삼성 로고(Lettermark)

**Kontaktai:**

Liga Bite

„Samsung Electronics Baltics”

Tel: +371 67076046

[l.bite@samsung.com](mailto:l.bite@samsung.com)

**Kalėdų stalas be streso: šefas L. Čeprackas pataria, kaip paruošti šventinę vakarienę**

**Kalėdos – džiaugsmingas ir magiškas metas, kai turime galimybę susitikti su artimaisiais ir pabūti kartu. Tačiau, jei šventinę vakarienę rengiate savo namuose, šis laikotarpis gali tapti nemenku galvos skausmu. Tam, kad šventinio stalo ruošimas suteiktų kuo mažiau streso, virtuvės šefas, restoranų „Gastronomika“ ir „Meat“ įkūrėjas Liutauras Čeprackas pataria, kaip paruošti kalėdinį stalą, kuris nustebins artimuosius.**

„Kalėdinė vakarienė gerokai skiriasi nuo Šv. Kūčių meniu – nereikia laikytis taisyklių, neprivalote ruošti 12 patiekalų ar vengti konkrečių produktų. Ruošdami Kalėdų dienos vakarienę galite improvizuoti, rinktis gaminti tokius patiekalus, kokius sugalvosite“, – sako L. Čeprackas.

**Patiekalus planuokite iš anksto**

Pasiruošimas priimti svečius Kalėdoms gali tapti gerokai lengvesnis, jei valgiaraštį pradėsite planuoti kiek anksčiau. Nepalikę sprendimo paskutinei minutei, galėsite ne tik ramiau laukti didžiosios dienos, bet ir sutaupysite laiko ir pinigų.

Jei iš anksto suplanuosite patiekalus ir svečių skaičių, galėsite tiksliau apskaičiuoti, kiek ir kokių produktų reikės, norint paruošti šventinę vakarienę. Tokiu būdu liks mažiau nesuvalgyto maisto, kurį tektų išmesti. Likus kelioms dienoms iki vakarienės, galite net pradėti ruošti kai kuriuos patiekalus – užmarinuoti mėsą, pasiruošti sausainių tešlą, pagaminti bulvių košę ir panašiai.

Vienas geriausių virtuvės šefų L. Čeprackas pataria kalėdinei vakarienei ruošti patiekalus iš mėsos ir sako, kad jam asmeniškai ši šventė asocijuojasi su kiauliena. Anot jo, tokia mėsa yra labai universali ir gali būti paruošiama daugybe skirtingų būdų, todėl iš jos dažniausiai ir renkasi gaminti įvairius patiekalus.

„Jau nuo senų laikų kaime žmonės kiaules pjaudavo prieš žiemos šventes. Taip vykdavo, kadangi nebūdavo šaldytuvų, o žiema – puikus metas, kai mėsa gali būti natūraliai šaldoma ir tokiu būdu negenda. Todėl ant šventinių stalų dažniausiai ir puikuodavosi patiekalai iš kiaulienos“, – pasakoja šefas.

**Gaminkite orkaitėje**

Anot kulinaro, pasirinkus vos vieną tinkamą buitinės technikos prietaisą įspūdingą šventinį stalą paruošti sugebės ir virtuvės naujokas. Šefas tvirtina, kad pats neapsieitų be orkaitės ir skirtingų jos funkcijų, galinčių padėti sukurti tikrą šedevrą net ir tiems, kurie nenori į patiekalą įdėti daug laiko ar pastangų.

„Pasirinkus tinkamą orkaitės modelį su daugybe funkcijų galėsite paruošti patiekalus per daug dėl jų nesirūpindami, ypač, jei šventėms nusprendėte kepti kokią vištą, žąsį ar kalakutą. Orkaitė darbą padarys už jus, nes galėsite pasirinkti automatinę programą. Net negaminantiems užtenka žinoti funkcijas, paspausti mygtuką ir mėgautis rezultatu“, – pasakoja L. Čeprackas.

Norintiems sveikesnio pagrindinio patiekalo, kuris tiktų ir Kūčių vakarienei, šefas pataria rinktis žuvį ir ją garinti orkaitėje, naudojantis garų funkcija. Anot jo, ši programa suteikia galimybę gaminti išskirtinius patiekalus, kurių kitokiu būdu neįmanoma paruošti.

**Skirtingos funkcijos padės nustebinti artimuosius**

Anot šefo, tinkamai išnaudojus orkaitės funkcijas, galite paruošti skirtingus patiekalus. Pavyzdžiui, naudodamiesi „Air Sous-vide“ funkcija, lengvai namuose galėsite mėgautis jautienos kepsniu. Ši programa palaiko vienodą temperatūrą visą gaminimo laiką. Pagaminus sous-vide būdu beliks tik apkepti keptuvėje kepsnį, nesirūpinant jo vidine temperatūra ir pateikti ant stalo. Šefas sako, kad tokia funkcija yra idealus pasirinkimas patiekalams, kurie turi būti gaminami tiksliai kontroliuojamoje temperatūroje.

Puikus tokias funkcijas palaikančio prietaiso pavyzdys galėtų būti „Samsung Bespoke“ linijos orkaitė, kurią naudoja šefas. Išnaudoję įvairias programas, Kalėdų stalui lengvai paruošite skirtingus patiekalus.

„Norintiems sveikesnių patiekalų, labai rekomenduočiau išbandyti „Air Fry“ funkcija. Labai mėgstu gruzdintą maistą, bet visi žinome, kad iškeptume traškų patiekalą, jį reikia gaminti aliejuje, o tai nėra sveika. „Air Fry“ funkcija labai pasiteisina, kadangi suteikia galimybę išgauti tokį efektą, lyg keptum aliejuje, tačiau visiškai jo nenaudojant“, – pasakoja L. Čeprackas.

**Šefo receptas Kalėdiniam stalui**

Kadangi L. Čeprackas Kalėdų vakarienei dažnai renkasi ruošti kiaulieną dėl jos universalumo, šefas dalinasi paprastu receptu, kuris nereikalauja daug pastangų ar kulinarinių žinių, jį lengvai pagaminsite orkaitėje, o svečiai bus maloniai nustebinti.

**Šoninė su traškia oda**

**Ingredientai:**

1 kg riebios šoninės,

20 ml sojos padažo,

40 g rudojo cukraus,

1 g malto cinamono,

1 g juodųjų maltų pipirų,

10 g smulkinto česnako,

300 g stambios druskos,

20 ml acto.

**Gaminimo eiga:**

1. Visų pirma, pasigaminkite prieskonių mišinį: sumaišykite sojos padažą, cukrų, cinamoną, pipirus ir smulkintą česnaką. Iš folijos pagaminkite lovelį, kuriame kepsite šoninę. Jos apatinę dalį, neliečiant odos, ištepkite prieskonių mišiniu ir dėkite į foliją oda į viršų. Odą gausiai ištrinkite druska ir padėkite į šaldytuvą parai, neuždengdami, leisdami odai apdžiūti.
2. Orkaitę įkaitinkite iki 180 laipsnių Prieš dedant kepti, šoninės odą mažu peiliu subadykite šimtais skylučių, kuo daugiau – tuo geriau. Šoninės odą ištepkite actu, tada berkite stambią druską. Kepkite 1 val. 20 min.
3. Ištraukę iš orkaitės, išimkite iš folijos ir nuvalykite druską. Orkaitę perjunkite į vidutinio galingumo grilio režimą. Šoninę padėkite ant kepimo skardos ir grąžinkite į orkaitę. Svarbu skardą su šonine padėti orkaitės apačioje. Kepame dar 15-20 min, kol oda taps traški, kaip traškutis. Skanaus!

**Apie „Samsung Electronics Co., Ltd.“:**

„Samsung“ įkvepia pasaulį tobulėti, o savo idėjomis kuria išmanią ateitį. Bendrovė ieško naujų sprendimų pagerinti skirtingas technologijas pradedant telefonais baigiant televizoriais. Norėdami sužinoti įdomiausias naujienas, apsilankykite news.samsung.com.