Vilnius, 2020 m. vasario 3 d.

***„Bon Appétit!“:* pasiruoškite kulinarinei kelionei į Prancūziją su „Lidl“**

**Prancūzų virtuvės ypatumai pradėjo formuotis dar XVI amžiuje, o rafinuoti ir išskirtiniai šios šalies skoniai jau seniai spėjo sužavėti visą pasaulį. Kulinarinei kelionei į Prancūziją šiais laikais gali neprireikti net ir lėktuvo ar autobuso bilieto – šalies skonį pajusti galima niekur nevykstant. Restorano „Amandus“ šeimininkas ir šefas Deivydas Praspaliauskas sako, kad ragaujant prancūziškų delikatesų vaizduotė gali visai dienai nukelti į Paryžių, Lioną ar Marselį, o šios šalies autentika alsuojančius produktus nuo vasario 3 d. galėsite įsigyti visose prekybos tinklo „Lidl“ parduotuvėse.**

„Kadangi mūsų klientai jau spėjo pamėgti Prancūzijos savaitę, besiruošdami jai atrinkome populiariausias „Duc de Coeur“ asortimento prekes. Be to, nusprendėme savo pirkėjams pasiūlyti ir naujų produktų, pavyzdžiui, ledus su *macaron* sausainių gabaliukais ar kišą su atlantinėmis lašišomis. Išskirtinai šios savaitės metu „Lidl“ parduotuvių lankytojai galės rasti ir egzotiškesnius valgius – įdarytas sraiges, varlių šlauneles bei midijas, ir lietuviams labiau pažįstamo skonio saliamius, desertus ar blynelius bei platų sūrių pasirinkimą“, – sako „Lidl“ pardavimų skatinimo vadovas Linas Baltušis.

**Prancūziška virtuvė – kulinarijos etalonas**

Anot D. Praspaliausko, prancūziška virtuvė turėjo bene didžiausią įtaką formuojantis šiuolaikinėms gastronomijos tradicijoms: „Didžioji dauguma pasaulio kulinarijos mokyklų yra grįstos prancūzų virtuve – joje buvo sukurtos pagrindinės taisyklės, kuriomis vadovaujantis nesunku įgyti esminių įgūdžių, reikalingų virtuvėje.“

Šefas pasakoja, kad prancūziško maisto gamyba neretai yra tapatinama su „aukštąja matematika“, tačiau jo teigimu, šios virtuvės bijoti nereikėtų: „Prancūzų virtuvė išties reikalauja kiek daugiau įgūdžių nei kitos, nes be išlavintų pojūčių, skonio receptorių ir specialaus pasiruošimo prancūziškų patiekalų gamyba gali tapti rimtu iššūkiu. Vis dėlto, įdėjus daug pastangų ir noro, prisijaukinsite net ir sudėtingiausiai paruošiamus valgius.“

D. Praspaliauskas sako, kad „Lidl“ Prancūzijos savaitės metu siūlomas asortimentas pasižymi didele įvairove, todėl nesunkiai galima susikurti visos dienos prancūziškų skonių meniu – parduotuvėse rasite nuo gurmaniškų saldžių ir sūrių užkandžių pusryčiams iki greitai paruošiamų ištaigingų pietų ir burnoje tirpstančių valgių vakarienei.

**Pusryčius pradeda nuo *espresso***

Prancūzo rytas dažniausiai prasideda nuo stiprios *espresso* kavos puodelio arba šviežiai spaustų apelsinų sulčių. Išskirtinai prancūziškais gardėsiais laikomais kruasanais šalies gyventojai nepiktnaudžiauja, tačiau sau pasmaližiauti kartais leidžia – be sviestinių ragelių vienos populiariausių – bandelės su šokoladu, bandelės-sraigės su razinomis. Kiti galimi prancūziškų pusryčių pasirinkimai – paskrudinta bagetė su sviestu, įvairių uogų ar vaisių džemais ar omletas, jei gali skirti daugiau laiko gaminimui.

„Prancūzai turi daug miltinių gardėsių, tačiau jų dažnai nevalgo ir pusryčiams mieliau renkasi vaisius ar jogurtą. Pietų raciono didžiąją dalį taip pat sudaro sveiki produktai – kartu su mėsa ar žuvimi patiekiamos šviežios arba garintos daržovės. Tai ir yra paslaptis, kodėl jie nestorėja“, – šypsosi D. Praspaliauskas.

**Pietūs iš trijų patiekalų**

Pietus prancūzai pradeda nuo žalių salotų, pagardintų balzamiko ar balto vyno actu su alyvuogių aliejumi. Antram patiekalui jie renkasi jautieną arba baltą žuvį, taip pat burnoje tirpstančius trapios tešlos pyragus – kišus: „Nors kišas atsirado Lotaringijos regione, kai pastarasis dar priklausė Vokietijai, šiandien ši teritorija priklauso Prancūzijai, o pats patiekalas yra laikomas šios šalies virtuvės dalimi. Mėgstantiems sočiai pavalgyti siūlau pabandyti kišą su šoninės ir kumpio įdaru, o norintiems švelnesnio skonio puikiai tiks svogūnų pyragas arba kišas su lašiša.“

Nei vieni pietūs ar vakarienė nesibaigia be deserto – prancūzai renkasi arba gurmaniškus sūrius, arba naminius pyragus, dar kitaip vadinamus tartomis: „Populiariausia saldi prancūziška tarta – obuolinė su cukrumi ir cinamonu, kurią galėsite įsigyti visose „Lidl“ parduotuvėse. Jei visgi sugalvosite pietus pabaigti gurmaniškai, sūrių rasite įvairiausių: ieškantiems pažįstamų skonių siūlau pabandyti brie ar pelėsinį sūrį, o norintiems išbandyti kažką naujo – aitraus kvapo minkštojo miunsterio sūrį, taip pat tepamą, pagamintą iš ožkos pieno.“

**Gurmaniškai vakarienei – gėrybės iš jūros**

Dienos pabaigai D. Praspaliauskas siūlo greitai ir lengvai pasigaminti gurmanišką prancūzišką vakarienę, kurią rekomenduoja pradėti nuo įdarytų vynuoginių sraigių, o pagrindiniam patiekalui siūlo paragauti dideliu vitaminų ir maistinių medžiagų kiekiu pripildytas midijas su petražolėmis ir česnakais.

Vakarienės pabaigai tradicinių saldžių skonių ieškantys „Lidl“ lankytojai turės progą paskanauti klasikinio prancūziško deserto *crème brûlée* – švelnaus ir burnoje tirpstančio plikyto kremo deserto su karamelinio cukraus plutele.

„Dažniausiai prancūzai vakarienę valgo vėlai, apie 21 val. Valgydami jie niekur neskuba ir mėgaujasi kiekvienu skoniu, su draugais ar artimaisiais dalydamiesi dienos įspūdžiais bei aktualijomis. Maistas prancūzams yra vienas iš svarbių gyvenimo būdo elementų, kuriuos jie vertina ir skiria tam papildomai laiko”, – apie prancūzų maisto įpročius pasakoja šefas.

**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)