Vilnius, 2020 m. sausio 27 d.

**Gardus rytas su „Lidl“ – vėlyvųjų pusryčių idėjos iš JAV**

**XX a. viduryje JAV išpopuliarėję vėlyvieji pusryčiai jau spėjo įsitvirtinti ir Lietuvoje. Maisto ekspertas ir tinklaraščio „Maisto kelionės“ autorius Marius Janavičius pasakoja, kad vieną vėlyvųjų pusryčių patiekalų – amerikietiškus blynelius – dar prieš du šimtus metų mėgo ir JAV prezidentas Tomas Džefersonas. Vėliau šis gardėsis tapo vienu labiausiai valgomų patiekalų vėlyvųjų pusryčių asorti. Maisto ekspertas ne tik dalijasi tradiciniais amerikietiškais receptais, bet ir pataria, kaip paruošti gardų meniu svečiams. Patiekalams reikalingus ingredientus nuo sausio 27 d. bus galima rasti visose prekybos tinklo „Lidl“ parduotuvėse.**

„Visos Amerikos savaitės metu savo klientams siūlysime įvairų „McEnnedy“ produktų asortimentą, kuriame amerikietiško maisto gerbėjai ras ir kasdienių užkandžių – vištienos juostelių su padažu, spraginamųjų kukurūzų ar greitai užšaldytų apkeptų bulvių, ir vėlyvųjų pusryčių gamybai tinkamų ingredientų – kepimo mišinį blynams, mėsainių bandeles ir specialius padažus, virtą plėšomą kiaulieną ar jau beveik paruoštą desertą“, – sako „Lidl“ pardavimų skatinimo vadovas Linas Baltušis.

**Amerikietiški blyneliai pagal kiekvieno skonį**

M. Janavičius sako, kad vienas labiausiai dėl išskirtinės savo išvaizdos atpažįstamų amerikietiškų receptų – blyneliai. Ir nors jų istorija siekia tūkstančius metų, įprastinį patiekalo receptą Amerikos gyventojai papildė kepimo milteliais, kurie blyneliams suteikia purumo.

Anot jo, amerikietiškų blynelių nebūtina gaminti patiems nuo pat pradžių – jau paruoštus blynelius ar jų kepimo mišinį bus galima rasti ir „McEnnedy“ asortimente, o šio patiekalo skonis lengvai įtinka beveik kiekvienam: „Prie amerikietiškų blynelių puikiai tinka įvairios uogienės ar klevų sirupas, tačiau labiausiai mėgstu į jų tešlą suberti stiklinę mėlynių ar kitų miško uogų, kurios patiekalui suteikia gaivumo.“

Riebesnio maisto mėgėjams gurmanas rekomenduoja išbandyti įmantresnį receptą: „Lietuviai blynelius dažniausiai valgo saldžiai, tačiau Amerikoje yra įprasta juos gardinti kepta šonine ir klevų sirupu. Iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti, kad tai tarpusavyje nederantys ingredientai, tačiau sūri šoninė ir saldus klevų sirupas idealiai papildo vienas kitą ir išlaiko šių skonių pusiausvyrą.“

Kalbėdamas apie praktines taisykles, kepant amerikietiškus blynelius, pašnekovas pataria vietoj aliejaus naudoti sviestą, o norint išgauti nepriekaištingą patiekalo spalvą, blynelius reikėtų kepti ant vidutinės ar dar žemesnės kaitros.

**Išalkusiems – mėsainių įvairovė**

Sočiai pavalgyti mėgstantiems vėlyvųjų pusryčių dalyviams M. Janavičius siūlo išmėginti kelis skirtingus mėsainių receptus. Pirmasis iš jų – tradicinis mėsainis su jautiena.

„Pirmiausia iš jautienos faršo suformuokite paplotėlį, pagardinkite jį druska, pipirais ir apkepkite keptuvėje ant aukštos temperatūros po 5-8 min. iš abiejų pusių. Ant iškepusio paplotėlio uždėkite sūrio ir leiskite jam išsilydyti, o ant paskrudintos bandelės užtepkite mėgstamo padažo, pridėkite salotų, pomidoro ir galiausiai iškeptą mėsą uždenkite viršutine bandele“, – sako maisto ekspertas.

Jis taip pat ragina neužmiršti ir mėsos nevalgančių svečių bei juos pradžiuginti daržovių paplotėliu: „Iš pradžių maisto trintuve sutrinkite konservuotus avinžirnius ar pupeles su virta morka, prieskoniais ir petražolėmis, o gautą masę sumaišykite su smulkintu svogūnu. Suformuokite paplotėlius ir juos apkepkite, tada apskrudinkite bandelę, ant jos uždėkite šiek tiek gražgarstės ir padažo, o ant viršaus – keptą paplotėlį bei kelis griežinėlius marinuoto buroko. Uždengus viršutine bandele, gardžiuotis šiuo mėsainiu galės ir veganai, ir nuo mėsos pailsėti norintys jos mėgėjai.“

Norintiems išbandyti tikrą amerikietišką patiekalą M. Janavičius siūlo plėšytos kiaulienos mėsainio receptą: „Pirmas žingsnis – pašildyti plėšytą kiaulieną ir ją sumaišyti su barbekiu padažu. Paskrudinus bandelę, ant jos uždėkite kelis griežinėlius konservuoto agurko, kiaulieną, o ant viršaus užkraukite kelis šaukštus salotų – joms reikės tarkuoto kopūsto, morkos, obuolio, obuolių acto, prieskonių ir majonezo. Plėšoma kiauliena yra atkeliavusi iš JAV pietų, todėl valgydami šį mėsainį pajusite autentišką amerikietišką skonį.“

**Desertui – sūrio pyragas**

Vėlyvųjų amerikietiškų pusryčių pabaigai nevalia pamiršti ir gardaus deserto, teigia „Maisto kelionės“ tinklaraščio autorius. Jis sako, kad JAV itin mėgstamas sūrio pyragas, kurį Amerikos savaitės metu bus galima įsigyti visose „Lidl“ parduotuvėse.

„Pagrindinis šio deserto ingredientas – burnoje tirpstantis kreminis sūris, kuris buvo sukurtas būtent JAV dar 1872 m. Sūrio pyragas yra ganėtinai švelnaus ir kiek salstelėjusio skonio, tačiau jį galima dar labiau praturtinti įvairiomis uogomis, kurios skanėstui suteiks daugiau gaivumo. Jei visgi trūktų saldumo, pyragą siūlyčiau valgyti su klevų sirupu ar džemu“, – sako pašnekovas.

**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)