**Vis daugiau lietuvių atranda graikišką pitos duoną: „Nostrum” restorano šefas pasidalino autentišku receptu, pagal kurį pitą namuose išsikeps kiekvienas**

**Kokį Viduržemio jūros regiono virtuvės patiekalą vis labiau atranda ir lietuviai? Be abejonės, tai – graikiška pitos duona, kuri tinka prie visko: mėsos, žuvies, daržovių bei įvairiausių užtepų. Naujo Viduržemio jūros kranto virtuvės restorano „Nostrum“ atidarymo proga Vilniuje surengtos pitos kepimo dirbtuvėse, kuriose restorano šefas bei aštuonerius metus Lietuvoje gyvenanti graikė parodė, kaip pačią skaniausią pitą paprastai ir greitai išsikepti tiesiog savo namuose.**

Restorane „Nostrum“ surengtose graikiškos pitos kepimo dirbtuvėse dalyvavo gausus būrys maisto tinklaraštininkų. Tarp renginio svečių buvo ir kiti geram maistui neabejingi žinomi vilniečiai – desertų kūrėja Liucina Rimgailė, restoranų konsultantė, vyno ekspertė Urtė Mikelevičiūtė, daug metų Prancūzijoje gyvenusi aktorė Miglė Rimaitytė, baltųjų vakarienių „Le Dîner en Blanc“ organizatorė Dovilė Butkienė ir kiti.

**Restorano šefas: pita yra ir duona, ir šaukštas, ir lėkštė viename**

Dvidešimties metų patirtį restoranuose Norvegijoje, Danijoje, Suomijoje, Švedijoje ir Lietuvoje sukaupęs restorano virtuvės šefas Sergejus Bondarevas sako, kad pitos duona yra tūkstantmečius menanti kulinarinė tradicija, jungianti visas Viduržemio jūros šalis. Šios plonos duonos istorija siekia senovės Mesopotamiją, o jos gamyba perduodama iš kartos į kartą jau daugiau nei 4000 metų.

Pasak šefo, kiekviena šalis įnešė savo unikalų akcentą į pitos tradiciją. Graikijoje pita dažnai kepama kiek storesnė ir minkštesnė – ji puikiai tinka prie gyros ar souvlaki patiekalų. Libane ir Sirijoje pita vadinama „khubz” ir yra plonesnė – duonos paplotėliai puikiai tinka tahini, humuso ar „baba ganoush” užtepams. Turkijoje pita vadinama „pide” ir dažnai naudojama kaip pagrindas įvairiems užpilams.

„Pitos grožis slypi jos universalume – tai yra ir duona, ir šaukštas, ir lėkštė viename. Viduržemio jūros šalyse pitos kepimas vis dar yra skirtingas kartas suartinanti bendruomeninė veikla, kuri apjungia šeimos narius, draugus ar net kaimynus prie bendro stalo. Mums labai patinka ši unikali pitos duonos savybė, todėl siekiame ją perkelti ir į mūsų restoraną. Ši duona tobulai tinka dalinimuisi su kompanija, patiekti šalia kitų skirtingų patiekalų, kuriuos kartu ragaujame ir dalinamės”, – pažymi virtuvės šefas Sergejus, pridurdamas, kad pitą tiesiog savo namuose gali nesunkiai pasigaminti kiekvienas – tam tereikia kelių paprastų ingredientų ir nesvylančios keptuvės.

Viešbučio „Hilton Garden Inn Vilnius City Center“, kuriame įsikūrė naujasis restoranas „Nostrum“, vadovas Tadas Ėvaltas sako, kad pirmą kartą pitos paragavo keliaudamas po Viduržemio jūros regiono šalis.

„Lietuviai išsiskiria kaip itin daug keliaujanti tauta, o keliaudami mes paprastai mėgaujamės vietos virtuvių maistu. Aš nesu išimtis. Iki šiol prisimenu burnoje tirpstantį souvlaki, kurio ragavau viename graikų miestelyje, itin svetingai sutiktas restorano šeimininkų.

Keliaudamas atradau ir pamėgau ir pitos duoną, kuri nuo seno yra dalijimosi maistu susėdus prie bendro stalo simbolis: juk duona mus suartina, apjungia ir skatina bendrystę. Neveltui prancūziškas žodis „compagnon“ (kompanionas) yra kilęs iš lotynų kalbos žodžių „com“ (su, kartu) ir „panis“ (duona) ir pažodžiui reiškė „tas, su kuriuo dalijasi duona“, – renginyje kalbėjo T. Ėvaltas.

**Pirmasis naujos koncepcijos restoranas atidarytas Vilniuje, vėliau bus kuriami ir kitur Europoje**

Restorane surengtos graikiškos pitos gaminimo dirbtuvės buvo skirtos Viduržemio jūros kranto įkvėpto restorano „Nostrum“ atidarymui pažymėti.

Pasak T. Ėvalto, viešbutyje „Hilton Garden Inn Vilnius City Center” įkurtas restoranas yra plačiausią Viduržemio jūros regiono geografiją apimantis restoranas Lietuvoje.

Pirmojo „Nostrum“ prekės ženklo restorano meniu apjungia penkias Viduržemio jūros regiono šalių virtuves. Kalmarai „a la Romana“, aštuonkojo karpačio, kepintų pomidorų sriuba, vištienos souvlaki, „crema Catalana“ – tai tik keletas patiekalų iš naujojo restorano „A la Carte“ meniu. Taip pat į meniu įtraukti patiekalai su populiariąja pitos duona. „Naujasis restoranas įsikūręs viešbutyje, tačiau yra atviras visiems – ir miestiečiams, ir viešbučio svečiams“, – kalbėjo T. Ėvaltas.

„Nostrum“ pavadinimas kilęs iš lotyniško termino „Mare Nostrum“ – taip senovės romėnai vadino Viduržemio jūrą. Šis vardas kviečia svečius leistis į gastronominę kelionę, kurioje atsiskleidžia pietų kultūrų skoniai, vertybės ir gyvenimo džiaugsmas. Kita lotyniško žodžio reikšmė – „mūsų” – komunikuoja bendrystę, dalinimąsi.

Tikimasi, kad naujasis restoranas taps vieta, kurioje atgimsta Viduržemio jūros regiono skoniai, tradicijos ir bendravimo malonumas – nuo Graikijos kalnų iki Ispanijos krantų, nuo Italijos kaimų iki Šiaurės Afrikos prieskonių pasaulio.

„Nostrum“ restorano koncepciją ir prekės ženklą sukūrė ir plėtoja viešbučių valdymo kompanija „Apex Alliance Hotel Management“. Renginyje dalyvavęs kompanijos vadovas Giovanni Valentini pabrėžė, kad duris svečiams atvėręs „Nostrum“ yra pirmas Europoje pagal naują Viduržemio jūros kranto koncepciją atidarytas restoranas.

„Su naujuoju „Nostrum“ prekės ženklu pristatome kulinarinę koncepciją, įkvėptą Viduržemio jūros kranto virtuvės – ji glaudžiai susijusi su pietinių Europos šalių  kultūromis ir sukurta tam, kad svečiams suteiktų įsimintiną patirtį“, – sako „Apex Alliance Hotel Management“ generalinis direktorius G. Valentini.

„Šios naujos koncepcijos išvystymas atspindi mūsų bendrovės svetingumo viziją – siekiame kurti originalius restoranus ir barus, siūlančius autentiškas, skoniais turtingas patirtis, kurios tampa neatsiejama kiekvieno viešbučio tapatybės dalimi. „Nostrum“ yra jau aštuntasis „Apex Alliance Hotel Management“ sukurtas prestoranų ir barų rekės ženklas. Šiuo strateginiu žingsniu Lietuvos ir kitose Europos rinkose pristatome kokybiško, autentiško maisto filosofiją, pritaikytą kiekvienos vietovės, kurioje veikiame, unikaliam charakteriui”, – pažymi jis.

Dar šiemet bus atidarytas „Nostrum“ restoranas naujame „Hilton Garden Inn“ viešbutyje Rumunijoje, Brašove, vėliau – ir kt. Europos šalyse.

Renginyje taip pat dalyvavusi baltųjų vakarienių „Le Dîner en Blanc“ organizatorė D. Butkienė atskleidė, kad naujasis restoranas taps šių metų baltosios vakarienės Vilniuje maisto partneriu, na, o restorano kepta pitos duona bus įtraukta į šių metų iškylos maisto krepšelius.

„Baltoji vakarienė visada buvo apie bendrystės jausmą ir apie tai, kaip maistas sujungia žmones. Kaip pita gimsta iš paprastų ingredientų – miltų, vandens, druskos – bet reikalauja meistro rankų ir tam tikrų žinių, taip ir baltoji vakarienė atsirado iš paprastos idėjos: susirinkti, pasidalinti, pabūti kartu. Tad ši partnerystė mums yra apie autentiškumą, apie tikrą maisto kultūrą ir apie tai, kad geriausiais dalykais gyvenime mes dalijamės su kitais“, – sako D. Butkienė.

**Graikė Katerina: gaminu taip, kaip mane išmokė mama**

Pitos duonos kepimo dirbtuvėse dalyvavo ir aštuonerius metus Lietuvoje gyvenanti graikė Katerina Raftopoulou.

Į Lietuvą ją atvedė meilė – Stambule susipažinusi su lietuviu Ryčiu, su juo sukūrė šeimą ir susilaukė trijų vaikų: pirmagimiui sūnui dabar treji, o dukroms dvynėms – dveji metai.

Iki vaikų gimimo verslo analitike vienoje Vilniaus įmonių dirbusi K. Raftopoulou juokiasi, kad visada mėgo skaniai pavalgyti ir su džiaugsmu gamina tradicinius graikų virtuvės patiekalus, kaip ją to išmokė mama.

Katerina kepa namuose ir pitą. Ji pataria ką tik iškeptą, dar šiltą pitą pašlakstyti geru alyvuogių aliejumi ir pabarstyti džiovintu raudonėliu.

„Geriausiai tam tinka Graikijos kalnuose užaugintas raudonėlis. Aš pitą ir kitus patiekalus gardinu džiovintu raudonėliu, kurio gaunu iš savo tetos, gyvenančios viename Graikijos kaime. Graikijoje raudonėlį mes renkame kalnuose. Kaip jūs Lietuvoje einate grybauti, taip graikai eina į kalnus rinkti raudonėlio. Tada jį susidžiovinu ir visada naudoju maisto gaminimui“, – sako iš Atėnų uostamiesčio Pirėjo kilusi Katerina ir priduria, kad graikai pitą valgo su viskuo, bet daugiausia – su griliuje kepta mėsa ir, žinoma, su tradiciniu graikišku padažu Tzadziki, kuris gaminamas iš graikiško jogurto, šviežių tarkuotų agurkų, česnako, alyvuogių aliejaus bei krapų.

„Gamindama Tzadziki dar įdedu šiek tiek balto vynuogių acto į jogurtą. Tačiau svarbiausia gaminant Tzadziki yra atitaikyti aštrumą, kurio suteikia česnakas. Man, kaip ir daugumai graikų, labai patinka, kai česnako yra daugiau ir jis gerai jaučiasi“, – šypsosi Katerina.

Katerina taip pat siūlo išmėginti su pita ne tokią kaip Tzadziki populiarią, bet ne mažiau gardžią tradicinę graikišką užtepėlę Melitzanosalata. Ji gaminama iš orkaitėje arba griliuje keptų baklažanų minkštimo (tik kepant nepamirškite baklažano odelėje padaryti nedidelių įpjovimų – orui praeiti), sumaišytų su graikišku jogurtu, petražolėmis ir šiek tiek druskos bei pipirų. Galima pridėti ir pomidorų tyrės, česnako.

**Pasigaminkite pitą savo namuose: graikiškos pitos duonos receptas pagal „Nostrum“ restorano šefą Sergejų Bondarevą**

*Jums reikės:*

240 gramų šilto vandens

7 gramų greito paruošimo sausų mielių

4 gramų (maždaug vieno arbatinio šaukštelio) cukraus

Dviejų valgomųjų šaukštų alyvuogių aliejaus

380 gramų kvietinių miltų

Vieno arbatinio šaukštelio jūros druskos

*Gaminimo eiga:*

**Paruoškite tešlą.** Dideliame dubenyje sumaišykite vandenį, mieles, cukrų ir alyvuogių aliejų. Išplakite, kad ištirptų mielės. Tada suberkite miltus ir druską. Gerai išmaišykite, kol susidarys puri tešla.

**Išminkykite.** Perkelkite purią tešlą ant stalviršio ir minkykite, kol tešla sulips. Ji turėtų būti elastinga ir minkšta. Įdėkite tešlos rutulį į aliejumi pateptą dubenį, uždenkite rankšluosčiu.

**Pakildinkite.** Leiskite tešlai pakilti apie valandą. Tešlos kiekis turėtų padvigubėti.

**Suformuokite pitą.** Padalinkite tešlą į 6-8 lygias dalis (priklausomai nuo to, kokio dydžio pitos norite). Suformuokite kiekvieną gabalėlį į tvirtą rutulį ir leiskite tešlai pailsėti dar 5 minutes.

**Iškočiokite.** Kočėlu iškočiokite kiekvieną tešlos rutulį į 16 cm pločio diską.

**Kepkite.** Uždėkite keptuvę nelimpančiu dugnu ant viryklės ir įkaitinkite ant vidutinės-stiprios ugnies. Uždėkite pitos diską ant karštos sausos keptuvės be riebalų. Pradėjus kepti tešlos paviršiuje turėtų atsirasti burbuliukų. Maždaug po 30 sekundžių apverskite pitą ir kepkite kitą pusę dar 20–30 sekundžių, kol pita iš abiejų pusių įgis auksinę-rudą spalvą.

Skaniausia pitą suvalgyti, kol ji dar šilta. Skanaus!