Vilnius, 2022 m. birželio 30 d.

**Paprasta kaip du kart du: tobulai ant grilio iškepti dešreles gali kiekvienas**

**Maisto ruošimą ant grilio galime laikyti nauja meno rūšimi, kadangi skonio gudrybių čia mokomasi ne vienerius metus. Nors tobulai iškepti šašlykai ar kepsniai gimsta tik patyrusių grilio meistrų rankose, paruošti dešreles – vieną dažniausių grilio sezono pasirinkimų – gali kone kiekvienas. Tačiau ar tikrai kepti dešreles kepsninėje yra paprasta kaip du kart du? Šefas Vylius Blauzdavičius pasakoja, kad nežinant tam tikrų niuansų, perkepti ar išvis sudegti gali ir jos.**

**Kepant dešreles neverta skubėti**

V. Blauzdavičius pabrėžia, kad dešreles reikėtų kepti neskubant – joms nepatinka didelė liepsna ir aukšta kepsninės temperatūra. Dėl to bet kokios rūšies dešreles reikėtų kepti netiesioginėje kaitroje, kitaip dešrelių paviršius sutrūkinės, vidus bus neiškepęs, o išorė – apdegusi.

„Dešreles grilyje reikėtų ruošti ganėtinai žemoje, 130 laipsnių temperatūroje – storoms dešrelėms pilnai iškepti reikės apie 20 minučių, o plonos iškeps per kiek trumpesnį laiką. Dešreles planuojant kepti ant laužo arba tradicinėje šašlykinėje, išdegintas anglis ar malkas patariu sustumti į šonus, o dešreles dėti per patį vidurį, ne virš žarijų“, – sako grilio profesionalas.

Jeigu numatytas dešrelių kepimo laikas jau pradėjo, tačiau nežinote, ar dešrelės yra iškepusios, ar ne, įsitikinkite tuo jas prapjaudami. Vylius juokiasi, jog tai yra elementarus, laiko patikrintas ir suklysti neleidžiantis metodas, tačiau pats renkasi kiek modernesnį prietaisą – maisto temperatūrai matuoti skirtą termometrą.

Anot V. Blauzdavičiaus, šis įrankis itin praverčia keliaujant, rengiant piknikus gamtoje. Nedaug vietos krepšyje užimantį momentinį termometrą patogu pasiimti su savimi, kepant laikyti prijuostės kišenėse bei naudoti – į dešrelę įsmeigus termometrą, jo ekranėlyje arba skalėje iškart matysite vidinę maisto temperatūrą. Skaičiai parodys, ar dešreles dar reikia kepti, ar jos jau yra iškepusios.

**Dar neragautus skonius lydi aukšta kokybė**

Grilyje keptos dešrelės – labai universalus ir vasara alsuojantis grilio valgis, pažymi pašnekovas. Nors daugelis lietuvių ant grilio ruoštas dešreles valgo su puikiai pažįstamais bulvių, šviežių agurkų, pomidorų ar kitų daržovių garnyrais ir įprastu pomidorų padažo bei majonezo deriniu, įdėjus šiek tiek pastangų, bet kuris dešrelių patiekalas sužibės ir sužavės naujais skoniais.

Pavyzdžiui, ant laužo keptas dešreles naudokite vietoj mėsainių paplotėlių, dėkite į tortilijų ar tãkų paplotėlius, pagardinkite daržovėmis ir padažais – turėsite savotišką dešrainio variaciją, kuri suteiks jūsų išvykai gamtoje daugiau spalvų. Pasinaudokite patarimais ir išbandykite net du grilio dešrelių patiekalų variantus – itališką sumuštinį bei tãkus; jų receptus rasite apačioje.

Be to, Vylius tikina neseniai atradęs ir naują, prie dešrelių bei kitų riebesnių grilio patiekalų puikiai tinkantį garnyrą. Marinuoti česnakų žiedkočiai yra ganėtinai rūgštūs, tačiau pasižymi traškumu ir su mėsos patiekalais sudaro gomuriui malonų balansą.

Grilio ekspertas rekomenduoja ant grilio ar laužo kepti ir veganiškas bei vegetariškas dešreles, tačiau prie jų turėtų būti derinami ne tokie ryškūs pagardai ar padažai –tokios dešrelės neturi itin ryškaus skonio, tad pasistenkite jo neužgožti dar labiau.

Nors grilyje ar ant laužo puikiai paskrus bet kokios dešrelės, rinkdamiesi specializuotus, grilinimui skirtus, aukštos kokybės „Lidl“ prekės ženklo „Grill&Fun“ gaminius būsite tikri, kad kepamas maistas nesutrūkinės ar nesuerzins skrandžio. Pašnekovas pažymi, kad prieš perkant dešreles, visada reikėtų skaityti jų sudėtį, rinktis gaminį, kuriame kuo mažiau nepažįstamų ingredientų ar konservantų.

Apsilankę artimiausioje „Lidl“ parduotuvėje, rasite itin platų „Grill&Fun“ dešrelių asortimentą, o šią savaitę visų „Lidl Plus“ lojalumo programėlės vartotojų laukia ir specialus pasiūlymas – kepamųjų vištienos dešrelių rinkinį galite įsigyti vos už 1,99 Eur.

**Itališkas dešrelių sumuštinis (4 porcijos)**

Jums reikės: 4 vnt. „Grill&Fun“ kiaulienos kepamųjų dešrelių (vienoje pakuotėje yra šešios dešrelės), 4 vnt. itališko stiliaus „Ciabatta“ bandelių, 4 šaukštų pesto padažo, 2 raudonųjų paprikų, 200 g mocarelos sūrio, didelės saujos žalumynų (geriausia naudoti gražgarstes).

Paruošimo būdas: užkurkite ir įkaitinkite kepsninę, dešreles perpjaukite per pusę išilgai ir kepkite ant grilio perpjauta puse žemyn apie 5-6 minutes. Kartu paskrudinkite ir per pusę perpjautas raudonąsias paprikas. Bandeles perpjaukite pusiau ir išdėliokite ant lygaus, maisto gaminimo paviršiaus – apatines perpjautos bandelės puses ištepkite pesto padažu, ant viršaus uždėkite paskrudintą paprikos puselę ir gausiai apdėliokite mocarelos sūrio riekelėmis; bandeles skrudinkite apie 2 min., kol sūris išsilydys ir pradės burbuliuoti. Tuomet ant bandelių sudėkite pakepintas dešreles, pagardinkite sumuštinius žalumynais ir užvožkite viršutine perpjautų bandelių dalimi. Skanaus!

**Dešrelių tãkai (10 vnt.)**

Jums reikės: 500 g „Grill&Fun“ kiaulienos kepamųjų dešrelių (maždaug vienos pakuotės), 10 vnt. tortilijų paplotėlių, 300 g pomidorų padažo su daržovių gabaliukais, 1 nedidelio raudonojo svogūno, 1 žaliosios citrinos (naudosite sultis), pusė obuolio (geriausia rinktis „Granny Smith“ rūšies obuolius), pusė avokado, didelio gniužulo salotų, šiek tiek šviežių kalendros lapelių, 2 šaukštų alyvuogių aliejaus, druskos ir pipirų, grietinės ir žaliosios citrinos skiltelių serviravimui.

Paruošimo būdas: keptuvėje ant kepsninės grotelių įkaitinkite aliejų, sudėkite ir kelias minutes pakepinkite smulkiai supjaustytą svogūną. Tuomet sudėkite kiaulienos dešreles (nuimkite jų apvalkalą) bei sutrupinkite jas mediniu šaukštu ar mentele (galite kepti ir nedideliais gabalėliais pjaustytas dešreles), kepkite apie 5 minutes, kol gražiai paruduos.

Pagardinkite kepamas dešreles ir svogūnus prieskoniais bei įmaišykite pusę recepte nurodytos pomidorų padažo normos, taip pat įpilkite pusė puodelio vandens (apie 125 ml), kepkite apie 5 minutes, kol kepamas mišinys sutirštės. Į keptuvę supilkite ir žaliųjų citrinų sultis.

Paruoškite tortilijų paplotėlius kaip nurodyta ant pakuotės. Dideliame dubenyje sumaišykite nedidelėmis juostelėmis pjaustytas salotas, mažais pagaliukais sutrupintą obuolį, plonai supjaustytą avokado puselę ir smulkintus, šviežius kalendros lapelius – žalumynų mišinį po lygiai padalinkite ir sudėkite į tortilijų paplotėlių vidų. Ant viršaus šaukštu uždėkite kepintą dešrelių mišinį, nedidelį šaukštelį grietinės (nebūtina, tačiau suteikia gaivumo) ir likusį pomidorų padažą su daržovių gabaliukais. Šalia patiekite žaliosios citrinos skilteles. 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)