

Egy pohárral Értékes élelmiszerünk: Ki lesz a gyümölcsle? Ki lesz a kárvalott?

Évről évre javul hazánkban a táplálkozás összetétele, nem is beszélve az össz-élelmiszer mennyiség növekedéséről. Vannak azonban olyanok, a szervezet számára különösen fontos értékes élelmiszerek, amelyeknél a fejlődés útjára elmarad a többi mögött és ezek közé tartoznak a gyümölcsfélék is.

A nehéz testi vagy szellemi munkát végzők, sportolók, labadozók stb. számára nagy jelentősége van.

A gyümölcs-savaknak a nyál, gyomor, valamint a bélnedvek kiválasztásában van szerepük.

Kedvező a szívántalmaknál

Igen fontosak a gyümölcsle ásványi anyagai: a kálium, calcium, magnézium, nátrium, vas, amelyek a szervezet felépítéséhez szükséges anyagokat szolgáltatják. Ki kell emelni a legtöbb gyümölcs magas káliumtartalmát. A gyümölcslenek a szívántalmaknál és különösen magas vérnyomás esetén kifejtett kedvező hatását magas káliumtartalmára vezetik vissza.

A gyümölcslevek néhány kedvező hatása a szervezet-re:

A gyümölcsle a szomjat hosszabb ideig oltja, mint más folyadék. Fáradtságánál: a gyümölcslevek szőlő- és gyümölcscukor tartalmának gyors felszívódása azonnal csökkenti a fáradtságérzést. A gyümölcslevekben lévő gyümölcscsokorok hatásaik.

Rosttal vagy rost nélkül?

A gyümölcsleveknek ugyanis két alaptípusa ismeretes: vannak fényesre szűrt, továbbá rostos levek. E két típus között a főkülönbség, hogy a szűrt levekből a gyümölcs teljes rostmennyiségét eltávolítják. Melyik típus az előnyösebb? Az 1956-os, Stuttgartban megtartott kongresszus azzal az indoklással foglalt a rostos levek mellett állást, hogy ezekkel több aromaanyagot tartunk vissza. Bécsben viszont három évvel később a küllelműknél fogva vonzóbb, szűrt leveket helyezték előtérbe.

Hazai tapasztalataink szerint úgy látszik, hogy az egyes gyümölcsök feldolgozásánál érdemes különbséget tenni. Az almából pl. a szűrt, derített, kristályosan csillogó »Almuská« vált be. A birs-, őszibarack- és kajszilevet, amely a gyümölcs finoman áttört húsát is tartalmazza,

szintén kedvezően fogadták a fogyasztók.

A gyümölcslevek, a folyékony gyümölcscsel gyakran összekeverik a gyümölcscsokorokat. A kétféle ital között lényeges különbség van az előállítás módját és a termék összetételét tekintve egyaránt. A szörpöt u. i. úgy készítik, hogy egyharmad rész gyümölcslevet kétharmad rész kristálycukorral összefőznek. A szörpben tehát csak fele annyi a gyümölcslé, mint a repacukor, ezenkívül főzés közben a lé számos értékes anyaga pusztul, illetve veszít értékéből. A szörpöt fogyasztás előtt 5–10-szeres mennyiségű vízzel hígítjuk, élettani értéke tehát kevés. Üdítő hatásukat szintén a különbség jelenti.

A francia dr. A. Gachot professzor szerint a gyermekek született édesital-barátok. Ezt a természetes előszeretüket figyelembe véve, könnyen hozzászoktathatjuk őket a gyümölcslékhöz, és a gyermekkorban megkedvelt, jó ízű italok szinté belenőnek a későbbi felnőtt életre is.

A gyümölcslévek elterjedése tehát minden vonatkozásban kívánatos.

Kórushangverseny a Tiszán

Augusztus 16-án, pénteken este 8 órai kezdettel a városi tanács művelődésügyi osztálya a szegedi ének-karok közreműködésével nagyszabású hangversenyt rendez a Tiszán, a Csongrád kirándulóhajón. Közreműködik a MÁV Hazánk Kórusa, a Szövetkezeti Bizottság Énekkara, a Juhász Gyula Művelődési Otthon Bartók-, a Helyőrségi Tiszti Klub egyestett és a DÁV Erkel-kórusa, valamint a Szakszervezeti Általános Munkásdalgylet.

A hajó este 8 órakor az énekesekkel és az érdeklődőkkel felélezet elindul szokásos útjára: a Boszorkány-szigetig közeledik és vissza. A zenés út díjtalan.

Nem történt volna meg, ha... Az Ady téri halálos baleset vizsgálatáról

Hogyan kerültek a munkások a fabódéba? Miért nem tudott Lányi János kijönni onnan? Miért nem tudták a szomszédos fabódében alvó munkatársai kiementeni?

Ilyen és hasonló kérdések foglalkoztatják a szegedieket a csaknem egy hete történt halálos végű szerencsétlenség után. De pergesük vissza az eseményeket.

Nagy lánggal égott

Csütörtökre virradóra halálos szerencsétlenség történt Szegeden. Lányi János, Kisteleki, Szabadság utca 17. szám alatti lakos, a Budapesti Hídepítő Vállalat dolgozója a késő éjszakába nyúló italozás után nem ment ki a vállalat kiskundorozmái szállítására. Két társával együtt elhatározták, hogy az éjszaka hátralevő részét az Ady tér és a Tánics Mihály utca sarkán levő vállalati fabódében töltik — olvashatjuk a szükséges részleteiből. És mit mondanak a szemtanúk?

Azt láttuk még, hogy Lányi János rágyújt a cigarettára, aztán leheveredik a pufajkából, munkaruhákból összetakolt ágyra — mondta két társa. — Mi már csak arra ébredtünk a szomszédos fabódében, hogy nagyon meleg van és a füst marja a torkunkat. Kiszaladtunk, s megdöbbenve láttuk, hogy hatalmas lángokkal ég a fabódé, amelyben Lányi János fekszik. De ekkor már jötték a szomszédos házak lakói is oltani a tüzet, mi pedig megpróbáltunk bemenni tár-

sunkért, de nem sikerült. Teljesen lángban volt már az egész alkotmány.

Szerencse, hogy nem történt robbanás

A segíteni akarás, a mentési szándék bennük is megvolt, mint ahogy a hálóingben, pizsamában a kora hajnali órákban megjelenő emberekben, s a tüzoltókban, akik pillanatok alatt érkeztek a helyszínre. De már késő volt. Lányi Jánosnak már csak a félig elégett holttestét menthették a lángokból. Órákon át folyt a küzdelem a tüzzel és minden másodperc felért talán egy egész nappal is... Kiderült ugyanis, hogy a fabódék között oxigén- és gázpalackok vannak. Ha meggyulladnak, robbanás következhet be, s akkor rágonddolni is rossz, milyen újabb súlyos következményekkel járt volna.

A tüzoltók azonban hőiesen, fáradhatatlanul dolgoztak, és egy kicsit segített a szerencse is. Szabálytalanság folytán este a palackok kezelője nyitva felejtette a palackok csapját, s így nem robbant fel egyik palack sem.

Levonni a tanulságot!

A szomorú tragédia után megindult a vizsgálat és be is fejeződött. Így most már választ tudunk adni a cikk elején feltett kérdésekre. A Budapesti Hídepítő Vállalat Szegeden dolgozó munkásai tiltó rendelkezést kaptak, mely szerint a bódé-

A Mihályteleki Új Élet Tsz gazdái még tavaly elhatározták, hogy többek között felépítenek az idén egy 37 vagonos terményraktárt. Úgy vélték, lényegesen olcsóbb lesz, ha saját építőcsapatokkal dolgoztatnak, így leginkább csak az anyag kerül pénzbe.

A TŰZÉP nem szállít

Annak rendje és módja szerint késedelem nélkül megtörtént az anyagigénylés, s most mégis immár hosszabb idő óta munka nélkül van az építőbrigád, mert hiányzik három vagon cement. Nagy István, a tsz elnöke és Varga Lajos építésvezető panasolja: nem szállít a TŰZÉP. Rár cement lenne bőségesen, teljesen teli vannak a cementgyárak silótornyai.

A TŰZÉP elismeri, hogy igaza van a tsz-nek. Jogos a szövetkezet kötbérgénye is. De a szegedi TŰZÉP tulajdonképpen semmit sem tehet. Szerinte az lenne a legjobb, ha a tsz autót káldene a lábatlani cementgyárba, s elhozná a cementet. Hiszen még csak kilátás sincs arra, hogy a vasút mikor szállítja a rendelt árut.

Csak hogy autófuvarral lábatlanból Mihálytelekre szállított cement mintegy 30 ezer forinttal növelné a tsz költségeit. Az építkezést a Magyar Nemzeti Bank finanszírozza. Dr. Termézképp félre kellene dobni az építkezési jóváhagyott pénzügyi terveit.

S hónapok kellenének, míg az új tervet jóváhagynák, s belekalkulálnák a fuvarköltségeket is.

Ki a felelős?

Kósó Mihály, a MÁV szegedi igazgatóságának kereskedelmi főintézője csak általában tud erről véleményét mondani, mert ezt a szállítást egy másik vasúti igazgatóság bonyolítja.

Országos probléma, hogy általában lassan halad a MÁV-nál a kocsik kiürítése. Megtörténik, hogy egy-egy szállítmányt a beérkezés után egy héttel később raknak ki. Egyes vasútállomások néha valóságos kocsitemető képét mutatják. A kirakodások elhúzódsásért általában az autóközlekedési vállalatok a felelősek. Nincsenek még teljesen felkészülve a növekvő forgalom bonyolítására.

Nos hát eddig a sorrend a következő: az építkezés áll, a tsz beadta a kötbérgényét a TŰZÉP-hez. A TŰZÉP már igazolja, »O« nem felelős, következésképp nem is fizethet. A vasút is igazolja: ő sem felelős, mert kévsé rakják ki a szállítmányokat, emiatt lassú a kocsiforduló. Most már aztán teljesen megfoghatatlan, tulajdonképpen ki a felelős.

A kár megmarad

Az éremnek azonban másik oldala is van. S ezt Fabula János, a szegedi TŰZÉP igazgatója mondta el.

Cs. J.

Mozgalmi hagyományainkból

A szegedi munkások szavalókórusa

A szegedi munkáshagyományokra emlékezve már többen is szóltak arról, hogy milyen eleven ének-kari élet volt a munkások körében. De érdemes megemlékezni a nem kevésbé sikeres szavalókórusról is és a Természet Barát Egyesületről. A Természet Barát Egyesületet dr. Szepesi Imre

szervezte, ő volt a szellemi vezetője. Túrák során a Tiszaparti füzésekben Marxról, a munkás és tőkés ellentétéről tartott előadásokat Szepesi.

1931-ben a Szegedi Munkás Testező Egyesület néhány tagja részt vett a bécsi munkáskörkép tizéves jubileumán, és összebarátkoztak a budapesti munkás sportolók, majd meghívsukra Pestre látogattak. Itt ismerkedtek meg a híres Szalmás kórusal, majd ennek tanulságai alapján, Szepesi segítségével, itthon szavalókórust szerveztek. Szepesi jó barátja volt Homt Ferenc színművész. Ő vállalta a szavalókórus vezetését és tanítását. Nagy áldozatot vállalt a kórus tanítása érdekében. Hetenként kétszer leutazott saját költségén Budapestről, hogy a kébtörás próbát megvaltothassa. Később, amikor Moléere Dandin Györgynek új fordítására, a Duda Gyurira megkapta a játszási engedélyt, elbúcsúzott a szegediekől, mert minden idejét igénybevétték a próbák. A kórus sikeresen szerepelt, számtalanszor elszavalta köz-kivánatra A kuli pár szem rízen él és a Feltámadott a tenger című költeményeket.

A Természet Barát Egyesület tagjai 1932-ben egy házi újságot készítettek, s egy besúgó följelentése alapján a rendőrség pert csinált az ügyből. Ezután nagyon

megritkult az egyesület, lét-száma, am a szavalókórus tovább működött. Közben Szepesi Imrét a rendőrség folyton zaklatta és idegileg úgy tönkretette, hogy később bele is halt.

Berczeli és Budai az egyetem elvégzése, Szegedről elkerült. Ekkor a kórus vezetését Pászti Ferenc vette át. A kórus egy ideig még szépen dolgozott, az ének-kar vezetői azonban nem egyeztek bele, hogy az ének-kari tagok a szavalókórusnak is tagjai legyenek, részben mert a próbák egy időben voltak, másrészt mert a szavalás hátrányos volt a tagok éneklésük fejlődésére. Ezután nagyon megfogytak az ének-kar tagjai, a négyes számú szavalókórus létszáma, annál inkább, mert maga Pászti Ferenc is tagja volt az ének-kar-nak. Az ének-kari tagok kiválásával megindult a bomlás folyamata, egyre-másra szaporodtak az elmaradások, míg egy este azt vette észre Pászti elvtárs, olyan kevés kórustag jelent meg, hogy már nem is érdemes megtartani a próbát.

A sok sikert megért szavalókórus, amely a munkásság művelődésének elősegítésé mellett ébrentartotta osztályön tudatukat, harcosszellelműket, megszünt, szerepét átadta a korábban melléte kialakult ének-kar-nak, s a színjátszóknak.

Waltner Mihály

Az angol rendőrség megtalálta a vasútrablók főhadiszállását

Anglia figyelmenek közepontjában jelen pillanatban az elhagyott majorsági lakóház áll, amely a jelek szerint a vasútrablás tettesei-nek főhadiszállása és búvóhelye volt.

A rendőrség egy telefonon érkezett bejelentés nyomán a házba sietett és ott nagy ételkonzerv-készletet talált. A rablók nyilván hosszabb meglapulásra rendezkedtek be. Az ablakokat durva pokrócokból rögtönzött függönyök borították, a pincében

pedig üres bankjegybortékok heverték a karosult bankok címfelirataival. A fészerben három autót találtak, közöttük egy nehéz katonai gépkocsi, amellyel kétségtelenül el lehetett szállítani a két tonna súlyú bankjegy-tömeget. A kertben három láb mély, frissen ásott gödör tángott, mellette árok. A rablók valószínűleg el akar-tak ásní bizonyos bűnjel-keket, de valamitől megijed-tek és elmenekültek.

H. M.