lehet a tervezett 22 ezer méter szintemelkedésből 36 ezret csinálni, ami annyi szintemelkedés, mint ha nemesnádudvari templomtól feltekernénk a foci pályához 2.250-szer? Mit tegyen az ember, ha a francia mediterrán szőlővidéken egyszer csak felrobban az abroncsa? 2023 nyarán néhány egyetemista fiatal úgy döntött, nekivág a nagyvilágnak. Az úti cél az Ifjúági Világtalálkozó volt, amit Lisszabonban rendeztek. A nem mindennapi út sok érdekes találkozást, váratlan helyzetet tartogatott, amelyek közül most néhány szemelvényt láthatunk és hallhatunk interaktív előadás keretén belül.

IDÓPONT
2024. április 12. 19:30

HELYSÍN
Bon Bosco Közösségi Ház
1185 Budapest, Bajcsy-Zsilinszky út 39.

 **Kerékpárral Lisszabonba 2023 Facebook-oldal** A belépés díjtalan!

 **MINISZTERELNÖKSÉG**  **BETHLEN GÁBOR Alapítvány Zrt.**

HIRDETÉSEINK

LITURGIKUS ESEMÉNYEK

■ **március 15. péntek:** 18:15 órától keresztúti imádság Mahi atya vezetésével, 19 órától a szentmisét hazánkért és nemzetünkért ajánljuk fel;

■ **március 17. vasárnap:** a szentmisék perselyadományait a szentföldi keresztények segítségére továbbítjuk;

■ **március 19. kedd:** Szent Józsefnek, a Boldogságos Szűz Mária jegyesének főünnepén 19 óraker ünnepi szentmisét tartunk;

■ **március 22. péntek:** 18:15 órától keresztúti imádság a Nyugdíjas klub vezetésével, majd 19 órától szentmise;

■ **március 24. vasárnap:** Virágvasárnap, a szentmisék elején barkaszentelést végzünk, a 9:30 órai szentmisét a templom előtti téren kezdjük ünnepélyes barkaszenteléssel.

■ **március 25. Nagyhétfő:** 8 órától egésznapos szentségimádási nap, 18 óraker a szentmise;

■ **március 26. Nagykedd:** 7:30 óraker lesz szentmise, 17 órától külön gyónási alkalom, melyen több atya is fog gyóntatni;

■ **március 27. Nagyszerda:** 18 óraker lesz szentmise, majd Jeremiás siralmait énekeljük;

■ **március 28. Nagycsütörtök:** 18 óraker ünnepi szentmise lábmosás szertartásával, oltárfosztással, utána Jeremiás siralmi, majd virrasztás lesz 22 óráig;

HIRDETÉS

■ **ADÓ 1%:** Az idei évben is rendelkezünk adónk 2x1%-áról a megszokott módon! A jogosult szervezetek listája a https://nav.gov.hu/ado/szja1_1/felajanlasra-jogosultak/registralt_civil oldalról letölthető. Fontos tudnunk, hogy akinek nulla forint az adója, annak is számít a felajánlása az állami keret elosztásánál, így ne felejtsek el leadni nyilatkozatukat a Magyar Katolikus Egyház javára! A technikai szám: 0011.

ANYAKÖNYVI ADATOK

TEMETÉS

† **Tóth Lajosné (Jeszenszky Paula)**
születési év: 1933
temetés ideje: 2024. január 3.

† **Clever Dávid**
születési év: 2005
temetés ideje: 2024. január 26.

† **Mukli Kristóf**
születési év: 1989
temetés ideje: 2024. február 16.

■ **március 29. Nagypéntek:** 15 óraker keresztút az Ificsoport vezetésével, majd 18 órától nagypénteki szertartás, utána Jeremiás siralmi, majd virrasztás 22 óráig;

■ **március 30. Nagyszombat:** 8 órától 16 óráig a szent sir őrzése, majd 20 órától húsvét vigiliai szertartás feltámadási körmenettel.

■ **március 31. Húsvétvasárnap:** szentmiséin ket a megszokott vasárnapi rendben, 7:30, 9:30 és 18 óraker tartjuk.

■ **április 1. Húsvéthétfő:** 8:30 óraker lesz szentmise.

MUSTÁRMAG

a Szent István Király Plébánia lapja,
alapítva 1992-ben, újraindítva 2007 decemberében

Jelen lapszámunk munkatársai:

Fr. Mahimai Raj Anthony,
Knáb András Benedek (K. A. B.), Nemcsics Gyöngyi (N. Gy.),
Némethné Kiss Erika (N. K. E.)

Fotók:

Knáb András Benedek és társai, Viola Zsolt

A plébánia, illetve a szerkesztőség elérhetőségei:

Cím: 1185 Budapest, Tátrafüred tér 15. • Telefon: 292-1407

e-mail: szemere.mustarmag@gmail.com

<http://szemere.plebania.hu>