Vilnius, 2021 m. rugpjūčio 6 d.

**Grilyje keptos dešrelės: kaip neperkepti ir su kuo jas valgyti?**

**Dešreles galima laikyti mažąja šašlykų seserimi – vienu dažniausiu grilio sezono pasirinkimų. Nors jų paruošimas gali atrodyti itin paprastas, nežinant tam tikrų niuansų, rizikuojama dešreles perkepti arba išvis sugadinti. Tam, kad su tuo netektų susidurti, šefas Vylius Blauzdavičius ne tik pasakoja, kaip tinkamai jas iškepti, bet ir siūlo išbandyti du pusryčių ir pietų receptus, kuriuose karaliauja dešrelės.**

Anot V. Blauzdavičius, kepant dešreles, pirmiausia būtina atkreipti dėmesį į jų kaitrą: šiems gaminiams nepatinka didelė liepsna, todėl skrudinant jas aukštoje temperatūroje, rizikuojate, kad dešrelės sutrūkinės, vidus bus neiškepęs, o išorė – apdegusi.

„Mano asmeninė rekomendacija, kurią turbūt esu išbandęs tūkstančius kartų – kepti netiesioginėje kaitroje. Jei turite grilį, storas dešreles ruoškite 130 laipsnių temperatūroje, apie 20 minučių. Plonas dešreles reikėtų kepti kiek trumpiau. Jei kepate ant laužo ar šašlykinėje, pirmiausia išdeginkite anglis ar malkas, sustumkite jas į šonus, o dešreles dėkite per patį vidurį, kur nėra žarijų. Tokiu būdu keptas skanėstas išliks minkštas, nesudegęs, sultingesnis ir švelniai apskrudęs“, – sako BBQ ekspertas.

Lygiai taip pat ant grilio ar laužo galima kepti ir veganiškas bei vegetariškas dešreles, tiesa, tai taip pat reikėtų daryti ant netiesioginės kaitros: „Būtina atkreipti dėmesį, kad tokios dešrelės iš savęs neturi itin ryškaus skonio, todėl mano rekomendacija – rinktis ne tokius ryškius pagardus ar padažus, kad jie neužgožtų dešrelių. Pavyzdžiui, galite pasigaminti šviežių salotų su trupučiu obuolių acto ir alyvuogių aliejaus ar net naminį pomidorų padažą su bazilikais.“

**Tobulai keptoms dešrelėms – momentinis termometras**

Norint įsitikinti, ar dešrelės iškepusios, tai galima daryti laiko patikrintu būdu – prapjaunant dešrelę. Tiesa, Vylius naudoja kiek modernesnį metodą – tam pasitelkia piknikuose itin praverčiantį įrankį – momentinį termometrą.

„Į dešrelę įsmeigus šį prietaisą, iškart matysite tikslią jos vidinę temperatūrą. Tai parodys, ar ją dar reikia kepti, ar dešrelė jau iškepusi. Termometrą stengiuosi naudoti kepant bet kokį mėsos patiekalą – tokiu būdu išvengiu neiškepimo ar perkepimo“, – patarimu dalijasi šefas.

**Sezono atradimas – marinuoti česnakų žiedkočiai**

V. Blauzdavičius neseniai atrado garnyrą, tinkantį ne tik prie dešrelių, bet ir prie visų riebesnių grilio patiekalų. Tai – marinuoti česnakų žiedkočiai.

„Šis garnyras yra ganėtinai rūgštus, pasižymi traškumu, todėl sudaro puikų balansą su mėsa. Tai – šio sezono garnyrų pažiba. Be to, mano vaikai yra atradę, kad vietoje kiek pabodusių bulvių ar ryžių, dešreles galima dėti į tortilijas ar taco paplotėlius, juos pagardinant daržovėmis, padažais. Tai – savotiška dešrainio variacija, suteikianti išvykai daugiau spalvų“, – teigia pašnekovas.

**Ragina atkreipti dėmesį į dešrelių kokybę**

Grilyje ar ant laužo galima kepti bet kokias dešreles. Tačiau rinkdamiesi specializuotas, grilinimui skirtas, aukštos kokybės dešreles, pavyzdžiui, „Lidl“ parduotuvėse siūlomo „Grill&Fun“ asortimento gaminius, būsite tikri, kad kepant jos nesutrūkinės ar nesuerzins skrandžio.

„Lietuviai pastaruoju metu vis dažniau rodo didesnį dėmesį produktų kokybei ir noriai renkasi tuos produktus, kurie jų nenuvils. Todėl kartą primenu, jog prieš perkant dešreles, visada reikėtų skaityti jų sudėtį, rinktis gaminį, kuriame kuo mažiau nepažįstamų ingredientų ar konservantų“, – teigia pašnekovas.

Ant laužo ar grilio keptas dešreles galima ant stalo patiekti daugybe skirtingų būdų – gaminti dešrainius, tortilijų suktinukus, mėsainius ar sriubas. Šįkart šefas dalijasi dviem gardžiais ir sočiais pusryčių ir pietų receptais, kurių pagrindinis ingredientas – dešrelės.

**Sotūs pusryčiai su kiaušiniais, dešrelėmis ir BBQ pupelėmis**

**4 asmenims reikės:** 8 kiaušinių, 4 „Lidl“ parduotuvėse esančių „Grill&Fun” dešrelių, 2 didelių pomidorų, 8 juostelių kiaulienos šoninės, skardinės baltųjų konservuotų pupelių, 100 g BBQ padažo.

**Paruošimo būdas:** ant netiesioginės kaitros iškepkite dešreles, ant grotelių dėkite pusiau perpjautus pomidorus ir kepkite, kol gražiai apskrus. Tada ketinėje keptuvėje iškepkite kiaušinius ant šlakelio aliejaus ir ant grotelių iškepkite šoninės juosteles, kol jos apskrunda ir tampa traškios. Įkaitinkite keptuvę, į ją supilkite pupeles be skysčio, pilkite BBQ padažą ir užvirkite. Viską patiekite kartu. Skanaus!

**Mėsainis su dešrelėmis**

**2 asmenims reikės:** 2 mėsainio bandelių, „Grill&Fun“ kiaulienos dešrelių su prieskoniais, pomidoro, 2 kiaušinių, kalendros, poros šaukštų pomidorų padažo, čili pipiro.

**Paruošimo būdas:** ant netiesioginės kaitros iškepkite dešreles, kai dešrelė beveik iškepusi, ketinėje keptuvėje iškepkite kiaušinį (nevartykite, kiaušinio trynys turi būti skystas). Tuomet ant grotelių pašildykite mėsainių bandeles. Iškepusią dešrelę pjaukite pusiau ir konstruokite mėsainį: ant bandelės apačios tepkite pomidorų padažą, dėkite kalendros, smulkinto čili pipiro, tuomet dešrelę, ant viršaus – kiaušinį ir suvožkite viršutine bandele, patepta pomidorų padažu. Skanaus!

**Daugiau informacijos:**  
Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

dovile.ibianskaite@lidl.lt