Vilnius, 2021 m. gruodžio 15 d.

**Išmesti neverta: kaip panaudoti nuluptas mandarino žievelės?**

**Žiema ir Kalėdos yra toks metas, kurį pirmiau nei pamatyti ar pajausti, galima užuosti. Mišku kvepiančios natūralios eglutės, išraiškingasis cinamonas, dangiška vanilė ir parduotuvių lentynas užpildę mandarinai. Nenuostabu, kad šiuo laikotarpiu mandarinų galėtume rasti bene kiekvienuose namuose, todėl prekybos tinklas „Lidl“ dalijasi patarimais, kaip protingai ir tvariai panaudoti nuluptas mandarino žieveles.**

**Mandarinai – natūraliai namų puošybai**

Kasmet vis sparčiau populiarėjant šventinio namų puošimo naudojant natūralias puošmenas bangai, ant eglučių galime matyti tiek ką tik iš miško atkeliavusius kankorėžius, rankų darbo imbierinius sausainius, tiek cinamono ar vanilės lazdeles ir apelsinus.

Mandarinai bei nuluptos jų žievelės taip pat gali tapti puikiu namų dekoro elementu šį sezoną. Jie, nors ir yra mažesni už kitus citrusinius vaisius, yra ne ką mažiau kvapnūs, todėl džiugins ir akį, ir uoslę.

Norėdami pripildyti savo namus džiaugsmu ir mandarinais, nuluptas žieveles galite suverti ant virvelės ir pakabinti ant įėjimo durų, vietoje paveikslo ar naudoti kaip girliandą. Prekybos tinklas „Lidl“ primena, kad džiovintomis žievelėmis galite praturtinti sojų vaško žvakes ar naudoti žieveles kartu su natūraliais kūno šveitikliais.

**Žievelės – kulinarinėms kelionėms iš namų**

Ryškiai oranžinės spalvos vaisius pastebi kiekvienas, o pastebėję – negali pamesti iš galvos. Nevalia išmesti ir nuluptų mandarinų žievelių, kurios Azijos šalių virtuvėje yra vienas dažniausiai naudojamų maisto pagardų.

Džiovintos mandarinų žievelės patiekalams suteikia išskirtinį skonį, todėl viename šaukšte bus jaučiamas tiek kartumo, tiek saldumo prieskonis. Jos taip pat dažnai naudojamos žolelių arbatoms gaminti, mat pasižymi puikiomis antioksidantinėmis savybėmis bei nemažu kiekiu vitamino C.

Nors mandarinų žievelės mūsų šalies kulinarijoje nėra itin dažnas svečias, jas paprasta pasiruošti ir naudoti visus metus. „Lidl“ prekybos tinklas perspėja, jog nereikėtų išsigąsti pastebėjus, kaip tamsėja džiovinama mandarino žievelė – tai visiškai natūralu!

**Šaukštelis saldumo**

Kalėdiniu laikotarpiu mėgstame pasilepinti saldžiais kepiniais ir saldumynais, todėl skonio eksperimentai vyksta nuo ryto iki vakaro. Neretai vienu pagrindinių ingredientų šventinėje virtuvėje tampa cukrus, kuriam dar neragautų pojūčių suteikia ir mandarinų žievelės.

Mandarinų cukrų pasigaminti gana paprasta, greita ir nesudėtinga, o juos mėgautis galima ištisus metus. Atsargiai sutarkuokite oranžinę žievelės dalį bei venkite karčios baltos vaisiaus dalies, gerai sumaišykite sutarkuotas žieveles su granuliuotu cukrumi ir *voilà*!

Skanaukite mandarinų cukrų gerdami arbatą, kepdami keksiukus ar gražiai supakuotą dovanokite artimiesiems. Prekybos tinklas „Lidl“ ragina jus nepamiršti ir šį cukrinį stebuklą laikyti sandariame inde ilgesniam šviežumui užtikrinti.

**Cukruotas mandarinų malonumas**

Vieni smaližiai renkasi skanauti šokoladą, kiti – mandarinus. Tai ne tik natūralus vitaminų šaltinis, bet ir garantuota saldi akimirka, tad kodėl ja nesimėgauti bent šiek tiek ilgiau?

Per šias Kalėdas savo bei artimųjų skonio receptorius pradžiuginkite mandarinų cukatais. Mandarinus kruopščiai nuplaukite, žieveles nulupkite ir supjaustykite plonomis juostelėmis. Į puodą įpilkite vandens, įberkite cukraus ir sirupui užvirus sudėkite mandarinų žieveles.

Šiek tiek palaukus, skonis bus nepakartojamas, o šaldiklyje laikomi cukatai nesudžius bei bus visada po ranka. Bet jei ir šis receptas jums pasirodė nepakankamai saldus, daugiau saldžių idėjų jūsų šventiniam stalui rasite prekybos tinklo „Lidl“ parduotuvėse.

**Daugiau informacijos:**  
Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

[dovile.ibianskaite@lidl.lt](mailto:dovile.ibianskaite@lidl.lt)