Vilnius, 2021 m. vasario 15 d.

**Gabalėlis Italijos jūsų namuose: išbandykite tris gardžius F. Meschino receptus**

**Turtinga maisto kultūra yra įaugusi į bene visų italų kraują ir nuo pat mažens lydi kiekvieną jų žingsnį, o pažįstamų kvapų ir skonių italai ieško net išvykę svetur. Jau septynerius metus Lietuvoje gyvenantis „Užupio picerijos“ šefas ir maisto tinklaraštininkas Federico Meschino pasakoja, kad itališkoje virtuvėje nėra daugybės prašmatnių ingredientų – čia yra vertinama aukšta produktų kokybė, o tokią gimtąją šalį primenančią kokybę jis teigia atradęs ir Lietuvoje, tradicinių „Lidl“ Italijos savaičių metu.**

„Italiamo“ savaitė – viena mėgstamiausių ir laukiamiausių mūsų pirkėjų teminių savaičių, tad džiaugiamės, jog itališko maisto gerbėjai nuo vasario 15 d. galės dar kartą įsitikinti Apeninų pusiasalio virtuvės kokybe. Šią savaitę „Lidl“ parduotuvių lankytojams pasiūlysime per 40 „Italiamo“ produktų – ne tik skirtingų rūšių makaronų ir kumpių, džiovintų ar konservuotų smulkintų pomidorų, mocarelos ar buratos sūrio bei jūros gėrybių, bet ir jau paruoštų patiekalų – picų su kumpiu ir sūriu, 4 rūšių sūriu ar mocarela ir tunu arba šviežių makaronų su pesto įdaru. Tikimės, jog tai bus puiki galimybė pasimėgauti itališka virtuve, prisiminti pamėgtus ar atrasti naujus skonius tiesiog savo namuose“, – sako „Lidl Lietuva“ pardavimų skatinimo vadovas Linas Baltušis.

**Italijos gastronominių platybių išragauti turbūt neįmanoma**

F. Meschino pasakoja, kad Viduržemio jūros regiono virtuvei daug įtakos turėjo istorinis kontekstas ir daugybė skirtingų vienu ar kitu metu dominavusių kultūrų. Anot jo, tai sukūrė platų gastronominį paveikslą ir įpūtė gyvybės įvairiausioms kulinarinėms tradicijoms.

Pašnekovo teigimu, prie itališkos virtuvės ypatybių prisidėjo ir Apeninų pusiasalio klimatas, suteikiantis prieigą prie daugybės itin kokybiško maisto šaltinių arba sudarantis galimybes jį užsiauginti patiems: „Italijos virtuvė yra tokia plati, kad turbūt retas italas per visą savo gyvenimą išbando visus įmanomus regioninius ar net mažesniems miesteliams, kaimams būdingus patiekalus, jų variantus.“

**Seneliai – vaikščiojanti kulinarijos enciklopedija**

Pasak maisto tinklaraštininko, jį kaip ir daugybę kitų italų valgyti ir gaminti kokybišką ir skanų maistą išmokė tėvai ir seneliai. Pastarieji, anot jo, yra didžiausia receptų ir gaminimo technikų enciklopedija visoje Italijoje, karta iš kartos perduodanti savo patirtį.

„Mūsų seneliai ir senelės yra didžiausias įkvėpimas, padėjęs sukurti išskirtinį santykį su kulinarija, kuriuo galiu pasigirti ir aš. Visuomet turėjau stiprų ryšį su maistu – man tai yra dalykas, leidžiantis pajusti tokias emocijas, kurių nesukurs niekas kitas, o augdamas supratau, kad būtent virtuvė yra ta vieta, kurioje jaučiuosi laimingas“, – sako F. Meschino.

**Maistas italus lydi kiekviename žingsnyje**

Pašnekovas pratęsia, kad maistas Italijoje užima itin svarbią vietą kasdieniame gyvenime ir šalies gyventojams teikia daugybę malonumo. Anot jo, šią ypatingą aurą įprastai galima pajusti vos atsisėdus prie stalo skirtinguose regionuose esančiose kavinėse ar restoranuose, pulsuojančiuose nuo žmonių klegesio.

„Sunku būtų išvardinti visas įsimintinas akimirkas, praleistas su mano mylimais žmonėmis ir maistu, nes visas italų gyvenimas sukasi aplink jį. Tačiau niekada nepamiršiu kelionių su draugais į Neapolį, vien tik tam, kad paragautume geriausios pasaulyje picos, išvykų į Romą, kurios neįtikėtiną grožį dar labiau atskleidžia dieviško skonio makaronai – *carbonara* arba *cacio e pepe* – bei autentiški sumuštiniai su *porchetta*. Ilgam įstrigo ir kelionių Sicilijoje metu ragauti patiekalai, pradedant Trapanio žymiuoju kuskusu ir baigiant įvairiais kepiniais bei mano ko gero mėgstamiausiu desertu – sicilietiškomis *cannoli*“, – prisimena maisto tinklaraštininkas.

Jis pažymi, kad kitas Italijos kultūrai būdingas išskirtinumas – mažos maisto parduotuvės: „Apsilankymas šiose parduotuvėse – tikras malonumas, nes jose galima rasti aukščiausios kokybės produktų ir paruošti skaniausius patiekalus namuose. Dar dabar prisimenu prie mano mokyklos buvusią parduotuvėlę – vos užėjus į ją, nosį užguldavo kvapų begalybė – nuo įvairių kumpių, parmezano ar šviežiai keptos duonos, o akys raibdavo nuo *prosciutto*, pomidorų, sausainių ar kitų užkandžių, sumuštinių su mortadelos dešra ar įvairių fokačijų.“

**Į Italiją mintimis sugrįžta ir Lietuvoje**

F. Meschino pažymi, kad „Lidl“ parduotuvėse siūlomas „Italiamo“ asortimentas jam buvo netikėtas atradimas, o produktų kokybė ir skonis padėjo mintyse nusikelti į jo namus Italijoje.

„Pamenu, kad „Italiamo“ asortimentui atsiradus Lietuvoje, kartu su pusbroliu prisikrovėme pilnus vėžimėlius įvairiausių prekių – nuo kumpių, makaronų, smulkintų pomidorų, desertų ir sūrių, tad Italijos savaitės „Lidl“ parduotuvėse kaskart laukiu su nekantrumu ir savo šaldytuvą bei spinteles prikraunu daugybe namus Italijoje primenančių produktų.

Visgi bene labiausiai man įstrigo buratos sūris, leidęs darkart įsitikinti nuostabiu kokybiškos buratos su pomidorais ar jų padažu bei alyvuogių aliejumi skoniu. Apskritai, „Italiamo“ įrodo, kad itališka virtuvė yra pilna paprastų produktų, o norint sukurti gerą patiekalą, nereikia daugybės prašmatnių ingredientų – tereikia kokybės“, – sako maisto tinklaraštininkas.

Tad F. Meschino kviečia savo virtuvėje pasigaminti tikrą itališką vakarienę ir dalijasi vieno užkandžio ir dviem karštų patiekalų receptais – kiekvienam pagal skonį. Na o desertui italas siūlo išbandyti jau paruoštus „Italiamo“ desertus – *Panna Cotta,* rikotos sūrio ledus su kriaušėmis ir šokoladu arba vanilės skonio putėsių desertą.

**Brusketa su burata, pomidorais ir *prosciutto crudo***

**2 porcijoms Jums reikės:** 200 g baltos duonos, 150 g vyšninių pomidorų, 10 g baziliko, 1 skiltelės česnako, 1 „Italiamo“ buratos sūrio, 80 g „Italiamo“ vytinto itališko kiaulienos kumpio *prosciutto crudo*, 1 valgomojo šaukšto alyvuogių aliejaus, druskos, juodųjų pipirų.

**Paruošimo būdas:** supjaustykite duoną į 1,5 cm storio gabalėlius ir paskrudinkite ją ant grilio arba keptuvės, kol abi pusės paruduos. Tuomet supjaustykite pomidorus per pusę ir sudėkite juos į dubenėlį. Ten pat sudėkite smulkintą česnaką, valgomąjį šaukštą alyvuogių aliejaus, druską, pipirus ir truputėlį baziliko. Sumaišykite dubenėlio turinį ir palikite dešimčiai minučių. Kol laukiate, supjaustykite kumpį itin plonais gabalėliais. Galiausiai, galime konstruoti brusketą. Ant duonos uždėkite truputėlį pomidorų ir padažo iš dubenėlio, gabalėlį kumpio ir buratos. Prieš patiekiant, ant brusketos užpilkite šlakelį alyvuogių aliejaus ir papuoškite baziliko lapeliais. *Buon appetito*!

**Švieži makaronai su pesto įdaru ir pomidorų padažu**

**2 porcijoms Jums reikės:** 250 g „Italiamo“ šviežių makaronų su pesto įdaru, 200 g „Italiamo“ trintų pomidorų, 15 g „Italiamo“ saulėje džiovintų pomidorų, parmezano arba Grana Padano sūrio, 1 valgomojo šaukšto alyvuogių aliejaus, 1 skiltelės česnako, druskos, juodųjų pipirų.

**Paruošimo būdas:** pradėkime nuo pomidorų padažo. Į puodą įpilkite alyvuogių aliejaus, sutraiškykite ir apkepkite nenuluptą česnako skiltelę kol paruduos, tuomet sudėkite mažais gabalėliais supjaustytus saulėje džiovintus pomidorus. Po kelių minučių, supilkite trintus pomidorus, praskalaukite butelį su trupučiu vandens ir supilkite jį į puodą, nustatykite vidutinę ugnį. Kai padažas pradės virti, uždenkite puodą dangčiu, sumažinkite kaitrą iki minimumo ir virkite 20 minučių. Praėjus laikui, išimkite iš padažo česnako skiltelę. Išvirus padažui, kitame puode užvirkite 5 l vandens, įdėkite druskos ir suberkite „Italiamo“ šviežius makaronus su pesto įdaru. Virkite tiek, kiek nurodyta ant pakuotės. Kol verda makaronai, vėl užkaiskite padažą, į jį įpilkite truputėlį verdančio vandens iš makaronų puodo. Kai makaronai išvirs, suberkite juos į puodą su padažu ir palaikykite ant mažos ugnies dar minutėlę. Patiekite su truputėliu sūrio ant viršaus. *Buon appetito*!

**Trijų spalvų makaronai su Genujos pesto padažu**

**2 porcijoms Jums reikės:** 250 g „Italiamo“ trijų spalvų kietųjų kviečių makaronų, 90 g „Italiamo“ pesto padažo su bazilikais, 100 g vyšninių pomidorų, 1 skiltelės česnako, 1 valgomojo šaukšto alyvuogių aliejaus, 1 valgomojo šaukšto druskos, parmezano sūrio.

**Paruošimo būdas:** pirmiausia puode užkaiskite maždaug 4 litrus vandens. Belaukdami kol užvirs vanduo, ant keptuvės įkaitinkite alyvuogių aliejų, sudėkite česnaką. Palaukite kol jis apskrus ir išimkite iš keptuvės. Sumažinkite ugnį ir į keptuvę sudėkite per pusę supjaustytus pomidorus, žiupsnelį druskos kepkite juos 5 minutes, palikite juos vėsti. Vanduo šiuo metu jau turėtų virti, įdėkite žiupsnelį druskos ir sudėkite „Italiamo“ makaronus, virkite tiek, kiek nurodyta ant pakuotės. Išvirus, nukoškite makaronus ir sudėkite į keptuvę su pomidorais, viską sumaišykite. Tuomet įdėkite pesto, dar kartą viską gerai permaišykite ir patiekite su parmezanu ant viršaus. *Buon appetito*!

**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