Vilnius, 2024 m. sausio 15 d.

**Superkainos – super ir patiekalai: greiti, skanūs ir nebrangūs receptai savaitei**

**Kaip gera savaitę pradėti su geromis naujienomis. O jei tos naujienos, susijusios su itin geromis maisto produktų kainomis, savaitės pradžia tampa dar puikesnė. Nuo šio pirmadienio žinomų ir pirkėjų jau pamėgtų prekių ženklų produktams visose „Lidl“ parduotuvėse taikomos ypatingos kainos. Tad savaitę pradėsite gausiu pirkinių krepšeliu, o ir idėjų visos savaitės meniu tikrai netruks.**

„Žinomų vardų savaitėje“ galima rasti itin pirkėjų mėgstamų prekių, ant kurių puikuojasi visiems gerai žinomi ir atpažįstami pavadinimai.

Nuo šio pirmadienio, sausio 15 d., visose „Lidl“ parduotuvėse mėsos mylėtojai šaldytuvų lentynose galės ieškoti „Krekenavos“ prekės ženklo karštai rūkytos šoninės kapotinės tik už 2,69 Eur, o vos už 1,35 Eur nusipirkti „Berlinki“ dešrelių. Be to, prie mėsiškų patiekalų puikiai derantį žymųjį majonezą „Hellmann's“ šią savaitė įsigysite už 3,19 Eur. Kokybiški ir už gerą kainą įsigyti produktai leis pradėti savo rytą itin sočiai.

Smaližių taip pat laukia puikios nuolaidos ir akcijos. Pyragams ir kitiems gardumynams kepti šią savaitę miltų galėsite negailėti, nes „Kauno grūdų“ kvietinius miltus galėsite įsigyti už superkainą, tik 1,35 Eur. O pieno produktų gerbėjai grūdėta varške „Aistė“ mėgausis už 2,49 Eur. Atsispirti nebus galima ir daugelio mėgstamam įvairių skonių „Milka“ šokoladui, kuris šią savaitę kainuos vos 0,99 Eur. Kaipgi be karšto gėrimo prie saldumynų? Malta kava „Lavazza“ šią savaitę kainuos tik 3,99 Eur.

Žuvies mėgėjai taip pat nebus pamiršti, nes „Zigmas“ silkių filė aliejuje visą savaitę tik 1,59 Eur. O tuos, kuriems nusibodo gaminti namuose, išgelbės „Dr. Oetker“ šaldytos įvairių skonių picos. „Žinomų vardų savaitės“ metu jos kainuos 2,19 Eur.

Daugiau superkainų ir ypatingų pasiūlymų rasite visose „Lidl“ parduotuvėse 27-iuose šalies miestuose arba „Lidl“ kainų leidinyje.

**Gausiai apsipirkus – gausi patiekalų savaitė**

Kai „Lidl“ parduotuvėse tiek nuolaidų, nenuostabu, kad iš parduotuvės namo grįšite pilnais krepšiais. Tad ką skanaus gaminti ir kuo palepinti šeimą šią savaitę? „Lidl“ ekspertai siūlo tris gardžius ir paprastus receptus, kurie puikiai papildys darbo savaitės meniu. Blynai su grūdėta varške, lengvas silkės užkandis ir sotus bulvių bei sūrio apkepas puikiai tiks tiek pusryčiams, tiek vakarienei.

**Blynams su grūdėta varške jums reikės:**

300 g grūdėtos varškės „Aistė“

70 g „Kauno grūdų“ kvietinių miltų

0,5 a. š. kepimo miltelių

2 kiaušinių

2 v.š. aliejaus

Cukraus (pagal skonį)

Pirmiausia miltus sumaišykite su kepimo milteliais. Kiaušinius išplakite su cukrumi ir miltais. Į masę sudėkite grūdėtą varškę, šliūkštelėkite truputį aliejaus.

Keptuvėje įkaitinkite truputį aliejaus ir kepdami ant vidutinės ugnies pradėkite formuoti nedidelius blynelius. Iš abiejų pusių apkepkite juos tiek, kad gražiai paruduotų.

Blynus galite patiekti su uogiene, vaisiais ar jogurtu. Kartu nepamirškite pasimėgauti ir kvapnios kavos puodeliu. Mėgstantiems sūrius patiekalus, blynelius galima patiekti su lašiša, tačiau tokiu atveju į blynų masę reikėtų nedėti cukraus, o prie keptų blynelių patiekti porą riekelių lašišos.

**Lengvam silkės užkandžiui pasigaminti prireiks:**

Gardus ir sotus silkės užkandis – puiki pietų idėja skubantiems. Tad šis patiekalas ne tik greitai pasotins, bet ir neapsunkins. Šiam žydiškos virtuvės įkvėptam užkandžiui paruošti reikės vos kelių ingredientų.

1 pakelio silkių filė „Zigmas“

1 obuolio

1 svogūno

2 kietai virtų kiaušinių

2 v. š. aliejaus

1 citrinos

Druskos ir pipirių pagal skonį

Pradėkite nuo silkės paruošimo ir kiaušinių virimo. Pirmiausia silkės filė susmulkinkite. Į žuvies masę įdekite smulkiai pjaustytą arba tarkuotą obuolį, kuris patiekalui suteiks gaivumo ir švelnaus rūgštumo. Į tą pačią masę sudėkite smulkiai pjaustytą svogūną bei išvirtus ir susmulkintus kiaušinius.

Masę pagardinkite druska, pipirais, aliejumi ir šviežiai spaustomis citrinų sultimis. Gerai viską išmaišykite. Galiausiai tepkite šią užtepėlę ant paskrudintos šviesos ar juodos duonos. Papuoškite žalumynais ir mėgaukitės skonių gausa.

**Bulvių ir sūrio apkepui iškepti pasiruoškite:**

4 dideles bulves

200 g čederio sūrio

30 g „Kauno grūdų“ miltų

60 g sviesto

400 ml pieno

Druskos ir pipirų pagal skonį

Įkaitinkite orkaitę iki 190 laipsnių. Nuplaukite ir nulupkite bulves, supjaustykite jas plonais griežinėliais. Į riebalais išteptą kepimo indą susluoksniuokite pusę pjaustytų bulvių.

Puode ant vidutinės ugnies ištirpinkite sviestą, suberkite miltus ir išmaišykite iki vientisos masės. Palaipsniui įpilkite pieną. Gautą mišinį pagardinkite druska ir pipirais ir maišykite, kol sutirštės.

Pusę šio mišinio pilkite ant pirmojo bulvių sluoksnio. Ant viršaus užbarstykite susmulkinto čederio sūrio, pasilikdami pusę kitam sluoksniui.

Tuomet viską pakartokite iš naujo, formuodami antrą bulvių, padažo ir sūrio mišinio sluoksnį.

Belieka uždengti indą folija ir kepti 45 minutes. Vėliau jį atidenkite ir kepkite dar 10–15 minučių, kol patiekalo paviršius apkeps ir paruduos.

Prieš patiekdami leiskite bulvių sluoksniuočiui keletą minučių atvėsti, papuoškite jį žalumynais

Skanaus!

**Daugiau informacijos:**

Lina Skersytė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 680 53556

[lina.skersyte@lidl.lt](mailto:vaiva.serpkova@lidl.lt)