Pranešimas žiniasklaidai

2024 m. birželio 18 d.

**Sausmedžių uogos jau parduotuvių lentynose: ilgaamžiškumo gysla puikiai tinkanti kulinariniams eksperimentams**

**Prasidėjo šviežių lietuviškų uogų – ne tik populiariųjų braškių, šilauogių ar žemuogių, bet ir lietuviams dar gana neįprastų sausmedžių uogų sezonas. Pirmasis šių uogų derlius jau lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ parduotuvių lentynose. Skanios, organizmui naudingos sausmedžių uogos, pasak specialistų, yra kone tobulas vitaminų šaltinis, ilgaamžiškumo gysla bei puikiai tinka ruošti desertus ar net padažus.**

**Septintus metus sausmedžių uogas Alytaus rajone auginanti** ir į lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ parduotuves tiekianti **Laima Statutaitė įsitikinusi, kad sezono metu čia, Lietuvoje, nuskintos uogos yra nepakeičiamas vitaminų šaltinis, džiuginantis ypatingu skoniu. Šiemet, anot ūkininkės, šios uogos prinoko dvejomis savaitėmis anksčiau nei pernai, todėl pasimėgauti išskirtiniu jų skoniu buvo galima jau ir per Tėvo dieną.**

**„Kuo trumpesnis kelias nuo augintojo iki vartotojo, tuo produktas yra šviežesnis ir sveikesnis. Lietuvoje šiuo metu mėgautis sausmedžių uogomis yra pats geriausias metas – uogos tokios saldžios, kad net sunku patikėti, jog jose nėra pridėtinio cukraus. Tokias uogas šiuo metu geriausia šaldyti. Pietų Lietuvoje augusios sausmedžių uogos savo derliumi dar džiugins iki Joninių, o šiauriau ir vakariau augančiomis uogomis galėsite mėgautis iki pat liepos vidurio. Šis laikas yra tarsi lobis uogų mėgėjams – galime įsisavinti vitaminų keliems mėnesiams į priekį, o ir skonis jų ypatingas. Jo su niekuo nesumaišysi“, – sako L. Statutaitė.**

**Ūkininkė pasakoja, kad sausmedžių uogos jos hektaro dydžio ūkyje skinamos kone kasdien. Vienintelė išimtis – liūtys, esant joms, šlapių uogų skinti negalima.**

**Sausmedžių uogų nauda organizmui**

**Beje, sausmedžių uogos jau spėjo užsitarnauti supermaisto vardą:** jose geležies net keliskart daugiau nei mėlynėse, taip pat gausu vitaminų C ir A, kalio, kalcio, fosforo, B grupės vitaminų, seleno. Šios uogos turtingos antioksidantų, antocianinų, kurie sveikatos specialistų vertinami dėl uždegimo slopinamojo poveikio bei regėjimą gerinančių savybių.

Prekybos tinklo „Maxima“ Komunikacijos ir korporatyvinių ryšių departamento direktorė Indrė Trakimaitė-Šeškuvienė pastebi, kad kiekvienais metais vis daugiau pirkėjų atranda sausmedžių uogų naudingąsias savybes bei išskirtinį jų skonį.

**„Šiemet, dar net nespėjus įpusėti pirmajam vasaros mėnesiui, mūsų pirkėjai šių uogų įsigijo net daugiau nei 2,5 kartų lyginant su praėjusių metų birželiu. Džiaugiamės, kad bendradarbiaudami su Lietuvos augintojais galime pirkėjams užtikrinti kokybišką ir šviežią sausmedžių uogų derlių, kuris mūsų parduotuves pasiekia kiekvieną dieną. Be to, visą šią savaitę lietuviškų sausmedžių uogų prekybos tinklo parduotuvėse galima rasti pigiau, tad tai šių uogų mėgėjams yra puiki proga pasirūpinti didesniu jų kiekiu, o dar neragavusiems – išbandyti ir atrasti ypatingą sausmedžių uogų skonį“, – sako I. Trakimaitė-Šeškuvienė.**

**Uogas pamėgsta vos nuo pirmojo kąsnio**

**Lietuvoje sausmedžiai sodininkų mėgėjų pradėti auginti dar prieš trisdešimt metų, o masiškesnis jų auginimas ūkiuose prasidėjo neseniai – prieš maždaug dešimtmetį. Dabar visoje šalyje sausmedžių ūkių skaičiuojama jau virš šimto hektarų.**

**„Vis dėlto, manau, kad 99 proc. mūsų šalies gyventojų net nėra ragavę sausmedžių uogų. Galiu patikinti, kad jos tikrai skanios ir naudingos. Yra kelios skirtingos rūšys: saldžios, kurias skanautojai mėgsta labiausiai, ir kitos – kartesnės, rūgštesnės. Didelę dalį derliaus pristatome prekybos tinklo „Maxima“ parduotuvėms, tad turime daug vilčių, kad** šiemet žmonės į sausmedžių uogas atkreips dar didesnį dėmesį ir išdrįs jų paragauti. Daug kam šios uogos pradeda patikti nuo pirmojo kąsnio“, **– teigia L. Statutaitė.**

**Nuo saldžių desertų iki aštrių padažų**

**Sausmedžių uogos itin universalios – jas galima valgyti vienas ir išbandyti įvairiuose kulinariniuose eksperimentuose.**

**„Šviežios uogos labai skanios ir naudingos – ragaujame jas vienas, dedame į kokteilius, košes, valgome su varške. Labai tinka desertams, ledams gaminti, nes uogos yra ryškios spalvos, suteikiančios išskirtinumo bet kokiam desertui. Sausmedžių uogos taip pat tinka mėsos marinatams, nes yra šiek tiek rūgščios. Iš jų galima gaminti vyną bei pikantiškus padažus. Šias uogas galima džiovinti arba šaldyti – jos labai ilgai nepraranda skonio“, – pasakoja L. Statutaitė.**

**Pati ūkininkė sausmedžių uogas dažniausiai užšaldo – tokiu būdu vos daugiau nei mėnesį trunkantis sezonas pratęsiamas kone visiems metams. Dalį derliaus L. Statutaitė džiovina arba gamina aštrius padažus, pavyzdžiui, su Chalapos aitriosiomis paprikomis.**

**Tinkamos vartoti – net daugiau nei dvi savaites**

**Šviežias uogas žmonės įpratę vartoti čia ir dabar, mat jos greitai praranda skonio savybes ir ima gesti. Pavyzdžiui, įsigijus braškių, jas rekomenduojama suvalgyti per kelias dienas, tačiau sausmedžių uogos tinkamos vartoti itin ilgai.**

**„Tai – išties unikalu. Nors šios uogos yra labai trapios ir minkštos – jos negenda, išlieka šviežios ir tinkamos vartoti mažiausiai dvi savaites. Noriu pabrėžti – mažiausiai dvi. Nusipirkę indelį uogų galėsite apie jį pamiršti. Valgysite po kelias uogas per dieną, o likusios stovės kad ir pusę mėnesio“, – šypteli ūkininkė.**

**Uogas rinkitės pagal spalvą**

**Tačiau kaip atskirti, kad uoga šviežia arba tinkama vartoti? Ūkininkė išduoda, kad svarbiausia – spalva.**

**„**Gerai sunokusios sausmedžių uogos yra matinės, sodrios, tamsiai mėlynos spalvos. Jeigu jos yra blizgios ir rausvos, reiškia, dar gerai neprinoko. Pirkėjams tai svarbu žinoti, mat jokia uoga nenudžiugins, jeigu nėra gerai prinokusi**“, – sako L. Statutaitė.**

***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 „Maximos“ parduotuvių, kuriose dirba apie 11 tūkst. darbuotojų ir kasdien apsilanko daugiau nei 400 tūkst. klientų.*

**Daugiau informacijos**:

El. paštas komunikacija@maxima.lt