Pranešimas žiniasklaidai

2025 m. balandžio 29 d.

**Vieno gabalėlio kiaulienos kumpio užteks kelioms dienoms: tiks ir pusryčiams, ir pietums, ir vakarienei**

**Sukantis virtuvėje neretai norisi vienu kartu pasiruošti bent kelis patiekalus – ne tik vakarienei, bet ir kitos dienos pusryčiams ar pietų dėžutei darbe. Lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ kulinarijos meistrai siūlo išmėginti pigiai paruošiamą kiaulienos kumpį: iškepę jį orkaitėje turėsite sotų vakarienės patiekalą, o likučius galėsite sunaudoti sumuštiniams ir kitiems maistingiems užkandžiams.**

„Maximos“ Komunikacijos ir korporatyvinių ryšių departamento direktorė Indrė Trakimaitė-Šeškuvienė teigia, kad kiauliena – viena „Maximos“ pirkėjų populiariausių ir mėgstamiausių mėsos rūšių.

„Kiekvieną savaitę pirkėjams kassavaitiniame leidinyje suteikiame galimybę pasirūpinti būtiniausiais maisto produktais pigiau. Ne išimtis ir mėsa, kuri būna dažniausias mūsų pirkėjų pasirinkimas ruošiant įvairius patiekalus. Ir ne veltui – juk iš jos lengvai bei nebrangiai galima pasigaminti daugybę sočių valgių, kurie tinka tiek vakarienei, tiek pusryčių ir pietų stalui. Pavyzdžiui, visą šią savaitę reikšmingai pigiau tinklo parduotuvėse galima pasirūpinti šviežiu vakuumuotu kiaulienos kumpiu be kaulo ir odos, kuris pagelbės sutaupyti ne tik pinigų, bet ir laiko.

Vos iš vieno kumpio gabalėlio be vargo galėsite iškepti ir kepsnį, ir pasigaminti gardžius sumuštinius kitai dienai, taip išvengiant maisto švaistymo bei papildomų išlaidų. Be to, vakuuminė pakuotė leidžia mėsą saugiai laikyti šaldytuve iki savaitės, o prireikus – užšaldyti, tad net ir pasikeitus planams, mėsą galėsite paruošti sėkmingai ir kitą dieną“, – pataria I. Trakimaitė-Šeškuvienė ir dalinasi „Maximos“ kulinarijos meistrų siūlomais receptais.

**Orkaitėje keptas kiaulienos kumpis**

Orkaitėje keptas kiaulienos kumpis – vienas universaliausių patiekalų. Ką tik iškeptas kumpis su garnyru puikiai tiks gardžiai ir sočiai vakarienei, o ataušęs – įvairiems sumuštiniams ir užkandžiams. Jam pagaminti **reikės:**

* 2 kg šviežio vakuumuoto kiaulienos kumpio be kaulo ir odos;
* 0,25 puodelio sviesto;
* 0,25 puodelio alyvuogių aliejaus;
* 7 skilt. susmulkintų česnako skiltelių;
* 1,5 v. š. druskos;
* 3 v. š. šviežio rozmarino;
* 1 a. š. pipirų;
* 0,5–1 kg smulkintų morkų, bulvių ir svogūnų.

**Gaminimas.** Įkaitinkite orkaitę iki 230 laipsnių. Mažame dubenėlyje sumaišykite sviestą, aliejų, česnaką, rozmariną, druską ir pipirus, kol gausite vientisą mišinį. Kiaulienos kumpį nusausinkite popieriniu rankšluosčiu. Du trečdalius gauto mišinio įtrinkite į mėsą padengdami viršų ir šonus.

Dėkite nugarinę į didelės kepimo formos dugną. Aplink sudėkite supjaustytas morkas, bulves ir svogūnus, aptepkite jas likusia prieskonių pasta. Kepkite atidengę 15 minučių, o tada temperatūrą sumažinkite iki 150 laipsnių ir kepkite dar apie kelias valandas – kol mėsos termometras rodys 60 laipsnių temperatūrą. Tada išimkite kepimo formą iš orkaitės, viską uždenkite folija ir palikite „pailsėti“ apie 10 minučių. Po to supjaustykite ir patiekite.

**Lengvi sumuštiniai su kumpiu ir daržovėmis**

Po vakarienės likus kepto kiaulienos kumpio likučių, galima pasigaminti pusryčiams ar lengviems pietums darbe puikiai tinkančius sumuštinius. Jiems paruošti **reikės:**

* 2 riekelių mėgstamos duonos;
* 10 plonai supjaustytų kepto kiaulienos kumpio griežinėlių;
* kelių mėgstamų salotų lapų;
* 1 vnt. pomidoro;
* saujos daigų;
* 1 v. š. graikiško jogurto;
* 1 a. š. garstyčių;
* 0,5 v. š. alyvuogių aliejaus;
* šlakelio citrinų sulčių;
* 1 a. š. medaus;
* aitriųjų paprikų (pagal skonį).

**Gaminimas.** Daigus nuplaukite ir gerai nusausinkite. Mažame dubenėlyje sumaišykite citrinų sultis, alyvuogių aliejų, grūdėtas garstyčias ir medų. Atsargiai įmaišykite daigus, kad juos tolygiai padengtų padažas. Pomidorą supjaustykite riekelėmis, salotos lapus nuplaukite ir nusausinkite. Vieną duonos pusę lengvai apkepkite su trupučiu alyvuogių aliejaus. Ant kitos pusės gausiai užtepkite graikiško jogurto ir pabarstykite aitriųjų paprikų. Ant jogurto uždėkite padažu pagardintų daigų.

Ant kitos duonos riekės dėkite truputį daigų ir salotų lapus, pomidorų riekeles. Sumuštinį tvirtai suvyniokite į kepimo popierių ir palikite kelioms minutėms, kad skoniai susijungtų. Perpjaukite dantytu peiliu perpus ir patiekite.

**Tortilijų suktinukai su kiaulienos kumpiu**

Vietoje sumuštinių, panaudojant kiaulienos kumpį, norintys gali susisukti ir tortilijų suktinukus, kuriuos – ypač lengva paruošti. **Reikės:**

* 2 vnt. tortilijų lakštų;
* 8 plonai supjaustytų kepto kiaulienos kumpio griežinėlių;
* 6 vnt. mėgstamų salotų lapų;
* 1 didelio pomidoro;
* 3 v. š. majonezo;
* 0,5 a. š. itališkų prieskonių mišinio;
* 0,75 puodelio mėgstamo tarkuoto sūrio.

**Gaminimas.** Tortilijų lakštus ištepkite majonezu, apibarstykite itališkais prieskoniais ir tolygiai išdėliokite salotų lapus. Ant salotų sudėliokite griežinėliais supjaustytus pomidorus, o ant jų – kumpio riekeles. Užbarstykite tarkuotu sūriu ir tortiliją tvirtai suvyniokite. Perpjaukite per pusę ir patiekite. Skanaus!

***Apie prekybos tinklą „Maxima“***

*Tradicinės lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ stiprybės – mažos kainos ir platus pasirinkimas. Tinklą valdanti bendrovė „Maxima LT“ yra didžiausia lietuviško kapitalo įmonė, viena didžiausių mokesčių mokėtojų bei didžiausia darbo vietų kūrėja šalyje. Šiuo metu Lietuvoje veikia arti pustrečio šimto „Maxima“ parduotuvių, kuriose dirba apie 11 tūkst. darbuotojų ir kasdien apsilanko daugiau nei 400 tūkst. klientų.*

**Daugiau informacijos**:

El. paštas komunikacija@maxima.lt