Vilnius, 2023 m. gruodžio 29 d.

**Naujametinis vakarėlis namuose: kaip paruošti nebrangias, bet įsimintinas šventines vaišes**

**Nurimus kalėdiniam šurmuliui visų galvoje ima suktis mintys apie naujametinį vakarą – kuo pavaišinti draugus, kiek maisto reikės, kad netektų išmesti, ką pasirinkti, kad pavyktų sutaupyti jau gerokai po švenčių paplonėjusias pinigines. Visgi, smagiam ir įsimintinam vakarėliui nereikia trijų skirtingų prabangaus restorano lygio patiekalų – vaišes namuose galima paruošti sumaniai ir nebrangiai.**

Kalėdinį laikotarpį dažniausiai praleidžiame jaukiai su šeima ir artimaisiais, o štai išlydėti senuosius ir pasitikti naujus metus dažniau renkamės didesniame draugų rate. Anot „Lidl Lietuva“ korporatyvinių reikalų ir komunikacijos vadovo Antano Bubnelio, smagų vakarėlį su įsimintinais užkandžiais ar teminiais patiekalais galima paruošti ir neišleidžiant daugybės pinigų. Tam tereikia žinoti kelias taisykles.

„Švenčių sūkuryje svarbu nepamesti galvos ir, planuojant vaišes, jų neparuošti per daug, kad praūžus šventėms liktų kuo mažiau nesuvalgyto maisto, kuris, deja, dažnu atveju atsiduria šiukšlių dėžėje. Pasirūpinus įdomiais, maistingais ir sveikais užkandžiais, Naujųjų metų sutiktuvėms dažnai neprireikia karšto patiekalo – tai leis ir sutaupyti, ir mažiau laiko praleisti sėdint prie stalo bei mažiau rūpesčių virtuvėje“, – sako A. Bubnelis.

**6 patarimai, kurie padės paruošti nebrangų naujametinį stalą**

1. Tiksliai suskaičiuokite, kiek maisto reikės

Maisto švaistymas – viena didžiausių šių laikų problemų. Siekiant to išvengti ar kiek įmanoma daugiau sumažinti išmetamo maisto kiekį, rengiant vakarėlį itin svarbu tiksliai suskaičiuoti, kiek žmonių sės prie stalo bei kiek maisto jiems reikės.

„Skaičiuojant, kiek ir kokių patiekalų gaminti, svarbu ne tik atsižvelgti į žmonių kiekį, bet ir pačio vakarėlio pradžios laiką bei veiklas jo metu. Naujųjų metų sutikimo vakarėlis dažnai prasideda kiek vėliau nei įprastai, todėl nemaža tikimybė, kad svečiai susirinks jau po vakarienės. O jei vakarėlio metu planuojate ne sėdėti prie stalo, o, pavyzdžiui, žaisti stalo ar kitus žaidimus, atlikti užduotis ar pan., maisto taip pat gali prireikti mažiau“, – tvirtina „Lidl Lietuva“ atstovas.

1. Suplanuokite, kas puikuosis ant jūsų stalo

Didesnį patiekalą iškeiskite į užkandžių lentą. Ji ne tik papuoš šventinį stalą, bet ir bus itin patogi – svečiai galės paragauti skirtingų užkandžių bei rinktis jiems skaniausius.

„Užkandžių lentai rinkitės vytintos mėsos gaminius, įvairius sūrius, duoną, krekerius, padažus bei užtepėles. Žinoma, nepamirškite uogų ar vaisių, tai ne tik užkandžių lentai suteiks spalvų, bet ir papildys ją skirtingais skoniais. Humusas bus puikus pasirinkimas siekiantiems vengti mėsos. Jei šiuo užkandžiu siekiate pamaitinti didelį kiekį žmonių, apsipirkdami ieškokite akcijų, kurių metu galite įsigyti du produktus už vieno kainą. „Lidl“ parduotuvėse taip pat galima rasti „XXL“ dydžio pakuotes, kurios puikiai tinka tokiems vakarėliams, o ir produkto kilogramo kaina tampa mažesnė“, – teigia A. Bubnelis.

1. Užkandžiams rinkitės iš anksto paruoštus ir užšaldytus produktus

Pasak A. Bubnelio, naujametinio stalo pažiba gali tapti gardūs šaldyti užkandžiai: „Bulvytės, mėsos, sūrio, žuvies, jūros gėrybių užkandžiai ne tik skanūs, bet ir stebina gera kaina. Pavyzdžiui, „Lidl“ parduotuvių šaldikliuose galite rasti įvairių šalių skonių – pavyzdžiui, tešloje kepti vištienos ar sūrių gaminiai itin paprastai pagaminami, nereikalauja daug laiko, o jų išskirtinė išvaizda tikrai papuoš stalą“.

1. Susidarykite tikslų sąrašą ir jo laikykitės

Suplanavus, kokius patiekalus gaminsite, prieš keliaujant į parduotuvę „Lidl Lietuva“ komunikacijos vadovas pataria susidaryti tikslų sąrašą, ko reikės šventiniam stalui.

„Pirmiausia peržiūrėkite savo spinteles ir šaldytuvą – kokius produktus jau turite ir kaip juos galėtumėte panaudoti naujametinio stalo patiekalams. Tuomet susidarykite trūkstamų produktų sąrašą, žinoma, svarbu apsiperkant šio sąrašo laikytis – taip apsisaugosite nuo impulsyvių pirkinių, įsigysite tik tai, ko reikia, ir sutaupysite“, – pasakoja A. Bubnelis.

1. Išbandykite privačių prekių ženklų produktus

Didžiąją dalį „Lidl“ asortimento sudaro privačių prekių ženklų produktai. Norintiems sutaupyti Naujųjų metų stalui tai reiškia, kad „Lidl“ pirkėjas gali įsigyti tokios pat aukštos kokybės gaminių, kaip ir garsių prekės ženklų, bet už mažesnę kainą.

„Lidl“ parduotuvių asortimente galite rasti kokybiškų, tačiau pigesnių mėsos, pieno ar kt. produktų – gurmaniškų kumpių, sūrių, užtepėlių, kurių gamintojams keliame aukštus standartus. Kartu su specialistais nuolat tobuliname jų receptūrą, kad galėtume pirkėjams pasiūlyti kokybišką, sveikesnę konkrečių jau pamėgtų produktų alternatyvą“, – tvirtina A. Bubnelis.

1. Vaišes ruoškite su draugais

Dažnai į Naujųjų metų sutikimo vakarėlį draugai atsineša ir savo vaišių. To neapgalvojus ir nesuderinus iš anksto, kyla rizika, kad maisto palydint senuosius ir sutinkant naujuosius metus bus gerokai per daug.

„Kartu su dalyvaujančiais vakarėlyje nepamirškite aptarti, kokį patiekalą jie atsineš į svečius. Rekomenduojama iš anksto pasiskirstyti, kas rūpinsis užkandžiais, o kas – desertu. Tokiu atveju ne tik išvengsite per didelio maisto kiekio, kurį po vakarėlio tektų išmesti, bet ir sutaupysite, kadangi reikės ruošti mažiau patiekalų“, – sako „Lidl Lietuva“ atstovas.

**Daugiau informacijos:**  
Rasa Aleškevičiūtė-Bužinskė

Mob. tel. +370 677 87191

[rasa@coagency.lt](mailto:rasa@coagency.lt)