# 2019 m. lapkričio 18 d.

**„Lidl“ siūlo kalėdinius kepinius puošti kūrybiškai su „Belbake“ produktais**

**Artėjant Kalėdoms žmonės vis dažniau susimąsto apie tai, kaip šiemet atrodys jų šventinis stalas. Jį papuošti galima ne tik jau tradiciniais tapusiais saldėsiais – meduoliais ar imbieriniais sausainiais, bet ir vis labiau Lietuvoje populiarėjančiais meduoliniais sausainių nameliais, pataria maisto ekspertė Halina Bovševič. Ji pasakoja apie kepinių ir jų dekoravimo tradicijas bei dalijasi gardžių saldumynų receptais, kuriems išbandyti visus reikiamus „Belbake“ produktus nuo lapkričio 18 d. bus galima rasti „Lidl“ prekybos tinklo parduotuvėse.**

Anot pašnekovės, lietuvių šventinis stalas pamažu keičiasi, tačiau čionykštės kepinių tradicijos taip pat niekur nedingsta. Tarp pačių mėgstamiausių – medaus pyragai, purūs meduoliai, imbieriniai sausainiai, kurie kasmet įgauna vis kitokias formas.

**Brolių Grimų išpopuliarintas gardėsis**

Nors Lietuvoje šių įmantrių ir puošnių kepinių istorija nėra sena, tačiau svetur ji siekia tolimus laikus. Meduoliai buvo naudojami dar senovės Graikijoje, o į Europą prieš tūkstantį metų atgabenus imbierą, šis prieskonis puikiai tiko kepinių pagardinimui bei ilgesniam jų išlaikymui. Meduolinių namelių išpopuliarėjimas 19-o amžiaus pradžioje siejamas su brolių Grimų pasakomis apie Jonuką ir Grytutę. Šie pasakos veikėjai miške aptiko būtent tokį žvakės apšviestą namelį, kurį dabar vis dažniau gamina visa šeima. Tai tapo ne tik stalo dekoracija, bet ir viena laukiamiausių pasiruošimo Kalėdoms veiklų.

„Meduolinis namelis – labai puošnus kepinys, kurio gamyba suburia visą šeimą. Pavyzdžiui, tėtis užmaišo tešlą, mama su vaikais ją iškočioja ir parenka figūrėlių formas. O tada – jau tik fantazijos reikalas: galima namelį puošti glajumi, karamele, įvairiais pabarstukais, guminukais, kokosų drožlėmis. Tokia žaidimo formos pramoga gali atnešti geros nuotaikos dozę visai dienai“, – pasakoja maisto žinovė.

**Ingredientai kiekvienam skoniui**

Dabartinės maisto gaminimo galimybės ir parduotuvių asortimentas leidžia įgyvendinti kone kiekvieną užmačią. Iš kepimo skyriaus parduotuvėse be jau minėtų produktų galima rinktis daugybę puikių papuošimų ir meduolinių namelių ingredientų, pavyzdžiui, migdolų, figų, spalvotų cukrinių papuošimų, sezoninių prieskonių, dekoravimo glajų, kurių itin didelį pasirinkimą „Lidl“ parduotuvėse siūlo „Belbake“ produktų linija.

„Net pusnys sukuriamos iš zefyrų ir kokoso drožlių. Langus galima daryti iš karamelinių saldainių. Meduolinių namelių madą Lietuvoje įrodo ir parduotuvėse siūlomas jau pagamintų jų detalių, kepimui paruoštos tešlos, formų, pagal kurias galima išpjaustyti jo dalis, asortimentas. Jei nenorima gaminti, siūloma jau paruoštų, labai puošnių namelių“, – tvirtina H. Bovševič.

O tiems, kurie visgi nori duoti kelią fantazijai ir kalėdinį stalą papuošti savo gamybos meduoliniu nameliu, maisto ekspertė siūlo jo ir kelių, labiau įprastų lietuviams kepinių receptus:

**Meduolinis namelis**

**Reikės:** 500 gramų miltų

100 gramų margarino

200 gramų medaus

200 gramų cukraus

2 kiaušinių

1–2 arbatinių šaukštelių kepimo miltelių

Meduolių prieskonių

**Gaminimas:** medų ištirpinkite su margarinu, į atvėsintą masę įpilkite su cukrumi išplaktus kiaušinius. Visą šią masę sumaišykite su miltais, kepimo milteliais ir meduolių prieskoniais. Minkykite pabarstant miltais tol, kol visa tai taps vientisa, neprilimpančia prie rankų tešla. Suvyniokite į maisto plėvelę ir palikite šaldytuve 1–3 valandoms. Iškočiokite 5 mm storio tešlą (maži vaikai gali naudoti ir storesnį sluoksnį), suformuokite namelių detales ir kepkite orkaitėje 180 °C temperatūroje 10 minučių.

**Glajui reikės:**

1 kiaušinio baltymo

2 stiklinių cukraus pudros

1 šaukšto citrinos sulčių

**Gaminimas:** baltymus išplakite iki stangrumo, įpilkite cukraus, citrinos sulčių ir gerai išmaišykite. Galima įpilti ir maistinių dažų.

**Imbieriniai sausainiai**

**Reikės:**

2 stiklinių miltų

4 šaukštų kakavos

200 gramų margarino

1 kiaušinio trynio

1 kiaušinio

2 šaukštų medaus

0,5 arbatinio šaukštelio kepimo miltelių

Meduolių prieskonių

1 arbatinio šaukštelio malto imbiero

2 šaukštų cukraus

**Gaminimas:** medų ištirpinkite kartu su margarinu, atvėsinkite ir įpilkite kartu su cukrumi išplaktus kiaušinius. Sumaišykite miltus, kepimo miltelius, meduolių prieskonius ir visa tai sujunkite su anksčiau paruoštu mišiniu. Gautą masę minkykite apibarstant miltais tol, kol ji taps vientisa, neprilimpančia prie rankų tešla. Suvyniokite ją į maisto plėvelę ir palikite šaldytuve 1–3 valandoms. Iš šaldytuvo išimtą tešlą iškočiokite iki 5 mm storio (maži vaikai gali kočioti ir storesnę, kad nelūžtų), išpjaukite meduolių formas ir kepkite 10 minučių orkaitėje 180 °C temperatūroje.

**Minkšti ir purūs meduoliai**

**Reikės:** 0,5 kg kvietinių miltų

1,5 šaukšto kakavos

200 gramų medaus

125 gramų margarino

2 šaukštų meduolių prieskonių

100 ml grietinėlės

1,5 šaukštelio kepimo sodos

0,5 puodelio cukraus

4 trynių

2 kiaušinio baltymų

**Gaminimas:**

Dieną prieš kepant meduolius išsijokite miltus ir kakavą, sumaišykite juos dideliame dubenyje. Sumaišykite grietinėlę su soda, palikite keletui minučių. Medų išvirkite su meduolių prieskoniais, nukelkite nuo ugnies ir įdėkite į gautą masę margarino. Maišykite, kol visiškai ištirps. Baltymus išplakite iki standžių putų, pamažu pridėkite cukraus ir įdėkite trynius. Į miltus su kakava įmaišykite išplaktus kiaušinius, medų su prieskoniais, grietinėlę su soda, gerai viską išmaišykite. Paruošta tešla bus šiek tiek minkšta, tad ją suvyniokite į plėvelę ir įdėkite į šaldytuvą 24 valandoms.

Meduolių kepimo dieną išimkite tešlą iš šaldytuvo ir padalinkite ją į 3–4 mažesnes dalis. Tešlą iškočiokite po gabalėlį (likusią dalį laikant šaldytuve), iš formos išpjaustykite bet kokias meduolių formas. Orkaitėje tešla padidėja, todėl geriau iškočiokite ją kuo ploniau.

Kepimo popieriumi išklotą kepimo skardą su meduolių formos tešla įdėkite į iki 180 °C įkaitintą orkaitę ir kepkite 5–7 minutes (didesnėms gali prireikti ir 10 minučių).

Šie meduoliai yra minkšti ir purūs iš karto po kepimo, o laikydami juos sandariame inde galėsite ilgiau mėgautis jų minkštumu.

**Daugiau informacijos:**

Greta Cibulskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 5 250 3045, +370 662 02 236

[greta.cibulskaite@lidl.lt](mailto:greta.cibulskaite@lidl.lt)