Vilnius, 2022 m. birželio 22 d.

**Kad Joninių patiekalai neprisviltų: pasinaudokite eksperto patarimais kepdami maistą anglimis kūrenamame grilyje**

**Kuo arčiau Joninės – tuo intensyvesnis būna pasiruošimas trumpiausiai metų nakčiai, tačiau per skubėjimą galite užmiršti pačius svarbiausius dalykus. Pavyzdžiui, auksines maisto ruošimo grilyje taisykles, kurių sulaužymas iškart sugadina kepamo maisto skonio savybes. Nesenstančius ir aktualumo neprarandančius patarimus, kaip grilinti naudojant anglis bei reguliuoti kepsninės kaitrą, prekybos tinklo „Lidl“ pirkėjams dalija šefas Vylius Blauzdavičius.**

Anglimis kūrenami griliai – vieni populiariausių ne tik Lietuvoje, bet ir visame pasaulyje. Nors jų naudojimas itin paprastas, be tam tikrų grilio gudrybių čia neapsieinama. Pirmiausia, pasakoja V. Blauzdavičius, reikia nepradėti maisto kepti per anksti, kol anglys dar apimtos liepsnų – palaukite, kol jos įkais ir paraudonuos. Be to, maistą laikykite ne tiesiai virš anglių, o šiek tiek šalia.

„Kuo labiau į šoną nuo liepsnų, anglių atitrauksite kepimo įrankius, tuo labiau sumažinsite maistui tenkančią kaitrą. Jeigu kepate ant laužo, šašlykų iešmus arba groteles laikykite 45 laipsnių kampu ar kuo aukščiau virš ugnies. Esant vėjuotam orui, maistą pasukite į tą pusę, į kurią pučia vėjas – ten bus daugiau kaitros“, – patirtimi dalijasi šefas.

**Neiškepęs ir pridegęs – kaip žinoti?**

Tačiau ties čia dažnai Vikingu vadinamo virtuvės šefo patarimai tikrai nesibaigia – ar žinote, kada galima dėti kepsnius ant grotelių ar verti šašlykus ant iešmų ir pradėti kepti mėsą? Per anksti kepti pradėtas maistas gali apdegti, per vėlai – gali neiškepti. Surasti kepimui tobulos grilio temperatūros aukso viduriuką, pasak V. Blauzdavičiaus, kiekvienam grilio entuziastui padės rankos taisyklė.

„Jeigu galite ištiesti ranką virš kepsninės (30 cm aukštyje) bei išlaikyti plaštaką neatitraukdami maždaug penkias sekundes – esanti temperatūra kepimui yra optimaliai tinkama, o kepamas maistas nesudegs. Tiesa, šis patarimas yra universalus, tad juo galite vadovautis ruošdami grilio patiekalus ir kitokio tipo kepsninėse“, – pažymi V. Blauzdavičius.

Taisyklės taisyklėmis, bet nebijantys pakutenimo karščiu neretai susiduria ir su kita problema – iš išorės maistas atrodo iškepęs, o kaip žinoti, kad kepsnys, mėsainis, šašlykai ar dešrelės tikrai iškepė? Kada yra laikas nuimti kepamą mėsą nuo grotelių?

Kad ruošiantis grilio fiestai būtų vienu galvos skausmu mažiau, „Lidl“ pažymi vidinės temperatūros termometro privalumus. O Vylius sako, kad jeigu reikėtų rinktis, ką įsigyti maisto ruošimo ant grilio procesui palengvinti, pirmuoju jo pasirinkimu būtų termometras ir tik jis – sumanus prietaisas visada parodys, ar maistas yra iškepęs, tačiau reikia mokėti vadovautis jo rodmenimis.

Šefas pabrėžia, kad kiaulienos ir vištienos grilio patiekalus reikia kepti taip, kad mėsa būtų pilnai iškepusi – kiaulienos vidinė temperatūra turi būti perkopusi 60 °C, kiaulienos faršo – 71 °C, vištienos – 73 °C. Kita vertus, grilyje ruošiami jautienos ar ėrienos patiekalai kepėjams suteikia daugiau laisvės, pavyzdžiui, jautieną galima ruošti pagal *rare, medium-rare, medium, well done* kepimo lygius. Žuvies vidinė temperatūra priklauso nuo to, kokią žuvį ruošiate, todėl pasidomėkite papildomai.

**Amžinoji dilema – kuo laistyti šašlyką?**

Grilio išminties lobynuose galėtume rasti ir daugiau auksinių maisto ruošimo ant kepsninės grotelių taisyklių, pažymi „Lidl“. Tačiau artėjant Joninėms ir sparčiai senkant pasiruošti šiai šventei skirtam laikui, būtina rasti atsakymą į visus dominantį klausimą – kuo galima laistyti kepamus šašlykus? Jeigu kepant šašlykus šalia grilio neretai pastatomas buteliukas vandens arba skardinė alaus, kurių purslais prigesinama įsiplieskianti ugnis, V. Blauzdavičius rekomenduoja keisti šį įprotį.

„Pamirškite šašlykų laistymą kaip tokį – skysčius ant kepamos mėsos palengva purkškite. Pilamas vanduo arba alus kaitrą atiduos per greitai, laužas ar anglys priges, todėl purškimas leidžia drėkinti mėsą, tačiau kepsninės tokiu būdu tikrai neužgesinsite. Purkšdami mėsai taip pat suteiksite ir papildomą skonį, kurį jausite ir valgydami iškepusius grilio patiekalus“, – pasakoja pašnekovas.

Mėsos apipurškimui garsus grilio šefas rekomenduoja naudoti kulinarijai skirtą purškiklį, savo forma panašų į tą, kuris naudojamas laistyti gėlėms – rinkitės tik tokį purškiklį, kurį galima saugiai naudoti su maisto produktais. Purškiklio talpą pripildykite vandeniu ar pripilkite vynuogių ar vyšnių sulčių, per pusę galite maišyti obuolių actą ir vandenį. Galite improvizuoti ir su kitais skysčiais, pavyzdžiui, arbatomis, nuovirais, praskiestu mėsos marinatu ir kt.

Nesvarbu, į kokias tobulo grilio skonio paieškas jus nuves jau už kampo esanti trumpiausia metų naktis, jai nušviesti rinkitės aukščiausios kokybės „Lidl“ prekės ženklo „Grill&Fun“ gaminius. Artimiausioje tinklo parduotuvėje jūsų laukia kiaulienos mentės ir sprandinės šašlykai, įvairių rūšių kiaulienos sprandinės kepsniai, marinuoti šonkauliai, pjausniai, šoninė, kepamosios vištienos ir kiaulienos dešrelės. O Joninių dieną perkant prekybos centre prekių už 40 Eur ir daugiau jūsų laukia dovana – anglių arba anglių briketų maišas už 0,01 Eur.

Specialiai vasaros iškylų mėgėjams sukurtame „Grill&Fun“ asortimente esantys gaminiai nustebins ir didžiausius grilio gurmanus: įsigykite marinuotus vištienos šašlykus, ypatingus kepti paruoštos žuvies valgius, kepti ant grilio grotelių skirtą sūrį su pagardais bei išbandykite augalinį maistą – daržovių paplotėlius ar tofu.

**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)