



Mátészalka

2. Mátészalka Érdemes Pedagógusai 2023

Tisztelet és megbecsülés az oktató-nevelő munkáért

4. Rekord a Richter egészségnapon

Saját egészségünket és a kórházat is segítettük

7. Szezont zártak az MMTK sportolói

Értékelték és ünnepelték a szakosztályok sportolóit

Vidám nyári szünetet mindenkinek!

Vége a tanévnek, és kezdődhet a megérdemelt nyári szünet. Gyermek és felnőttek izgatottan várják a szabadságot, mely lehetőséget nyújt a pihenésre, utazásra, szabadidős tevékenységekre, a családdal vagy barátokkal töltött időre. Jöhetnek a megérdemelt strandolások, kirándulások vagy maratoni alvások. Végre lesz idő mindenre, és a gyerekeknek sem kell az ébresztő hangjára kipattanni hajnalban az ágyból. Jó pihenést és feltöltődést kívánunk mindenkinek!



GYÓGYSZERTÁRI ÜGYELET



- | | | | |
|---------------|---------------|------------------------|---|
| • 2023.07.03. | • 2023.07.09. | • Szamos Gyógyszertár | • 4700 Mátészalka, Hunyadi köz 10/a |
| • 2023.07.10. | • 2023.07.16. | • Sas Gyógyszertár | • 4700 Mátészalka, Kálvin tér 7. |
| • 2023.07.17. | • 2023.07.23. | • Fecske Gyógyszertár | • 4700 Mátészalka, Bajcsy-Zs. u. 25-27. |
| • 2023.07.24. | • 2023.07.30. | • Szalka Gyógyszertár | • 4700 Mátészalka, Eötvös út 21. |
| • 2023.07.31. | • 2023.08.06. | • Salvare Gyógyszertár | • 4700 Mátészalka, Eötvös út 1. |

Köszönet a pedagógusoknak

Dr. Hanusi Péter polgármester Mátészalka Város Önkormányzata Képviselő-testületének határozatai alapján ünnepélyes keretek között adta át a „Mátészalka Város Érdemes Pedagógusa” kitüntetések, kifejezve a tiszteletet és a megbecsülést a kimagasló oktatói, nevelői, vezetői munkáért.



Balogh Ferencné, Nagy Viola életét a zene, a közös éneklés szeretete határozza meg. 1987 óta végzi Mátészalka iskoláiban oktató-nevelő munkáját. Jelenleg a Kálvin János Református Általános Iskola pedagógusa, a felső tagozat munkaközösség-vezetője, a vármegye református általános iskoláiban meghirdetett Zsoltáreklő- és Műveltségi versenyek alapítója. Személyiségét magasfokú szenzitivitás jellemzi, tanulóit képes kimagasló teljesítményre ösztönözni. A Zenebarátok Kórusának vezetője. A Képes Géza-díjnak, Mátészalka Város „Pro Urbe” kitüntetésének, a Fasang Árpád-díjnak, a Szabolcs-Szatmár-Bereg megyei Közgyűlés Ezüst Emlékérmének a tulajdonosa. Szilárd keresztény erkölcsi tartás, hivatástudat hatja át egész életét.



Németh Istvánné közel 28 évig tanította dobolni és zongorázni a gyerekeket. Egy kisebb kitérő után visszatért a gyermekek körébe. Jelenleg a Négy Évszak Óvoda Napsugár Tagóvodájának pedagógiai asszisztenseként foglalkozik szívvvel-lélekkel a kicsikkel. Egykori zeneiskolai tanítványai ma szülőként bízzák rá gyermekeiket. Rendkívül változatos módszerekkel fejleszti a gyermekek zenei affinitását. Csodálatos dekorációk kreativitását, kezűgyességét bizonyítják. Teherbíró képessége rendkívüli, a fiatalabb kollégák példaképe. Minden gyerekhez végtelen türelemmel és empátiával fordul. Idén szeptembertől már a megérdemelt nyugdíjas éveit kezdi el, és nagyon fog hiányozni a Napsugár Tagóvoda kis közösségének.



Kovács Sándor a Mátészalkai Esze Tamás Gimnázium történelemtanára, mesterpedagógus. Több, mint négy évtizede maximális lelkesedéssel, magas szintű szakmai felkészültséggel végzi oktató-nevelő munkáját. Szaktanácsadó, pedagógus minősítési eljárásokban vesz részt, mentortanár, szakmai előadásokat, műhelymunkákat tart. Az oktatási bizottságban önkormányzati képviselőként részt vett Mátészalka Város oktatási koncepciójának kidolgozásában. Országosan elismert szaktekintély. Több, mint tíz éve saját, tanulást segítő weboldalt működtet. Az EMMI tanmenetíró pályázatán 2020-ban és 2021-ben Miniszteri Elismerő Oklevelet kapott. Számos publikációval büszkélkedhet. Kovács Sándor határozott személyiség, kitartó, kreatív szakember.

A KITÜNTETETTEKNEK SZÍVBŐL GRATULÁLUNK!



Országos, vármegyei és tankerületi elismerésekben is részesültek a mátészalkai pedagógusok



A belügyminiszter a nevelés-oktatás érdekében hosszabb időn át végzett kiemelkedő munkája elismeréséül TREFORT ÁGOSTON-DÍJAT adományozott, egyben jutalomban részesítette Pesti Béla László urat, a Mátészalkai Tankerületi Központ nyugalmozott tankerületi igazgatóját.



A Szabolcs-Szatmár-Bereg Vármegyei Közgyűlés a vármegyei oktatás-nevelés területén kifejtett kiemelkedő tevékenysége elismeréseként KISS ÁRON KITŰNTETŐ DÍJAT adományozott Dr. Cservényákné Farkas Rita Olga pedagógus részére.



ÉLETMŰDÍJ elismerésben részesült Oláh András, a Képes Géza Általános Iskola történelem szakos tanára. Több évtizede intézményvezető-helyettes, mesterpedagógus, szaktanácsadó. Pedagógusi, vezetői tevékenységét példaértékű színvonalon, felelősségteljesen végzi, melyet kimagasló szakmaiság jellemez. Tanítványait a legváltozatosabb módszerekkel oktatja, folyamatosan készít fel versenyekre. A kortárs irodalmi élet kiemelkedő személyisége.



AZ ÉV SZAKTANÁRA díjban részesült Filep László a Szatmár Alapfokú Művészeti Iskola néptánc tanára. Nagy figyelmet fordít a tehetséggondozásra, új pedagógiai és szakmai módszerek alkalmazására és továbbadására munkatársai körében. Tanítványai rendszeresen részt vesznek országos versenyeken. A Szatmár Táncegyüttes művészeti vezetője. A város kulturális életének aktív szereplője.



GYERMEKEKÉRT díjat vehetett át Kissné Kun Erika Hajnalka a Mátészalkai Móra Ferenc Óvoda, Általános Iskola, Egységes Gyógypedagógiai Módszertani Intézmény gyógypedagógusa. Tevékenysége kiemelkedő a hátrányos helyzetű tanulók nevelésében, oktatásában, segítésében. Fontos számára az esélyegyenlőség megteremtése. Kiválóan együttműködik a segítő szervezetekkel a tanulók érdekében. Végtelenül empatikus, segítőkész, „vérbeli” gyógypedagógus.

Útfelújításaink- sorrend a pályázatok függvényében

Mátészalka Város Önkormányzata folyamatosan figyeli az európai uniós és a hazai pályázati lehetőségeket. Ezeknek köszönhetően számos útszakasz már megújult és fog megújulni.

Az előző európai uniós költségvetési ciklusban a települési önkormányzatok nem tudtak kifejezetten belterületi útszakaszok fejlesztésére pályázni, de Mátészalka önkormányzata -előrelátóan- számos belterületi útszakasz tervezetét elindította, hogy engedélyes szintű tervdokumentációk álljanak rendelkezésre, amennyiben erre vonatkozó pályázati felhívások jelennek meg. Ez egyrészt megkönnyíti a támogatási kérelmek benyújtását, másrészt kedvező döntés esetén gyorsabb a fejlesztések megvalósítása.

A külterületi útszakaszok felújítására a Vidékfejlesztési Program keretében kétszer pályázott sikeresen az önkormányzat. Ezt a pályázati összeget a Hodászi, a Fekesszegi út, a Budai Nagy Antal utca, a Vágóháza tanya, az Ecsedi és a Zöldmező utca lakott, illetve vállalkozásokkal érintett teljes külterületi szakaszának felújítására kapta, ezért indultak el itt a munkálatok.

Az engedélyköteles útszakaszok esetében az engedélyező hatóság előírja, hogy az adott külterületi útszakasz olyan belterületi kapcsolódási pontját, amely fejlesztésre szorul, az önkormányzatnak önerőből kell megvalósítania. Ezért kellett a Zöldmező utca belterületi szakaszát hamarabb megcsináltatni, mint a vele párhuzamos Aradi utcáét. Ez utóbbi egy nyertes európai uniós pályázati csomag keretében szintén megújul.

A hazai forrásokból támogatott belterületi útfejlesztésekre is be lett nyújtva a támogatási kérelem. Ebből újult meg a Rákóczi utca egy szakasza, a Kossuth és a Kálvin tér aszfaltburkolata.

Belterületi útfejlesztésekre pályázhatott a Magyar Közút Nrt., amely az önkormányzat jelentős lobbitevékenységével kapott támogatást a 471-es főút mentén két körforgalom megépítésére, a vasútállomáshoz vezető Seregély utca teljes egészének, a Zöldfa utca egy részének és az itt található sokvágányos vasúti átkelőnek a felújítására, valamint a kerékpársávok elkészítésére.

Az önkormányzat a magánberuházóknak is előírt belterületi útfejlesztést. A Zöldfa Üzletház beruházója teljesen átépítette a Zöldfa-Nagykárolyi utcák közötti útkereszteződést, amelyet okoszebrával látott el. A Zöldfa közt teljesen felújította, és járdát is épített itt.

Aki nyitott szemmel közlekedik a városban vagy követi az önkormányzat honlapján és facebook oldalán megjelenő tájékoztatásokat, olvashatta, hogy útépitési munkálatok zajlanak a város különböző pontjain. Önerőből folyik a felújítás a Kalmár utca és a Móricz Zsigmond utca jelentős szakaszain. A Curtis utcában gyalogátkelőhely épül, a már említett Zöldmező utca belterületi szakasza esetében pedig a hatósági előírásoknak tesz eleget az önkormányzat, amely minden lehetőséggel igyekszik élni, hogy minél több saját útszakaszt hozzon rendbe.

A sorrendiséget nagyban befolyásolják a pályázati kiírások, egyéb forrás-szerzési lehetőségek, vagy a magánberuházások alakulása. Természetesen mindenkor szem előtt tartják az útszakaszok műszaki állapotát és a forgalom nagyságát.

A jelenlegi európai uniós költségvetési ciklusban két sikeres belterületi útfejlesztésre vonatkozó pályázata van az önkormányzatnak, amelyből 15 út építése és felújítása történik meg összesen 4,5 km-es szakaszon. A támogatási kérelem összeállításakor fontos szempont volt, hogy olyan utak újuljanak meg, amelyek régi, akut problémákat orvosolnak, és az önkormányzatnak joga van a területen munkálatokat végezni.

A projekt megvalósításának véghatárideje 2026. február 28. Jelenleg az előkészítés – tervezés, engedélyeztetés – zajlik, majd nyílt közbeszerzési eljárás keretében kerül sor a kivitelező kiválasztására.

A vonatkozó jogszabályi előírások betartásával folyamatosak az útfelújítások Mátészalkán, amelyek több évtizedes problémákat szüntetnek meg a város közlekedésében. Kérjük, figyeljék a megjelenő tájékoztatásokat!

Rekord a Richter Egészségnapon

● Mátészalkára is ellátogatott a Richter Egészségváros, ahol június 10-én a Szalkay László téren gyűjthették az adománypontokat a résztvevők a helyi egészségügyi intézmény számára.

A Richter Gedeon Nyrt. egészségtudatosságot és betegségmegelőzést népszerűsítő országjáró prevenció program sorozatának 97. állomásán 22 fontos szűrésen és tanácsadáson vehettek részt az érdeklődők, továbbá számos egészséges életmódhoz kapcsolódó előadást hallgathattak meg. A résztvevők saját egészségük megőrzése mellett a Mátészalkai Kórházért is tehetek, hiszen minden egyes szűrésért, tanácsadásért, élőben vagy online meghallgatott előadásért 500 forintot érő adományponttal gyarapíthatták a Richter által felajánlott 3.500.000 forintos alapadományt. A lakosság összefogásának köszönhetően a nap végére rekord összegű, összesen 19.018.000 Ft adomány gyűlt össze, amelyből egy ultrahangkészüléket vásárol a kórház. Ez az egyetlen nap is nagyon hasznos volt a lakosság egészségmegőrzésének érdekében, hiszen több mint kétezer szűrés és tanácsadás végeztek el. Ezúttal is bebizonyosodott, hogy nagy szükség van az ilyen jellegű eseményekre. Csak néhány szám: prosztataszűrésen 274 vizsgálatból 2 súlyos érték jelentkezett, a csontsűrűségmérésen a 250 szűrésből 29 esetben javasoltak további vizsgálatokat a szakvosok.



Vérnyomásmérésen 257-en vettek részt, és több esetben is 200 feletti értéket mértek. Vércukormérésre összesen 803-an jelentkeztek, 67 főnek javasoltak további kivizsgálást. Allergiászűrésen összesen 52-en vettek részt, 46 esetben további kivizsgálást, kezelést igénylő eredmény született. Koleszterinmérésen 444-en vettek részt, és 18 esetben javasoltak további kivizsgálást a szakemberek. Sokan hallgatták meg az előadásokat, az egészségtárhoz 352 ember csatlakozott, az online térben pedig 3.604 online ponttal járultak hozzá a lakosok az alapadomány növeléséhez.

Ne feledjük! A MEGELŐZÉS ÉS A BETEGSÉGEK KORAI FELISMERÉSE ÉLETEKET MENTHET!



● Guinness-rekord Mátészalkán

Sok szorgos kéz és óvó, figyelő tekintet eredménye lett az a Tekergő névre keresztelt péksütemény, mely a 28 méterével a világ leghosszabb csokis kelt tekerce lett.

Az édességet általános iskolás diákok segítségével sütötték a Mátészalkai Sütőipari Kft.-nél. A gyermekek kedvence 30 kg lisztből, 40 tojásból, 3 kg cukorból, 1 kg élesztőből, valamint 30 kg kakaóporból készült, melyet a dagasztás után 15 részletben tekertek fel közösen a pékek és a gyermekek. A kis „pékinasok” munkáját dr. Hanusi Péter polgármester is segítette, aki büszke volt a jelenlévő felelősségteljesen, céltudatosan dolgozó gyerekekre. Szabó Mónika, a Sütőipari Kft. egyik tulajdonosa, a rekord megálmodója lapunknak azt mondta, hogy szerettek volna



egy olyan eseményt rendezni, ahol a tanév végéhez kapcsolódva a gyermekek jól érzik magukat, és mindeközben olyan finomságot alkotnak, amelyre nemcsak ők, hanem Mátészalka lakossága is büszke lehet. Így született meg a 28 méteres kalács, melyet Sebestyén István, a Magyar Rekordok regisztrátora hitelesített. Mint megtudtuk, több szempontnak is meg kell felelnie a kalácsnak ahhoz, hogy rekorddá minősítsék. „Az általános szabály szerint, ha egy tárgynak a legnagyobb méretét készítjük el (akár étel is), akkor annak pontosan ugyanolyan anyagból és módszerrel kell készülnie, mint az eredeti készítési folyamatban. Az ételkészítésnél ez azt jelenti, hogy ugyanazokat az alapanyagokat és technikai lépéseket kell alkalmazni, mint a hétköznapiak során. A másik nagyon fontos szempont, hogy ennek a rendkívüli méretű tárgynak működőképesnek kell lennie. A süteményeknek emberi fogyasztásra alkalmasnak kell lennie, a kóstolók szerint pedig meg kell egyeznie azzal az ízzel, amit egyébként ismernek. Természetesen arra is figyelni kell a mérés során, hogy az egybefüggőség meglegyen, hiszen a méretrekord csak ekkor érvényes.” Ahhoz, hogy a Tekergő rekordméretű legyen, a megmérettetés



előtti napokban több próbasütést is csináltak az üzemben. A nagy nap végén fantasztikus élményekkel és tele pocakkal távoztak a diákok, akik igazán érdekes programmal zárhatták a tanévet. A délutánra elkészült finomságot a Richter Egészségváros szűrőprogramjainak résztvevői is megkóstolhatták, akik elismerően nyilatkoztak róla.

● 30 éve Mátészalkán

30 éves évfordulóját ünnepelte a ROTARY Mátészalkán. Olyan tagokkal működik a civil szervezet, akik szakmájukban elismertek és a közjó iránt elkötelezettek.

A politikamentes szervezet az 1900-as évek elején jött létre Amerikában, azóta pedig a világ számos pontján csatlakoztak a kezdeményezéshez. A Rotarysok közös törekvése, hogy a megértés és a jószándék elterjedjen a világon, ezért tagjai a hivatásukon túl a közjó érdekében is elhivatottak. Szalai József a mátészalkai szervezet soros elnöke a jubileumi ünnepségen hangsúlyozta, hogy kevés lenne az idő felsorolni azokat az eredményeket és sikereket, amit ez a klub elsősorban a jószolgálati tevékenysége során elért. A támogató tevékenységek mellett olyan népszerű programokat is indítottak, mint a Tour De Gát

kerékpártúra, amely a Kraszna-Szamosközi árapasztó gátján halad. A helyi Rotary elnök tájékoztatta a résztvevőket, hogy 2023-ban nem lesz kerékpártúra, mert a Tour De Gát útvonalának részét képező Kraszna töltésen teljeskörű felújítási és aszfaltozási munkákra kerül sor. Az érintett részt munkaterületként már átadták, ezért a munkák befejezéséig ott nincs lehetőség biztonságosan kerékpározni. Természetesen jövőre (2024 májusában) újra szeretnék az önkormányzatokkal, valamint a szponzorok bevonásával megszervezni a soron következő VII. Tour De Gát Kerékpártúrát.



*Kedves Lányom! Esak Holnapután megérünk és csak
pénteken este 10 óra után lehetek ott. Csókolok*

**A 45 ÉVES SZATMÁR
TÁNCGYÜTTES
estje**

**VÍGAN
MEGÉLHESS...**



IDŐPONT: 2023. JÚLIUS 14. 20.00 óra **HELYSZÍN:** Mátészalka, SZALKAI LÁSZLÓ TÉR

**MUZSIKÁL A
BÜRKÖS ZENEKAR**

**KÖREOGRÁFUSOK:
PINKOVAI KRISZTINA,
SZARKÁNÉ TÓTH KATINKA,
MIKULICS ÁDÁM,
FILEP GERGÓ, FILEP LÁSZLÓ**

**RENDEZŐ:
FILEP LÁSZLÓ**

BELÉPŐJEGY: 2500 FT
A BELÉPŐJEGY ELŐVÉTELBE MEGVÁSÁROLHATÓ A SZATMÁR ALAPFOKÚ MŰVÉSZETI
ISKOLA TITKARSÁGÁN HÉTKÖZNAPOKON 08.00 - 16.00 ÓRA KÖZÖTT,
VALAMINT A RENDEZVÉNYT MEGELŐZŐEN A HELYSZÍNEN.
JEGYELŐRENDELÉS: 06 20 418 1640 TELEFONSZÁMON

UDVARIAs ESTÉK 2023



Mátészalka, Szentpétery Zsigmond Művelődési Központ és Színház

**Július 6.
(csütörtök)
21.00 óra**

**ShowPro Europe:
LEGENDÁS VILÁGSLÁGEREK SHOW**
Helyszín: Szalkai László tér
Ingyenes rendezvény

**Július 13.
(csütörtök)
20.00 óra**

FODOR ZSÓKA ÉS VÁRKONYI ANDRÁS ESTJE
Helyszín: Színház belső udvara
Belépőjegy ára: 3.000 Ft

**Július 20.
(csütörtök)
20.00 óra**

A BUDAPESTI HOT JAZZ BAND KONCERTJE
Helyszín: Szalkai László tér
Ingyenes rendezvény

**Július 27.
(csütörtök)
20.00 óra**

MÁTÉSZALKA 54 - Várossá válás ünnepe
Buzogány Béla Színháza és sztárvendégei:
MUSICAL ÉS OPERETT EST
Helyszín: Szalkai László tér
Ingyenes rendezvény

**Augusztus 3.
(csütörtök)
20.00 óra**

A BEREZKY BAND KONCERTJE
Helyszín: Színház belső udvara
Belépőjegy ára: 500 Ft

**Augusztus 10.
(csütörtök)
20.00 óra**

SZABÓ MAGDA EST
Gajdó Delinke színművész előadásában
Helyszín: Színház belső udvara
Belépőjegy ára: 500 Ft



A programok Mátészalka Város Önkormányzata támogatásával valósulnak meg.

Jön! Jön! Jön! Fényes napok 2023

RETRO LEGENDÁK KONCERT

Zalatnay Sarolta, Solymos Tóni, Keresztes Ildikó,
Gudics Máté, Szirota Jennifer és az
Abtrakabra zenekar

Kelet Brass Band - Utcazene parádé

Garagulya Gólyalábas Kompánia – A szenzáció
Vaga Banda Gólyalábasok - Óriáscirkusz
Hórihorgas Hujákolók - Tűzrege

Aserdus – Szikrázó tűzszínház

Tűzvarázs produkció – Magyar mágia
Magyar Hollywood Tanács est
Borza Teréz - porcelán kisplasztika kiállítás
A Mécsestartó fiú életre keltésének pompázata

FÉNYES FELVONULÁS

KORDA GYÖRGY ÉS BALÁZS KLÁRI KONCERT

MANUEL KONCERT

Mr. Piano - guruló zongorás koncert

Karikaturisták, utcazenészek, mutatóvanyosok,
bűvészek bemutatói
Zenés időutazás – Jávor Pali nagy mulatása
(Főszerepben: Benkő Péter)

Pénzes Máté kiállítás

Alma Együttes koncert
BLAHALOUISIANA KONCERT
RÚZSA MAGDI KONCERT
PAULINA KONCERT

A Fényes Napok részletesebb programja később jelenik meg.
A három nap valamennyi rendezvénye
ingyenesen látogatható.
A szervezők fenntartják a műsorváltoztatás jogát.



Remek hangulatú évvárót tartottak az MMTK „labdás” szakosztályai

● Emlékezetes délutánt töltöttek együtt a kézilabdás sportolók és edzők a Városi Sportcsarnokban.

Az eseményen a szakosztály eredményes és szorgalmas versenyzőit, edzőit díjazták, akik a 2022/2023-as szezonban kimagaslóan szerepeltek a szivacskezilabda és a kisiskolások országos versenyein, valamint az U14-U19- es utánpótlás bajnokságokban, öregbítve ezzel az MMTK hírnevét.

Ez az alkalom lehetőséget adott arra, hogy elismerjük játékosaink, edzőink egész éves kitarító és alázatos munkáját. Gratulálunk mindenkinek, és további sportsikereket kívánunk! – mondta el köszöntőjében Torma Tamás alpolgármester, aki egyben az MMTK elnöke is.



A szezon végén a labdarúgó szakosztály egyik megszokott eseménye, hogy összegzik az év történéseit, együtt örülnek az elért eredményeknek. Egy olyan programot kívántak szervezni az utánpótláskorú versenyzőknek, ahol a szülők, a gyerekek, az edzők és a felnőttcsapat játékosai jobban megismerik egymást, és jó hangulatban, közösen töltenek el egy délutánt. Az eredmények mögött természetesen mindig ott van a támogatói kör, a szülők, az edzők, a Mátészalkai MTK dolgozói, akik biztosítják a gyerekek ideális sportolási feltételeit. Köszönet mindazoknak, akik segítenek abban, hogy a labdarúgó kiválóságaink minél jobb eredményeket érhessenek el – fogalmazott Papik Zoltán, a szakosztály vezetője.



IMPRESSZUM

Felelős kiadó: Mátészalkai Városgazda Nonprofit Kft. | Főszerkesztő: Úsz Illés

Elérhetőség: mateszalkaujsag@gmail.com | Fotó: Lakatos Gergely | Gyártás: Mohácsi Art Kft. | Design: Kötél Kinga

● Írásaink, fényképeink, grafikáink, a szerkesztési és tördelési megoldások önálló szerzői jogi védelem alatt állnak. Engedély nélküli másolásuk, felhasználásuk és utánpótlásuk jogszabályba ütközik, ezért büntetőjogi felelősséggel jár.

Együtt egymásért – évzárás a felnőtt labdarúgóknál

- Egy futballcsapat természetesen mi mással, mint focival zárhatja le véglegesen a szezont. A Mátészalkai MTK megye egyes legénysége szombat délután a leghűségesebb szurkolókkal – köztük a B-közép tagjaival vívott „ádáz” kispályás csatát.

Ez egyben a negyedik helyet megszerző csapat utolsó megmozdulása volt az aktuális bajnoki évad lecsengésével. Az eredményt nem jegyzik a krónikák, és aligha származik belőle vita: információk szerint potyogtak a gólok... A nyári felkészülést, egyben a következő idényt Kiss Tamás irányításával kezdi az MMTK, miközben a vezetőség az erősítésen fáradozik.

A Képes Kávéházban, egy kiadós és megérdemelt vacsorával zárta az évet az MMTK felnőtt labdarúgó együttese. Az eseményen tiszteletét tette és köszöntötte a sportolókat városunk alpolgármestere, Torma Tamás. Bákonyi György szakmai igazgató beszámolójában kiemelte a bajnokságban 4. helyezést elért csapat egységének fontosságát. Ezt követően Papik Zoltán szakosztályvezető is üdvözölte a jelenlévőket. Kiss Tamás edző értékelte az elmúlt szezont, szó esett a korábbi eredményekről, illetve a jövőbeli tervekről is.

A csapat július első hetében kezdi a felkészülést a 2023/2024-es bajnoki szezonra.

A felkészülés kezdetéig kellemes nyári feltöltődést kívánunk az egész csapatnak!



Mit főzzek?

- A forró nyári estéken, a könnyű vacsora után jólesik valami igazán üdítő, könnyed desszert. A citromos ricotta torta kiváló választás családi összejövetelekre, baráti beszélgetésekhez. Dr. Vizler Mónika megosztotta velünk receptjét, amelyet elmondása szerint egyszerű elkészíteni, és kellemesen friss ízével mindenkit elbűvöl.



Citromos ricotta torta
Hozzávalók:
60 dkg ricotta
20 dkg cukor
10 dkg liszt
6 db tojás
2 evőkanál olaj
2 db citrom leve és héja
1 sütőpor
lekvár (ízlés szerint)

Gyorsan elkészíthető, finom, és nem jár nagy felfordulással. A kedvenc párosításom. A ricotta selymes zsírossága és a citrom savassága tökéletesen kiegészíti egymást. Mielőtt bármihez is kezdenénk, állítsuk be a sütőt 170 fokra, míg a mixet elkészítjük, fel is melegszik. A citromból válasszunk kezeletlen héjú verziót, hiszen felhasználjuk majd a reszeléket. Alapos mosás után reszeljük le a két citrom héját, majd facsarjuk ki a levét.

A tojásokat szétválasztjuk. Először a fehérjéből a cukor felével kemény habot verünk. A tojássárgáját a cukor másik felével fehéredésig keverjük, majd hozzáadjuk a sütőporos lisztet, hozzáadjuk a ricottát, a citromok levét, héját és végül az olajat. A felvert fehérjét széles mozdulatokkal keverjük a ricottás mixbe. Vigyázzunk, hogy ne törjük össze a habot, a tészta maradjon felhős, könnyed!

Kizsírított és lisztezett tepsibe óvatosan belesorgatjuk a mixet, és elegyengetjük. 170 fokon (légkeverés nélkül) 40-45 percig sütjük. A sütőben meg fog nőni a tésztánk, amely összeesik, amikor kivesszük. Ízlés szerint megszórhatjuk porcukorral, de fogyaszthatjuk lekvárral is. A citromlekvár különösen jól illik a süteményhez. Jó étvágyat kívánok!

