Vilnius, 2021 m. gegužės 13 d.

***Grilinti* galima ne tik mėsą: išbandykite du burnoje tirpstančių, keptų sūrių receptus**

**Ar žinojote, kad grilyje galima kepti ir lietuvišką varškės sūrį, o ant grotelių skrudinto prancūziško pelėsinio sūrio skonis – pasakiškas? Jeigu savo iškylų sezono valgiaraštyje dar turite vietos, grilio ekspertas Vylius Blauzdavičius rekomenduoja į jį įtraukti sūrius – burnoje tirpstantį pasirinkimą, puikiai tiksiantį mėsos nevalgantiems ar nuo jos pailsėti norintiems iškylautojams. Kad nepritrūktų fantazijos eksperimentuojant, šefas dalijasi dviem abejingų nepaliksiančiais receptais, kurių pagrindinis ingredientas – grilyje keptas sūris.**

Pasak V. Blauzdavičiaus, sūris yra daug lengvesnis ir paprasčiau už mėsą virškinamas produktas. Jo teigimu, šis produktas tinka tiek kaip užkandis, tiek kaip pagrindinis patiekalas, o grilinimui tinkančių sūrių paruošimo būdų ir skirtingų skonių – tiesiog apstu.

„Prieš grilinant sūrį, rekomenduočiau pasidomėti, su kuo jis dera. Sūrius galima valgyti ir vienus, ir kaip užkandį, jais galima gardinti salotas, naudoti mėsainiams ar dešrainiams, skrudintiems sumuštiniams. Prie šių produktų dera įvairūs džemai, riešutai, medus, skrudinta šoninė, uogos, karamelizuoti svogūnai, kepti vaisiai ar uogos, pavyzdžiui, slyvos, vyšnios ir kriaušės. Taip pat valgant sūrį siūlyčiau šalia patiekti su sviestu ir česnaku paskrudintą duoną. Jos traškumas sukuria tobulą balansą kreminei sūrio konsistencijai“, – teigia šefas.

Jis pratęsia, kad sūrį galima kepti dviem būdais: „Pirmasis – žemesnėje temperatūroje. Taip iškeptas sūris bus kreminis, minkštesnis. Antrasis – aukštoje temperatūroje arba tiesioginėje kaitroje. Tokiu būdu skrudinto sūrio išorė bus traškesnė, o vidus, dažniausiai, taip pat kreminis.“

**Kepti galima ir pelėsinį, ir lietuvišką sūrį**

Grilio ekspertas pratęsia, kad sūrių grilinimui pasirinkimas priklauso tik nuo jūsų fantazijos, o visų paminėtų sūrių rūšių galėsite rasti prekybos tinklo „Lidl“ parduotuvėse, dalies iš jų – „Grill&Fun“ asortimente.

„Pirmiausia išskirčiau baltuosius pelėsinius sūrius, pavyzdžiui, *brie*, *camembert* ar kitas rūšis. Svarbu, kad jis būtų neapipjaustytas ir kepant neišbėgtų. Skrudinant tokį sūrį, žievelė sulaiko sūrį nuo ištekėjimo, ji tampa itin traški, o vidus – kreminės tekstūros. Svarbu paminėti ir lengvai pakeptą ožkos pieno sūrį su baltuoju pelėsiu, kuris puikiai tinka salotoms, suteikia joms ryškų skonį. Maža idėja – gabalėlį šio sūrio uždėkite ant riekelės prancūziško batono, pagardinkite čiobreliu ir gausite pasakišką užkandį“, – sako pašnekovas.

V. Blauzdavičius pažymi, kad daug kas nustemba sužinoję, kad klasikinius lietuviškus varškės sūrius taip pat galima kepti grilyje: „Kaitinami varškės sūriai visiškai pakeičia savo struktūrą ir tampa minkšti. Nebijokite kepti nei saldaus, nei sūraus, su kmynais ar uogomis varškės sūrio – kepimui tinka jie visi. Tiesa, jokiu būdu nedarykite to aukštoje temperatūroje, nes sūris išbėgs.“

Šefas akcentuoja, kad jei ant grilio naudosite keptuvę, mėlynasis pelėsinis sūris tiks padažų gamybai: „Jis gerai lydosi ir praturtina padažą ryškiu savo skoniu. Tereikia į keptuvę įpilti grietinėlės, ją pašildyti, sutrupinti sūrį ir kaitinti, kol ištirps. Toks pagardas puikiai tiks prie mėsainių ar dešrainių. Na, o norintiems išbandyti dar daugiau naujų skonių, siūlau išbandyti du ypatingus grilyje kepto sūrio receptus, kurie abejingų tikrai nepaliks.“

**Skrudintas sūrio sumuštinis su uogomis**

**2 porcijoms jums reikės:** 2 vnt. „Grill&Fun“ sūrių kepimui, 4 didelių riekių šviesios duonos skrudinimui, poros saujų šviežių uogų, poros šaukštų medaus, saujos graikinių riešutų, 50 g sviesto.

**Gaminimo būdas:** įkūrenkite grilį ir ant jo grotelių dėkite didelę ir atsparią karščiui keptuvę. Sūrius perpjaukite pusiau, į keptuvę įdėkite sviestą, o kai jis ištirpsta – dvi riekes duonos. Ant jų dedame sūrį ir beriame uogas, kita duonos rieke suvožiame. Kepkite sumuštinius iš abiejų pusių, kol gražiai apskrus ir sūris viduje išsilydis. Galima sumuštinius kepant suslėgti kita keptuve, taip jie iškeps tolygiau. Ant iškepusių sumuštinių užberkite smulkintų graikinių riešutų ir apipilkite medumi. Skanaus!

**Keptas Camembert sūris su karamelizuotais svogūnais ir traškia duonele**

**2 porcijoms jums reikės:** 1 vnt. „Grill&Fun“ sūrio *Camembert*, 4 skiltelių česnako, džiovinto rozmarino, pusės prancūziško batono, 500 g rausvųjų svogūnų, 50 g sviesto, šaukšto rudojo cukraus, šaukšto balzaminio acto, 250 ml tamsaus nealkoholinio alaus, rupios druskos pagal skonį.

**Gaminimo būdas:** prikaistuvyje ištirpinkite sviestą, dėkite plonais pusžiedžiais supjaustytus svogūnus ir kepinkite, kol jie suminkštės ir skystis nugaruos. Tada suberkite cukrų, supilkite actą ir nealkoholinį alų, troškinkite, kol skystis visiškai nugaruos ir svogūnai karamelizuosis. Sūrio viršų įpjaukite, lyg darytumėte groteles. Ant įkaitinto grilio grotelių padėkite sviestinio popieriaus, o ant jo – sūrį. Įsmeikite į jį česnako skilteles ir rozmariną. Kepkite, kol sūris suminkštės, t.y. apie 10 minučių. Batoną supjaustykite plonomis riekelėmis ir paskrudinkite ant grilio iš abiejų pusių po 1-2 minutes. Ant sūrio viršaus uždėkite karamelizuotus svogūnus ir šalia patiekite skrudintą batoną. Skanaus!

**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