****

**2022 06 10**

**Sumuštinis pagal M. Rainį su ypatingomis užtepėlėmis: „Šis miksas sukuria stebuklą“**

**Ant grilio dažniausiai esame įpratę ruošti mėsą, tačiau šio penktadienio TV3 laida „Lidl grilio talentai“ pakvies į lauke grilintą maistą pažvelgti kitu kampu. Juk yra tokių patiekalų, kurie nė kiek nenusileidžia ant grilio ruošiamiems mėsiškiems skanumynams ir be išimties patinka visiems!**

Du šios laidos varžovai, TV laidų vedėjas Mindaugas Rainys ir grilio mėgėjas Edvinas Banionis, susitiks gana neįprastoje vietoje – laive. Beplaukiodami Kauno mariomis, prie pat Pažaislio vienuolyno, abu jie gamins originalius, puikiai vegetarams tinkančius patiekalus – juk ant grilio nebūtina ruošti vien mėsą!

Daugelis įsitikinęs, kad vegetarai kasdienai turi kur kas mažiau patiekalų pasirinkimo, tačiau laidos vedėjas Vytaras Radzevičius šį stereotipą paneigs. Anot jo, nevalgantys pieno ar mėsos produktų, šiais laikais net ir parduotuvėje tikrai turi iš ko rinktis – pradedant gardžiomis avinžirnių užtepėlėmis, baigiant tofu.

Tą patvirtins ir jau ne vienerius metus pats mėsos nevalgantis M. Rainys. „Vegetarizmas į mano gyvenimą atkeliavo prieš 7 metus. Tai tebuvo eksperimentas – kiek laiko galėsiu išgyventi be mėsos. Tačiau vegetarizme pasilikti didelės problemos nebuvo – netrukus atsirado patiekalai, kurie labai sėkmingai pakeitė mėsą“, – pasakos TV laidų vedėjas.

Šio penktadienio laidoje M. Rainys gamins ypatingą vegetarišką sumuštinį pagal kolegos receptą, o jo varžovas E. Banionis – savo paties kurtą chačapurį.

Edvinas pasakos, kad jo meilė grilintam mastui gimė prieš kelis metus, įstojus į grilio mėgėjų „Facebook“ grupę. Ir nors iš pradžių pasitaikė nemažai klaidų, dabar ant grilio be jokio vargo jam pavyksta paruošti viską, ko tik geidžia širdis. „Labiausiai didžiuojuosi savo šonkauliukais. Jie – visiškai kitokie nei tie, prie kurių esame pratę, kai kauliukas labai lengvai išsitraukia iš mėsos. Aš juos gaminu atvirkščiai – kuo labiau prikepę prie kaulo, tuo skaniau pavyksta“, – dalinsis jis.

Tačiau šio penktadienio laidoje Edvinas tiek žiūrovus, tiek ir V. Radzevičių nuspręs nustebinti tokiu patiekalu, kuriam neabejingas ir jo varžovas M. Rainys. „Nors praeityje esu išbandęs ir pačius populiariausius, ir mažiau žinomus receptus, iš visų jų pasidariau vieną, savo kurtą chačapurio receptą“, – pasakos Edvinas pridėdamas, kad pats yra ragavęs daugiau nei 55 skirtingų rūšių chačapurius.

Tuo tarpu Mindaugas savo sumuštinį pristatys kaip geriausią ant grilio ruoštą vegetarišką patiekalą. Sumuštiniui prireiks pagrilinti cukinijas, baklažanus ir grybus, o duonelę pagardinti nuostabiomis humuso ir rikotos sūrio užtepėlėmis. „Bendras šis miksas sukuria tikrą stebuklą“ , – intriguos M. Rainys.

Puikias Mindaugo užtepėles gali pasigaminti kiekvienas. Pirmajai TV laidų vedėjas naudos rūkytų avinžirnių humusą, gardintą džiovintomis slyvomis, o antrajai – rikotos sūrį, druską, česnakus ir pipirus. Pabaigę sumuštinį, nepamirškite prie jo patiekti ir marinuotų agurkėlių – visa tai deriniui suteiks dar daugiau skonio!

Kuris patiekalas – originalaus recepto chačapuris ar lengvai paruošiamas, tačiau be galo gardus sumuštinis – laidos vedėjui Vytarui patiks labiau? Ar M. Rainiui pasitarnaus anksčiau įgyta patirtis ruošti maistą laive? Galiausiai, kas taps nugalėtoju?

**Gardžiausia vasaros laida „Lidl grilio talentai“ – penktadieniais, 18 val. per TV3!**