

RE
CEP
TAI

ŽMOGAUS,
KURIO
NIEKAS
NEŽINO

Leidinio bibliografinė informacija pateikiama Lietuvos nacionalinės Martyno Mažvydo bibliotekos Nacionalinės bibliografijos duomenų banke (NBDB).

Ši kūrinių, esančių bibliotekose, mokymo ir mokslo įstaigų bibliotekose, muziejuose arba archyvuose, draudžiama mokslinių tyrimų ar asmeninių studijų tikslais atgaminti, viešai skelbti ar padaryti viešai prieinamą kompiuterių tinklais tam skirtuose terminaluose tų įstaigų patalpose.

ISBN 978-609-01-4925-6

© Aurimas Petrikas, 2021

© Viršelio fotografija, Dovilė Rozmanaitė Bružienė, 2021

© Leidykla „Alma littera“, 2022

Skiriu knygą Tau, Gabriele.

Tu mane palaikai kiekvieną gyvenimo akimirką. Visada tikėjai manimi ir daugelį kartų, net kai mano rizikingų sprendimų niekas nepalaikė, Tu vienintelė sakydavai: „Aurimai, kad ir kas nutiktų, aš su tavimi.“ Tavo šviesa visada suranda kelią į mano tamsų vidų.



Pratarmė

Jau vaikystėje, vos atvertęs pirmą receptų knygą, supratau, kad ateis diena, kai parašysiu savo. Mane įkvėpė nuotraukomis ir saldžiais receptais išdabinti puslapiai, o kai netyčia gaminant ant lapo užkrito miltų, pradėjau idealizuoti tokias akimirkas, nes supratau, kad taip turėtų atrodyti mano knyga.

Skaičiau daugelį knygų ir pasigedau suasmeninto kreipinio į skaitytoją. Knygoje kreipsiuosi tiesiai į tave, nes noriu, kad ruošdamas maistą jaustum mano sielą šalia savęs.

Į šiuos puslapius sudėjau visas per šešerius metus profesionalioje virtuvėje sukauptas žinias. Nė vienas receptas nenukopijuotas iš interneto platybių ar kitų šaltinių. Visos idėjos bei įkvėpimai kilo per daugelį metų, kai augau ir tobulėjau ne tik kaip žmogus, bet ir kaip šefas. Stengsiuosi tave išmokyti įvairiausių receptų ir gudrybių, kurios palengvins tavo kelią virtuvėje.

Mano didžiausias tikslas arba svajonė, kad ši knyga būtų tavo įkvėpimas, kurį visada turėtum su savimi, rašytum įvairiausias gaminant kilusias mintis ar pastebėjimus.

Šią knygą parašiau mažoje $3 \times 2 \text{ m}^2$ virtuvėje, kurioje gimė visi mano gyvenimo receptai.

Trokštu, kad knyga būtų ištepta padažu, o ne stovėtų lentynoje, nuo kurios kartą per metus nuvalai dulkes.

Čia nerasi tikslaus prieskonių kiekio, nes noriu, kad atrastum savo užslėptą talentą gaminti. Pats nuspręsk, kokį kiekį įdėti, pasinaudodamas savo aštria skonių palete.

Kai kuriuose puslapiuose įterptos „mano gudrybės“ – terminų paaiškinimai arba tai, į ką svarbu atkreipti dėmesį.





Greitai užpilami makaronai „bomžpakiai“



Tikriausiai apie šiuos makaronus esi girdėjęs, o gal net ragavęs. Dėl mažos kainos ir minimalaus skonio dažniausiai šie greitai užpilami makaronai vadinami „bomžpakiais“.

Pamenu kaip vakar, buvau Lenkijoje, Zakopanės kalnuose. Nuėjau į vietinę parduotuvę ir ten nebuvo beveik jokio normalaus maisto, todėl pamatęs „bomžpakius“ pradėjau svarstyti, ar pavyktų juos paversti skaniu kinišku patiekalu? Draugų paragintas nieko nelaukiau, susipirkau pačius paprasčiausius produktus ir grįžęs ėmiausi darbo.

Reikės (2–4 asmenims)

- 2 vnt. „bomžpakių“
- 1 š. imbiero
- 5 skiltelių česnako
- 1 paprikos
- 1 raudono svogūno
- 1 morkos
- 1 saujos salierų stiebų
- 5 š. terijakio padažo
- druskos, pipirų
- aliejaus kepti

Gardinti

- sezamų sėklos
- šviežiai spausta žaliųjų citrina
- svogūnų laiškai

Eiga

- Visa „bomžpakių“ esmė – reikia greitai apkepti daržoves, nes jos turi likti traškios, bet tuo pačiu iškepusios. Todėl prireiks gerai įkaitintos keptuvės.
- Daržoves supjaustyk šiaudeliais, nes taip pjaustoma tradiciniams kiniškiems patiekalams.
- Įkaitink keptuvėje aliejų, dėk daržoves ir kepk 5–8 min., kol apskrus.
- Kol daržovės kepa, verdančiu vandeniu užpilk „bomžpakius“. Vandens kiekis nesvarbu, nes jį nupilsi.
- Kai daržovės baigia kepti, pilk terijakio padažą ir viską sumaišyk. Atmink, įkaitusi keptuvė ir terijakio padažas reaguoja labai staigiai, todėl būk atsargus.
- Išbrinkusius „bomžapakius“ nukošk ir dėk trumpai pasitroškinti kartu su daržovėmis. Viskas truks kelias akimirkas, nes tokio tipo makaronai labai greitai sugeria visus skonius.
- Viską dėk į patogų dubenėlį ir pagardink sezamų sėklomis, žaliąja citrina, svogūnų laiškais.



modernizuota namų virtuvė

Ar pameni, kaip maistą ruošdavo mama ir močiutė? O taip, jos gamindavo daug ir skaniai. Pietų eidavome miegoti pilnais pilvais ir sapnuodavome saldžiausius sapnus. Šiame skyriuje esantys patiekalai padės grįžti į vaikystę. Čia rasi klasikinius namų virtuvės receptus su šiokių tokių moderniu prieskoniu.





Miltiniai ežiukai su ciberžole

Vaikystėje mane šokiravo šio patiekalo gaminimo procesas. Niekaip negalėjau suprasti, kaip mamos pagalba virtuvinės tarkos viduje gali atsirasti spygliuoti ežiukai. Man tai buvo neįtikėtina. Negaliu pamiršti šio vaikystės patiekalo ir po daugelio metų bandau jį atgaivinti.

Reikės (2 asmenims)

- 250 g kvietinių miltų
- 150 ml vandens
- ciberžolės miltelių
- 200 ml grietinėlės
- saujos smulkintų riešutų
- druskos, pipirų
- sviesto kepti

MANO GUDRYBĖS

Jeigu tešla limpa prie rankų, ją lengvai pabarstyk miltais, tačiau nemišyk į vidų, priešingu atveju ežiukai bus kieti.

Vietoj grietinėlės padažui gali rinktis ir grietinę.

Jeigu neturi tarkos, ežiukus gali formuoti padarydamas tešlos kamuoliuką ir perbraukdamas jį šakutės nugarėle.

Eiga

- Miltus, vandenį, druską, pipirus ir ciberžolės miltelius sumaišyk rankomis. Turėtum gauti nelimpančią glotnią tešlą.
- Užvirink puodą su vandeniu ir druska, tada imkis ežiukų.
- Paruoštą tešlą peiliu arba rankomis padalyk į mažus gabalėlius ir kaip senais laikais tarkos viduje ant pirštų galiukų traukdamas į save formuok ežiukus.
- Kai suformuosi ežiukus, į užvirusį vandenį įpilk šiek tiek aliejaus, kad virdami jie nesuliptų.
- Virk apie 5–10 min., priklausomai nuo ežiukų dydžio.
- Keptuvėje išlydyk sviestą ir išvirtus ežiukus apkep 5 min., kol gražiai apskrus.
- Pagamink padažą. Pasirinktus smulkintus riešutus kepk 5–6 min., tada sumažink kaitrą ir supilk grietinėlę.
- Jeigu reikia, pagardink druska, pipirais ir patiek kartu su auksiniais ežiukais.





Batatų blynai su šakočio trupiniais

Ar kas galėtų pamiršti tradicinius bulvinius blynus? Manau, ne! O jeigu tradicinį receptą papildytume netikėtais ingredientais? Šakočio ir blynų kombinacija skamba keistai, bet patikėk, kai visi svarbiausi ingredientai susimaišo burnoje, įvyksta stebuklas. Išmėginęs šį receptą, minėtą stebuklą gali patirti ir tu!

Reikės (2 asmenims)

- 2 batatų
- 3 v. š. jogurto
- 2 v. š. miltų
- saujos šakočio trupinių
- saujos aviečių
- aliejaus ir sviesto kepti
- druskos, pipirų

Eiga

- Batatus nuskusk ir sutarkuok.
- Į batatų masę dėk jogurto, miltų, druskos, pipirų ir viską sumaišyk.
- Maišydamas tešlą, ją paspausk šaukštu ar rankomis ir nuvarvink susikaupusį skystį.
- Iš tešlos formuok mažus kamuoliukus ir juos lengvai spustelėk, padarydamas piršto storio paplotėlius.
- Kiekvieną paplotėlį (iš abiejų pusių) pabarstyk miltais, taip kepant susidarys traški plutelė.
- Į įkaitintą keptuvę pilk aliejų ir blynelius kepk apie 10 min., kaskart apversdamas.
- Prieš baigiant kepti į keptuvę įdėk sviesto ir leisk blyneliams pakepti dar minutę.
- Iškeptus blynelius patiek su šakočio trupiniais, šviežiomis avietėmis, jogurtu arba grietine.

MANO GUDRYBĖS



Blynelius tvirtai suformuok, kitaip jie gali subyrėti.

.....

.....

.....

.....









Miško uogų varškėtukai

Namuose, darželyje, o vėliau ir mokykloje varškėtukai buvo neatsiejama mano vaikystės dalis. Pamenu mamą sakant: „Jeigu namuose nėra, ką valgyti, varškėtukus vis tiek turėsiu iš ko pagaminti.“ Metams bėgant atsirado įvairių varškėtukų receptų ir gamybos technologijų. Mano versija puoselėja senas tradicijas, bet įtraukia ir netikėtą ingredientą – uogas.

Reikės (2 asmenims)

- 250 g riebios varškės
- 2 kiaušinių
- 100 g miltų
- 70 g miško uogų (mėlynių, žemuogių, aviečių)
- 20 g cukraus
- 1 v. š. vanilinio cukraus
- druskos
- aliejaus ir sviesto kepti

Eiga

- Visus ingredientus sumaišyk viename inde. Miltus stenkis berti pamažu, jeigu tešla nesusijungia – įberk daugiau.
- Tešlą maišyk stipriais paspaudimais, kad miško uogos paleistų savo natūralias sultis.
- Varškėtukus formuok norimo dydžio, tradicinis variantas – kvadratėliai. Suformuotus varškėtukus lengvai apibarstyk miltais, kad kepant susidarytų traški plutelė.
- Į įkaitintą keptuvę pilk aliejų ir išlydyk sviestą, dėk varškėtukus ir kepk apie 6–10 min., priklausomai nuo dydžio.
- Patiek su mėgstamu pagardu, trintomis uogomis, uogiene, grietinėle arba grietine.

.....

.....

.....

.....

.....