Vilnius, 2021 m. gegužės 27 d.

**Šefas V. Blauzdavičius švenčia tarptautinę mėsainių dieną: dalijasi patarimais ir unikaliais receptais**

**Tobulai apskrudusi bandelė, sultingas ir minkštas paplotėlis bei burnoje tirpstantis sūris – neliečiami mėsainio elementai. Tarptautinės mėsainių dienos, minimos gegužės 28 dieną, proga, Šefas Vylius Blauzdavičius pasakoja apie vieną mėgstamiausių savo grilio patiekalų ir ne tik dalijasi patarimais, kaip sėkmingai paminėti šią progą, bet ir siūlo išbandyti du originalius „burgerių“ variantus. Vienas iš jų patiks ir mėsos nevalgantiems ar nuo jos pailsėti norintiems iškylautojams.**

Kalbėdamas apie mėsainius, V. Blauzdavičius sako, kad vargu ar per savo gyvenimą yra sutikęs žmonių, nemėgstančių mėsainių. Jam šie patiekalai asocijuojasi su kūryba ir laisve.

„Neslėpsiu – geras mėsainis yra vienas mano mėgstamiausių grilio valgių, o ir pagaminamas – itin sparčiai. Ruošiant mėsainius galima be proto daug improvizuoti, kombinuoti skirtingus ingredientus ar rinktis įvairią mėsą. Unikalius suvožtinius nesunku iškepti naudojant vis kitokias bandeles, daržoves ar padažus. Asmeniškai, mėgstu vienu metu kepti daug skirtingų mėsainių, atitinkančių kiekvieno svečio skonį, nes niekada nežinai, kas paprašys daugiau sūrio, mėsos ar daržovių“, – pasakoja šefas.

**Reikalauja tik truputėlio pasiruošimo**

Pasak grilio meistro, mėsainių gaminimas nereikalauja didelių pastangų, tik truputėlio pasiruošimo prieš tai. Dėl to į procesą galima įtraukti ir vaikus, mėsainius kartu su jais kurti mėsainius, leisti atžaloms pasirinkti, kokio padažo ar kokių daržovių norės.

„Siekiant, kad darbas prie grilio iškylos metu vyktų sklandžiau, iš anksto pasidarykite namų darbus: susipjaustykite daržoves, salotas, bent valandą prieš kepimą ant stalviršio palaikykite mėsainių paplotėlius, susipjaustykite sūrį. Tokiu būdu prireiks vos kelių minučių jūsų mėsainiams sukonstruoti“, – teigia V. Blauzdavičius.

**Viskas priklauso nuo produktų kokybės**

Anot jo, kuo toliau, tuo daugiau lietuvių ima mėgti mėsainius, tačiau suvožtiniams dažnai koja vis dar pakiša įsitikinimas, kad tai – nesveikas greitas maistas.

„Viskas priklauso nuo to, kokius produktus pasirinksite – ar jie bus švieži, natūralūs. Pavyzdžiui, prekybos tinkle „Lidl“ siūlomame „Grill&Fun“ asortimente galima rasti daugybę skirtingų, kokybiškos mėsos variantų: kumpio kepsnį, marinuotą vištieną bei šonkaulius, grilio dešreles. Visi šie elementai puikiai papildys jūsų mėsainį“, – sako pašnekovas.

**Neliečiama trijulė – paplotėlis, sūris ir bandelė**

Grilio specialisto teigimu, prieš švenčiant mėsainių dieną ir ant grilio dedant bandeles bei mėsą, reikėtų atkreipti dėmesį į kelis patarimus, paversiančius jūsų patiekalus dar gardesniais.

„Svarbiausia neperkrauti mėsainio galybe skirtingų ingredientų – geriau rinkitės kelis pagrindinius, bet kokybiškus elementus. Klasikiniame mėsainyje pirmuoju smuiku turi groti „įprasti įtariamieji“ – paplotėlis, sūris ir bandelė. Dažnai jų skoniai užgožiami padažais, daržovėmis ir kitais produktais. Man tai nepatinka, nes tokiu būdu patiekalas netenka savo skonio ir žavesio“, – tvirtina V. Blauzdavičius.

**Profesionali įranga – nebūtina**

Jo teigimu, į patį mėsainį dėti daržovių nėra būtina: „Labai dažnai nutinka, kad tarp daugybės ingredientų esančios daržovės, pavyzdžiui, salota ar pomidoras, labai greitai suglemba, praranda traškumą, struktūrą. Todėl siūlyčiau paruošti mėsainius, o šalia jų – dubenį mėgstamų salotų ar marinuotų daržovių.“

Šefas pratęsia, kad norint išsikepti tobulą mėsainį, tikrai nereikia turėti profesionalios įrangos: „Tai lengvai padarysite kad ir ant laužo, naudodami grilio groteles. Dar patogesnis ir paprastesnis sprendimas – „Grill&Fun“ vienkartinė kepsninė, kuri padės tarptautinę mėsainių dieną atšvęsti būnant bet kur. Kad minint šią progą nepritrūktų įkvėpimo, dalijuosi dviem unikaliais, gardžių mėsainių receptais.“

**Mėsainis su sūrio padažu ir jalapenais**

**Vienam mėsainiui jums reikės:** mėsainio bandelių, 2 jautienos paplotėlių, 50 g čederio sūrio, 50 ml riebios grietinėlės, 4 plonų juostelių šoninės, saujelės marinuotų jalapenų, 30 g barbekiu padažo, daržovių ar salotų pagal skonį.

**Paruošimo būdas:** pirmiausia įkaitinkite ant grilio grotelių keptuvę – ji bus reikalinga vėliau. Tuomet ant grilio grotelių uždėkite kepti jautienos paplotėlius, šoninės juosteles. Po 2 min. iš abiejų minučių apkepkite paplotėlius ir šoninę, pakaitinkite ir bandeles. Kol jie kepa, į keptuvę supilkite grietinėlę ir sutrupinkite sūrį. Maišykite, kol ištirps ir gausis vientisa masė.

Galite konstruoti mėsainį. Ant bandelės apačios užtepkite barbekiu padažo, uždėkite jalapenų. Ant viršaus dėkite mėsainio paplotėlius ir šoninę, užpilkite sūrio padažo ir uždėkite viršutinę bandelę. Šalia galite patiekti įvairių daržovių ar salotų pagal kiekvieno skonį. Skanaus!

**Vegetariškas mėsainis su keptu grybu, įdarytu sūriu**

**Vienam mėsainiui jums reikės:** mėsainio bandelių, 50 g mėlynojo pelėsinio sūrio, 3 didesnių pievagrybių, 3 griežinėlių cukinijos, kelių juostelių paprikos, 5 marinuotų agurkėlių, pusės mažo rausvojo svogūno, pusės avokado, citrinos sulčių.

**Paruošimo būdas:** ant įkaitinto grilio grotelių dėkite kepti grybą, apšlakstykite aliejumi ir palaukite kol suminkštės. Tada į jo vidų dėkite pelėsinį sūrį ir palikite kepti, kol sūris ištirps. Dėkite ant grotelių bandeles, cukiniją ir papriką, apšlakstykite aliejumi ir kepkite, kol suminkštės. Maždaug šiuo metu galite dubenyje sutrinti avokadą su šakute, įspausti šiek tiek citrinos sulčių.

Galite konstruoti mėsainį. Ant bandelės tepkite avokado masės, dėkite plonai pjaustytą svogūną, cukiniją, papriką. Ant viršaus – *pievagrybius*, įdarytus sūriu, tuomet smulkintus agurkėlius. Prieš ant viršaus uždedant kitą bandelės dalį, ją taip pat patepkite avokado mase. Skanaus!

**Daugiau informacijos:**  
Lina Skersytė  
Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas  
UAB „Lidl Lietuva“   
Tel. +370 5 267 3228, mob. tel. +370 680 53556  
[lina.skersyte@lidl.lt](mailto:vaiva.serpkova@lidl.lt)