**Maisto tinklaraštininkė patarė, kaip gardinti ir tinkamai pašildyti kisielių**

**Šaltas ar šiltas, tirštas ar skystesnis – kisielius yra tapęs neatsiejama švenčių stalo dalimi Lietuvoje, ypač kalėdiniu laikotarpiu. Kol vieni gyventojai lieka ištikimi savo receptams ir virimui, kiti atrado jau paruoštą vartoti kisielių – kasmet Lietuvoje šio produkto nuperkama daugiau nei 300 tūkst. litrų. Maisto tinklaraščio „5 produktai“ autorė Roma Labžentė pataria, kaip namuose verdamą ar parduotuvėje įsigytą paruoštą vartoti kisielių pagardinti ir tinkamai pašildyti.**

**Kisieliui gardinti – ne tik uogos**

Nors tradiciniu laikomas avižų kisielius, šiuo metu kisielius dažniausiai verdamas iš įvairių uogų ar vaisių. Namuose pagamintą ar įsigytą jau paruoštą vartoti kisielių taip pat galima paskaninti papildomais priedais.

„Man kisielius skaniausias su lietuviškais vaisiais ir uogomis: spanguolėmis, vyšniomis, obuolių gabaliukais, avietėmis, juodaisiais bei raudonaisiais serbentais, mėlynėmis. Juodieji serbentai ir mėlynės kisieliui suteikia ne tik sodresnį skonį, bet ir gražią spalvą. O jeigu reikėtų pasirinkti tobulą derinį, nugalėtojais taptų spanguolės su obuoliais, o pridėjus cinamono gautume itin žiemišką gėrimą. Taip pat itin dera vyšnios su juodaisiais serbentais“, – rekomenduoja R. Labžentė.

Norint rūgštesnio skonio, maisto tinklaraštininkė siūlo į jau paruoštą kisielių įdėti citrusinių vaisių griežinėlių ar įpilti šlakelį citrinų sulčių, tačiau ragina tai daryti saikingai.

„Jei norisi parūgštinti kisielių, jis turi būti sutirštėjęs iki norimos konsistencijos ir šiek tiek pravėsęs, kad rūgštis nepakenktų konsistencijai. Svarbiausia kisielių rūgštinti pamažu, įlašinant po truputį sulčių, gerai išmaišant ir paragaujant, kol pasieksite norimą skonį“, – pataria R. Labžentė.

Tirštą, atšalusį kisielių galima papuošti ir plakta grietinėle arba maskarponės kremu – tai paverčia jį tikru desertu.

„Jei kisielius rūgštesnis, plakta grietinėlė puikiai subalansuoja jo skonį. Jei naudojate purškiamą grietinėlę, tokį desertą reikėtų iškart patiekti valgymui, kol grietinėlė nesubliuško. Tokį desertą galima paruošti ir iš vakaro, tada vietoj plaktos grietinėlės geriau rinktis maskarponės ir saldinto jogurto kremą – skonis bus lygiai toks pat puikus, tačiau balta „kepurėlė“ išsilaikys gerokai ilgiau“, – sako tinklaraščio „5 produktai“ autorė.

**Šalies gyventojai ištikimi tradiciniam skoniui**

Paruoštą vartoti kisielių gaminančios „Eckes-Granini Baltic“ pardavimai rodo, kad populiariausias Lietuvoje – spanguolių kisielius, jo nuperkama net 150 tūkst. litrų per metus.

„Šį kisielių dažniausiai renkasi tradicinio skonio mėgėjai. Antroje vietoje pagal pardavimus yra vyšnių kisielius, kurį, kiek tenka girdėti iš klientų atsiliepimų, labiausiai mėgsta vaikai. Greičiausia, dėl saldesnio vyšnių skonio. Naujausias, abrikosų skonio kisielius, kol kas dar atrandamas vartotojų ir jo vartotojų ratas tebesiformuoja“, – komentuoja „Elmenhorster“ kisielius gaminančios didžiausios Lietuvoje sulčių gamintojos „Eckes-Granini Baltic“ vadovas Marius Gudauskas.

Pasak jo, kisielius yra gana universalus gėrimas, kuris yar perkamas visais metų laikais, tačiau šventiniu periodu paruošto vartoti kisieliaus pardavimai stipriai išauga.

„Lietuvos gyventojai jau žino, kad kisielius gali būti vartojamas ne tik kaip desertinis gėrimas, bet ir šaltų sriubų pagrindas, juo galima skaninti košes, užpilti dribsnius, vaisių salotas ir panašiai. Tai ir lemia, kad šiuo produktu vartotojai mėgaujasi ištisus metus“, – sako M. Gudauskas.

**Šildyti galima ir mikrobangų krosnelėje**

Nors kisielių galima vartoti tiek šiltą, tiek šaltą, prireikus jį pašildyti taip pat verta žinoti keletą taisyklių.

„Greičiausiai kisielių pašildysite mikrobangų krosnelėje, bet tam reikėtų rinktis didesnį indą ir pridengti jį lėkšte ar mikrobangų krosnelei tinkamu dangčiu, nes šylantis kisielius gali pradėti taškytis. Taip šildant kisielių rekomenduojama jį kas pusę minutės pamaišyti. Kitas šildymo būdas – karšto vandens vonelė. Tiesiog užkaiskite didesnį puodą vandens ir į jį įstatykite mažesnį puodą ar pakuotę su kisieliumi, kurį vis pamaišykite, pajudinkite, kad gėrimas viduej šiltų tolygiau“, – pataria R. Labžentė.

Jei namuose pagamintas ir atšalęs kisielius sutirštėjo iki pudingo konsistencijos, maisto tinklaraštininkė rekomenduoja įpilti truputį vandens ar sulčių ir gerai išmaišyti. Kisieliaus pašildymas taip pat gali padėti jį paskystinti.

„Jei norite, kad kisielius labai nesutirštėtų, išvirus ir atvėsinus jį pridenkite dangčiu, maistine plėvele ar vaškine drobele. Tai neleis išgaruoti drėgmei ir kisielius ilgiau išliks esamos konsistencijos“, – sako R. Labžentė.

Atidarytą kisielių tetrapako pakuotėje reikėtų laikyti šaldytuve ir suvartoti per 3 dienas.