Vilnius, 2020 m. rugsėjo 28 d.

**„Lidl“ ir D. Praspaliauskas kviečia išvysti Kaukazo platybes: trys kartveliški receptai kiekvienam**

**Jei dar visai neseniai į lietuvių išskėstomis rankomis laukiantį Sakartvelą traukė daugybė šalies gyventojų, šiandien Kaukazo platybes išvysti yra sunkiau. Tačiau, anot restorano „Amandus“ įkūrėjo ir šefo D. Praspaliausko, keliauti į svetingumu garsėjantį kraštą galima ir savo namuose – tereikia tinkamų produktų ir įkvėpimo. Šefas dalijasi trimis Sakartvelo virtuvės receptais, o būtiniausiais patiekalų ingredientais pasirūpins „Lidl“, nes nuo rugsėjo 28 d. visose prekybos tinklo parduotuvėse bus galima įsigyti kartveliška autentiška pasižyminčios produkcijos.**

„Pernai tapome pirmąja „Lidl“ šalimi, pristačiusia Sakartvelo savaitę. Lietuvą ir Sakartvelą sieja ypatingas ryšys, todėl ši „Lidl Lietuva“ iniciatyva – siekis ją puoselėti dar labiau. Įdėjome itin daug pastangų kruopščiai formuodami šios savaitės asortimentą. Jame prekybos tinklo parduotuvių klientai ras platų kartveliškų gaminių pasirinkimą – tradicinio saldumyno čiurčchelos ir džiovintų vaisių šokolade, skirtingų prieskonių, padažų ir kitų ingredientų, skirtų autentiškų Sakartvelo virtuvės patiekalų gamybai“, – sako „Lidl Lietuva“ pardavimų skatinimo vadovas Linas Baltušis.

**Maistas – esminis kartvelų kultūros elementas**

D. Praspaliauskas pasakoja, kad maistas kartvelų gyvenime turi itin reikšmingą vietą. Jo teigimu, tai didžiulė Sakartvelo kasdienybės dalis, kuriai šalies gyventojai rodo išskirtinį dėmesį.

„Sakartvelo geografinė vieta lėmė, kad šalies virtuvė aprėpia itin platų spektrą. Kadaise čia driekėsi Šilko kelias, formavęs gastronomines šalies tradicijas, o tam įtakos turėjo ir vidinis kraštovaizdis, nes šioje valstybėje rasime visko – nuo pievų, vynuogynų ir slėnių, iki jūros, kalnų ir slidinėjimo kurortų“, – sako restorano „Amandus“ įkūrėjas.

Anot jo, kartvelai yra šilti ir nuoširdūs žmonės, kurie į savo namus su malonumu priima prašalaičius ir Sakartvelo lankytojus. Jis priduria, kad tradicinių vakarienių metu, šalies gyventojai su pasididžiavimu pasakoja apie savo šalį ir dosniai vaišina gimines, draugus ir svečius.

„Bendros šeimos vakarienės, vadinamos *supra*, yra neatsiejama kartvelų kultūros dalis. Jų metu, stalui diriguoja tostų meistras – *tamada* – kuris per vakarienę sako ilgas prakalbas apie šeimą, draugus, šalies kultūrą, religiją ir kitas temas. Supros metu, visi svečiai vaišinasi gausiu kiekiu tradicinių patiekalų – nuo charčio ar *lobio* – tradicinės pupelių – sriubos, iki lietuviams gerai pažįstamų chačapurių, chinkalių ar kiek mažiau žinomų vegetariško troškinio adžapsandalio, baklažanų suktinukų bei daugybės kitų valgių“, – dalijasi D. Praspaliauskas.

**Šalis pasižymi prieskonių ir padažų įvairove**

Šefas pratęsia, kad itin dažnai kartvelų maisto racione sutiksime gausų kiekį mėsos, ypač ėrienos, jautienos ir kiaulienos. Taip pat šalies gyventojai itin mėgsta džiovintus vaisius ir uogas, graikinius riešutus, o jų virtuvė neįsivaizduojama be įvairiausių prieskonių – kalendros, petražolės ar aitriosios paprikos – bei daugybės padažų.

„Adžika ir *tkemali* – itin dažni daugybės Sakartvelo virtuvės valgių ingredientai. Pirmasis yra gaminamas iš raudonųjų pipirų ir įvairių daržovių, o antrasis – iš slyvų. Be šių padažų neapsieina ir charčio sriuba – adžika šiam patiekalui suteikia aštrumo, o *tkemali* – saldumo. Su *tkemali* ir adžika kartvelai taip pat valgo ir šašlykus bei kitus mėsos patiekalus, o pastarosios rasite ir jau minėtame adžapsandalyje“, – sako D. Praspaliauskas.

Adžikos ir *tkemali*, skirtingų autentiškų kartveliškų prieskonių ir jau paruošto adžapsandalio visos Sakartvelo savaitės metu galės paragauti prekybos tinklo „Lidl“ lankytojai, o fantazijai sužadinti, restorano „Amandus“ įkūrėjas dalijasi trimis autentiškais Sakartvelo patiekalų receptais.

**Baklažanas su lazdyno riešutų čiurčchela**

**Jums reikės:** vieno baklažano, alyvuogių aliejaus, druskos, pipirų, raudonėlio, „Khomli“ Khmeli Suneli prieskonių**.**

**Įdarui reikės:** 50 gWHOLENUTS Čiurčchelos su lazdyno riešutais, šlakelio obuolių acto, 50 g graikiško jogurto, 2 skiltelių česnako, šviežios petražolės, smulkintų kalendrų sėklų.

**Gaminimo eiga:** Supjaustykite baklažaną 0,5 cm storio juostelėmis, aptepkite alyvuogių aliejumi, druska, pipirais, rūkyta paprika, raudonėliu ir „Khomli“ Khmeli Suneli prieskoniais. Kepkite 180 laipsnių temperatūroje 15 minučių, apverskite ir kepkite dar tiek pat. Tuomet susmulkintą čiurchčelą paskrudinkite ir gerai išmaišykite su likusiais ingredientais. Kai keptas baklažanas atvėsa, įvyniojame įdarą ir tiekiame jį šaltą. Improvizuojant, galima įdarą paskaninti skrudinta ir smulkinta šonine.

**Kartveliška charčio sriuba**

**Jums reikės:** 20 g pomidorų pastos, 20 g „Batono“ Kaukazietiškos adžikos, 20 g „Batono“ Tkemali padažo, 200 g kiaulienos kumpio, 10 g „Khomli“ Charčio prieskonių mišinio, 20 g graikinių riešutų, 1 morkos, 1 svogūno, 200 g ryžių, 2,5 l sultinio arba vandens, kapotų žolelių paskaninimui.

**Gaminimo eiga:** puode, kuriame virsite sriubą, apkepkite kiaulieną su adžika ir tkemali. Po 3 min kepime sudėkite ryžius, graikinius riešutus, pjaustytą morką ir svogūną. Pakepkite 2-3 minutes ir įpylę 500 ml sultinio leiskite pasitroškinti 15 min. Tuomet supilkite likusį sultinį, uždėkite dangtį ir lengvai virkite 1,5 valandos. Paskaninkite druska, pipirais ir žolelėmis.

**Špinatų ir lazdyno riešutų užtepėlė**

**Jums reikės:** 500 g špinatų (apvirtų ir pilnai nuspaustų, kad neliktų vandens), 150 g skrudintų ir sutrintų graikinių riešutų, 3 skiltelių česnako, 50 g kalendros, 30 g petražolių, 30 g pasirinkto aliejaus, 20 g obuolių ar raudono vyno acto, žiupsnelio „Khomli“ Svanų prieskoninės druskos, trupučio „Khomli“ Khmeli Suneli prieskonių ir juodųjų pipirų.

**Gaminimo eiga:** jei riešutai paskrudinti ir susmulkinti, tada visus ingredientus, išskyrus špinatus, dėkite į trintuvą ir sutrinkite iki vientisos masės. Išimkite masę iš trintuvo, į jį sudėkite špinatus ir taip pat sutrinkite iki vientisos masės. Galiausiai, sumaišykite su riešutų užtepėle ir tiekite su duonele, krekeriais ar pjaustytomis daržovėmis. Paskaninimui galite pabarstyti granatų sėklų.

**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)