Vilnius, 2021 m. birželio 23 d.

**Kad Joninių iškyla neapkarstų: kaip užtikrinti maisto šviežumą keliaujant**

**Vykstant į gamtą švęsti Joninių svarbu pagalvoti ne tik apie patogiausią maršrutą ar gerą kompaniją – būtina susiplanuoti ir kaip gabensite maistą, kad jis išliktų šviežias. Tai itin aktualu karščių metu – juk kol nuvyksite į šventės vietą, maistas gali ir sugesti. Kad netektų nusivilti Joninių pikniku, „Lidl“ maisto ekspertai dalijasi patarimais, kaip įvairiausius produktus išlaikyti šviežius kelionės metu.**

**Tinkamai supakuokite**

Tinkamas produktų supakavimas kelionei – svarbiausias darbas, kurį turite atlikti norint saugiai transportuoti maistą.

„Žalią mėsą, paukštieną ar žuvį reikėtų supakuoti taip, kad jų skysčiai nepatektų ant kitų maisto produktų, pavyzdžiui, sudėti į atskirus indelius. Be to, ruošiant mėsą, žuvį ar daržoves, nenaudokite tų pačių pjaustymo lentelių ar įrankių. “, – paaiškina „Lidl Lietuva“ Kokybės užtikrinimo departamento vadovas Laurynas Jankevičius.

Anot eksperto, vertėtų atkreipti dėmesį ir į daržovių bei vaisių laikymą: „Pavyzdžiui, kai kurie vaisiai ir daržovės išskiria natūralų nokimo fitohormoną – etileno dujas. Tarp jų ir bananai, obuoliai, kriaušės, persikai ar net prinokę pomidorai. Laikydami tokius vaisius ar daržoves šaliaar netoli kitų etilenui jautrių produktų – agurkų, salotų – rizikuojate jų pernokimu ar net sugedimu, tai ypatingai aktualu ilgesnėse kelionėse. Dėl to, kaip ir mėsą, daržoves reikėtų laikyti atskirose dėžutėse ar talpose.“

**Greitai gendantį maistą laikykite vėsioje vietoje**

Kalbėdamas apie maisto transportavimą, L. Jankevičius akcentuoja, kad pirmiausia reikėtų pagalvoti apie tinkamas priemones, kurios padės maistą išlaikyti šviežiu. Jeigu neturite galimybės įsigyti automobilinio šaldytuvo, tuomet puikiai tiks ir paprasčiausias šaltkrepšis ar terminis pirkinių krepšelis.

„Karštą vasaros dieną transportuodami mėsą ir kitus greitai gendančius produktus automobiliu ir nepasirūpine tinkama transportavimo temperatūra, rizikuojate, kad nuvykę į vietą liksite tuščiu skrandžiu, o pirktas maistas keliaus į šiukšliadėžę. Rekomenduotina pagalvoti apie „Termo“ krepšį, viduje palaikantį vėsią temperatūrą ir apsaugosiantįnuo iškylos metu nepageidaujamų potyrių“, – sako L. Jankevičius.

Nepaisant to, ar maistą gabenate šaltkrepšyje, ar paprastame krepšyje, atvykus į stovyklavietę, jį reikėtų laikyti kuo vėsesnėje vietoje, vengti saulės spindulių. Patartina į pavėsį statyti ir automobilį.

Ekspertas akcentuoja, kad itin karštomis dienomis maisto vartojimo laikas yra ribotas – įprastai – 2-3 dienos, be to, nereikėtų pagaminto maisto šilumoje laikyti ilgiau nei 2 valandas: „Ypač greitai genda ne tik mėsos ar žuvų produktai, bet ir pieno turintys gaminiai, įvairūs desertai. Juos taip pat reikėtų laikyti vėsiai nuo pat pagaminimo ar įsigijimo iki valgymo.“

**Pasinaudokite gudriu triuku**

Tiesa, L. Jankevičiaus teigimu, galima rasti ir originalių būdų, kaip verstis situacijoje, kuomet neturite „Termo“ krepšio:

„Laikant maisto produktus vėsioje vietoje ar ant ledo gabaliukų, mėsai kenkiančių mikroorganizmų dauginimasis sulėtėja arba sustoja išvis. Vienas tokių sprendimų būtų ledo maišelių dėjimas į dėžę ar talpą su greitai gendančiu maistu. Tačiau tai – ne itin praktiškas patarimas, nes ledui ištirpus, vandens nepanaudosite, maišeliai gali prakiurti, išbėgti. Todėl diena prieš iškylą, užšaldykite kelis buteliukus vandens. Jie šalti išliks ilgiau, o ledui ištirpus, karštą dieną galėsite praskaidrinti šaltu vandeniu.“

**Daugiau informacijos:**
Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

dovile.ibianskaite@lidl.lt