

*Santa Maria* ir  
Sezoninė virtuvė pristato

# Velykų vaišės

## SEZONINĖ MĖSA



Receptus ruošė, aprašė ir fotografavo **Renata Ničajienė**

VELYKOS  
2020



## Velykų stalui tik tai, kas šviežiausia ir skaniausia!

Šiomet dauguma mūsų Velykas pasitiks kitaip nei įprasta - be gausaus giminių stalo, be svečių, be perdėtos maisto įvairovės. Tikiu, tai nesutrukdys tęsti Velykų tradicijas bei, kaip ir kiekvienais metais, pasiruošti labai skanias vaišes savo šeimai. Velykos - pirmoji pavasario šventė, kai ant stalo norisi dėti tik tai, kas šiuo metu šviežiausia ir skaniausia.

Kai kalbame apie sezoninį maistą, visada pagalvojame apie vaisius ir daržoves, bet sezoninė gali būti ir mėsa, ir net kiaušiniai. Juk ne šiaip sau, Velykos švenčiamos pavasarį, kai vištos sudeda daugiausiai kiaušinių. Laisvėje auginamų ir šviežių žolę lesančių vištų kiaušiniai yra sezoniniai. Pavasaris ne tik kiaušinių, bet ir jaunos mėsos sezonas. Šiuo metu iš smulkių ūkininkų galima įsigyti pačios šviežiausios ir skaniausios jaunų gyvulių mėsos - ėrienos ir veršienos. Tradiciškai velykine mėsa taip pat laikoma kiauliena ir triušiena. Šiai velykinei knygelei atrinkau tik pačius skaniausius receptus iš pavasarinės mėsos. Po gavėnios laikotarpio ateina laikas sočiai Velykų šventei!

Mėsiški patiekalai neįsivaizduojami be aromatingų prieskoninių žolelių. Kol šviežios dar tik dygsta mūsų daržuose, galime rinktis iš džiovintų prieskoninių žolelių gausos. Ar žinojote, jog receptuose norėdami šviežias žoleles pakeisti džiovintomis, jų turėtumėte berti 3 kartus mažiau? Šviežiose žolelėse yra nuo 80 iki 90 procentų vandens, jas išdžiovinant vanduo išgaruoja, todėl dar labiau sustiprėja žolelių eterinių aliejų kvapai bei skoniai. Džiovintų žolelių koncentruotas skonis ir kvapas yra 3 kartus stipresnis nei šviežių. Prieskoninių žolelių maistui dažniausiai pati nedžiovinu, o pasikliauju kokybiškais, technologiškai teisingai džiovinamais bei sandariai laikomais **Santa Maria** prieskoniais. Reikia pripažinti, jog teisingai išdžiovinuose žolelėse eterinių aliejų koncentracija didesnė. Kokybiškai džiovintose žolelėse išlieka ir tam tikri vitaminai, prarandamas tik vitaminas C. Šioje knygelėje prie kiekvienos mėsos rūšies išskyriau prieskonius, kurie jai tinka labiausiai. Jei veršienai ir triušienai tinka švelnesnio skonio bei mažiau prieskonų,



tai ėrieną ir kiaulieną drąsiai gardinkite pačiomis įvairiausiomis bei aromatingiausiomis prieskoninio darželio žolelėmis.

Kiekviena šeima turi savo firminį velykinį mėsos patiekalą. Ant mūsų Velykų stalo visada garuoja troškinta triušiena ir keptas netikras zuikis, bet kiekvienais metais išbandau ir vis naują, dar neragautą mėsos patiekalą. Tikiuosi, ši knygelė padės jums išsirinkti, ką naujo norėsite šiemet paruošti, bei kuo per Velykas pradžiuginti savo šeimą. Knygelę kūriau kartu su jos mecenatu - prieskoninių gamintoju **Santa Maria Lietuva**.

Laikas džiaugtis pavasariu ir švęsti Velykas!

R. Nicaj.





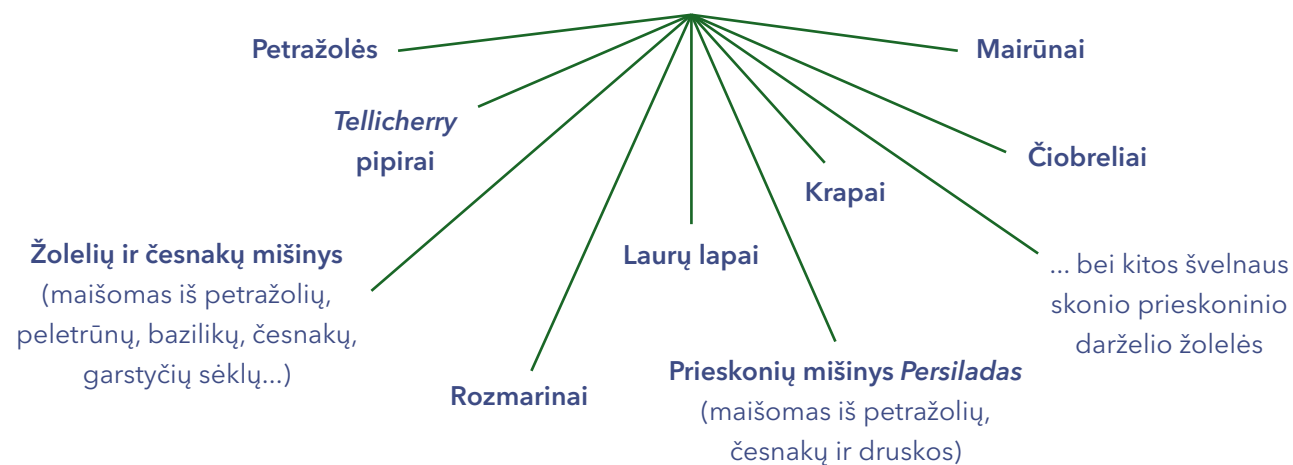
# Triušiena

Triušiena - labai skani, naudinga, šviesi bei neriebi mėsa. Ją gali valgyti net mėšai alergiški žmonės. Ji priskiriama dietinei mėšai. Triušiena, kaip ir veršiena, dažniausiai yra pradedami primaitinti ir prie mėšos pratinti visai maži vaikai. Ši mėsa - viena kokybiškiausių.

Priekinė triušienos dalis būna liesesnė, su mažesnėmis šlaunelėmis, nei užpakalinė, ši visada būna riebesnė. Kad gaminant mėsa labai neišsausėtų, patariama triušieną troškinti. Tam naudojamas baltasis arba raudonasis vynas, sidras, švelnaus skonio šviesus alus, obuolių sultys. Italai triušieną troškina pomidorų padaže su alyvuogėmis. Prie šios mėšos tinka ir džiovinti vaisiai.

Triušiena labai švelni mėsa, todėl nepadauginkite prieskonių ją gardindami.

## Šiai mėšai tiks:







1,5 val.



2 asm.

# Triušienos šlaunelės apelsinų sultyse su džiovintais abrikosais

Saldžiarūgštis skonis triušienai labai tinka! Šį kartą triušienos šlauneles troškinau apelsinų sulčių padaže kartu su džiovintais abrikosais, kurie brinkdami padažą natūraliai sutirština ir perteikia jam dalį savo saldumo. Rozmarinai su apelsiniais seniai patikrintas ir pamėgtas derinys, jis puikiai atsiskleidžia ir šiame patiekale. Saulėtos nuotaikos suteikia geltona patiekalo spalva, kuri nuteikia labai pavasariškai bei puikiai tinka šventiniam Velykų menui.

- **2 triušienos šlaunelių**  
**4 česnako skiltelių**  
**1 šaukštelio džiovintų *Santa Maria* rozmarinų**  
**1 stiklinės šviežiai spaustų apelsinų sulčių**  
**1 stiklinės vandens arba sultinio**  
**100 g džiovintų abrikosų**  
**žiupsnelio juodųjų *Tellicherry* pipirų**  
**druskos pagal skonį**  
**kokybiško alyvuogių aliejaus kepti**

Patiekti:

**kukurūzų košės polenta**

Triušienos šlauneles nuplaukite, nusausinkite, ištrinkite druska ir maltais pipirais, apibarstykite rozmariniais. Triušienos šlauneles apkepkite keptuvėje ant alyvuogių aliejaus iš abiejų pusių, kad gražiai apskrustų. Į keptuvę įmeskite ir nepjaustytas česnako skilteles, kad jos kartu apkeptų.

Išspauskite apelsinų sultis, kurias kartu su vandeniu arba sultiniu supilkite į troškinimui skirtą puodą, gardinkite druska. Į paruoštą troškinimui skystį sudėkite apkeptas triušienos šlauneles su česnakais. Šlaunelės turėtų būti beveik apsemtos skysčio. Troškinkite ant vidutinės kaitros, uždengę puodą apie 1 valandą.

Džiovintus abrikosus nuplaukite ir perliekite verdančiu vandeniu. Kai iki troškinimo pabaigos bus likę 20-30 minučių, į puodą sudėkite džiovintus vaisius ir toliau troškinkite ant žemos ugnies.

Per tą laiką dalis skysčio nugaruos, abrikosai išbrinks ir sutirštins troškinių sultis, o mėsa pilnai suminkštės.

Triušienos šlauneles patiekite su kukurūzų koše, ją apliekite padažu ir apdėliokite išbrinkusiais abrikosais, apibarstykite šviežiais rozmariniais.





1,5 val.



2 asm.

# Triušienos šlaunelės kokosų piene su žirneliais ir morkomis

Tradiciškai triušiena troškinama riebios grietinėlės padaže, bet norint lengvesnio ir mažiau riebaus patiekalo, ją galima ruošti su kokosų pienu, kuris kuo puikiau sutirštins padažą. Šiam patiekalui švelnaus skonio ir kvapo suteiks krapai, o pavasario gaivos - spalvotos šaldytos daržovės: žirneliai, mažos morkytės, pupos. Tikras pavasaris lėkštėje!

- 2 triušienos šlaunelių  
250 ml kokosų pieno *Santa Maria* 18 proc. riebumo  
300 ml vištienos sultinio  
1 svogūno  
2 šaukštelių džiovintų *Santa Maria* krapų  
250 g šaldytų žirnelių  
250 g šaldytų mažų morkyčių  
250 g šaldytų pupų  
žiupsnelio juodųjų *Tellicherry* pipirų  
druskos pagal skonį  
kokybiško alyvuogių aliejaus kepti

Patiekti:

bulvių košės  
šviežių žirnelių daigų

Triušienos šlauneles nuplaukite, nusauskite, ištrinkite druska ir maltais pipirais, apibarstykite džiovintais krapais. Triušienos šlauneles apkepkite keptuvėje ant alyvuogių aliejaus iš abiejų pusių, kad gražiai apskrustų. Į keptuvę įmeskite pusiau perpjautą svogūną, kad jis kartu apkeptų.

Į troškinimui skirtą puodą pilkite sultinį ir sudėkite apkeptas triušienos šlauneles su svogūnu. Troškinkite uždengę puodą ant vidutinės kaitros apie 1 valandą.

Iki troškinimo pabaigos likus 15 minučių, išimkite suvirusį svogūną, suberkite šaldytas morkytes ir pupas, pavirkite 7-8 minutes, tada supilkite kokosų pieną ir galiausiai suberkite šaldytus žirnelius. Troškinkite ant žemos temperatūros dar 5 minutes.

Triušieną patiekite su bulvių koše, ją apliekite padažu kartu su spalvotomis daržovėmis, puoškite šviežiais žirnelių daigais.







Santa Maria



40 min.



4 asm.

# Triušienos troškiny su *filo* tešlos karūna

Jei Velykų pietums norisi paprastesnio bei mažiau darbo reikalaujančio patiekalo, šis ištaigingai atrodantis troškiny su *filo* tešla - jums turėtų patikti! Jo pagrindą galima paruošti iš anksto ir laikyti šaldytuve, kol prireiks. O prieš kepant beliks tik apdélioti *filo* tešla ir pašauti kepti į orkaitę. Šiame patiekale neriebi triušiena puikiai tinka su grybų, pirmųjų svogūnų laiškų, špinatų ir petražolių skoniu. Traški *filo* tešlos plutelė ir švelnus troškiny patiks visai šeimai!

- 300 g triušienos filė  
100 g šviežių špinatų  
ryšelio šviežių svogūnų laiškų  
200 g pievagrybių  
200 ml riebios grietinėlės  
200 ml sultinio  
2 šaukštelių džiovintų *Santa Maria* petražolių  
200 g šaldytos *filo* tešlos  
purškiamo alyvuogių aliejaus tešlai aptepti  
žiupsnelio juodųjų *Tellicherry* pipirų  
druskos pagal skonį  
kokybiško alyvuogių aliejaus kepti  
svogūnų laiškų apibarstyti

Triušienos filė supjaustykite nedideliais gabaliukais, apibarstykite druska ir pipirais. Keptuvėje ant alyvuogių aliejaus pakepkite pjaustytą mėsą, suberkite pjaustytus svogūnų laiškus ir grybus. Viską maišydami pakepkite, kol apskrus.

Į keptuvę pilkite sultinį ir viską troškinkite 5-10 minučių, tada suleiskite švarius špinatų lapelius, suberkite džiovintas petražoles. Galiausiai supilkite grietinėlę, jei reikia, dar gardinkite druska su pipirais.

Paruoštą troškinį supilkite į kepimui skirtą indą. Ant viršaus dėliodami raitykite ploną atšildytą *filo* tešlą taip, kad visas paviršius būtų ja apdengtas. Kai *filo* tešla bus sudėliota ją visą apipurškite arba šepetėliu aptepkite alyvuogių aliejumi.

Paruoštą pyragą kiškite kepti į įkaitintą iki 180 laipsnių orkaitę 20 minučių. Per tą laiką tešla taps traški, o troškiny bus pilnai paruoštas.

Troškinį patiekite apibarstę svogūnų laiškais, valgykite, kol karštas.



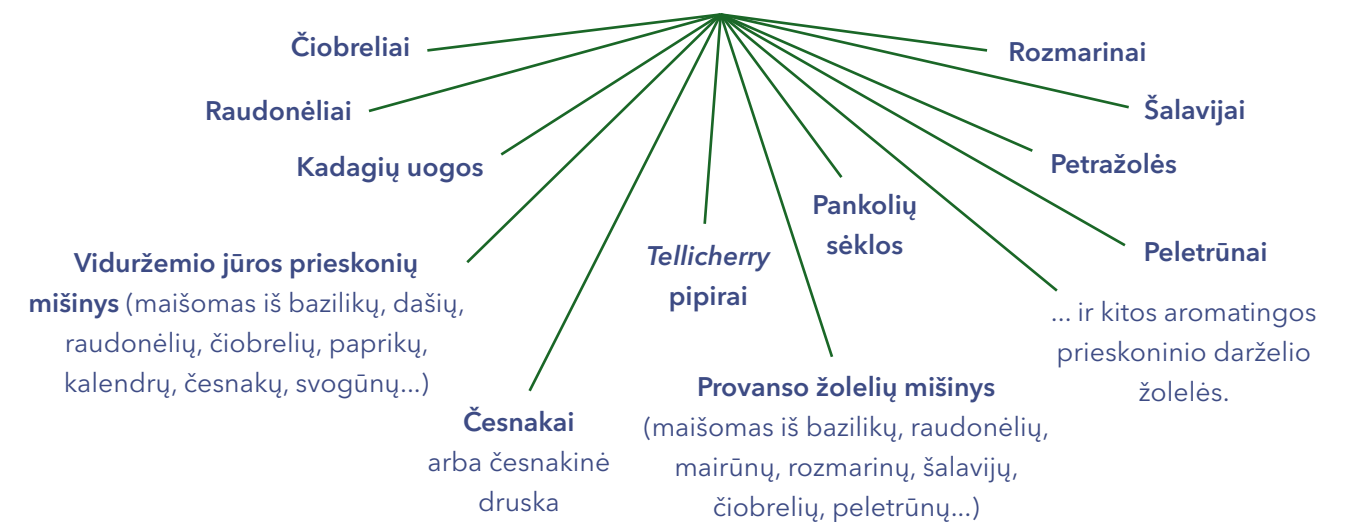


# Kiauliena

Tradiciškai, po gavėnios laikotarpio, atėjus sočioms Velykoms, anksčiau buvo valgoma daug kiaulienos. Nuo seno kiaulienos mėsa simbolizavo sotumą ir gausą. Įvairiuose Lietuvos regionuose Velykoms kiauliena buvo ruošiama skirtingai. Kaip rašoma knygoje „Metai už stalo“, žemaičiai Velykoms gamino riebų šiupinį su kiaulės uodega, dzūkai troškino kopūstus su kiaulės knysle, suvalkiečiai pečiuje kepė kiaulės galvą, o aukštaičiai ruošdavo ypatingą kumpį, marinuotą išrūgose bei keptą su rugine tešla. Prieš Velykas buvo skerdziami ir jauni paršeliai, bei visi kepami pečiuje. Visoje Lietuvoje tiek anksčiau, tiek ir dabar plačiai paplitę įvairūs šalti bei karšti kiaulienos patiekalai: vyniotiniai, karkos, paštetai. Nors laikui bėgant gaminami patiekalai ir pasikeitė, bet kiauliena išliko pati populiariausia mėsa.

Kadangi kiauliena riebi mėsa, jai tinka intensyvesnio skonio ir virškinimą skatinantys prieskoniai, tokie kaip šalavijai, peletrūnai, pankolių sėklos. Kiauliena dera su įvairiais saldžiarūgščiais skoniais, kurie neutralizuoja riebumą, todėl ši mėsa taip dažnai derinama su vaisiais, uogomis bei įvairiais padažais.

## Šiai mėsai tiks:







2 val.



25 cm  
pailgai kepimo  
formai



# Maltos kiaulienos terinas su žirneliais

Velykos ir netikras zuikis - neišskiriama pora! Šiomet sumaniau seną gerą netikrą zuikį pagaminti, kaip teriną. Tradiciškai terinai kepami kepimo formoje, panardintoje į vandens vonelę, o ruošiami iš pačios įvairiausios mėsos arba žuvies, kuri dažniausiai būna smulkinta. Nors kepimo būdą išbandžiau naują, bet mėsą parinkau tradicinę, tokią pat, kaip gamina mano mama. Šiam terinui labiausiai tiks namuose maltas kiaulienos kumpis ir sodo prieskoninių žolelių mišinys iš petražolių, rozmarinų, mairūnų, bazilikų, raudonėlių, čiobrelių bei dašių. O kad jis būtų dar skanesnis ir žaismingesnis į mėsą pribėriau šaldytų žaliųjų žirnelių.

- **1 kg malto kiaulienos kumpio**  
**200 g plonai pjaustytų šoninės riekelių**  
**100 g šaldytų žirnelių**  
**1 raudonojo svogūno**  
**1 geltonojo svogūno**  
**1 šaukštelio *Santa Maria* česnakinės druskos**  
**1 šaukštelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų**  
**2 šaukštelių džiovintų *Santa Maria* sodo prieskoninių žolelių mišinio**  
**1 šaukštelio rudojo cukraus**  
**druskos pagal skonį**  
**kokybiško alyvuogių aliejaus kepti**



Maltą kiaulieną apibarstykite maltais pipirais, prieskoninėmis žolelėmis, česnakinė druska. Svogūnus smulkiai supjaustykite ir pakepinkite alyvuogių aliejuje keptuvėje. Į kepamus svogūnus berkite žiupsnelį druskos ir šaukštelį cukraus. Apkepusius svogūnus suberkite į maltą mėsą kartu su šaldytais žirneliais ir gerai rankomis išmaišykite, kad viskas vienodai pasiskirstytų.

Pailgą kepimo formą išklorkite plonomis šoninės juostelėmis, jų kraštus palikite formos išorėje, kad vėliau galėtume užlenkti. Ant šoninės patalo sukursite maltos mėsos ruošinį, rankomis jį paspauskite, kad vienodai pasiskirstytų ir neliktų oro tarpų. Šoninės juosteles užlenkite, o ant viršaus uždėkite likusias šoninės riekeles.

Orkaitę įkaitinkite iki 160 laipsnių. Kepimui paruoštą teriną apdenkite folija ir statykite į kepimo skardą, pripiltą vandens, tiek, kad nors pusę kepimo formos būtų apsemta. Taip kepimui paruoštą teriną pašaukite į orkaitę kepti 2 valandoms.

Terinas bus iškepęs, kai aplink jį kepimo formoje susidarys skaidrios mėsos sultys, o įsmeigus į jį pagaliuką iš jo bėgs skaidrios mėsos sultys be rausvos spalvos. Iškepęs teriną palikite ataušti, kai atšals, dėkite į šaldytuvą, kad sustingtų. Pjaustykite ir valgykite teriną šaltą su krienais, garstyčiomis, majonezu. Iš atlikusių nuo kepimo mėsos sulčių taip pat galite pasiruošti padažą.







# Kiaulienos išpjova dilgėlių patale, kepta sluoksniuotoje tešloje



1 val.



6 asm.

Šį patiekalą galima būtų pavadinti netikru Velingtono kepsniu. Jei minėtam kepsniui naudojama brangi jautienos išpjova, tai šiam - puikiai tiks pigesnė kiaulienos išpjova. Turėdami galimybę pasirinkti šviežių pavasariinių dilgėlių, būtent jas naudokite kepsnio paskaninimui. Jei dilgėlių nerandate, jas puikiai pakeis ir švieži špinatai. Kiaulienai labai tinka provanso žolelių mišinys iš šalavijų, čiobrelių, peletrūnų, raudonėlių, mairūnų, bazilikų ir raudonėlių. Tai daug greičiau ir paprasčiau paruošiamas patiekalas, nei galite įsivaizduoti!

- **1 vidutinio dydžio kiaulienos išpjova**  
**300 g šaldytos sluoksniuotos tešlos**  
**100 g šviežių dilgėlių arba špinatų**  
**ryšelio svogūnų laiškų**  
**ryšelio petražolių**  
**1 šaukštelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų**  
**2 šaukštelių džiovintų *Santa Maria* provanso žolelių mišinio**  
**druskos pagal skonį**  
**kiaušinio plakinio tešlai aptepti**  
**kokybiško alyvuogių aliejaus kepti**



Kiaulienos išpjovą apibarstykite druska ir maltais pipirais. Keptuvėje ant alyvuogių aliejaus pakepinkite ją iš visų pusių, kad apskrustų.

Jei naudosite dilgėles, prieš tai jas nuplikykite karštu vandeniu, kad nedilgintų rankų. Svogūnų laiškus supjaustykite. Keptuvėje ant alyvuogių aliejaus pakepinkite svogūnų laiškus, suberkite nuplikytas dilgėles arba špinatų lapelius ir maišydami kepkite, kol lapeliai suminkštės. Tada suberkite pjaustytas petražoles, provanso žolelių mišinį ir druską. Išmaišykite ir kiek pakepinkite. Apkepusius žalumynus suberkite į kapoklę ir susmulkinkite iki tepamos masės.

Sluoksniuotą tešlą atšildykite ir iškočiokite pagal turimos išpjovos formą bei ilgį, taip, kad pilnai apjuostų mėsą. Per tešlos vidurį tepkite trintą žaliąją masę, palikdami švarius kraštus. Ant žaliosios masės guldykite apkeptą mėsą, o tešlos kraštus sutepkite kiaušinio plakiniu. Mėsos išpjovą atsargiai suvyniokite į tešlą, taip, kad tešlos sujungimo siūlė liktų apačioje, o tešlos kraštus gražiai užlenkite į apačią. Paruoštą kepsnį padėkite pusvalandžiui į šaldytuvą, kad atšaltų.

Atšalusį aptepkite kiaušinio plakiniu ir keliose vietose tešlą įpjaukite. Pašaukite kepti į įkaitintą 200 laipsnių orkaitę 30 minučių. Iškepusį palikite kiek pravėsti ir pjaustykite. Jis skanus tiek šiltas, tiek ir visai atšalęs.





# Kiaulienos nugarinė, įdaryta džiovintomis slyvomis



1 val.



6 asm.

Džiovintais vaisiais įdaryta kepta kiaulienos nugarinė labai populiari Lenkijoje. Dažniausiai ji gaminama per didžiąsias metų šventes, o įdaroma gali būti ne tik džiovintomis slyvomis, bet ir džiovintais abrikosais. Tokį kepsnį svarbu įtrinti kuo įvairesnėmis prieskoninėmis žolelėmis. Rekomenduoju išbandyti sodo prieskoninių žolelių mišinį iš petražolių, rozmarinų, mairūnų, bazilikų, raudonėlių, čiobrelių, svogūnų ir dašių. Labai panašų kiaulienos kepsnį kiekvienoms Velykoms kepa mano mama, be jo neįsivaizduoju šventinio stalo.

- 
- 1 kg kiaulienos nugarinės
  - 200 g džiovintų slyvų
  - 3 šaukštų tyro alyvuogių aliejaus
  - 2 šaukštų *Santa Maria* sodo prieskoninių žolelių mišinio
  - 1 šaukštelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų
  - 1 šaukšto medaus
  - pusės citrinos sulčių
  - 1 šaukštelio druskos

Kiaulienos nugarinę nuplaukite ir nusausinkite. Ilgu peiliu per visą mėsos gabalo ilgį padarykite įpjovą. Džiovintas slyvas nuplaukite ir nuplikykite verdančiu vandeniu. Po vieną jas paspausdami pirštu sukiškite į paruoštą mėsoje įpjovą. Slyvų į ją kiškite tiek, kiek telpa.

Paruoškite mėsos marinatą. Šviežiai spaustose citrinų sultyse ištirpinkite medų ir suberkite visus prieskonius, įpilkite aliejaus ir labai gerai išmaišykite. Marinatą užpilkite ant mėsos bei rankomis įtrinkite mėsą. Taip pamarinuotą mėsą palikite 2-3 valandoms įsiskonėti.

Kepimo skardoje patieskite kepimo popierių, jo turėtų būti tiek, kad galėtumėte mėsą uždengti ir iš viršaus. Ant kepimo popieriaus dėkite mėsą, ant jos supilkite atlikusį marinatą, o į skardą ant kepimo popieriaus pilkite stiklinę vandens. Mėsą labai gerai apdenkite kepimo popieriumi ir statykite kepti į įkaitintą iki 180 laipsnių orkaitę 45 minutėms. Tada mėsą ištraukite ir atidenkite kepimo popierių, bei statykite atgal 15 minučių, kad mėsa gražiai apskrustų. Iškepusią mėsą palikite kiek praausti ir pjaustykite. Ji skani šilta ir visai atšalusi.







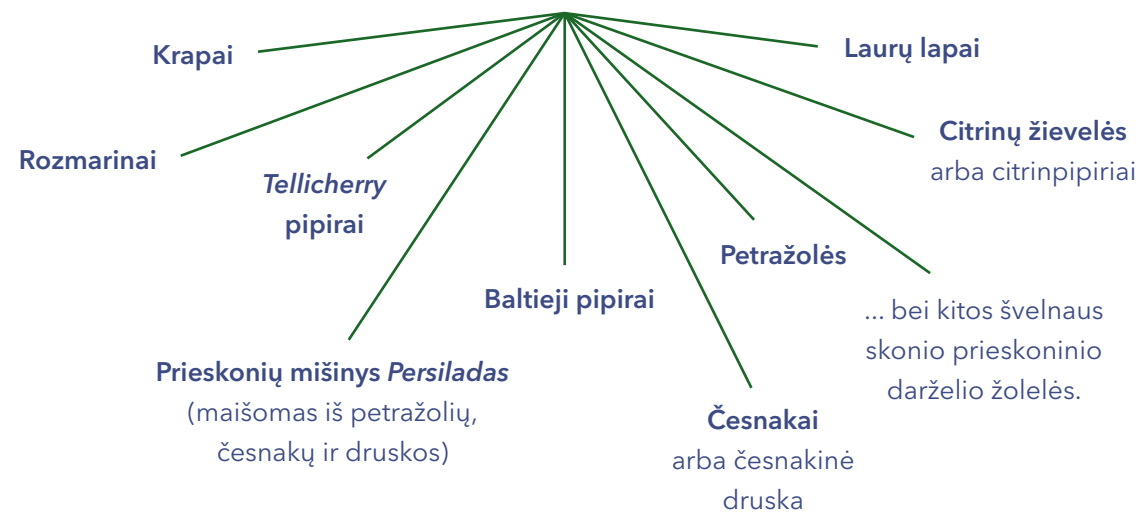
# Veršiena

Veršiena tradiciškai laikoma pavasarine mėsa. Nors šiais laikais jos galima ištikus metus nusipirkti prekybos centre, anksčiau veršeliai dažniausiai buvo skerdziami ir jų šviežia mėsa valgoma - pavasarį. Veršiena nuo seno laikoma tradicine Velykų stalo mėsa.

Veršiena - tai jaunų, nuo kelių savaičių iki kelių mėnesių amžiaus, paskerstų galvijų mėsa. Labiausiai vertinama visai jaunų veršiukų, kurie buvo girdomi dar tik motinos pienu, mėsa. Ji - labai šviesi ir švelnaus skonio. Vyresnių veršiukų, jau édančių žolę, mėsa kiek patamsėja, bet vis tiek išlieka daug šviesesnė už jautieną. Nors ši mėsa laikoma viena kokybiškiausių, deja, yra ir viena brangiausių.

Tai švelnaus skonio mėsa, todėl jos nereikėtų perkepti ir pernelyg smarkiai skaninti įvairiausiai prieskoniais.

## Labiausiai veršienai tinka:







40 min.



4 asm.

# Traškieji veršienos muštiniai, kepti orkaitėje

Šie veršienos muštiniai man primena Vienos šnicelius, kuriuos šią žiemą ragavau Vienoje. Nors Vienos šniceliai visada gaminami tik iš veršienos, bet šių, taip pavadinti negalėčiau, nes jų kepimas kiek kitoks. Jei tradiciniai Vienos šniceliai gausiai apvoliojami maltuose džiovintuose ir kepami dideliame kiekyje riebalų, tai šie muštiniai paniruojami smulkintais kukurūzų dribsniais ir kepami orkaitėje, vos su kelias lašais aliejaus. Šiam receptui puikiai tiks purškiamas aliejus, jei tokio neturite, juos lengvai, kaip salotas, apšlakstykite tyru alyvuogių aliejumi. Muštiniai bus dar skanesni, jei juos apibarstysite džiovintais krapais! Šie muštiniai iškepa ypač traškūs ir mažiau riebus nei tradiciniai.

- 500 g veršienos nugarinės
- 1-2 kiaušinių
- 2 šaukštų šviesių speltų ar kvietinių miltų
- 100 g nesaldintų kukurūzų dribsnių
- 1 šaukštelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų
- 1 šaukštelio *Santa Maria* džiovintų krapų
- druskos pagal skonį
- purškiamo aliejaus

Patiekti:

žaliųjų žirnelių su sviestu

Veršienos nugarinę supjaustykite vidutinio storumo riekelėmis, kad gautųsi 4 gražūs gabaliukai. Kiekvieną jų suvyniokite į maistinę plėvelę ir gerai išmuškite, kad būtų kuo plonesni. Jei neturite specialaus plaktuko mėsa mušti, jį puikiai atstos kočėlas. Svarbu tai atlikti atsargiai, kad mėsos struktūra nesuirytų, o maistinė plėvelė nesuplyštų. Tikslas - kuo plonesni ir kuo didesni muštiniai. Kiekvieną muštinį iš abiejų pusių apibarstykite druska, maltais pipirais ir džiovintais krapais.

Kiaušinius įmuškite į indelį ir lengvai šakute išplakite. Kitoje lėkštėje pasiruoškite miltus. Kukurūzų dribsnius suberkite į maišelį ir kočėlu susmulkinkite iki maltų džiovintųjų rupumo.

Kiekvieną muštinį pirmiausiai apvoliokite maltuose, tada merkite į kiaušinio plakinį ir galiausiai - į smulkintus kukurūzų dribsnius.

Paruoštus muštinius guldykite kepimo skardoje ant kepimo popieriaus ir lengvai iš viršaus apipurškite arba apšlakstykite aliejumi.

Paruoštą skardą su mėsa pašaukite kepti į įkaitintą iki 200 laipsnių orkaitę 20-30 minučių. Per tą laiką mėsa iškeps, o jos plutelė taps traški. Muštinius patiekite su virtais šaldytais žirneliais, skanintais sviestu.





# Veršiena tuno padaže

## Vitello Tonnato



1,5 val.



6 asm.

Šis, mums neįprastai skambantis mėsos ir žuvies derinys, kilęs iš Italijos Pjemonto regiono. Visi abejojančys jo skoniu, vos paragavę susižavi! Liesa virta veršiena su padažu iš kiaušinių trynių, konservuoto tuno, kaparėlių, ančiuvių, alyvuogių aliejaus ir citrinų sulčių primena mūsų tradicinį virtą jautienos liežuvį su majonezu. Prie šio patiekalo labai tiks šviežios ar džiovintos petražolės. Tai receptas, kurį verta išbandyti per Velykas!

- 600 g veršienos nugarinės  
 1 svogūno  
 1 morkos  
 2 česnako skiltelių  
 gabaliuko saliero šaknies  
 2 *Santa Maria* lauro lapelių  
 5-6 juodųjų *Tellicherry* pipirų  
 4 *Santa Maria* gvazdikėlių  
 250 ml baltjojo vyno  
 1 l vandens  
 druskos pagal skonį

Tuno padažui:

- 100 g konservuoto tuno alyvuogių aliejuje  
 50 g konservuotų kaparėlių  
 4 ančiuvių filė  
 3 virtų kiaušinių trynių  
 žiupsnelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų  
 1 šaukštelio džiovintų *Santa Maria* petražolių  
 pusės citrinos sulčių  
 100 ml ypač tyro alyvuogių aliejaus  
 druskos pagal skonį

Visų pirma sultinyje išvirkite veršieną. Į puodą dėkite mėsą, pusiau perpjautą svogūną, česnako skilteles, morką, salierą, berkite pipirus, gvazdikėlius, lauro lapus ir viską užpilkite vandeniu bei baltuoju vynu. Statykite puodą virti ant žemos kaitros apie 1,5 valandos.

Kol mėsa verda paruoškite padažą. Į trintuvą sudėkite konservuotą tuną su aliejumi, išspauskite citrinų sultis, pilkite alyvuogių aliejų, berkite kaparėlius, džiovintas petražoles, dėkite ančiuvių filė ir įtrupinkite kietai virtus kiaušinių trynius. Viską labai gerai sutrinkite iki vientisos konsistencijos padažo, panašaus tirštumo, kaip majonezas.

Išvirusią mėsą ataušinkite ir supjaustykite plonomis riekelėmis. Patiekite su paruoštu padažu, apibarstytu kapotomis petražolėmis.







# Veršienos troškiny su **sluoksniuotos** **tešlos** plutele



50 min.



4 asm.

Jei šioms Velykoms norisi kažko paprasto, bet jaukaus, sotus veršienos troškiny su tešlos plutele jums turėtų patikti. Pradžioje pagaminamas troškiny su spalvotomis šaldytomis daržovėmis: jaunomis morkomis ir pupomis, žirneliais, o tada jis uždengiamas sluoksniuota tešla bei kišamas baigti kepti į orkaitę. Šiam, švelnaus skonio troškiniui, daug priesonių neprireiks, pakaks tik džiovintų petražolių ir maltų juodųjų pipirų.

- **400 g veršienos kumpio**  
**1 svogūno**  
**200 g šaldytų nedidelių morkyčių**  
**200 g šaldytų pupų**  
**200 g šaldytų žirnelių**  
**1 šaukštelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų**  
**2 šaukštelių *Santa Maria* džiovintų petražolių**  
**500 ml sultinio**  
**200 g riebios grietinės**  
**druskos pagal skonį**  
**300 g sluoksniuotos tešlos**  
**kiaušinio plakinio aptepti**  
**kokybiško alyvuogių aliejaus kepti**

Veršienos kumpį supjaustykite nedideliais gabaliukais, apibarstykite druska ir pipirais. Keptuvėje ant alyvuogių aliejaus pakepinkite smulkiai pjaustytą svogūną, tada suberkite ir apkepinkite mėsą, kol apskrus.

Į keptuvę pilkite pusę sultinio ir troškinkite apie 10 minučių, tada suberkite šaldytas morkytes ir pupas bei troškinkite dar 5 minutes. Galiausiai suberkite šaldytus žirnelius ir supilkite likusiame sultinyje ištirpintą grietinę. Gardinkite druska, pipirais, džiovintomis petražolėmis ir užvirkite. Paruoštą troškinį perpilkite į kepimui skirtą indą.

Sluoksniuotą tešlą atšildykite ir iškočiokite pagal troškiniui skirtą indo dydį. Troškinio indo sienelės aptepkite kiaušinio plakinio, o ant viršaus uždėkite iškočiotą tešlą. Ją gerai prispauskite prie indelio kraštų, tešlos likutį nupjaukite. Iš atlikusios tešlos sausainių formele paruoškite įvairias pavasariškas formas ir kiaušinio plakinio jas priklijuokite prie tešlos. Prieš kepimą visą tešlą aptepkite kiaušinio plakinio.

Paruoštą pyragą pašaukite kepti į įkaitintą iki 200 laipsnių orkaitę 30 minučių. Per tą laiką tešla iškeps, o troškiny bus pilnai paruoštas.



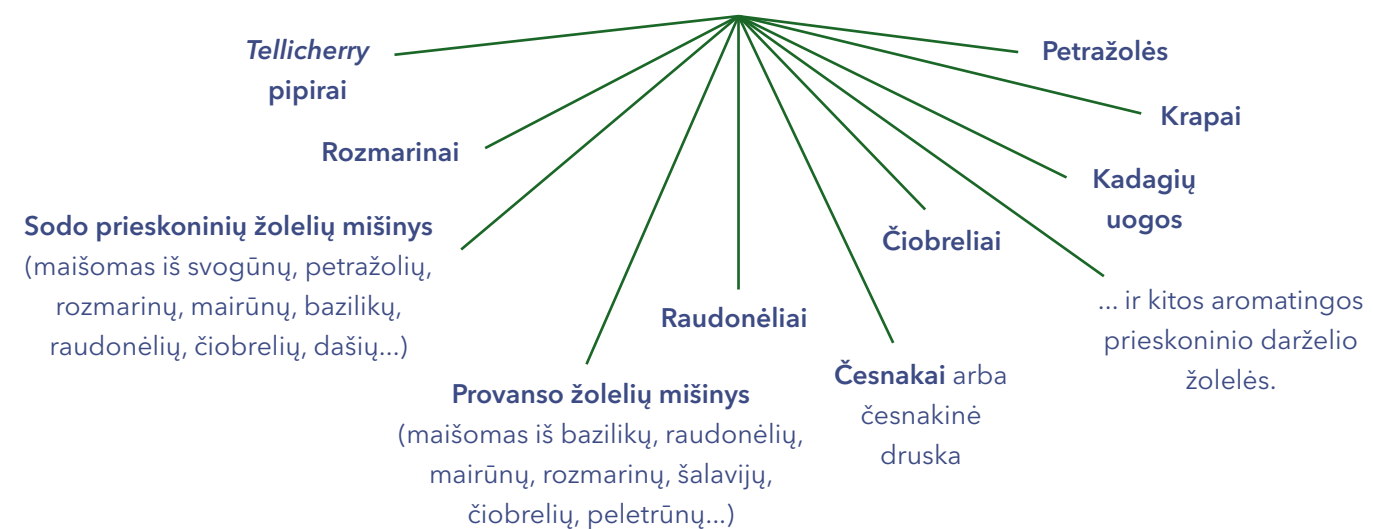


# Ēriena

Nuo senų laikų jauni ėriukai buvo skerdziami pavasarį, prieš Velykas. Tai tradicinė velykinių kepsnių mėsa. Šiais laikais yra išvesta įvairių mėsinių avių veislių, jos jauniklių gali atsivesti beveik visus metus. Pačia vertingusia ėriena yra laikoma jauna iki kelių mėnesių amžiaus „pieninių“ ėriukų mėsa. Jie girdomi dar tik motinos pienu, todėl jų mėsa būna švelnesnio skonio ir šviesesnės spalvos nei aviena. Vyresnių, iki pusės metų ėriukų mėsa jau būna tamsesnė, stipresnio skonio, nes gyvuliai pradeda šerti grūdais ir šienais. Subrendusi aviena laikoma skaniausia rudenį, kai nusipenėjusios avys yra paruginamos po vasaros iš žaliųjų ganyklų.

Kai kurie žmonės nemėgsta specifinio, tik avims būdingo, mėsos kvapo. Jaunų ėriukų mėsa jo beveik neturi, ji kvepia švelniai, o šiais laikais išvesta ir beveik bekvapės mėsos avių. Visgi reikia pripažinti, kad avienos kvapas yra mėsos išskirtinumo ir savotiško skonio bruožas. Ėrienai, kaip ir avienai tinka tie patys prieskoniai, tik jauną mėsą jais reikėtų gardinti saikingiau.

## Ėrienai tiks:







# Lėtai kepta ėrienos šlaunis su bulvėmis



5 val.



6 asm.

Labai panašiai ėriena yra kepama Graikijoje, ji vadinama *kleftiko*. Ilgai ir lėtai kepama mėsa ypač gerai iškepa taip, kad net kaulų, būna minkšta, sultinga, o bulvės tampa aromatingos nuo keptos mėsos sulčių bei riebalų. Tai vienos skardos patiekalas, kurį galima pašauti kepti iš karto po velykinių pusryčių, kad iki šventinių pietų mėsa spėtų iškepti. Jį gausiai gardinkite graikų virtuvėje populiariais prieskoniais: rozmarinai, česnakais, raudonėliais, lauro lapeliais. Prie keptos ėrienos labai tiks graikiškos salotos ir jogurto padažas. Toks ėrienos šlaunies kepsnys – tikros velykinės vaišės!

- apie 1,5 kg ėrienos šlaunies  
6 česnako skiltelių  
3 šaukštelių džiovintų *Santa Maria* raudonėlių  
2 šaukštelių džiovintų *Santa Maria* rozmarinų  
4 džiovintų *Santa Maria* lauro lapelių  
1 citrinos smulkiai nutarkuotos žievelės  
2 citrinų sulčių  
3 šaukštų ypač tyro alyvuogių aliejaus  
2 šaukštelių maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų  
1 šaukštelio druskos  
apie 1 kg bulvių

Patiekti:

jogurto padažo  
sezoninių salotų

Česnakus susmulkinkite kartu su druska, tai galite padaryti trintuvėje arba paprasčiausiai peiliu. Prie česnakų smulkiai įtarkuokite citrinos žievelę, suberkite visus džiovintus prieskonius, maltus pipirus ir išmaišykite su alyvuogių aliejumi.

Ėrienos šlaunį nuplaukite ir visą peiliu subadykite, kad mėsoje atsirastų nedidelių skylučių. Tada paruoštu marinatu ją užpilkite ir rankomis įtrinkite, kad į skylutes patektų kuo daugiau marinato. Šlaunį dėkite į marinavimui skirtą maišą ir užpilkite išspaus-tomis citrinų sultimis. Maišą užriškite ir padėkite nakčiai marinuotis į šaldytuvą.

Kepimo skardą gerai išklokite kepimo popieriumi. Bulves nulupkite ir stambiai supjaustykite, apšlakstykite jas keliais šaukštais aliejaus, apibarstykite druska. Ant bulvių dėkite išsamarinavusią ėrienos šlaunį, o atlikusį nuo jos marinatą pilkite ant mėsos ir bulvių, ten pat pamėtykite laurų lapų. Visą kepsnį su bulvėmis apdenkite folija ir sttykite kepti į įkaitintą iki 160 laipsnių orkaitę 4 valandoms.

Po 4 valandų mėsa ir bulvės turėtų būti minkštos. Tada ištraukite skardą, nuimkite foliją, ir ant jos perkeltkite ėrienos šlaunį. Ją vėl pašaukite gražiai apkepti į įkaitintą 200 laipsnių karščio orkaitę 20 minučių. Apkepusią mėsą ištraukite ir susukite į foliją, kad pailsėtų ir neatšaltų.

Kol mėsa ilsisi į orkaitę 30 minučių apkepti pašaukite bulves. Kai bulvės apskrus pateikite jas kartu su pjaustyta ėriena, sezoninėmis salotomis ir jogurto padažu.







2,5 val.



6 asm.



# Pavasarinis ėrienos troškiny

Šis paprastas pavasarinis ėrienos troškiny kilęs iš kaimiškos prancūzų virtuvės. Jam galima panaudoti pačius įvairiausių ėrienos gabaliukus su kaulais, puikiai tiks ėrienos kaklo gabalėliai. Mėsa kartu su kaulais ilgai ir lėtai išsitroškina taip, kad būna minkštutėlė, o aplink ją susidaro aromatingas ėrienos sultinys. Pačioje pabaigoje troškiny skaninamas žaliomis pavasarinėmis daržovėmis – žirneliais ir šparaginėmis pupelėmis. Tokiam troškiniui tinka klasikiniai ėrienos prieskoniai: čiobreliai, lauro lapai ir petražolės.

- **1 kg ėrienos kaklo gabalėlių**  
**3 česnako skiltelių**  
**1 svogūno**  
**2 džiovintų *Santa Maria* lauro lapelių**  
**1 šaukštelio džiovintų *Santa Maria* čiobrelių**  
**1 šaukštelio džiovintų *Santa Maria* petražolių**  
**2 didelių morkų**  
**200 g šaldytų žirnelių**  
**200 g šaldytų šparaginių pupelių**  
**1 šaukštelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų**  
**druskos pagal skonį**  
**šviežių petražolių apibarstyti**  
**kokybiško alyvuogių aliejaus kepti**

Mėsą nuplaukite, nusausinkite ir ištrinkite druska, pipirais, čiobreliais.

Puode, skirtame troškinimui, ant alyvuogių aliejaus, iš abiejų pusių apkepkite mėsą, kol ji gražiai apskrus. Apkepusią mėsą išimkite iš puodo, o į jį kepti suberkite pjaustytą svogūną su nepjaustytais česnakais. Kai jie apkeps, mėsa gražinkite į puodą. Į tarpus tarp puodo ir mėsos pridėkite stambiai pjaustytą morkų, įmeskite kelis lauro lapelius ir viską užpilkite vandeniu, kad pilnai apsemtų mėsą.

Troškinkite ant lėtos ugnies apie 2 valandas, kol mėsa ir morkos suminkštės. Tada troškinį papildomai gardinkite druska, pipirais, berkite džiovintas petražoles. Galiausiai į puodą suberkite karštu vandeniu perlietas šaldytas daržoves ir dar 5 minutes patroškinkite, kol daržovės sušils, bet nepraras savo spalvos. Troškinį apibarstę šviežiomis petražolėmis dar karštą neškite į stalą.





2 val.



2 asm.



# Ērienos kulniukai su **batatais ir porais**

Ērienos kulniukai – mėgstamiausia mano ėrienos mėsos dalis. Juos labai patogu kepti susuktus į kepimo popierių arba foliją kartu su sezoninėmis daržovėmis. Lėtai kepta mėsa suminkštėja, o jos sultyse skaniai išsitroškina daržovės. Tokie krepšeliai su kulniuku ir daržovėmis labai gražiai atrodo pateikti, kaip porcija vienam asmeniui atskiroje lėkštėje. Prie ėrienos labai tinka salsvo skonio batatai ir porai, bet vietoj jų drąsiai galite naudoti morkas arba paprastas bulves. Šį patiekalą gardinau Viduržemio jūros prieskonių mišiniu, kuris maišomas iš bazilikų, dašių, raudonėlių, paprikų, kalendrų, česnakų ir svogūnų.

- 2 ėrienos kulniukų  
2 batatų  
1 poro  
2 šaukštelių *Santa Maria* Viduržemio jūros prieskonių mišinio  
2 šaukštų tyro alyvuogių aliejaus  
žiupsnelio maltų juodųjų *Tellicherry* pipirų  
druskos pagal skonį

Batatus nulupkite ir stambiai supjaustykite. Porus nuplaukite ir supjaustykite. Batatus sumaišykite su porais, prieskonių mišiniu ir druska. Ėrienos kulniukus nuplaukite, nusausinkite ir ištrinkite druska su pipirais.

Pasiruoškite du kepimo popieriaus lapus. Kiekvieno popieriaus lapo viduryje dėkite daržovių mišinio, o per vidurį statykite ėrienos kulniuką. Viską apšlakstykite aliejumi ir įpilkite kelis šaukštus vandens. Kepimo popierių suimkite už kraštų ir sandariai suriškite kepimo siūlu, kad gautųsi krepšelis su išlindusiu iš jo kaulu.

Krepšelius statykite kepti į įkaitintą 170 laipsnių orkaitę 2 valandoms, o jei kulniukai didesni, tai ir ilgiau.

Iškepusius kulniukus pateikite lėkštėje kepimo popieriaus krepšeliuose, kad kiekvienas pats galėtų juos atsirišti ir išsivynioti prieš valgant.







# Apie kokybiškas prieskonines žoleles



Prieskoninių žolelių skonį lemia daug veiksnių: kur ir kaip jos buvo augintos, kokiose klimato sąlygose, tai lemia ir augalo rūšis, bei kaip nurenkamas ir apdorojamas derlius. Kai kurias prieskonines žoleles pagal tam tikras savybes, pavyzdžiui, dydį ir eterinių aliejų kiekį, galima suskirstyti į kokybės klases. *Santa Maria* skiria daug laiko, pinigų ir pastangų kruopščiai išsirikinti prieskoninių augintojus ir tikrinti nuo visų šių veiksnių priklausančią prieskoninių kokybę.

## Kaip įvertinti žolelių kokybę?

Pirmiausia, atkreipkite dėmesį į išvaizdą. Kokybiškos žolelės turi būti gražios žalios spalvos, neišblukę. Pakuotėje turi matytis tik žolelių lapeliai ir žiedynai, be stiebelių, pagaliukų ar kitų priemaišų, o pakuotės dugne neturi būti susikaupusių dulkių ir kitų nuosėdų. Atidarę pakuotę, iškart pajusite kvapą. Žolelių kokybę nusako jose esančių aromatinių aliejų kiekis – kuo šių aliejų daugiau, tuo stipresnį, malonesnį kvapą pajusite pirmą kartą pradarę pakuotę. Kai kurių žolelių kokybę įvertinti galite ir tokiu būdu – užplikykite jas neseniai užvirusiu vandeniu, tarsi darytumėte šių žolelių arbatą. Palaukite porą minučių ir ragaukite. Taip geriausiai pajusite, kokį skonį ir aromatą žolelės suteiks gamina- mam patiekalui.

## Raudonėlis

Tai kvapni daugiametė prieskoninė žolelė, kilusi iš Viduržemio jūros regiono ir Vakarų Azijos. *Santa Maria* atsiveža penkias skirtingas raudonėlio rūšis iš trijų šalių. Visos jos skirtingo skonio, naudojamos skirtingiems tikslams ir turi skirtingas istorijas. 2 raudonėlio rūšys atkeliauja iš Turkijos. Tai – maltas raudonėlis prieskoninių mišiniams ir įprastas smulkintas raudonėlis. Dar vienas raudonėlis atkeliauja iš Peru, iš kur *Santa Maria* atsiveža dar 2 raudonėlio rūšis – patį geriausią ekologišką raudonėlį ir įprastą smulkintą raudonėlį. Tiek įprastas, tiek ekologiškas raudonėlis auginamas 2 300 m virš jūros lygio, nuošaliuose kalnuose. Šiose vietovėse labai geros sąlygos augalams – neužterštas oras ir itin gera temperatūra. Čia nenaudojami jokie pesticidai, viskas nuravima rankomis, be to, nereikia drėkinimo siste-

mos, nes drėgme pasirūpina pati gamta. Raudonėlis Peru auginamas labai natūraliai. Tiek ekologiškas, tiek įprastas raudonėlis iš Peru – ypač aukštos kokybės. Paskutinė raudonėlio rūšis atsivežama iš Čilės. Šis raudonėlis turi daugybę žiedų, suteikiančių gaminiui didelį kiekį eterinių aliejų. *Santa Maria* raudonėlis iš Čilės kvėpia citrinomis ir sudžiūvusia žole bei šieniu. Jis turi sodrų ir aromatingą gėlių kvapo prieskonį su nestipriomis naftos kvapo gaidelėmis. Ragaujant raudonėlį kartumas virsta liežuviui maloniu medžio, žaliosios arbatos ir mėtų skoniu.

## Bazilikas

Populiariausia baziliko rūšis – tai kvapusis arba „itališkas“ bazilikas. Jis turi saldymedžio, stumbražolės ir šviežios žolės skonio elementų bei pasižymi kvapniu žalios žolės ir muilo poskoniu. Kartais galima pajusti ir sviesto bei mėtų skonio elementų. *Santa Maria* bazilikas atvyksta iš Kalifornijos ir Egipto. Geriausią baziliką – iš Kalifornijos rasite pirkdami gryną *Santa Maria* baziliką buteliukuose ar mėlynuose maišeliuose. Bazilikas iš Kalifornijos nėra termiškai apdorotas, nes taip apdorojus bazilikas netenka eterinių aliejų ir praranda skonį. Geros kokybės džiovintas bazilikas turėtų būti tamsiai žalios spalvos. Bazilikas iš Egipto taip pat perkamas džiovintas ir sutrintas. Jis apdorojamas termiškai, todėl yra pigesnis už baziliką iš Kalifornijos. Bazilikas iš Egipto dažniausiai naudojamas prieskoninių mišiniuose, nes švelnesnis tokio baziliko skonis neužgožia kitų prieskoninių.

## Peletrūnas

Yra dvi peletrūno rūšys: prancūziškasis – kilęs iš Viduržemio jūros regiono ir rusiškas – iš Serbijos ir Vakarų Azijos. Prancūziškąjį peletrūną vadinamae „tikruoju“ peletrūnu. *Santa Maria* perka prancūziškuosius peletrūnus tiesiai iš Prancūzijos. Auginimo sąlygos Prancūzijoje peletrūnui tinka idealiai! Peletrūnai iš vieno tiekėjo yra perkami jau beveik 15 metų. Šie peletrūnai neapdorojami termiškai. Tai puiki žinia, nes termiškai apdorotos žolelės praranda skonį, o skonis yra labai svarbus! Visa tai padeda užtikrinti, kad prieskoniniai turės kuo daugiau eterinių aliejų. *Santa Maria* prancūziško peletrūno eterinių aliejų kiekis – vidutiniškai 1,6 ml/100 g, nors rinkoje įprastas kiekis – 0,6 ml/100 g. Įspūdingas skirtumas – paragavę tai suprasite!

## Laurų lapai

Lauramedis kilęs iš Mažosios Azijos, apimančios didelę dalį Turkijos bei Armėniją. *Santa Maria* perka tik 4-7 cm dydžio rankomis rinktus laurų lapus iš Turkijos. Gautus lapus džiovina tiek mechaniniu, tiek natūraliu džiovimo būdu, todėl pasiekiamas pats geriausias drėgmės lygis apie 9 proc. Taip džiovinti laurų lapai įgyja puikų skonį ir spalvą. Apibūdinti laurų lapų skonį sunkiau negu aromatą. Sutraiškykite lapelį tarp pirštų ir patrinkite, kad išsiskirtų eteriniai aliejai. Turkijoje auginamų *Santa Maria* laurų lapų aromatą galima apibūdinti kaip aštrų, saldoką ir pasižymintį mėtų, eukalipto, kvapiojo pipiro, ožerškio, miško ir gėlių bei citrinų kvapais. Kad laurų lapų skonis atsiskleistų ir derėtų su kitais produktais, reikia laiko. Laurų lapai suteikia šiek



## Iš ko susideda prieskoninių mišinių?

### Persiladas

Tai klasikinis prancūziškas prieskoninių mišinys, naudojamas daugeliui patiekalų gardinti. Jį paruošti labai paprasta – visos sudedamosios dalys tiesiog supjaustomos ir sumaišomos. Paprasčiausias persiladas – tai tik česnakai ir petražolės. Jei persiladas paverdamas, jis įgauna švelnų skonį, o česnakas tampa saldus, tačiau jei persilado pabarstoma ant jau pagaminto patiekalo, jis gali pasirodyti stiprokas, nes itin išryškėja česnako aštrumas. *Santa Maria* persilado mišinį galite naudoti ir vienu, ir kitu būdu – jei norite juo gardinti baigtus patiekalus, sumaišykite jį su aliejumi, o jei norite naudoti gamindami, įberkite žiupsnelį į keptuvę. Kadangi mišinys toks paprastas, jame dominuoja česnako ir petražolių kvapai. Petražolės suteikia gaivaus žolės kvapo, o česnakas – saldaus ir aštroko kvapo. Šis mišinys pagamintas iš druskos, petražolių ir česnako. Petražolės mišiniui suteikia gaivaus žolelių skonio ir žolės tekstūros, o česnakas šiam mišiniui tiesiog būtinas, nes suteikia įvairovės ir malonaus aštrumo.

### Provanso žolelės

Šis trapus žolelių mišinys *Santa Maria* prieskoninių gamyklose matuojamas ir maišomas itin kruopščiai ir atsargiai. *Santa Maria* provanso mišinys – tai žalias, malonios išvaizdos ir tekstūros keturių žolelių mišinys, žolelės sutrintos, tačiau nepraradusios formos ir spalvos. Šis mišinys įkvėptas Prancūzijos pietryčių regiono Provanso virtuvės skonių. Paprastai mišinys gaminamas iš rozmarino, dašio, raudonėlio, čiobrelio ir mairūno. Šiais prieskoniais maistui galite suteikti daugybę skonių, o svarbiausia, kad tai padaryti labai lengva. Įberkite prieskoninių vos pradėję gaminti ir ilgiau palaikykite, kad visiškai atsiskleistų skonis. Vos atidarę pakuotę, iš karto pajusite nepaprastai sodrų ir malonų žolelių aromatą. Čiobreliai ir raudonėlis suteikia mėtų kvapo, be to, juntamos ir šieno bei miško kvapų gaidelės. Labiausiai išryškėja čiobrelių ir rozmarino skonis, o vėliau galite pajusti ir pušų skonį bei kartumą. Raudonėlis ir čiobreliai suteikia mėtų skonio, puikiai derančio su medingu rozmarino prieskoniu.





### **Matavimo vienetai:**

1 šaukštelis - 5 ml

1 šaukštas - 15 ml

1 stiklinė - 250 ml

### **„Velykų vaišės. Sezoninė mėsa“**

Autorė ir fotografė Renata Ničajienė  
Dizainerė Inga Dagilė

Receptai sukurti bendradarbiaujant su  
**„Santa Maria Lietuva“**

Daugiau receptų  
ieškokite puslapyje  
[www.sezonlinevirtuve.lt](http://www.sezonlinevirtuve.lt)

