Pranešimas spaudai

2025 m. rugpjūčio 21 d.

**Šviežių lietuviškų morkų derlius jau parduotuvėse: ūkininkas pataria, kaip laikyti šią pigią daržovę ir ką iš jos gaminti**

**Šviežias traškių ir sultingų lietuviškų morkų šiųmetis derlius jau puikuojasi lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ parduotuvių lentynose. Daugelį metui prekybos tinklui vietinio derliaus gėrybes tiekiantis Virgilijus Kuprevičius, bene didžiausio morkų ūkio Lietuvoje savininkas, pasakoja, kad norint užauginti dailias, vienodo dydžio morkas, reikia patirties bei išmanymo, o kad jos ilgai išliktų sultingos – būtinos specialios sąlygos. Ūkininkas pataria, kaip teisingai šviežias morkas laikyti namuose ir dalijasi mėgstamais savo šeimos receptais.**

„Morkos yra piniginei draugiška ir itin universali daržovė, kurią galima valgyti tiek kaip užkandį, tiek naudoti daugybėje patiekalų – nuo salotų iki sriubų, troškinių ir įvairių kepinių. Morkos dažnai atsiduria „Maximos“ pirkėjų krepšeliuose, todėl mums labai svarbu pasiūlyti kokybiškai ir atsakingai Lietuvoje užaugintas daržoves, gi savas šviežumas – vienas malonumas. Lietuviškų morkų apdorojimui reikia mažiau įvairių medžiagų, o kelionė iki pirkėjų stalo trumpa – tai padeda išlaikyti geriausias maistines savybes“, – teigia Titas Atraškevičius, „Maximos“ atstovas ryšiams su žiniasklaida.

Ūkininkas Virgilijus Kuprevičius priduria, kad vietos ūkių užaugintas derlius pasižymi išskirtine kokybe. Beveik tris dešimtmečius morkas auginantis ūkininkas sako, kad dėl vėsesnio klimato Lietuvoje yra mažiau kenkėjų ir ligų, o svarbiausia morkų auginime – išmanymas ir patirtis.

„Jeigu morkos sėjamos į nepakankamai gerai išdirbtą žemę, jos užaugs kreivos. Pasėjus per tankiai, jos bus mažesnės, o pasėjus per retai – užaugs per didelės. Tai tik kelios subtilybės, o jų yra daugybė. Morkas auginu 27 metus – įsigilinau į šių daržovių auginimo procesą, mokiausi iš savo klaidų ir dabar turiu neįkainojamą patirtį, kaip užauginti maistingas, vienodo dydžio morkas, atitinkančias „Maximos“ prekybos tinklo keliamus kokybės reikalavimus“, – pasakoja Kėdainių rajone įsikūrusio „Tikro ūkio“ savininkas.

**Parduotuvėse – šviežias vasarinių morkų derlius**

V. Kuprevičiaus ūkyje morkoms skirtas 120 ha plotas, čia kasmet užauginama virš 10 tūkst. tonų morkų, kurių beveik visus metus užtenka tiek vietiniams pirkėjams, tiek eksportui į kaimynines šalis – Latviją, Lenkiją.

Šiuo metu „Maximos“ parduotuvės lentynas puošia šviežios vasarinės morkos. V. Kuprevičius džiaugiasi, kad šiltojo sezono derlius gausus ir kokybiškas. Vasarinės morkos pasižymi trumpesniu vegetacijos periodu, todėl greičiau užauga ir yra skirtos greitam vartojimui, o morkos, kurias valgysime per žiemą – dar auga laukuose.

„Žieminės morkos auginamos ilgalaikiam saugojimui. Jų derlius nuimamas vėlai rudenį, lapkričio mėnesį, ir, tinkamai laikant, išbūna šviežias iki kitų metų birželio“, – sako V. Kuprevičius.

**Ūkyje – išskirtinis dėmesys derliaus kokybei**

Morkas auginantis ūkininkas pabrėžia, kad užauginti jas – tik dalis darbo. Norint, kad jos daugiau nei pusmetį išliktų sultingos, traškios ir maistingos, daržoves būtina tinkamai saugoti.

„Morkos neturi apsauginės luobelės todėl greitai netenka drėgmės ir suvysta. Iki šalčių šios daržovės puikiai išbūna žemėje, o nuėmus derlių reikia pasirūpinti, kad daržovės nepristigtų drėgmės. Tam, kad drėgnoje terpėje nesidaugintų mikroorganizmai, reikia palaikyti žemą, apie 0–0,4 laipsnių temperatūrą. Šiais metais investavome į naujas saugyklas, kuriose palaikomas morkoms tinkamas mikroklimatas – nuo pastovaus drėgmės lygio iki CO2 koncentracijos. Tikimės, kad tai leis vietiniu derliumi aprūpinti visus metus be pertraukų ir išsaugoti žiemines morkas skanias iki pat rugpjūčio, kai pradedame nuiminėti vasarinį derlių“, – sako ūkininkas, prekybos tinklui „Maxima“ daržoves tiekiantis nuo 1998-ųjų.

„Maximos“ atstovas, džiaugdamasis ilgamete partneryste, priduria, kad bendradarbiavimas su vietiniais ūkininkais leidžia prekybos tinklui užtikrinti nuolatinį kokybiško ir šviežio derliaus tiekimą pirkėjams. „Bendradarbiavimas su vietos ūkininkais padeda užtikrinti ne tik trumpą šviežio derliaus tiekimo grandinę, stabilius jų kiekius, bet ir patrauklią kainą pirkėjams. Partnerystėje su lietuviškos produkcijos augintojais profesionalumas, ilgametė patirtis ir abipusis supratingumas yra svarbiausios vertę pirkėjams kuriančios dedamosios. Didžiuojamės ir vertiname, kad su didžiąją dalimi jų bendradarbiaujame net ilgiau nei du dešimtmečius“, – teigia T. Atraškevičius.

**Ką daryti, kad morkos nesuvystų?**

V. Kuprevičius atkreipia dėmesį, kad pradėjus veikti naujam moderniam „Maximos“ logistikos sandėliui, morkų derlius pirkėjus pasiekia dar geresnės kokybės, nes reikiama žema temperatūra bei drėgmė daržovėms užtikrinama visos kelionės metu. Na, o parsinešusiems šviežių morkų namo, ūkininkas pataria jas dėti į sandarų indą ir laikyti šaldytuve.

„Maišelis arba sandarus maisto laikymo indas, sulaiko pačių morkų išskiriamą drėgmę, sukurdamas joms palankią aplinką. Morkos sugeria savo pačių išgarintą drėgmę ir ilgai išlieka šviežios, nesuvysta“, – sako V. Kuprevičius ir dalinasi keliais savo šeimos mėgstamais receptais su lietuviškomis morkomis.

**Morkų salotos su medumi ir garstyčiomis**

Lengvai paruošiamos, gaivios ir maistingos salotos, puikiai derančios prie mėsos ar žuvies patiekalų. Šioms salotoms **reikės:**

* 2–3 vnt. šviežių lietuviškų morkų;
* 1 ryšulėlio svogūnų laiškų;
* 1 ryšulėlio petražolių;
* 4 v. š. alyvuogių aliejaus;
* 2 v. š. medaus;
* 2 v. š. citrinos sulčių;
* 1 v. š. garstyčių;
* druskos ir pipirų (pagal skonį).

**Gaminimas.** Morkas sutarkuokite burokine tarka. Svogūnų laiškus ir petražoles susmulkinkite ir suberkite į dubenį su morkomis. Atskirame dubenėlyje sumaišykite garstyčias, medų, citrinos sultis, aliejų, pagardinkite druska ir pipirais. Padažą supilkite ant daržovių ir gerai išmaišykite.

**Saldūs morkų blyneliai**

Minkšti, švelnaus skonio blyneliai puikiai tiks pusryčiams ar saldžiam užkandžiui. Jums **reikės:**

* 4–5 vnt. šviežių lietuviškų morkų;
* 100 ml vandens;
* 2 vnt. kiaušinių;
* 5 v. š. miltų;
* 1 v. š. cukraus;
* 3 v. š. manų kruopų;
* druskos ir cinamono (pagal skonį).

**Gaminimas.** Morkas nuskuskite, nuplaukite ir smulkiai sutarkuokite. Suberkite jas į puodą, užpilkite vandeniu, įberkite šiek tiek cinamono, druskos, cukraus ir patroškinkite. Atvėsusias morkas sumaišykite su kiaušiniais, miltais ir manų kruopomis. Įkaitinkite keptuvę su aliejumi ir kepkite blynelius tol, kol gražiai apskrus. Patiekite pabarstytus cinamonu ar cukraus pudra.

**Morkų duona su figomis**

Sodraus skonio drėgna duona, puikiai tinkanti tiek prie kavos, tiek kaip užkandis su sūriu, kuriai pagaminti **reikės:**

* 2 vnt. šviežių lietuviškų morkų;
* 10 vnt. figų;
* 100 g cukraus;
* 125 ml pieno;
* 2 vnt. kiaušinių baltymų;
* 50 ml alyvuogių aliejaus;
* 350 g kvietinių miltų;
* 125 g viso grūdo miltų;
* 1 a. š. kepimo miltelių;
* druskos ir cinamono (pagal skonį);
* šlakelio citrinos sulčių;
* 1 citrinos tarkuotos žievelės;
* 200 g pelėsinio sūrio;
* saujos kapotų mėgstamų žolelių.

**Gaminimas.** Morkas sutarkuokite ir nuspauskite. Dubenyje jas sumaišykite su išplaktais kiaušinių baltymais, cukrumi ir pienu. Kitame inde sumaišykite abejus miltus, kepimo miltelius, cinamoną, druską. Sausus ingredientus suberkite į morkų masę ir gerai išmaišykite. Tešlą paskleiskite kepimo popieriumi išklotoje stačiakampėje skardoje ir kepkite orkaitėje, įkaitintoje iki 175 laipsnių temperatūroje apie 40 min.

Atvėsintą duoną supjaustykite trikampiais. Figas smulkiai supjaustykite ir sumaišykite su citrinos sultimis bei žievele. Ant kiekvieno duonos gabalėlio dėkite pelėsinio sūrio, figų ir papuoškite mėgstamomis žolelėmis. Skanaus!

***Apie prekybos tinklą „Maxima“***

*Tradicinės lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ stiprybės – mažos kainos ir kruopščiai atrinktas asortimentas. 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](mailto:komunikacija@maxima.lt)