Vilnius, 2022 m. kovo 30 d.

**Gardūs velykiniai patiekalai vos už 20 eurų: puota visai šeimai**

Jei planuojate šeimos vasaros atostogas, naują pirkinį namams ar turite kitų svarbių finansinių tikslų, neabejojame, kad norite sutaupyti. Deja, kartais šventės suplanuotą biudžetą pakoreguoja ir vėliau tenka labiau susiveržti diržus. Kad taip nenutiktų ir jūs įgyvendintumėte savo šeimos svajones, prekybos centras „Lidl“ kviečia jau dabar išbandyti piniginei draugiškus velykinius receptus. Jie skoniu pranoksta net kai kuriuos prabangius patiekalus.

„Lidl“ paskaičiavo, kad kiekvienas iš šių receptų jums atsieis ne daugiau nei 20 eurų, o pavalgyti galės net keturių asmenų šeima. Tiesa, sudarydami šių patiekalų biudžetus laikėme, kad dalį prieskonių (tokių, kaip druska ar pipirai) jau turėsite savo virtuvės spintelėje.

**Vištienos krūtinėlė su citrina ir klevų sirupu (4  porcijos)**

Jums reikės: 2 didelių citrinų, 4 vištienos krūtinėlių (su kaulais ir oda), 62 ml alyvuogių aliejaus, 2 smulkintų česnakų, 1 arbatinio šaukštelio klevų sirupo, 1 arbatinio šaukštelio smulkinto šviežio rozmarino, 1 arbatinio šaukštelio smulkintų šviežių (arba džiovintų) čiobrelių, 1 arbatinio šaukštelio valgomosios druskos (be priedų), 1 arbatinio šaukštelio juodųjų pipirų.

Gaminimo eiga: Nuo vienos citrinos nutarkuokite žievelę, citriną perpjaukite per pusę ir išspauskite iš jos sultis. Antrąją citriną supjaustykite į 8 skilteles ir atidėkite.

Įkaitinkite orkaitę iki 250°C, kepimo skardą išklokite kepimo popieriumi. Nusauskinkite vištienos krūtinėles popieriniais rankšluosčiais. Dideliame dubenyje sumaišykite alyvuogių aliejų, citrinos žievelę, citrinos sultis, česnaką, klevų sirupą, rozmariną, čiobrelius ir po 1/2 arbatinio šaukštelio druskos ir pipirų. Sudėkite vištienos krūtinėlę ir švelniai įmasažuokite padažą.

Vištienos krūtinėles odele į viršų sudėkite ant paruoštos kepimo skardos ir užpilkite likusį padažą. Aplink vištieną išdėliokite citrinos skilteles. Kepkite įkaitintoje orkaitėje maždaug 40 minučių. Per paskutines 5 minutes padidinkite orkaitės temperatūrą ir kepkite, kol odelė taps auksinės spalvos. Išimkite iš orkaitės ir pabarstykite likusiais druska ir pipirais. Patiekti galite su šviežių daržovių salotomis, keptomis/virtomis bulvės ar ryžiais. Skanaus!

**Tradicinis morkų pyragas (16 porcijų)**

Jums reikės: 170 g morkų, 340 g universalių miltų, 2 šaukštelių kepimo sodos, 1 šaukštelio druskos, 1 šaukštelio malto cinamono, 1/4 šaukštelio malto muskato riešuto, 1/4 šaukštelio malto imbiero, 1/4 šaukštelio maltų gvazdikėlių, 4 kiaušinių, 300 g granuliuoto cukraus, 87 g rudojo cukraus, 250 ml neutralaus aliejaus, 200 g kreminio sūrio, 8 šaukštų sviesto, žiupsnelio cukraus pudros, 1 arbatinio šaukštelio vanilės ekstrakto, kapotų riešutų.

Gamino eiga: įkaitinkite orkaitę iki 180°C, kepimo skardą ištepkite riebalais. Į dubenį suberkite miltus, sodą, druską ir kitus prieskonius. Kitame inde iki vientisos masės išplakite kiaušinius ir cukrų, vėliau pamažu plakant supilkite aliejų. Šį mišinį pilkite į paruoštus miltus, gerai išmaišykite. Sudėkite smulkiai tarkuotas morkas ir maišykite tol, kol gausite vientisą masę.

Ją supilkite į kepimo skardą ir kepkite, kol ant degtuko ar dantų krapštuko nebelips tešla (maždaug 50 min.) Kol pyragas vės, išplaukite kreminį sūrį, sviestą, cukraus pudrą, vanilės ekstraktą. Aptepkite pyrago viršų šiuo glaistu ir pabarstykite riešutais. Laikykite šaldytuve iki kol būsite pasiruošę jį patiekti. Skanaus!

**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)