

2021

SAUSIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

VASARIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	18	20	21
22	23	24	25	26	27	28

KOVAS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	18	20	21
22	23	24	25	26	27	28

BALANDIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

GEGUŽĘ

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	15	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

BIRŽELIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27

LIEPA

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

RUGPJŪTIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1		
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

RUGSĒJIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26

SPALIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

LAPKRITIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	18	20	21
22	23	24	25	26	27	28

GRUODIS

Pr	An	Tr	Kt	Pn	Št	S
				1	2	3
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26

VIRTUVĖJE
KARANTINO
NĖRA



KAUNO RAJONO
TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETAS

KALÉDINIS NAMELIS

Julija ir Juozas Gaideliai, Neveronys



„UŽPUSTYTA PASLAPTIS“

Rimutė Blotnienė, Vilkija



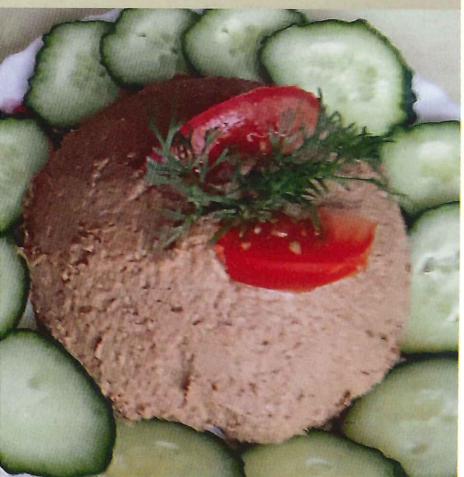
KAUNO RAJONO
TREČIOJO AMŽIAUS UNIVERSITETAS

Prieš jus – Kauno rajono trečiojo amžiaus universiteto (TAU) receptų „Virtuvėje karantino néra“. Šiame leidinyje rasite net 50 išbandytų ir laiko patikrintų, dar kitaip vadinamų „firminiu“ patiekalų, kuriuos išradę universiteto studentai (ne tik moterys, bet ir vyrai) gamina savo šeimų nariams kasdieniniam ar šventiniam stalui. Kiekvienas receptas turi slaptą ingredientą – jvardintą ar menamą. Tai – emocinis užtaisais: recepto atsiradimo istorija ar priežastis, dėl kurios jis tapo toks populiarus ir vertas šios rinktinės. Receptų knygelėje rasite ir 4 Kalėdinius meduolinius namelius.

Jei nuspręsite šiuos patiekalus išbandyti, džiaugsis ir širdis, ir skrandis. Jei ne, tebus sočios jūsų akys. Receptus rinktinei pateiké TAU studentai iš visų dvylirkos fakultetų: Babtų, Ežerėlio, Domeikavos, Garliavos, Lapių, Kačerginės, Karmėlavos, Neveronių, Raudondvario, Ringaudų, Vilkijos ir Zapyškio. Receptus ir patiekalų nuotraukas taip pat rasite Kauno rajono trečiojo amžiaus universiteto Facebook paskyroje.

Skanaus ir likite sveiki!

Kauno rajono TAU valdyba
2020 m.



ŽYDIŠKA SILKĖ

Gražina Turčinskienė, Domeikava

Šio patiekalo receptą Gražina sužinojo keliaudama po Izraelį. Receptą atskleidė ukrainiečių kilmės gidė, ištekėjusi už žydo ir gyvenanti šioje šalyje 24 metus.

- 2 silkės filė,
- 1 didelis obuolys,
- 1 didelis svogūnas,
- 1 kietai virtas kiaušinis,
- 2 riekės batono,
druskos ir pipirų.

Batono riekeles išmirktyti virintame vandenyje, nuspausti. Obuolių nulupti. Visus ingredientus sumalti mėsmale ir tepti ant skrudintos duonos. Ant viršaus užberti krapų, galima uždėti po skiltelę pomidorų. Skanaus!

VIŠTIENOS PAŠTETAS

Zita Gustaitienė, Domeikava

- 200 gramų vištienos kepenelių,
- 100 gramų sviesto,
- 2 svogūnai,
- 2 morkos,
- 1 arbatinis šaukštėlis garstyčių,
- 2–3 valg. šaukštai grietinėlės,
- 2–3 valg. šaukštai brendžio arba krupniko,
jvairių prieskoniu.

Darbo eiga:

Kubeliais supjaustykite svogūnus, sutarkuo-
kite morkas ir pakepinkite svieste. Atskirai susmul-
kinkite kepenėles, pakepinkite, viską sumaišykite.
Sudékite grietinėlę ir garstyčias. Truputį pakepinus
supilkite brendžį ir kepkitė dar 1 minutę, viską sutrin-
kite trintuvu (blenderiu).

Skanaus!

TUNO SALOTOS

Liucija Žemaitienė, Ezerėlis

- 6 riekelės juodos duonos,
- 1 dėžutė tuno (gabaliukais aliejuje),
- 1 didelis mėlynas svogūnas
(galima naudoti ir geltoną),
- 4 kietai virti kiaušiniai,
- 200 gramų fermentinio sūrio,
- 3 skiltelės česnako.

Duoną supjaustumė kubeliais, apkepame
aliejuje, apibarstome smulkiai supjaustytu česna-
ku ir supilame į stiklinę salotinę. Toliau formuojame
kitą sluoksnį. Ant atvésusios duonos dedame tuno
konservus, ant tuno – smulkiai supjaustytą svogū-
ną. Sūrį supjaustom nedideliais plonais gabalėliais ir
paskleidžiam ant svogūnų sluoksnio. Ant sūrio tepe-
me majonezo (negailėkite). Smulkia burokine tarka
atskirai sutarkuojame kiaušinio baltymus ir trynius.
Jie bus reikalingi paskutiniams salotų sluoksniniui – pa-
puošimui. Skanaus!

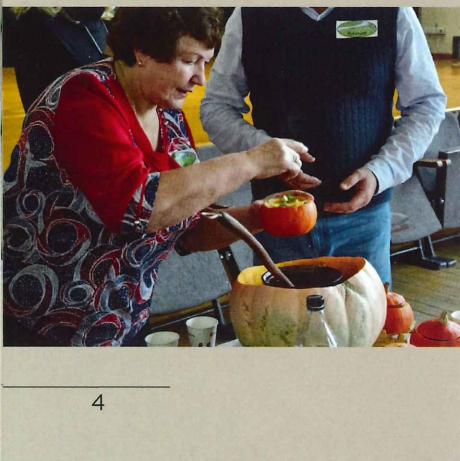
MOLIŪGŲ SALOTOS

Zita Varkalienė, Garliava

- 2 kg moliūgų
(supjaustyty šiaudeliais arba sutarkuotų,
pagal dantų stiprumą:-))
- 0,5 kg morkų
(supjaustyty arba sutarkuotų),
- 0,5 kg porų (smulkiai supjaustyti),
- 2 šaukštai druskos,
- 1 stiklinė obuolių acto (200 ml),
- 1 stiklinė cukraus,
- 3/4 stiklinės aliejaus.

Viską sumaišyti ir laikyti para, pakanka ir per
naktį. Laikyti šaltai, kol sunaudosite.





STASELĖS MOLIŪGŲ SRIUBA

Staselė Jakštienė, Karmėlava

Mūsų mylima Staselė, Rykštynės kaimo šeimininkė, pateikė Molīgienės receptą. Ši sriuba sužavėjo visus (tieki svečius, tieki komisijos narius) per 2017 m. „Kugelinės“ šventę, kurią jau kelinti metai organizuoja Karmėlavos seniūnijos bendruomenės centras „Židinys“.

Moliūgus (apie 1 kg) supjaustome kubeliais, 1 morką ir 2 bulves supjaustyti kubeliais taip pat.

1/2 litro vandens sudedam supjaustytas morkas ir bulves ir verdam apie 15 min.

Po to sudedame moliūgas ir dar verdam apie 15 min., kol pradės tūsti moliūgas. Iberiame druskos.

Prieskonius ruošti atskirai:

2 šaukštai Gi (lydyto) sviesto, 2 galvos svoguno, pakepinam, o kai pradedama minkšteti, įdedame 2 skiltelės česnako ir apie šaukštelių supjaustyto imbiero. Viską pakepinti, o po to sutrinti keletą grūdelių kalendros, įtarkuoti muskato, šaukštelių ciberžolės ir pagal skonį pipirų kvepiantį ir juodujų. Sudėjus prieskonius, pakepinti, kol atskleis aromatą (labai trumpanai). Viską sudėti į puodą su moliūgais. Pavirti 1-2 minutes. Iejungus virimą, visą mišinį sublenderiuoti.

Prieš patiekiant į stalą, į sriubos lėkštę įdėti skrebučių, moliūgų sėklų, lapelį petražolės. SKANAUS! Gaminimo trukmė – 45min.



DUONA SU SĒKLOMIS

Valė Matulienė Karmėlava

Valė Matulienė jau daug metų neperka duonos parduotuvėje. Kiekvieną kartą, kai paragauji jos duonelės, pasižadi, jog sekantį kartą kepsipati, tačiau vis atsiranda trikdžiai... Vis tik šį kartą tikrai reikės pabandyti išsikepti. Labai jau skanus receptas atrodo.

0,5 stiklinės saulėgrąžų/molīgų sėklų

0,5 stiklinės linų/sezamo sėklų

(iš viso 1 stiklinė sėklų)

0,5 avižinių dribsnų arba 3/5 grūdų

1 stiklinė kviečių arba rugių selenų (galima ir 0,5 stiklinės, nuo to priklauso duonos tamsumas)

1/3 stiklinės cukraus

2 šaukštai kmynų

1 mažas šaukštelių druskos

3 stiklinės kvietinių arba ruginių miltų

0,5 l vandens

Raugo

Visus ingredientus sumaišyti ir užpilti vandeniu, įdėti raugą. Tešla turi gautis tiršta, grietinės tirštumo. Jeigu trūksta ipliti vandens.

Tešlai leisti pastovėti 12val.

Po 12val. supilti į kepimo formą išteptą svies- tu. Viršų pabarstyti sezamo sėklomis arba kmynais. Visada pasilikti pora šaukštų raugo kitam kepimui.

Kepti orkaitėje įkaitintoje iki 180 °C apie 1 val.





„VYNIOTINIS VILIOVINIS“

Dana Stanaitienė, Lapės

Ne paslaptis, kad Lapių studentai yra užkietėjė keliautojai. Jie turi ne tik firminę-kelioninę dainą „Sédéjau aš valtelėj...“, bet ir firminj-kelioninj patiekalą, kurj gamina fakulteto seniūnė Dana Stanaitienė. Patiekalas firminiu tapo po pirmojo paragavimo. Jau daug metų jis yra firminis-kelioninis „Vyniotinis Viliotinis“.

200 g fermentinio sūrio;

250 g majonezo;

5 kiaušiniai;

500 g vištienos ar kalakutienos (maltos).

Darbo eiga:

Kiaušinius išplakti, sutarkuoti sūrį, sudėti majonezą, išmaišyti. Skardą ištiessti popieriumi, pabarstyti mano kruopomis. Supilti masę ir kepti 20 min. iki 200 °C įkaitintoje orkaitėje. Kol pagrindas kepa, mėsa pasūdyti, dėti prieskoniu, pjaustyti džiovintų slyvų, abrikosų (galima ir nedėti). Kai pagrindas iškepa, skardoje ant jo uždėti mėsą, išlyginti suvynioti.. Dėti sudūrimu į apačią ir kepti 40 min. Jei valgysite šaltą, paslėkite.

GAIVIOS SALOTOS

Aldona Čibirienė, Ringaudai

1 brokolis

1 mėlynas svogūnas

4 šaukštai džiovintų spanguolių

3 šaukštai majonezo

Darbo eiga:

Brokolį nuplikykite verdančiu vandeniu, leisti jam nudžiuti. Tada supjaustyti ne tik žiedyna, bet ir kotelj. Suberti spanguoles, susmulkintą svogūną. Įdėti majonezo ir išmaišyti. Šis patiekalas labai tinkalengvam užkandžiui. Skanaus!

SVOGŪNU PYRAGAS

Jadvya Šumakarienė, Lapės

Ar esate ragavę prancūziškos svogūnų sriubos? O lietuviško svogūnų pyrago? Jei ne, verta pabandyti. Jadvya Šumakarienė iš Lapių fakulteto dalijasi savo firminio patiekalo – svogūnų pyrago receptu. Pabandykite išsikepti.

2,5 stiklinės miltų. Įjuos įtarkuoti 200 gramų šalto šviesto. Išminkyti. Jei per sausa, įpilti šaukštą alaus. Suvynoti į maistinę plėvelę ir dėti į šaldytuvą. Kai atšals, tešlą padalinti į 2 dalis. Pusę tešlos iškočioti, dėti į skardą, patepti kiaušinio plakiniu, pabarstyti fermentiniu sūriu. Sudėti 7–8 galvas pušiųdžiaisiais supjaustytyais pakepintais svogūnais. Uždengti kitu, iškočiotu blynų, kraštus sujungti. Patepti plakiniu ir pabarstyti sūriu. Kepti 30 min. ar daugiau iki 180 °C įkaitintoje orkaitėje. Skanaus!

SALDŪS BLYNELIAI BE GLIUTENO

Zita Kalnietienė, Zapyškis

200 ml augalinio pieno

2 obuoliai be sėklų

100 g moliūgo

4 datulės be kauliukų

200 g jvairių miltų mišinio

(avinžirnių, kukurūzų ar kitų be gliuteno)

1 valgomas šaukštasis čija sėklų

(vietoje kiaušinio) arba 1 bananas

2 valgomai šaukštai augalinio aliejaus

žiupsnelis druskos

žiupsnelis cinamono

Obuolius, moliūgus, datules sutrinti kartu su pienu ir aliejumi. Į gautą skystą masę sudėti čija sėklas ir brinkinti apie 15 min. (jei neturite čija, dėti trintą banana). Į gautą masę suberti su druska ir cinamonu sumaišytus miltus, viską išmaišyti ir kepti.





VITAMINŲ BOMBA

Zita Kalnietienė, Zapyškis

Gaminuko pagrindas

- 2 vnt. žalių raudonujų burokelių
- 2 vnt. žalių morkų
- 1–2 kiaušiniai
- 30 g šiltos sviesio
- 3–4 šaukštai viso grūdo miltų
(galima pakeisti grikių arba avižiniais miltais)
- druskos, juodujų pipirų.

Burokelius sutarkuoti stambia burokine tarka. Į sutarkuotus burokelius sudėti kitus produktus ir prieskonius. Gautą masę sukrėsti į formeles. Kepti orkaitėje 10 min.

Padažas

- 100 g graikiško jogurto
- 1 skiltelė česnako
- 1 marinuotas agurkas
- krapų, juodujų pipirų

Smulkiai supjaustyta česnaką ir mažais kubeliais supjaustyta agurką (nulupti ir išimti sėklas) užpilti jogurtu, įberti truputį pipirų, susmulkintų krapų – viską sumaišyti.

Papuošimas

- 1 silkė (supjaustyta mažais 1,5–2 cm gabaliukais),
- sultenio ar baziliko lapeliai

Gaminükų formavimas ir pateikimas

Ant gaminuko pagrindo užtepareme padažo, tada uždedame silkės gabaliuką, tarp gaminuko pagrindo ir silkės gabaliuko įkomponuojame žaliajį sultenio ar baziliko lapelį.

Gaminukus sudedame į lėkštę.
Skanaus!

RAUDONUJŲ SERBENTŲ PAGARDAS

Regina Bukauskienė, Raudondvaris

- 500 g serbentų
- 200 g cukraus
- 50 ml obuolių acto
- 1 arb. šaukštelišis druskos
- 1 arb. šaukštelišis malto cinamono
- 1 arb. šaukštelišis maltų gvazdikelių
- 1 arb. šaukštelišis maltų kvapniųjų pipirų
- 1 arb. šaukštelišis maltų juodujų pipirų
- 4 skiltelės česnako.

Darbo eiga:

Užvirti serbentus, sudėti cukrų, česnakus. Pavirti, kol ištirps cukrus, atvésinti. Sudėti visus produktyus ir susmulkinti blenderiu. Ir dar pavirti 2–3 min. Laikyti stiklainyje.

ANANASINIAI MOLIŪGAI

Regina Bukauskienė, Raudondvaris

- 5 kg moliių
- 1 kg cukraus
- 1 l 100 % ananasų sulčių
- 1 valgomasis šaukštasis citrinų rūgštis

Moliūgus supjaustom kubeliais, užpilam cukrų ir paliekam per naktį vėsioje vietoje. Po nakties moliiūgą išgriebame, skystį supilame į puodą, jpiilame ananasų sultis ir įberiame citrinos rugštį. Tada viską užverdame. Po to supilame moliiūgus ir pakaitiname. Kai užvirs, pamaišome ir išjungiame, kad nepervirtų. Dedame į stiklainius ir užsukame. Tinka valgyti prie viščienos ir mišrainėms.



KARŠTI PATIEKALAI



SEKMADIENIO, KEDAINIŲ BLYNAI

Elena Zalatorienė , Babtai

Istorija yra paprasta. Anksčiau gyvenom Kėdainių rajone, tradicija kepti šiuos blynus atėjo iš vyro šeimos. Tada šio pavadinimo „Kėdainių blynai“ nežinojome. Dabar gyvename Kauno rajone, bet Kėdainių gatvėje. Toks sutapimas. O blynus labai mėgstame, valgome su artimaisiais, dažniausiai sekmadieniais.

1. Nuskutame norimą kiekį bulvių ir svogūnų didesnį.
2. Sutarkuojame, jdedame druskos ir kiaušinių, išmaišome.
3. Paruošiame faršą su mėgstamais prieskoniais.
4. Keptuvėje įkaitiname aliejų, dedame po šaukštą tarkių masės, suploto faršo gabalėlį ir vėl tarkių masės.
5. Kepame vertydami ir uždengę dangčiu.

Valgome su grietine.
Skanaus!

VIRTINIAI

Danguolė Sirvydienė, Domeikava

Ar pastebėjote, kad patiekalai, lydintys mus nuo vaikystės, dažnai yra patys mėgstamiausi? Jų skonio neužmirštame visą gyvenimą... Tradicinis Danguolės Sirvydienės šeimos patiekalas – virtiniai. Ši patiekalą šeimininkė išmoko gaminti dar vaikystėje iš 90 metų amžiaus šeimininkės.

Darbo eiga:

Išverdam bulves, sugrūdam, jdedam druskos ir būtinai sviesto, jo tikrai negailim, čia visa paslapatis. Iš miltų ir vandens užminkom minkštą tešlą, iškočiojame ir formuojame virtinukus. Alternatyva pavasarį – tie patys virtinukai tik su varškės įdaru. Šiuo atveju paslapatis tokia, jog reikia jąjaustytu svogūnų laiškų. Abiem atvejais padažiukui naudojam tirpintą sviestą su grietine. Skanu visais metų laikais!



BLYNAI

Gražina Turčinskienė, Domeikava

Pasiilgote švenčių ir išvykų? Niekas nekviečia į svečius? Neliūdėkite! Gražina Turčinskienė kviečia Jus į BLYNU BALIŲ. Žinoma, blynus teks išsikepti ir suvalgyti jums patiemis. Na, o vaišių tikrai nepriatrūks: išradinga šeimininkė pateikė net devynis receptus!!! Visi receptai išbandyti ir laiko patikrinti, todėl sékmė – garantuota!

Receptas Nr.1

Nuotraukoje – TAU Domeikavos fakulteto studentų (keliautojų) mėgstami blynai. Švenčių ar išvykų metu jie nuo bendro vakarienės stalo dingdavo labai greitai...

Blynam reikės: 1 stiklinės kefyro, 2 a. š. sodos, 2 trynių, 1 šaukšto cukraus, druskos; miltų tiek, kad tešla būtų grietinės tirštumo, 2-3 tarkuotų obuolių ir 2 išplakytų balytymų. Kepti karštame aliejuje, dėti ant servetėlės, kad sugerty riebalus ir mėgautis. Skanaus!





KIBINAI

Regina Abakevičienė, Domeikava

0,5 kg miltų
1 kg mėsos
150 gr sviesto
2 vidutiniai svogūnai (smulkiai supjaustyti)
50 g mielių
pora šaukštų vandens
Prieskonialai, pipirai, druska ir kt.

Gamyba:

1. Jį pašildytą pieną sudėti mieles ir šaukštelių cukraus.
 2. Sumaišyti miltus, mieles, pašildytą pieną, su sviestu ir trupučiu druskos.
 3. Tešlą gerai išminkome ir leidžiame jai pakilti
 4. Mėsą įdarui supjaustyti spirgutėm, sudėti svogūnus ir prieskonius.
 5. Suformuoti kibinus ir j kiekvieno jų vidų įdėti po šaukštelių sviesto
 6. Viršu aptepti plaktu kiaušiniu, kepti 180°C temperatūroje apie 45 min.
- SKANAUS!

PLOVAS

Jolanta Marija Malinauskaitė, Ezerėlis

Šį receptą sužinojau keliaudama po Tian Šanio kalnus 1986 m. Šeimai jis labai patinka, nes yra skanus ir karštas, ir šaltas.

Taigi, pirmiausia pasiruošiame ingredientus:

1. Užmerkiame du arbatinius puodelius plikytų ryžių.
2. Iškauliname 3 vištос ketvirčius, mėsą supjaustome gabalėliais. Aš kaulukus irgi sudeu, jei visai skaniai nuverda.
3. Mėsą pipiriname druskiname, dedame šeimos mėgiamų žolelių, apšlakstome citrinų sultimis ir alvyų aliejumi, paliekame pasimaruoti.
4. Nulupame 3 didelius arba 5 mažus svogūnus ir supjaustome juos pusiniais griežinėliais.
5. 6 dideles morkas sutarkuojame burokine tarka, pasiruošiame vištienos sultinių (kartais naudoju pirkinių, pvz. „Galina blanka“), sultinio reikės 0,5 litro.

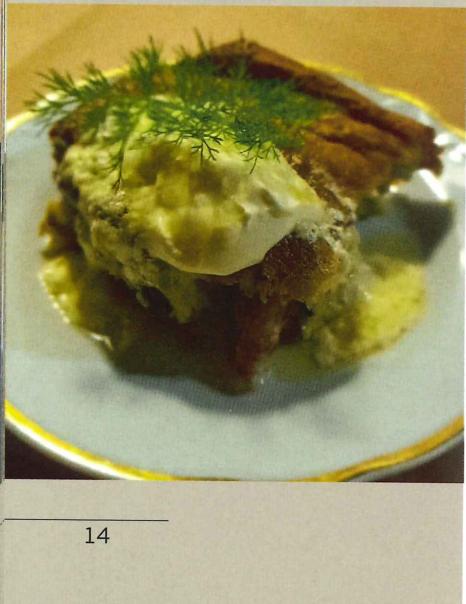
Pradedame gaminti:

Aš gaminu 4,8 l „Zepter“ puode, labai gerai tiktu špižinis. Dedame puodą ant ugnies ir jį įkaitiname, tada pilame alvyvogų aliejaus tiek, kad uždengtų puodo dugną. Aliejų įkaitiname, tada įmetame 2–3 gabalėlius svogūno, kad jie sudegtų ir pasimytų iš aliejaus nereikalingą skonį. Apdegusius svogūnus išmetame ir dedame vištieną, ją kelias minutes maišant apkepame, tada dedame svogūnų sluoksnį, po to morkas, ant galio dedame nuplautus ryžius ir užpilame sultinių. Puodo viduryje padarome duobutę, į kuria atsargiai įdedame nuplautą visą česnako galvutę. Tada uždengiame puodą ir sumažinę ugnį, verdamę 50–60 min. Kai plovą išverda, viską išmaišome ir, uždengę dangtį, išjungiamo ugnį. Valgomė po 15–20 min. Galima gaminti ir su kitokia mėsa, bet vištiena mūsų šeimai skaniausia!

Skanaus ir Jums!



KARŠTIEJ PATIEKALAI



KUGELIS SU VIŠTIENA

Vitalija Rumbienė, Domeikava

Domeikavietės Vitalijos Rumbienės firminis patiekalas – kugelis su vištiena. Šeima didelė, tad ir kugelio iškepti reikia nemažai, kad užtektų ir vaiskams, ir anūkams...

Jums reikės:

300–500 gr. vištienos arba 1/2 vištinos (su kaulais, be filé);
2,5–3 kg bulvių (gali būti daugiau ar mažiau, priklauso nuo valgytojų skaičiaus);
1 svogūnų;
0,5 litro pieno;
100 g sviesto;
4 kiaušinių;
prieskoniių (druskos, pipirų, lauro lapų);
grietinės, sviesto, spirgučių (padažui).

Darbo eiga:

1. Vištieną (su kaulais) susmulkinke mažais gabalėliais.
 2. Į puodą įpilkite vandens, užvirkite. Tada sudékite vištienos gabalėlius, pridékite svogūnų, lauro lapų, kvepiančių ir karčiujuų pipirų, druskos ir virkite 20 min.
 3. Sutarkuokite bulves, į tarkius įmuškite 4 kiaušinius, išmaišykite.
 4. Atskirame puode užvirkite pieną, į jį sudékite sviestą (kad ištirpty) ir, kai pienas užvirs, užpilkite jį ant tarkių.
 5. Į tarkius įberkite druskos, pipirų (pagal skonį), išmaišykite ir pilkite į indą, kuriame kepsite kugelį. Tuomet į tarkius panardinkite išvirtus vištienos gabalėlius ir pašaukite į orkaitę.
 6. Kepkite apie 1 valandą pečiuje ar orkaitėje, įkaitintoje iki 200–250 °C.
 7. Iškeptą kugelį pagardinkite spirgiukų arba grietinės ir sviesto padažu.
- Patiukalas nesudėtingas, visada pavyksta. Skanaus!

CEPELINAI ANŪKAMS

Janina Kurtinaitienė, Garliava

Janina Kurtinaitienė iš Garliavos atsiuntė dviejų patiekalų receptus. Pirmasis patiekalas, prie kurio skonio priprantama, o gaminimo technologija išbandoma dar vaikystėje, vadinas „Cepelinai anūkams“.

Nuskutame 4 kg bulvių. Keturią vidutinio dydžio bulves išverdame bei sugrūdame, likusias bulves sutarkuojame bei išspaudžiame per marlę. Gautą skystį palaikome maždaug 5 minutes, kad nusistovėtų krakmolas. Skystį nupilame, o krakmolą sudeiname ant bulvių tarkių. Sudedame sugrūstas virtas bulves, papildomai galima įdėti 2 šaukštus krakmolo. Į paruoštą tešlą įdedame vieną arbatinį šaukštelių druskos bei viską gerai išminkome. Įdarui imame 500 g kiaulienos faršo, sudedame susmulkintą česnaką, druskos bei maltą pipirų pagal skonį. Viską gerai išmaišome ir formuojame cepelinus. Padarytus cepelinus sudedame į verdantį vandenį ir verdame 30 min. nuo užvirimo. Padažą gaminame iš 100 g rūkytų lašinukų, 2 svogūnų ir 300 g grietinės. Skanaus!

KIEVO KOTLETAI

Antrasis Janinos Kurtinaitienės patiekalas vadinas „Kievo kotletai“. Šį patiekalą mėgsta visi šeimos nariai. Janina, įvaldžiusi šio patiekalo gaminimo technologiją, dalijasi patirtimi:

Aš darau ne iš krūtinėlės mėsos, nes būna sau si. Vištinos ketvirčių mėsą atskiriu nuo kaulų, sumalu, įdedu kiaušinių, mėgstamų prieskoniių (tinka bazi likai, čiobreliai, pipirai, ciberžolės ir žinoma, druska). Formuojant pailgus mėsos kepsnius į vidų reikia įdėti sviesto ir sūrio gabalėlių. Suformuotus kepsnius du kartus pamirkau išplaktame kiaušinyje ir džiūvéseliuose. Padarytus kepsnius dedu į įkaitintą aliejų ir verdu 25 minutes vidutinėje temperatūroje. Galima pateikti su bulvių koše ar keptomis bulvytėmis. Labai tinkta virtos morkytės su žirneliais grietinės padaže.



ZRAZAI SU DŽIOVINTŪ GRYBŪ ĮDARU

Vitalija Dobrovolskienė, Garliava

Kotletams:

- ~ 1 kg maltos kiaulienos
- 1 didelis svogūnas
- 1 didelis kiaušinis
- Druskos ir grūstų juodujų pipirų (pagal skoni).

Įdarui:

- 150 g džiovintų grybų
- 1 didelis svogūnas
- 1 kietai virtas kiaušinis
- 100 g olandiško sūrio
- 2 v. šaukštai aliejaus (grybams ir svogūnams apkepti)
- Druskos ir grūstų juodujų pipirų (pagal skoni).
- Bulvių košės.

1. Pirmiausia paruoškite grybų įdarą. Džiovintus grybus sudékite į nedidelį indą, užpilkite ~ 500 ml vandens ir porą valandų pamirkykite. Po to juos virkite su prieskoniais, kol taps minkšti. Kol verda grybai, susmulinkite svogūną. Išvirusius grybus gerai nukoškite ir sumalkite (bet ne per ilgai, kad masė netaptų tyre). Į keptuvę įpilkite aliejaus, suberkite svogūnus, ant mažos ugnies kepkite, kol suminkštės, tuomet suberkite grybus. Pasūdykite, pagardinkite pipirais, išmaišykite, uždenkite dangčiu ir ant mažos ugnies, retkarčiais pamaišydami, troškinkite, kol svogūnai ir grybai bus labai minkšti, o jų skoniai persimaišys. Nukaitę palikite, kad atvėstu. Į atvésusę masę sudėti sūrį ir kietai virtą kiaušinį.

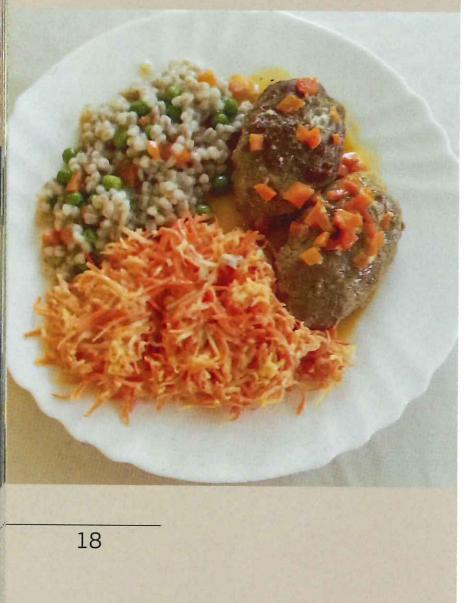
2. Maltą mėsą dékite į didelį dubenį. Svogūną susmulinkite ir suberkite į dubenį su mėsa. Įmuškite kiaušinį. Įberkite druskos, juodujų pipirų, vegetos ir, jeigu norite, kitų mėgstamų prieskonij. Viską išmaišykite.

3. Formuokite kotletus: imkite maždaug 3 kūpinus šaukštus mėsos, delne iš jų išplokite paplotelj, į jo centrą dékite maždaug 1 desertinį šaukštą įdarą ir užspauskite kraštelius. Pavoliokite juos tarp delnų, suteikdami kotletui būdingą formą ir dékite į lėkštę. Taip suformuokite visus kotletus. Tuomet į kepimo skardą įpilkite ~ 500 ml vandens ir sudéki te suformuotus kotletus. Kepkite iki 220°C laipsnių įkaitintoje orkaitėje apie 1 valanda, kol taps auksinės spalvos.

4. Kotletus tiekite su bulvių koše. Prie kotletų tiks ir jūsų mėgstamos šviežios, virtos, keptos arba marinuotos daržovės.

SKANAUS!





KETVIRTADIENIO PIETŪS

Marytė Mačiulienė, Karmėlava

Marytės pasiteiravus, koks jos firminis patiekalas, iš karto buvo atsakyta – *balandėliai*, tačiau, gerai pagalvojusi, ji atsakė „...paskutiniu metu labai mėgstu eksperimentuoti (visi receptai gimsta tą pačią dieną) ir vis sugalvoti ką nors naujo, tuo pačiu tai turi būti sveikas ir skanus maistas“.

Reikia pabrėžti, kad visas kruopas ir miltus Marytė perka tik iš Prancišaus malūno. Stengiasi užsišaldyti kuo daugiau savo užaugintų vaisių ir daržovių. Iš konservavimo būdų, labiausiai pripažinta rauginimą. Cukraus nevarstoja. Jeigu reikia ką nors pasaldinti, saldina vyro Jono auginamų bitučių medumi. Kepimui naudoja pačios pasigamintą lydytą sviestą. Salotas maišo su pačios pagamintu jogurtu. Duoną taip pat kepa pati. O jau Marytės giros su medumi skanumas...

Kotletai.

Faršui mėsą imame lygiomis dalimis jautieną ir kiaulieną.

2 labai gerai išplakti kiaušiniai.

Pakepintos morkos su svogūnėliais.

Prieskonius pagal skonių.

Viskas dar kartą permalama ir kepama ant lydyto sviesto (Marytė pati lydo kaimišką sviestą)

Svarbu: nedėti jokių miltų ar džiūvėselių.

Padažiukas (labai mėgstamas anūkelių):

Lydytame svieste pakepinamos nedideliai kvadrateliai supjaustytos morkos, išpilama grietinėlė, užvirinama ir užpilama ant iškepusių kotletukų. Viskas truputį patroškinama.

Vietoj bulvių.

Išverdamos išmirkytos perlinės kruopos (jei perkamos parduotuvėje, mirkomos iš vakaro, Prancišaus malūno kruopas užtenka mirkyti 2 val.).

Prieš pat baigiant virti, sudedamos pakepintos lydytame svieste morkos ir šaldytį žalieji žirneliai (savo užauginti).

Garnyras.

Morkos, salieras ir obuolys (sutarkuoti burokine tarka), česnakas ir pakepintos saulėgrąžos. Viską sumaišyti su naminiu jogurtu (Marytė pati daro). Gardinti prieskoniais pagal skonių.

Salotos, kai norisi ko nors užkasti.

Brokoliai, avokadas, morkos, žirneliai, poras, kepintos saulėgrąžos ir naminis jogurtas.

MAKARONAI SU BAKLAŽANAIS

Genovaitė Viršilienė, Karmėlava

Genovaitės Viršilienės šeima labai mėgsta įvairius patiekalus su makaronais. Tačiau vienas iš patiekalų gaminamas itin dažnai. Tai makaronai su baklažanais.

Pradedame gaminti:

2 vidutinio dydžio baklažanus supjaustumėme kubeliais, apšakstome aliejumi, užbarstome druskos, pipirų ir, atsargiai sumaišę, pašauname į orkaitę pusei valandos.

Tuo tarpu supjaustumėme 2 svogūnus, pakepiname, sutarkuojame 3 morkas, apkepiname, įdedame 2 šaukštus pasmulkiintų kaparėlių, sauja šviesių razinų ir porą skiltelių česnako.

Po to sudedame apie 1 kg susmulkiintų pomidorų ir į visą troškinį sudedame jau iškepusius baklažanus iš orkaitės. Dar išpilame šaukštą obuolių arba vynuogių acto, įberiame žiupsnelį druskos. Baklažanų troškinys paruoštas.

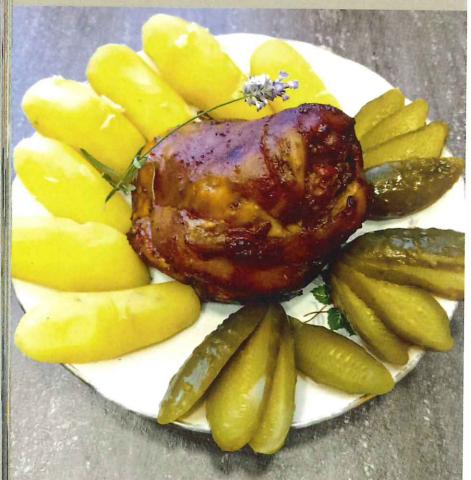
Genovaitė: „... aš jį sumaišau su išvirtais pilno grūdo makaronais (1 pakelis) ir dar keletą minučių pakaitinu. Įdėjus į lėkštę užtarkuoju kietojo sūrio.

Mūsų šeima šį patiekalą labai mėgsta. Valgant jaučiamā įvairių skonių puokštė!“

BŪTINAI PABANDYKITE, SKANAUS!

P. S. Baklažanų troškinį taip pat galima valgyti prie silkės arba kaip garnyrą.





KIAULĖS KARKĄ, KEPTA ORKAITĖJE

Sergejus Sevriukovas, Karmélava

Sergejus mėgsta pasisukioti virtuvėje. Kaip taisyklė, jam patinka gaminti sočius, „vyriškus“ patiekalus. Nors Sergejus mėgsta, turėdamas laiko, žūrėti jvairias kulininarines laidas, tačiau receptų pilnai nekopijuoją. Jo receptai – kūrybos vaisius. Štai vienas iš mėgstamų šeimos patiekalų.

Karkos receptas:

Iš karkos išpjauvu kaulą, nepažeidęs formos.

I vidū dedu jvairių prieskoniių. Aš naudoju jau paruoštus (kiaulienai arba žvérienai) po 1 arbatinį šaukšteli. Ištrinu ir palieku nakčiai. Galima daryti ir iškart (ta pačią dieną), bet tuomet nors porą valandų reikia pamarinuoti. Po to aprišu virvele, kad neištęžtu ir būtų patogiau ištrauktis iš puodo. Greitpuodyje verdu 1,5–2 valandos. Ištraukiu ir dedu į kepimo skardą, patepu paruoštu padažu ir apkepu orkaitėje grilio režimu 250 °C temperatūroje, po 15 minučių iš kiekvienos pusės.

Padažas patepti:

sumaišau garstyčias, sojų padažą, aštrų pomidorų padažą. Galima dar dėti ir medaus, tada plutelė bus dar traškesnė.

Mėgstame valgyti su virtomis bulvėmis ir rau-gintais agurkais arba kopūstais. Prieskonius galima naudoti pagal Jūsų skonį, kepimas irgi priklauso nuo Jūsų orkaitės galimybų ir funkcijų.

Receptą sugalvojau pats, susipažinęs su keliais karkų ruošimo receptais. Man atrodė, kad turi būti labai skanu.

SKANAUS!

BULVIŲ APKEPAS SU BARAVYKAIS

Kazeta Bazevičienė, Lapės

Kazeta Bazevičienė, Lapių fakulteto studen-tė, taip pat turi firminį patiekalą, jį gamina kaskart, kai tik sūnėnas atveža grybų. Grybai tinkta ir švieži, ir marinuoti, ir südyti.

Susmulkintus lašinukus patroškinti su susmulkintais svogūnais ir baravykais, dar užpilti šaukštą miltų. Skardoje pabarstyti šiek tiek lašinukų, po to bulves supjaustyti žiedais ir iškloti skardą pirmu sluoksniniu. Ant jo sudėti troškintus baravykus, ant jų vėl sluoksnis bulvių. Viskų užpilti grietinėle arba grietine. Druskos ir pipiriukų pagal skonį. Kepti orkaitėje apie 45 min 190 °C temperatūroje. SKANAUS!

ĮDARYTI BAKLAŽANAI SU MĖSOS ĮDARU

Elena Lazauskienė, Neverony

Elena receptą sugalvojo pati, norėdama pa-ekspperimentuoti ir sugalvoti kažką naujo, gurmaniško, nepatirto.

Ingredientai ir gaminimo eiga.

Baklažanams įdaryti imame 600 g kiaulienos faršo, 1 svogūną, skiltelę česnako, 1 kiaušinį, druskos, pipirų, petražolių, paprikos, muskato riešuto. Viskų sumaišome ir įdarome baklažanus, prieš tai juos įpjaudami skersai. Kepti orkaitėje 50 min. 80 °C temperatūroje.

SKANAUS!



KARŠTIEJI PATIEKALAI



LAŠIŠA SU RYŽIAIS IR DARŽOVEMIS

Marijona Paškevičienė, Lapės

Patiekalui reikės (2 porcijos):

Dviejų lašišos didkėpsnių (apie 500 g);
1 maišelio ryžių;
2–3 vidutinių morkų;
5–6 lapinio kopūsto lapų (kale);
3–4 pomidorų;
2–3 česnako skiltelių;
Vienos citrinos;
1–2 šaukštų aliejaus;
Druskos, citrinpipiriu, petražolių (pagal skoni).

Lašišą pabarstau druska, pipirais, smulkintais česnakais, apšlakstau 0,5 citrinos sultimis ir pastatau 15–20 min. pasisüdyti. Tuo laiku pasiruošiu daržoves. Morkas ir kale lapus pakepinu ant keptuvės su trupučiu aliejaus ir druskos.

Į ašotį pilu 1,3 l vandens, dedu truputį druskos ir į pilu 2 šaukštus aliejaus. Įstatau krepšelį su ryžiais. Padéklas gaminti garuose užpildomas taip: į pirmą padéklo dalį sudedu lašišą, padengiu ją smulkintais pomidorais. Antroje padéklo dalyje sudedu morkas, kale kopūsto lapus, pasūdau ir uždengusi dangtelį, uždedu ant ašočio.

Šį patiekalą gaminu garuose, panaudodama BAUER Cook įrenginį, 120 °C temperatūroje kaitinu apie 15–20 min.

Prieš patiekiant lašišą apšlakstau likusios citrinos sultimis ir papuošiu smulkintomis petražolėmis. Skanaus.

KARPIO KOTLETAI „ŽVEJO SAPNAS“

Danutė Danielienė, Ringaudai

Karpio kotletai – firminis Ringaudų fakulteto studentės Danutės Danielienės patiekalas. Danutė prisimena, kaip vaikystėje laukdavo, kol tévelis prieš Kūčias parneš gyvą karpj, mama ji išdarinės, véliau visi draugiškai sés prie stalo ir mėgausis puikias karpio kotletais. Jau daug metų Danutė ruošia šį patiekalą Kūčių stalui. Dumblu kvepianti žuvis puikios šeimininkės rankose tampa tikra Žvejo svajone Šeimininkė džiaugiasi, kad šis patiekalas tapo gardumynu ir dukru šeimose. Paragaukite ir jūs!

Karpio kotletai „Žvejo sapnas“

1 karpis,
2–3 žali kiaušiniai,
4 kietai virti kiaušiniai,
1 riekelė batono,
1 svogūnas,
1–2 morkos,
aliejas kepimui,

Prieskonai:

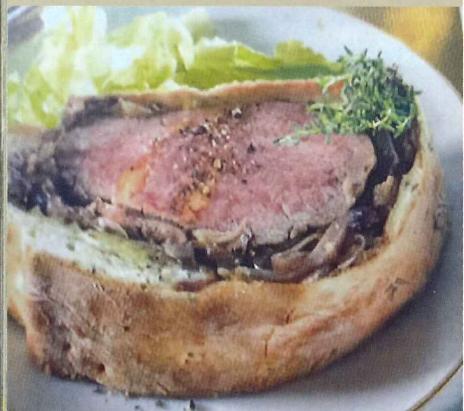
druska ir pipirai pagal skonį, petražolės.

Darbo eiga:

Karpį iškaulinti, nulupti odą ir sumalti, jidéti sumaltus kietai virtus kiaušinius ir piene arba grietinėlėje pamirkyt batono riekelę. Svogūnų su morkomis pakepinti, dar kartą viską permalti. Įmušti 2–3 kiaušinius, įberti druskos ir pipirų bei šiek tiek petražolių. Kepti aliejuje iš abiejų pusių, kol gražiai apskrus. Padažui labai tinkta džiovintų baravykų padažas. Padažui grybus išvirti, susmulkinti ir pakepinti su svogūnais, sutirštinti miltais ir užbalinti grietine.

Skanaus!





KIAULIENOS NUGARINĖS KEPSNYS

Aldona Rudžianskienė, Vilkija

Šį patiekalą radau labai sename žurnale. Kai pabandžiau šeimai ir svečiams labai patiko. Kad patiekalas neprarastų šventiškumo, kepu jį tik Kalėdų ir Velykų šventėms. Tas kepsnys puikuojasi ant mūsų stalo jau 12 metų. Ir nepabodo.

1 kg kiaulienos nugarinės (plonesnės)
Pakelis šaldytos sluoksniuotos tešlos
3 rūgštūs obuoliai
200 g pievagrybių
4 šaukštai taukų
2 šaukštai citrinų sulčių
3 šaukštai džiūvėsėlių
Kiaušinis
Pluoštelis žalumynų
Druskos, pipirų.

1. Šaldytą tešlą pusvalandži palaikyti kambario temperatūroje, kad šiek tiek atšiltų.

2. Mėsą įtrinti druskos ir pipirų mišiniu. Keptuvėje ištirpinti 2 šaukštus taukų ir iš visų pusų mėsą apkepti. Galima truputį patroškinti sultinyje.

3. Obuolius nulupti, supjaustyti skiltelėmis ir apšlakstyti citrinų sultimis, kad nepatamsėtų. Pievagrybius nuvalyti, supjaustyti plonais griežinėliais ir kartu su obuolių skiltelėmis pakepti su likusiais taukais.

4. Į džiūvėsėliais pabarstyta kepimo skardą įtesti tešlos lakštą, ant jos dėti mėsą, patepti kiaušinio baltymu, sudėti obuolių ir pievagrybių mišinį. Tešlos kraštais uždengti visą kepsnį ir gerai užspaussti, kad neliktu tarpu. Viršų patepti kiaušinio tryniu.

5. Kepti orkaitėje, įkaitintoje iki 200 °C temperatūros, apie 50 minučių. Kepsnys skanus ir karštas ir šaltas. Labai tinka krienų padažas.

ANYTOS KAKORAI

Danguolė Gurskienė, Vilkija

1982 metais pirmą kartą paragavau šį patiekalą pas anytą Vandžiogaloje.

Tešlai reikės:

8 virtų bulvių su odelė,
1,5 stiklinės miltų,
1 kiaušinio
žiupsnelio druskos

Įdarui reikės:

3 vidutinio dydžio morkų, išvirtų su odelė
1 svogūno
150 g varškės
aliejaus kepimui
druskos
prieskoniu (maltų pipirų, adžikos)

Bulves nulupti. Sumalti mėsmale smulkiu sieťeliu. Idėti kiaušinių, sumaišyti tešlą. Įberti žiupsnelį druskos. Iškočioti apvalius blynelius. Į vidų dėti įdarą. Sumaltas morkas pakepinti su svogūnu ir prieskoniais, žiupsneliu druskos, aušinti, jmaišyti varškę. Darysti pusmėnulio formos kakorus. Juos kepti orkaitėje, arba keptuvėje. Valgyti su grietine. Skanaus!



KARŠTIEJI PATIEKALAI



FARŠIRUOTA ŽUVIS

Marija Levendrauskienė, Zapyškis

1 kg žuvies (lydekos)
2 morkos
2 svogūnai
1 arbatinis šaukšteliš druskos
2 riekės batono arba pusė stiklinės maltų džiūvėsėlių
1 stiklinė pieno
1 arbatinis šaukšteliš žuvies prieskonij (arba pagal skonij)
1 arbatinis šaukšteliš maltų juodujų pipirų (arba pagal skonij)
2 valgomi šaukštai sviesto
1 kiaušinis

Papuošimui:

1 citrina
100 g paprikos
50 g alyvuogių
1 sauja petražolių
10 g krapų
100 g salotų
10 g svogūnų laiškų

1. Žuvį nuskusti ir nuplauti. Odą aplink galvą apipjauti ir nunerti. Iš žuvies mėsos išimti kaulus.

2. Svieste pakepinti smulkiai supjaustytus svogūnus ir virtas sutarkuotas morkas. Žuvies filė ir piene išmirkytą batoną sumulti. I žuvies mėsą įmūsti kiaušinį, sudėti apkepintus svogūnus, prieskonius ir druską. Viską gerai išsukti, įdarą sukimšti į žuvies odą ir užsiūti.

3. Žuvį aptepti aliejumi ir kepti 120–150 °C iki temperatūros įkaitintoje orkaitėje apie valandą. Jei kepsime per karštai – oda sutrūkinės. Iškepusią žuvį atvésinti. Per tą laiką pasiruošti daržoves papuošimui. Tada žuvį dėti į pailgą indą ir, pasitelkus fantaziją, puošti.

KALĖDINIS KIAULIENOS KEPSNYS

Marija Levendrauskienė, Zapyškis

kiaulienos sprandinė
kmynai
druska
pipirai
paprikų milteliai
aliejas
mocarellos sūris
1 pomidoras
1 svogūnas
majonezas
bulvės (garnyrui)
mégiami prieskonai

1. Kiaulienos sprandinę supjaustyti maždaug 1,5 centimetro juostelėmis; pjauti ne iki galio – palikti maždaug 2 centimetrus neperpjautus.

2. Mėsą pabarstyti kmynais, druska, pipirais ir paprikų milteliais, apšlakstyti aliejumi bei įtrinti.

3. Supjaustyti mocarelą, pomidorą bei svogūną griežinėliais. Išpjovas ištepti majonezu ir į kiekvieną įdėti po skiltelę pomidoro, svogūno bei sūrio. Sūrį reikia sluoksniuoti: į vieną įpjovą įdėti balta, į kitą – geltoną sūrio gabaliuką.

4. Susluoksniuoti visą mėsą, apibarstyti spaustu česnaku bei apšlakstyti aliejumi. Įvynioti paruoštą mėsą į foliją, šalia jos sudėti bulves, pabarstytas mégiamais prieskoniais, bei kepti iki 180 °C temperatūros įkaitintoje orkaitėje maždaug 90 minučių.

5. Likus 10 minučių iki kepimo pabaigos atidengti foliją, kad apskrustų.





MOLIŪGŲ SKANĘSTAS

Zita Varkalienė, Garliava

1,5 kg moliūgų (supjaustytų kubeliais),
1,5 l vandens,
300 g cukraus,
4 pakelai persikų skonio želė („Dr.Oetker“)
2 arbatiniai šaukšteliai citrinos rūgšties
arba vienos citrinos sultys,
1 pakelis vanilinio cukraus.

Vandenį užvirinti su citrinos rūgštimi. Jei naujodate citrinos sultis, jas reikia pilti į atvésusį vandenį. Atvésusį tirpalą užpilti ant moliūgų kubelių. Palai-kyti per naktį. Kitą dieną nusunkti tirpalą. Į jį pridėti cukraus, vanilinio cukraus ir užvirti. Į verdantį sirupą supilti moliūgus ir 10 min. pavirkti ant silpnos ugnies. Išjungus šildymą, ant viršaus užberti želė miltelius, gerai išmaišyti ir išpilstyti į sterilius stiklainius. Laikyti šaldytuve 2–3 mén.

Skanaus !

VARŠKĖS KEKSIUKAI

Zita Gustaitienė, Domeikava

200 gramų varškės,
2 šaukštai grietinės,
2 kiaušiniai,
2 šaukštai sviesto,
1 stiklinė miltų,
1 stiklinė nepilna cukraus ,
0,5 arb. šaukštelio sodos,
truputį druskos.

Darbo eiga:

varškę ištriname su kiaušiniu, cukrumi, grieti- ne ir sviestu. Į gautą masę sudedame miltus, vis- ką gerai išmaišome, dedame į formeles ir kepame orkaitėje, įkaitintoje iki 180 °C temperatūros apie 45 min. Skanaus!

OBUOLIU SŪRIS

Marija Daunoravičienė, Domeikava

5 kilogramai obuolių,
1 kilogramas cukraus,
saujelė džiovintų obuolių,
Saulėgrąžų (nebūtinai)

Obuolius nulupame ir smulkiai supjaustumė, užpilame cukrumi ir palaikome parą šaltai. Susidariusias sultis nupilame ir verdame kol liks 1/3. Supila- me obuolius ir verdame iki vientisos masės. Jdedame džiovintų obuolių ir saulėgrąžų ir paverdame dar 5 mi- nutes. Tada masę krečiame į sūrmaišį ir džioviname.

Skanaus!

MORKŲ PYRAGAS

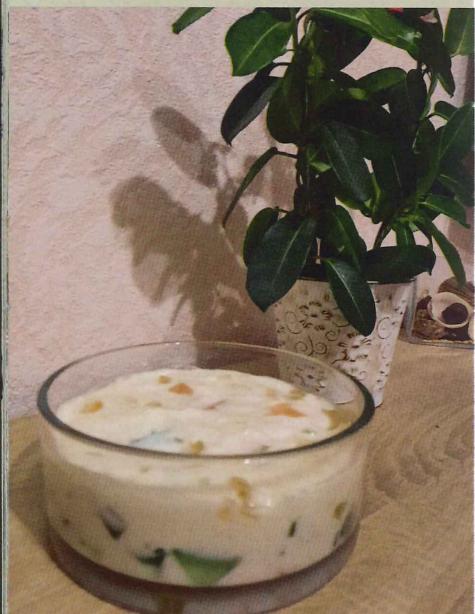
Virginia Butkaitienė, Domeikava

Visos kelionės, visi TAU studentų susibūrimai neapsieina be šio sveikuoliško Virginijos pyrago.

1,5 stiklinės cukraus
2 stiklinės miltų
1 šaukšteliš druskos,
1 šaukšteliš cinamono,
1 šaukšteliš kepimo miltelių
2,5 stiklinės smulkiai tarkuotų šviežių morkų
1,5 stiklinės augalinio aliejaus arba tirpinto
margarino
2 šaukšteliai vanilės miltelių
4 dideli kiaušiniai
½ stiklinės skadytų jvairių riešutų, ypač tinka
graikiniai
½ stiklinės razinų arba kitokių džiovintų vaisių
ar uogų.

Pyrago skardą ištepti riebalais ir pavarstyti mil- tais. Gerai sumaišyti miltus, cukru, druską, kepimo mil- telius, cinamoną ir vanilę. Į miltų mišinį sudėti tarkuo- tas morkas, kiaušinius, aliejus ir gerai išmaišyti. Į tešlą suberti riešutus ir džiovintus vaisius, išmaišyti. Kep- ti orkaitėje, įkaitintoje iki 160–180 °C temperatūros apie 50–60 min. Pyragą skanu valgyti su plakta grie- tinėle arba ledais.





SAVAITGALIO DESERTAS

Jolanta Marija Malinauskaitė, Ežerėlis

Šeimoje valgome seniai, jau kokie 25 metai. Recepto pagrindas kažkada perskaitytas dienraštyje „Kauno diena“. Per daugelį metų suimprovizuotas ir kiekvienam gaminant, lieka vietos improvizacijai. Kas nori saldžiau, deda saldesnių vaisių, kas nori riebiau, galima vietoj pasukų pilti kefyra, grietinę ir pan.

Jums reikės:

100 g želatinos,
3 pakelių želė (skirtingų skonių ir spalvų),
1 pakelio „Jojo“ persikų skonio jogurto,
1 l raugintų pasukų,
1 indelio konservuotų vaisių
(gali būti persikai, abrikosai, vyšnios, braškės, ananasai ir pan.)

Darbo eiga:

Želatiną užmerkiame 0,5 l virinto vandens. Pašildome ir maišant ištirpiname. Svarbu stebėti, kad vanduo neužvirčia! Ištirpusių želatiną padedame pravesti. Atskiruose induose pasigaminame trijų skonių želė. Kai sustingsta, supjaustumėme kvadratėliais ir supilame į didelį 4,5–5 l indą. Tada pilame jogurtą ir pasukas, bei smulkiai kvadratėliais supjaustytus koncervuotus vaisius ir sirupą, viską išmaišome ir pilame bevėstantį ištirpintą želatiną. Tada viską gerai išmaišome, supilstome į atskirus indelius, o jei reikia torto, pilame į vieną indą!

Skanaus!

AGUONIETIS

Rita Karpienė, Garliava

Koks gi Kalėdų stalas be aguonų? Tikriems smaližiams garliavietė Rita Karpienė siūlo išsikepti aguonų pyragą „Aguonietį“. Šio patiekalo receptas labai senas, kiles iš Pasvalio krašto. Ritos mama ji išmoko iš kaimynės ir pradėjo kepti pati, vėliau perda-vė dukrai. Tai firminis šeimos patiekolas.

Tešlai:

400 g miltų
150 g sviesto
50 g cukraus
60 g grietinės
2 kiaušinių
1 arbatinio šaukštelio kepimo milelių
žiupsnio druskos

Aguonų įdarui:

3 stiklinių 3,5 % riebumo pieno
2 stiklinių cukraus
1 stiklinės aguonų

Darbo eiga:

Iš minėtų produktų užminkytį tešlą ir apie 30 minucių pašaldyti šaldytuve. Aguonas, cukrų ir pieną virti ant lėtos ugnies apie 45–50 minucių, kol sutirštėja (lieka kaip saldus sutirštintas pienas). Kepimo skardą iškloti kepimo popieriumi. Tešlos vieną ketvirtį palikti šaldytuve, o likusią iškočioti ir iškloti skardą padarant kraštelį. Išvirtas aguonas užpilti ant tešlos ir išlyginti. Likusią tešlą iškočioti, supjaustyti juostelėmis ir išdėlioti ant aguonų įdaro. Kepti iki 180 °C temperatūros įkaitintintoje orkaitėje, „viršus-apočia“ režimu, apie 30–35 minutes. Skanaus!



OBUOLIU PYRAGAŠ

Aušra Dvaranauskienė, Kačerginė

250 g sviesto
 ½ stiklinės cukraus
 2 kiaušiniai
 (vienas į tešlą, antras – užtepti ant viršaus)
 3 šaukštai grietinės
 2½ stiklinės miltų (kartais dedama ir daugiau, tam, kad tešla gerai kočiotusi)
 5–6 obuoliai (priekluso nuo dydžio)
 vanilinio arba paprasto cukrus, cinamono
 (jei norisi)

Įdara

Obuolius nulupti ir išimti sėklas. Sutarkuoti per stambią tarką. Jei obuoliai rūgštoki ir norisi saldesnio įdaro įberti cukraus ar vanilinio cukraus pagal skonį. Jei norisi įberti ir cinamono. Viską išmaišyti.

Tešla

Sutarkuoti sviestą per stambią tarką, įmušti kiaušinių, suberti pusę stiklinės cukraus, įdėti 3 šaukštus grietinės ir maišyti kol viskas sulimpa į vientisą masę. Į vientisą sulipusią masę po truputi berti miltus ir maišyti kol tešla tampa kietesnė, tada ją gerai visą išminkyti. Gavus vientisą tešlą, ją padalinti į dvi lygias dalis. Iškočiojus vieną tešlos dalį pakankamai plonai dėti į kepimo formą, ant jos sudėti įdara, iškočioti antrą tešlos dalį ir uždėti ant viršaus. Išplakti kiaušinį ir ji užtepti ant tešlos viršaus. Kepti apie 30 min., kol viršus pasidaro rusvas. Skanaus!



BUROKELIŲ PYRAGAS

Stanislava Kontromavičienė, Neverony

300 g sutarkuotų burokelių,
 100 g miltų,
 2 kiaušiniai,
 2 valgomieji šaukštai medaus,
 2 valgomieji šaukštai sviesto,
 1 valgomasis šaukštatas alyvuogių aliejas,
 1 arbatinis šaukštėlis tarkuoto imbiero,
 1 arbatinis šaukštėlis kepimo miltelių,
 ½ apelsino sulčių,
 1 nutarkuota apelsinų žievelė

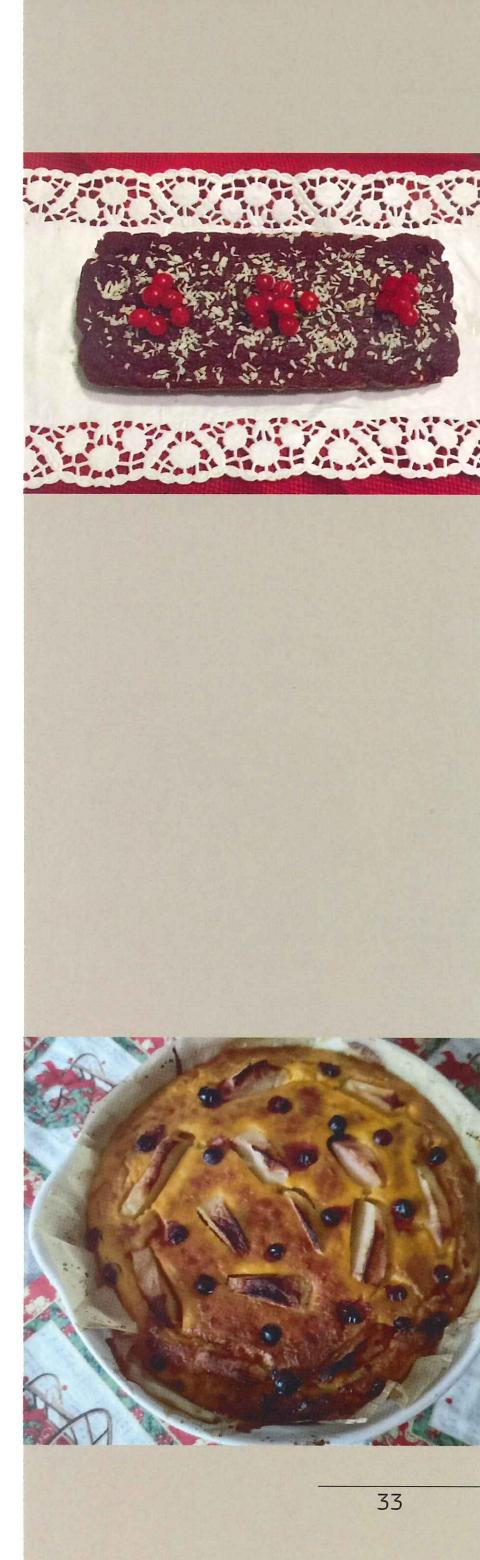
Paruoštą masę supilti į kepimo formą. Kepiti įkaitintoje iki 180 °C orkaitėje 30–40 min. Skonis mane nustebino. Labai gardu ir subtilu. Skanaus!

MORKŲ PYRAGAS

Aldona Kavaliauskaitė, Ringaudai

250 g morkų,
 250 g miltų,
 4 kiaušiniai,
 280 g cukraus,
 180 g aliejas,
 50 gramų krakmolo,
 2 šaukštelių kepimo miltelių,
 1 šaukštėlis vanilinio cukraus,
 1 žiupsnelis druskos.

Morkas smulkiai sutarkuoti. Kiaušinius labai gerai išplakti su cukrumi, vaniliniu cukrumi ir žiupsneliu druskos. Į kiaušinių plakinį supilti alieju, sudėti tarkuotas morkas ir išmaišyti. Į tešlą sudėti persijotus miltus, sumaišytus su krakmolu ir kepimo milteliais, išmaišyti iki vientisos masės. Paruoštą tešlą supilti į kepimo popieriumi išklotą arba sviestu pateptą ir miltais pabarstyta kepimo formą ir pašauti iki 180 °C temperatūros įkaitintą orkaitę. Kepti reikėtų 40–50 min. Skanaus!





DŽIOVINTŲ VAISIŲ PYRAGAS

Birutė Juškevičienė, Ringaudai

400 g sviesto,
2 puodeliai miltų,
700 g džiovintų vaisių,
1 šaukštasis cinamono,
1 pakelis vanilinio cukraus,
100 g brendžio,
5 kiaušiniai,
200 g riešutų,
žiupsnelis druskos,
1 apelsinas,
1 citrina,
truputis sodos (nugesinti).

Darbo eiga:

Susmulkinti vaisius ir riešutus, įberti prieskonius, supilti brendži, nutarkuoti apelsino ir citrinos žieveles, išspausti ir supilti jų sultis, sudėti sviestą, viską išmaišyti ir užvirti. Iškaitinti orkaitę iki 150 °C. Iškloti formos dugną, kraštus patepti sviestu. Suplakti kiaušinius su cukrumi, soda bei druska. Viską sumaišyti ir pilti į pyrago formą. Kepti 45 min. Po to sumažinti kaitrą ir kepti dar 2 val., vis patikrinant, kad nesudegę... Išémus iš orkaitės reikia apšlakstyti brendžiu, kai atvés, susukti į popieriu.

OBUOLIU EGLUTĖ

Elena Vengraitienė, Zapyškis

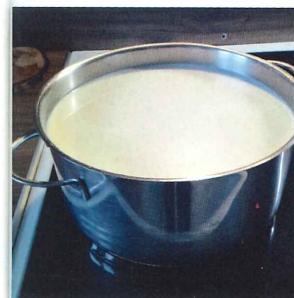
Obuolius nuplauti, perpjovus per pusę išimti sėklas. Sudėti į kepimo skardą ir apibarstyti cukrumi su cinamonu. Galima į obuolių vidurę pridėti varškės, o į varškės vidų – raziną. Sveika ir skana!

SALDAUS PIENO SŪRIS SU CUKRUOTAIMS IMBIERAIS

Rimutė Blotnienė, Vilkija

4 litrus pieno užkaitinti iki 90–95 °C, išjungti kaitrą. Labai švelniai ilgakočiu mediniu šaukštu maišant ratu, pilti obuolių actą – apie 80–100 ml. Puodo kraštuose atsiras žalsvai melsvos, po truputį skaidréjančios išrūgos, ir darysis varškė. Turių nukočti palaukus 5–7 min. Į varškę berti žiupsnelį druskos, įmaišyti norimo dydžio ir mégstamo kiekio imbiero. Imbierą galima keisti razinomis, džiovintomis spanguolėmis, abrikosais ar kmynais. Masę dėti į sūrmaiję ir paslėgti.

P.S. GERI PATARIMAI: Išrūgų neišpilkite! Gerkite jas prieš tai įmaišę mégstamos uogienės sulčių. Šlakelį išrūgų galima įpilti į blynų, keksiukų, pyrago ar duonos tešlą. Skanaus!



TORTŲ DEKORAVIMO MENAŠ

Laimutė Bratikienė, Vilkija

Šaunaus TAU sumanymo déka gera sugržti atgal, prisiminti bei tarsi pažadinti antram gyvenimui savo pomėgius. Mano Močiutė Julija sakydavo, kad maloniusią įspūdį daro gerai iškepti ir kukliai skoniagai papuošti kepiniai, nes juos pradėti valgyti reikia akimis. Neginčiamai labai svarbi yra tos vyšnios ant torto idėja, skatinanti naujus dekoravimo sumanymus. Su malonumu puošiu žydičiomis gélémis, mėtų, šalavijų lapais, riešutais, putinų, šaltalankių, šermukšnių ir kitokiomis uogomis... Visko nebeįvardinsiu. Todėl žiūrétojų teismui pateikiu nedidelę mano tortų, kurių pagrindas beveik visada būna biskvitas „666“, dekoravimo idėjų ekspoziciją. Lai mano torčiukai patys apie save pasakoja...



KEKSIUKAI „666“

Laimutė Bratikienė, Vilkija

Nesu nei konditerė, nei ypatingai azartiška maisto gaminimo fanatikė. Vis pagalvoju apie grįžtamojo ryšio pasekmes, nes gardžiai pavalygti mėgstu, todėl gamindama visuomet įjungiu meilės, pozityvo ir grožio akims pavarą. Beprotiškai myliu savo keturis anūkus, ir kaip visos šio statuso atstovės dėl jų tikrai net ir žvaigždes nuo dangaus pažadu nurašyti bei pro raktą skylutę paméginti pralisti...

Prieš gerą dvidešimtmetį įvaldyta biskvito „666“ kepimo pilotąžą tobulinu iki šiol, todėl nesėkimių beveik nepatiriu. Linkiu drąsiai paméginti, neabejuju sėkmę!

*6 kiaušiniai
6 šaukštai cukraus
6 šaukštai su kaupeliu miltų
1,5 arbatinio šaukštelio vanilinio cukraus
2 šaukštai šokoladinės kakavos,
jei biskvitas bus marmurinis
Įvairūs įdaro variantai
(vaisiai, uogos, uogienės, riešutai, šokoladas...)*

Atskiriu trynius nuo baltymų, plaku atskirai elektriniu plaktuviu. Į baltymus įberiu župsnelį druskos ir plaku tol, kol apvertus indą aukštyn kojom, masė neįskrenta ant stalo. Į trynius suberiu abu cukrus ir plaku iki standžios masės, kurią palengva pilu į baltymus ir plaku toliau. Ateina miltų eilė: palengva po šaukštą pilu ir plaku. Tešlą pilu į silikonines formeles, o truputį (apie ketvirtadalį) pasilieku ir įberiu kakavos. Taip keksiukai bus marmuriniai.

Kepu elektrinėje orkaitėje 180 °C temperatūroje apie 35 minutes. Orkaitės niekada prieš kepimą neįkaitinu. Iškeptus apibarstau cukraus pudra, tarikuotu šokoladu ir būtinai papuošiu, kad akelės pirmiausia paragautų.

Pastabos. Keksiukai bus skanesni su įdaru. Improvizuoju žaliais, džiovintais, konservuotais vaisiais, uogomis, šokolado gabalėliais. Neretai į plakinį į pilu trečdalį 180 g pakelio išlydyto sviesto, kad keksiukai būtų tiesiog drėgnesni. Tiesa, tešla truputį mažiau pakyla, bet skonis dar pagerėja.

Lai sočios būna akys tu, kurie nedrjs paméginti. Būkite sveiki, skanaus!

SENOVINIS MAMOS PYRAGAS

Danute Raziūnienė, Ringaudai

Senovinis mamos pyragas tinka šventėms, reikia kepti formoje su skyle (pvz. „Romo Boba“) labai lengvas.

2 stiklinės miltų, 1 stiklinė cukraus, 4 kiaušiniai, pakelis margarino (arba sviesto), 1,5 šaukštoto citrinos sulčių, šaukštelišis kepimo milteliai, razinų pagal skonį, pakelis vanilinio cukraus, žiupsnelis druskos.

Minkštą margariną (sviestą) sumaišyti su miltais, kepimo milteliais ir žiupsneliu druskos, įdėti išplaktus su cukrumi kiaušinius, razinas ir išmaišyti. Kepti 1 val. Iškepus apibarstyti cukraus pudra.

Skanaus!

SAUSAINIAI „SKANUMĖLIS“

Vida Kliokmanienė, Neverony

Vida turi daug gerų draugų ir viena iš jų pavažino savo keptais sausainiais. Vidai jie labai patiko, todėl užsirašius receptą, ji patobulinus bananais, moliūgais išsikeptė sausainių jau pati. Labai skanūs, kviečiame paragauti!

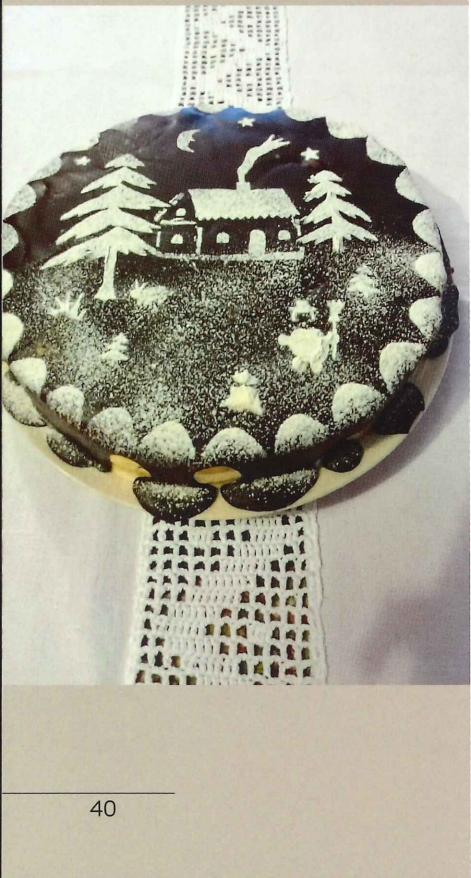
*Moliūgas,
3 kiaušiniai
1–2 valgomieji šaukštai cukraus
1 pakelis (200 g) varškės
1–2 bananai*

*400 g avižinių dribsniių
300 g sviesto
2 valgomieji šaukštai miltų
1 arbatinis šaukštelis kepimo milteliai*

*Papildomai galima dėti įvairių sėklų, razinų.
Į dubenį sudedame kiaušinius, cukrų, bananą,*

varškę, viską ištriname. Sudedame dribsnius, miltus, kepimo milteliaus ir viską gerai išmaišome. Formuojamė sausainukus ir kepame iki 180 °C temperatūros įkaitintoje orkaitėje, 30–35 minutes. Skanaus!





ELENOS TORTAS

Elena Vengraitienė, Zapyškis

Torto pagrindas

- 0,5 l uogienės (geriausiai – slyvų arba braškių)
- 1 arbatinis šaukštėlis sodos
- 4 šaukštai aliejaus
- 8 šaukštai (kaupini) miltų

Su šaukštu uogienę ir sodą išsukti, kol išputos. Į išsuktą masę supilti alieju, suberti miltus ir viską išsukti (tešla tirštesnė negu blynams, bet neminkoma), bei supilti į skardinę formą, kurią jideti į jkaitintą iki 200 °C orkaitę ir kepti 180 °C temperatūroje 45 minutes.

Pertepimas

- 500 g grietinėlės (36 procentų)
- 0,5 išspaustos citrinos sulčių
- 3 šaukštai cukraus
- truputis vanilinio cukraus

Pertepimui skirtus produktus gerai išplakti elektriniu miksteriu.

Torto sluoksnis

- 1 bananas

Bananą supjaustyti smulkiais kubeliais

Torto formavimas

Iškeptą pagrindą perpjauame pusiau. Apatinę dalį išstepame pertepimu. Ant pertepimo išdėliojame banano kubelius. Ant formuojamo torto uždejame torto pagrindo antrą dalį.

Puošyba

- 1 šokoladas
- žiupsnelis miltų
- 1 š popieriaus išskirptas trafaretas

Išlydyti šokoladą ir gauta mase užlieti suformuoto torto viršų. Padėti į šaldytuvą ir palaukti kol sustings. Sustingus torto viršaus šokoladui ant jo uždėti trafaretą ir pro sietelį ant trafareto pasijoti miltų. Atsargiai nuimti trafaretą. Skanaus!

MEDUOLINIS NAMELIS

Marijona Paškevičienė, Lapės



KALĖDINIAI KEPINIAI

Elena Zalatorienė, Babtai

