

Mi úgy szeretjük, ha szép kerek és jó nagy. Van, aki ellenállhatatlan vágyat érezve rejtett titkai iránt, nem átallja megpaskolni is ezt a nyáron oly kívánatos csodát. A dinnyét! A görögöt, ami akkor a legfinomabb, ha vajszlói és mézédés. Amilyenbe mostanság lépten-nyomon belebotunk, hisz kitört a dinnyeszezon, ráadásul a bő termésnek köszönhetően kedvező áron juthatunk lédús zöldségünkhöz. A dinnye ugyanis nem gyümölcs: a kabakosok családjába tartozik, akárcsak a tök, a cukkini vagy éppen az uborka.



## Kerek, formás és illatos: harapj bele!

A precíz japánok kocka formájúra termesztik, praktikus okokból, hisz úgy a görögdinnye könnyebben szállítható, s a tárolása is helytakarékos. Vastag falú, átlátszó dobozban nevelik egy ideig, aztán ha a dinnye felvette ketrecének formáját, megszabadítják tőle, mert már nem gömbölyödik vissza, csak szépen megnő és beérik. Remélhetőleg ez nálunk nem jön divatba, s megmaradhatunk a kerekded (legfőljb tojásdad) formánál. De nem is ez a fontos, hanem az íz.

### Kong és reccsen? Akkor érett!

A dinnyeárus dinnyehalma fölött sokáig tanakodhatnánk, melyik példányt is válasszuk. Mindenképpen fonnyadt indáját érdemes keresnünk, elsőként ez utalhat arra, hogy érett zöldségre bukkantunk. Ha világos foltot látunk a héján, megtaláltuk a felületet, ahol a földdel érintkezett. A folt hiánya azt jelzi: gondosan megforgatták növekedés közben, így egyenletesebben érhetett. Az udvarias vevők nem felejtenek

el kopogtatni sem – ők arra esküsznek, ha kongó hangot ad a dinnye, már tehetjük is a mérlegre; ha tompán szól, puffanón, akkor túlérett darab akadt a kezünkbe. Otthon alaposan moszuk meg, a kés pengéje ugyanis a szeleteléskor egyenesen a zöldség húsába viszi át a külső szennyeződések. Márpedig megfogdosták jó páran, mire az asztalunkra kerül. Ha nagyot reccsen, miközben félbevágjuk, örülhetünk, ez is azt jelzi, érett dinnyét vásároltunk. Mindenképpen hűtsük be, mert úgy adja ki az aromáját. Aki gyalogszerrel vitte haza, karizom-erősítő edzésnek is betudhatja a cipekedést, lelkiismeret-furdalás nélkül falatozhat tehát ebből az egészséges finomságból.

### Vegyesen együk!

Fogyókúrázók igazi csodaszere a görögdinnye, hisz 90-95 százalékban víz alkotja, alaposan átmossa tehát a szervezetet, tisztítja a májat és a vesét, salaktalanítja a bélrendszert.

## Ötven fotón az ezerarcú Mecsek

A lehetetlenre vállalkozik, aki félszáz fotó révén igyekszik érzékeltetni az ezerarcú Mecsek rabul ejtő világát. Müller Nándor természetfotósnak ez mégis sikerül. Bizonyíték erre az a vándorkiállítás, amely elsőként a magyaregregyi Mára-várban, majd a régióban több helyütt is látható volt. Augusztus 3-tól három hónapon át a Grawe Életbiztosító Zrt. üszögpusztai kastélyában várja az érdeklődőket az exkluzív anyag. Az ihletett fotók bevezetnek minket a Mecsek csodálatos növény- és állatvilágába: láthatjuk, amint a hajnali napsugár megcsillan az őz bundáján, ahogy a szemérmetlen majomkosbor vicces virágai tornyosulnak egymás hegyén-hátán, s odaképzjük magunkat a vadregényes vízesések közelébe. Aki hétköznap tekinti meg Müller Nándor



Mecseki pillanatok című tárlatát, az körbejárhatja a szépen felújított kastélyt, s gyönyörködhet annak hangulatos parkjában is. Aki hétvégén menne Üszögpusztára, annak előzőleg be kell jelentkeznie a 30/300-0055-ös telefonszámon.

## Szent István-napok Pécsváradon

Már javában zajlik, s augusztus 21-ig tart Pécsvárad hagyományos nyári programkavalkádja. A Szent István-napok idei kínálata is igényes koncertekkel, emlékezetes színházi előadásokkal, nemzetiségi rendezvényekkel és rangos kiállításokkal csábítja a közönséget a baranyai városba. Minden generáció megtalálja a kedvére valót, hisz kifejezetten gyermekeknek szánt események is lesznek. Augusztus 11-

én a Vár napja lovagi tornával, gyógynövényes játékokkal, élő sakkjátszmával, tűzszonglőrök bemutatójával és kézműves vásárral is szolgál, sőt, a bolhapiac mellett befőttek csereberéjére is alkalom nyílik. A budapesti Körüti Színház A bolond lány című krimi-vígjátékot mutatja be augusztus 7-én, a veszprémi Pannon Várszínház vendégjátékában 13-án a Sose halunk meg című musicalt láthatja a nagyérdemű. A záró napon, 21-én a pécsi énekes-muzikusok alkotta BorCanto trió zengi majd e nemes nedű dicséretét. Részletes program: [www.pecsvarad.hu](http://www.pecsvarad.hu)

## Iregszemcse 750 éves!

A Tolna megyei település első említése 1263-ból való, így Iregszemcse idén ünnepli fennállásának 750. évfordulóját. Ennek tiszteletére augusztus 5-11. között valódi programkavalkáddal várják az érdeklődőket. A művelődési házban helyi alkotók képzőművészeti munkáiból nyílik kiállítás, a Kastélypark koncerteknek és színházi előadásoknak ad otthont, de lesz itt gokartos-vízifocis-légyvadász Játékpark is, sőt,

