



### **Majdnem kipusztult**

Az őshonos magyar sertésfajtának tekintett mangalica száz éve még Európa legjobb sertésének számított, majd a hústermelés fokozására irányuló mennyiségi szemlélet és a sertéspestis járványok következtében a múlt század végére a kihalás szélére került, ugyanis hústermelési intenzitása kicsi. Egyedeinek száma az elmúlt két évtizedben száz és ötszáz közöttire csökkent. A fajta megmentése, a teljes kipusztulás megakadályozása érdekében 1976-tól állami támogatás segíti a génrezervátumokban a fajtamegőrző munkát.

Napjainkban szerencsére újra növekszik a mangalicaállomány, erre bizonyosság a 2008 februárjában, a városligeti Vajdahunyad várában megrendezett első budapesti mangalica fesztivál, mely hagyományteremtőnek bizonyult, évről évre nagyobb sikerrel. Olyannyira, hogy már országszerte egyre több helyen rendeznek hasonlót.

És még egy érdekesség: emlékszik még arra valaki, hogy a Pick és a Hertz szalámi, a csabai és a gyulai kolbász világhírét a mangalica alapozta meg?! A mangalíca kolbász enyhén csípős, paprikás, füstölt szárazkolbász, amelynek ízére az idősebbek nosztalgiával gondolnak vissza...

## Tények és tévhitek

Egy újkeletű divatnak köszönhetően magas koleszterinszint esetén sokan mangalicaszírt és húst kezdenek el fogyasztani, mivel azt koleszterinmentesnek vagy legalábbis az egyéb húsoknál koleszterinben szegényebbnek gondolják. De vajon mi az igazság? A kis intenzitású hústermelés a testállomány izomrészeinek lassú gyarapodását jelenti, ami a zsír fokozott mértékű beépülésével párosul, emiatt a mangalicát kifejezetten a nagy mennyiségű zsírt előállító sertések (zsírsertések) közé sorolják. Tehát minden ellenkező híreszteléssel szemben, a mangalica húsa sokkal nagyobb zsírtartalmú, mint a húsertéseké, és zsiradékának koleszterintartalma sem kisebb, mint más fajtáké! A mangalica vágósúlyának kétharmada fehéráru: zsír, háj és szalonna.

Ugyancsak sokat hallani a mangalica kedvező zsírsav-összetételéről is. Nos, az eddigi vizsgálatok részben ellentmondanak egymásnak, ami az eltérő takarmányozásra vezethető vissza: a mangalica zsiradékának a többi sertésfajtaéhoz képest nagyobb olajsavtartalmát és kisebb telítettsírsav-tartalmát nem minden kísérlet igazolta. Az állat takarmányozásának megváltoztatása számottevően javíthatja a beépített zsírok zsírsavösszetételét.

## Mit mutatnak a konkrét számok?

Ásványianyag- és vitamintartalom szempontjából a mangalica húsa több tiamint, riboflavint, vasat, cinket és rezet tartalmaz, mint a húsertésé. A mangalica májának összes vastartalmát nagyobbak találták az Országos Húsipari Kutatóintézet (OHKI) munkatársai egy 2004-ig tartó vizsgálataik során, mint az ipari fajtákét. A Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar Táplálkozástudományi és Dietetikai Intézet (PTE ETK) munkatársai 2007-ben különböző húsfajtákat és azok különböző részeit vizsgálták: sertés-, vaddisznó- és mangalichúsokat (combot, karajt és hasaalja-szalonnát). Eredményeik szerint a sertéskaraj zsírtartalma háromszor, míg a mangalicáé majdnem ötször nagyobb, mint a vaddisznóé. A mangalica- és a sertéscomb zsírtartalma szinte megegyezik (meghaladja a 8%-ot), míg a vaddisznóé az 1%-ot sem éri el. A vizsgált sertésfélék szalonnái közül a mangalicáé tartalmazta a legtöbb zsírt (75%), ami megerősíti azt a tényt, hogy a mangalica zsírsertés. A vaddisznó-szalonna zsírtartalma jóval kisebb a sertésénél (17%, a sertésé 43%), ami elsősorban az életmódjából és táplálkozásából adódik. A vaddisznó húsának nagyobb a fehérjetartalma, mint a háziasított sertéseké. A mangalichús fehérjetartalma a karajban mérve 19%, combban mérve 22% volt. Ugyanezek az értékek sertéskarajban 23%, illetve 20%, a vaddisznókarajban és -comban 25-25% voltak. A háziasított állatok és a vadállatok húsainak koleszterintartalma megegyezik, bár olyan mérési eredményekkel is rendelkezünk, amiből az derül ki, hogy a vadállatoké nagyobb. A hazai mérések azt eredményezték, hogy mindhárom sertésfajta combjának koleszterintartalma szinte azonos (50-52 mg/100 g között), a többi húsrészekhez viszonyítva a legkisebb a karaj koleszterintartalma (66-99

mg/100 g között), a hasaalja-szalonna koleszterintartalma (137–206 mg/100 g között), tehát a vizsgált húsrészek közül a szalonna tartalmazta a legtöbb koleszterint. A vaddisznó és a mangalica szalonnája szinte azonos mennyiségű koleszterinnel bír, míg a sertés kisebb koleszterintartalmú.

### **Mitől finom?**

A mangalichahús élvezeti értékét izombeli zsírtartalma és a vágási életkorából adódó érettsége adja. A nagy izombeli zsírtartalom és annak finom, egyenletes, márványos eloszlása kedvező az élvezeti érték (ízletesség, lédúság, porhanyósság) szempontjából. Ez összességében kiváló stéktulajdonságot jelent. Márványozott húsából és szalonnájából minőségi termékek (hosszú ideig érlelt sonka és szalámi, pecsenyehúsok, kenyérszalonna) készíthetők.

### **Összegezve**

A táplálkozástudomány mai állása szerint a mangalica húsa és szalonnája nem egészségesebb a húsertésekénél. A fajta értékelésekor nem is ezt a szempontot kellene hangsúlyozni, sokkal inkább a tűrőképességét és azokat a tulajdonságait, amelyek alkalmassá teszik különleges minőségű készítmények (kolbászok szalámik) előállítására, amelyekért érdemes sőt Hungarikumként kötelező megőriznünk!