



## Meglepetés

1996/2. szám

# A legjobb otthon

Ne dobja el! Trükkök, receptek, ötletek, filléres fortélyok! Biztos, hogy egyszer még kapóra jönnek!

# Szerencsés asszony vagyok

**Marton Éva operaénekesnő több mint két évtizede öregbíti a magyar zenekultúra hírnevét a világban. Kora ősszel barátai társaságában lépett fel a Kongresszusi Központban, Bartók Béla halálának 50. évfordulóján pedig a mester által gyűjtött öt magyar népdalt énekelte el az Operaházban. A művésznővel Szendi Horváth Éva beszélgett.**

Röghöz kötött életünkben gyakran jut eszünkbe, vajon egy világsztár hol érzi magát otthon? Frissen végzett diplomásként, egy gyerekkel a szüleinknél húztuk meg magunkat. Nem remélhettük, hogy lakásigénylésünkre igenlő választ kapunk. Így 1972-ben úgy döntöttünk, hogy a gyakori németországi munkák miatt Frankfurtban telepszünk le. Ezután mindig a munkám függvényében választottunk lakhelyet. Ezért vettük a hamburgi házat is, mely tíz éven át volt az otthonunk. Itt váltak felnőtté a gyerekeim. **Hogy lehet idegen országban úgy gyermeket nevelni, hogy a gyökereit ne veszítse el?** Gyermkeink magyarságtudatára mindig kínosan ügyeltünk. Lányunk magyar gimnáziumba járt, ahol kollegistaként a többi gyerekkel együtt megtanulhatta az önelátás szigorú szabályait. Ma, huszonegy évesen is magyar-nak vallja magát, és a világban bárhol megállja a helyét. Huszonkilenc éves fiam itthon él Magyarországon, és két

tündéri unokám boldog édesapja. **1988 óta a csodálatos szépségű Monte Carlóban élnék. Mennyi időt tud otthon tölteni?** Állandó rohanás az életem! Ezért évente körülbelül csak három-négy hónapot töltök otthon. Az opera-darabok felújítása kora reggeltől késő estig levegőtlen, poros, sötét, büdös próbatermekben zajlik, világosságot szinte csak reggelenként látok, s ha utazom, a repülőgépen is mesterséges fény vesz körül. Ha elkezdődnek az előadások, akkor már

kicsit emberségesebben élek. Két fellépés között van három-négy nap szabadidőm, amikor olvasok, múzeumba járok, zenét hallgatok: új élményekkel telítődöm, amit később beépíthetek a szerepeimbe. **Egy civil asszony a család alfája és omegája. Hogy tudja ezt a szerepet betölteni az, aki állandóan úton van?** Harminckét éve ismerem a férjemet, 1995-ben voltunk harmincéves házaspár. Ő mindig sokkal többet dolgozott, mint én, mégis magára vállalta az otthon minden gondját, baját. '93-ig sebész-főorvos volt Hamburgban, emellett tanított az egyetemen, és a premierjeimen is ő tartotta bennem a lelket. Öröm vele élni: mindig derűs, sosem morcos, amikor belép az ajtón, kisüt a nap. Szerencsés asszony vagyok. Nehezebb és

## Marton Éva tippjei

Lehet úgy is fogyókúrázni, hogy közben jól érezzük magunkat! Reggelire megteszi egy natúr joghurt, amibe szeszgyümölcsöket keverünk. Egy kis tálka aljára tegyünk egy kanál mézet és öntsük rá a gyümölcsös joghurtot. Az étkezés végén jól esik egy kis édesség! **Mi hat-nyolcféle gabonából örölt lisztből készült, szinte fekete kenyeret eszünk. Segíti az emésztést, fogyasztása megszabadítja a szervezetet a salakanyagoktól. Mindenkinek ajánlom!** Jó kenyérből érdemes egyszerre többet venni és lefagyasztani. Sütőben felmelegítve pillanatokon belül friss kenyeret varázsolhatunk belőle.

csúnyább lenne az életem nélküle. **Mi az első dolga, amikor hazaér?** Felveszek valami kényelmes holmit, kimegyek az erkélyre, ahonnan Mentonig elláthatok, és mélyen beszívom a csodás tengeri levegőt. Az ottani mediterrán klíma olyan fantasztikus hatású, mint egy regeneráló kúra. **Milyen szempontok vezérelték a lakberendezésnél?** A lakásunk nem nagy, de szép és kényelmes. Jelentős helyet foglal el benne a zongora, amit naphosszat püfölok. Kedvelem a szép tárgyakat, de nem vagyok műgyűjtő. Sosem akartam olyan dolgokat birtokolni, aminek rajtam kívül senki más nem örülhet. **Van-e kedvenc helye a lakásban?** Mint említettem, sok időt töltök a zongora mellett, amely fölé férjem feltette azt a három képet, amelyet a Milánói Scalában kaptam az állóhelyek közönségétől. Régi hagyomány, hogy a kispéznő, de zenét értő és szerető állóhelyi törzsnézők minden évben megajándékozzák a nekik legjobban tetsző művészt. Oszadnak egy bizonyos pénzüsszeget, s az azon vett ajándékokra ráapplikálják az előadás plakátját, majd mindnyájan aláírják. Ha felnézek ezekre a képekre, mindig meghatódom a közönség szeretetének e megnyilvánulásán, s ez újabb teljesítményekre sarkall. **Melyik ételt szereti a legjobban?** Szeretem a kínai konyha remekeit. Kedvencem a licsi-beaf, amelynek alapja a mézes-narancsos mártásban párolt marhahús, amit a licsi nevé gyümölcscsel tálnak. **Szokott főzni?** Az olyan szállodai lakosztályokat szeretem, ahol konyha is van. A férjem nagyon kedveli a főztömet, és én meg is tudok csinálni mindent. Most le akarunk adni néhány kilót, ezért diétásan étkezünk: sok salátát, zöldséget fogyasztunk a tenger gyümölcseivel vagy pulykahússal. **Ossza meg velünk egy könnyű ebéd titkát.** A fokhagymát, hagymát, zöldfűszereket összekeverem olívaolajjal és egy fél citrom levével, icipici sóval és cukorral ízesítem, majd ráöntöm a széttépkedett salátalevelekre. Kevéske ropogósra sült pulykamell-csíkkal vagy egy kis tengeri herkentyűvel kiváló ebéd. Próbálják ki, nem fognak csalódni!

Vendégségben Marton Évánál • Vendégségben Marton Évánál