Vilnius, 2022 m. gegužės 30 d.

  **Kulinarinė kelionė į Alpes: išbandykite Prancūzijoje sukurtą bulvių gratiną**

**Nacionalinė lietuviška virtuvė neatsiejama nuo jos didenybės – bulvės: ant stalo patiekiami cepelinai su įvairiausiais įdarais, kugelis, bulviniai blynai, virtinukai, lizdeliai ir dar daug kitų patiekalų. Tačiau kvapą gniaužiančio Alpių grožio įkvėptas ir Prancūzijoje sukurtas bulvių gratinas – paprastai vadinamas bulvių užkepėle – įprastai sutinkamas tik restoranų meniu. Prekybos tinklas „Lidl“ kviečia išbandyti šį Alpių regiono kulinarinį šedevrą ir dalijasi patarimais, kaip paruošti tradicinę jo versiją, o norintiems eksperimentuoti – siūlo įkvėpimo pasisemti iš nuo šio pirmadienio vykstančios „Alpenfest style“ skonių savaitės.**

Bulvių gratinas – paprastai vadinamas bulvių užkepėle – pirmą kartą ant stalo buvo patiektas dar XVIII amžiaus pabaigoje, Prancūzijoje. Nuo to laiko švelnaus skonio, burnoje tirpstantį bulvių patiekalą pamėgo ir paprasti darbininkai, ir kilmingieji. Laikui bėgant žinia apie šį paprastos receptūros, bet nepaprasto skonio kulinarinį šedevrą apskriejo visą pasaulį, o kartu su juo kitų šalių virtuves pasiekė ir daugelis Alpių regiono įkvėptų produktų.

Visą šią savaitę „Lidl“ parduotuvės pasitinka klientus su temine [„Alpenfest style“ skonių savaite](https://www.lidl.lt/c/paskanauk-pasaulio-su-alpenfest-style/c660/w2), kurios metu lentynas papildys Alpių regiono skonio tradicijas puoselėjantys gastronominiai kūriniai: štrudelis su obuolių ir sultanų įdaru, šaltai rūkytas „Švarcvaldo“ kumpis ir Miuncheno dešrelės su saldžiarūgštėmis garstyčiomis. „Lidl“ parduotuvėse rasite ir kitų su Alpėmis besiribojančių valstybių gyventojų pamėgtų produktų: trupininį pyragą, skurdintus cukruotus riešutus, „Zacherio“ tortą, virtą marinuotą karką, specifinių to regiono prieskonių, įvairių sūrių ir t.t.

Naudojant šiuos produktus labai paprastai ir lengvai pasigaminsite Alpių regiono kultūra alsuojantį tradicinį bulvių gratiną arba improvizuotą jo versiją ir keliausite aplink vieną svarbiausių Europos turizmo ir poilsio regionų, neiškėlę kojos iš savo virtuvės.

**Patarimai, kurie padės sukurti autentišką skonį**

Tradiciniam bulvių gratinui reikia vos kelių ingredientų – bulvių, grietinėlės, pieno, sviesto ir žiupsnelio prieskonių. Prekybos tinklas „Lidl“ pataria į ką atkreipti dėmesį, kad pavyktų pagaminti tobulą tradicinę bulvių gratino versiją.

**Bulvės.** Rinkitės vidutinio didumo, jeigu įmanoma ankstyvas, tvirtas ir ne per daug krakmolingas bulves, kad pavyktų išgauti tobulą užkepėlės tekstūrą.

**Grietinėlė ir pienas.** Naudokite riebias šių produktų versijas su tokiomis proporcijomis: du trečdaliai grietinėlės su vienu trečdaliu pieno.

**Sviestas.** Tam, kad apkepas būtų lengvai pjaustomas ir neprikeptų prie kepimo indo, reikia sviestu dosniai ištepti jo dugną ir sieneles. Be to, nedidelius sviesto gabaliukus patariama uždėti ant užkepėlės viršaus ar sukišti juos tarp bulvių.

**Prieskoniai.** Norėdami sukurti autentišką skonį, naudokite tik žiupsnelį druskos ir šviežiai maltų pipirų.

Ne mažiau svarbu – tinkamai pasirinkti kepimo indą. Bulvių gratinui kepti geriausiai tinka toks, kuris turėtų storą dugną ir būtų sunkus, pavyzdžiui, ketaus indas. Tačiau, jeigu savo virtuvėje turite molinį, stiklinį kepimo indą ar metalinę kepimo formą, jie taip pat puikiai tiks.

**Originalus bulvių gratino receptas – šimtmečius gyvuojanti klasika**

**Jums reikės (6 porcijoms):** 1,5 kg bulvių, 700 ml riebios grietinėlės, 300 ml pieno, 30 g sviesto, šiek tiek druskos ir šviežiai maltų pipirų.

**Paruošimo būdas:** sumaišykite pieną su grietinėle ir supylę į puodą, virkite ant silpnos ugnies apie 10 minučių, o po to nukelkite ir palikite pusvalandžiui atvėsti. Tuo metu gerai nuplaukite bulves, jas nuskuskite, supjaustykite 2–3 milimetrų storio riekelėmis ir sudėkite ant popierinio rankšluosčio skiaučių, kad susigertų drėgmė ir krakmolo perteklius. Kepimo indo dugną ir sieneles dosniai ištepkite sviestu ir pradėkite sluoksniuoti: pirmiausia išklokite lygų bulvių sluoksnį, užberkite ant jo žiupsnelį druskos ir pipirų bei užpilkite pieno ir grietinėlės mišiniu taip, kad jis būtų apsemtas. Procesą kartokite iki tol, kol užsipildys kepimo indas. Po to uždėkite sviesto gabaliukus ant susluoksniuoto viršaus, uždenkite kepimo indą kepimo folija ir įdėkite į iki 150 °C temperatūros įkaitintą orkaitę. Patiekalą kepkite 1,5–2 valandas, o paskutiniąsias 10 kepimo minučių kepimo temperatūrą padidinkite iki 200–220°C ir nuimkite foliją, kad apskrustų užkepėlės viršus.

Šią bulvių užkepėlę galite valgyti kaip pagrindinį patiekalą arba patiekti ją kaip garnyrą prie mėsos kartu su salotomis.

**Norintiems eksperimentuoti: šiuolaikinės skonių variacijos**

Prekybos tinklas „Lidl“ dalijasi patarimais, kurie padės norintiems improvizuoti ir išbandyti šiuolaikines bulvių gratino skonio variacijas:

Pieną galite keisti keliais šaukštais grietinės, o įprastą sviestą – „Ghee“ sviestu.

Jeigu nuspręsite likti prie originalaus recepto, jam naujų skonių suteikti gali į pieno ir grietinėlės mišinį įberti čiobreliai, kmynai, aitrus kuminas, rozmarinas, česnako skiltelės, muskatas, džiovinti ar kepinti grybai, pavyzdžiui, baravykai. Tik užvirtą pieną su grietinėle reikės supilti į kokteilinę ar trintuvą ir sutrinti iki vientisos masės.

Užkepėlės viršų galite pabarstyti kietuoju, puskiečiu, fermentiniu, pelėsiniu ar kitu jūsų mėgstamu sūriu, o pagardui naudoti tokiu ingredientus kaip apkepinti svogūnai, porai, rūkyta šoninė ar mėsos gabaliukai.

**Daugiau informacijos:**

Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

dovile.ibianskaite@lidl.lt