

Pas Oliveri namie



Gaminkite ir mėgaukitės gyvenimu

Alma littera

Turinys

Paplepėkime	6
pavasaris: smidrai / kiaušiniai / aviena / rabarbarai	10
vasara: kepsniai ant grotelių / kopūstai / morkos ir burokėliai / vijoklinės pupelės / cukinijos / svogūnai / žirniai ir pupos / pica / bulvės / braškės ir žemuogės / vasarinės salotos / pomidorai	72
ruduo: aitriosios paprikos ir paprikos / laukiniai paukščiai / žvėriena / grybai / vaisiai / konservai	244
žiema: porai / kepiniai / moliūgai / žieminės salotos / žieminės daržovės	326
naudingos nuorodos	392
padėka	396
rodyklė	398



paplepėkime

Žinot ką... Pasinaudosiu proga ir užbėgsiu įvykiams už akių, nes yla vis tiek išlįs iš maišo. Taigi, prisipažinsiu jums tiesiai šviesiai: žmona mane kaltina užmezgus meilės romaną. Visiems, ką tik besutikti, ji porina, esą aš valandžiukei kitai vis dingstu iš namų, o grįžtu atsigavęs, skruostai įkaitę, kelnių keliai pažaliavę, o akys kaltai nudelbtos. Tikriausiai sakysite, kad receptų knyga – tai ne ta literatūra, kur reikėtų pasakoti apie savo asmeninį gyvenimą, bet prieš darydami išvadas leiskite man šį tą pasiūlyti...

Aš įsimylėjau savo sodą. O ypač – daržą! Iš tiesų esu bučiavęs nuostabiąsias, vertingiausias daržoves, gal netgi apkabinau ir keletą medžių, o karštomis dienomis glaudžiau prie žemės ausį trokšdamas pasiklaudyti, kaip visa auga. Šitai patiriu tai, ką daugelis vyrų šiuo savo gyvenimo tarpsniu pajunta atsidūrę Motinos gantose glėbyje. Jei manote, kad esu kaltas, užrašinkite mane ir išmeskite raktą! Prisiokti: jokio meilės romano neužmezgiau. Man tiesiog patinka leisti laiką daržovių draugijoje. Ir dar kai ką pasakysiu: tai – patys šauniausi mano, kaip vyrėjo, gyvenimo metai. Buvo nepaprastai smagu kurti receptus, nes mane įkvėpė gausiai užderėjusios sodo gėrybės.

Valgytę praleidau viename Esekso grafystės kaime, o prieš trejus ar ketverius metus su žmona ir vaikaiš atsikraustėme čionai. Aš, kaip ir dauguma turinčių šeimą ir karštligiškai dirbančių žmonių, pradėjau ieškoti būdų, kaip tuos abu dalykus – šeimą ir darbą – suderinti. Regis, man pavyko. Tikite ar ne, už tai turiu būti dėkingas savo daržui. Man patinka jame praleisti valandą kitą, taip aš atsipalaiduoju. Galbūt pamąnysite, kad šnekų kaip koks tradicinę gyvenensnų neigiantis hipis, bet daržovių auginimas pastaraisiais metais mane iš tiesų uždegė, teikė pasididžiavimo savimi ir malonumo. Man nepaprastai žavi, kad galiu stebėti, kaip, stojus naujam metų laikui, keičiasi sodas, džiugina patirtos sėkmės ir nesėkmės bei suvokimas, kad kiekvienas vaisius ir kiekviena daržovė – unikalūs, reikalaujantys skirtingo dėmesio.

Sodas privertė mane iš naujo susimąstyti apie maistą: kas ir kaip auga, kas sveikatai naudinga, o kas – ne. Daržovių auginimas man siejasi su valgyrnu lauke vasarą, su šeimos susibūrimais ir šventėmis, su pasidėdėjimu prie židinio šveičiant gardų troškinį ar sriubą, išvirtą iš daržovių, kurių pats prisirovei ar prisiskynai pliaupiant lietui. Gal pasirodys keista, bet per pastaruosius šešiolika metų, kai mokiausi, o paskiau dirbau vyriausiuoju virėju, niekada nemaniau, kad pats kada nors imsiu auginti daržoves. Visada stengiausi pirkti iš ūkininko ir būtinai šviežių, atsižvelgdamas į sezoną, bet nė į galvą nešovė, kad pats galėčiau jų užsiauginti. Man tiesiog nedingtelėjo, jog tai – šitai lengva, tereikia pasiimti pakelį sėklų ir suberti jas į žemę. Tik tiek!

Iš pradžių, nemaž nonutuokdamas, ką čia, po galais, darau, internetu užsisakiau itališkų sėklų. Kadangi nurodymai, kaip sėti, buvo užrašyti itališkai, nesupratau nieko, tad tiesiog ėmiau ir subėriau sėklas į žemę vildamasis, kad viskas bus gerai. Paskui retinau per tankiai sudygusius daigelius, roviau lauk piktžolės, ir pirmieji metai pralėkė tiesiog neįtikėtina nuostabiai. Visiška painiava, bet smagu! Sėmiausi patirties, eksperimentavau: įvairiausi maišai žemių, vazonai, kibirai, geldos, išbandžiau visokiausius indus, kokių tik pavyko gauti, naudoju netgi senus guminius batų! Nejučia šypsauš matydamas, kas vyksta sode, ir žinodamas, kad užsiauginsiu apėčiai puikių daržovių, kad rauti ir skinti galėsiu visus metus. Pagautas įkvėpimo, sukūriau





šauinių natūrijų receptų, kuriuos sudėjan į šią knygą; jie suskirstyti ne pagal įvairias šventes ar temas, o pagal tai, kas kada uždera sode.

Vaikystėje žiūrėdavau televizijos laidą *Geras gyvenimas* – apie sutuoktinius Barbarą ir Tomą, kurie nebuvo turtingi, bet daržovių užsiaugindavo patys. Netoli esu gyveno ankštuoomenės pora Margo ir Džeris, jie visko turėjo į valias, bet nebuvo tokie laimingi, kaip Barbara su Tomu. Spėkite: kuria iš tų porų mes visi norėjome būti? Įdomu, ar tos poros išliko tokios pat? Šiais laikais turbūt visi esame gerokai išlepe, mėgstame prabangą, bet vis dėlto tikiu, kad didžiausia prabanga – tai patirtis ir žinios. Manau, maisto produktai ir gaminimas yra iš tų svarbiausių dalykų, apie kuriuos tikrai derėtų išnastyti.

Rašyti šią knygą buvo malonumas. Iš esmės, tai valgių receptų knyga, receptai čia suskirstyti pagal keturis metų laikus, kad jums būtų aišku, kada uždera ir maistui labiausiai tinka tam tikros sodo ir daržo gėrybės. Kiekvienam sezonui skirtas atskiras skyrius dar padalintas į daug smulkių skyrelių (apie konkrečias sodo ir daržo gėrybes), ten rasite ir greitai bei lengvai pagaminamų skanių patiekalų. Kiekvieno skyriaus pabaigoje pateikiau šiek tiek informacijos apie augalus ir tikiuosi, kad tai ir jus paskatins pasisodinti tokių vaisių bei daržovių, kokių aš auginu savo sode. Net jei gyvenate bute, esančiame dvidešimtame aukšte, išnaudokite palangę arba daržų pavėrkite plokščią garažo stogą, arba kelis vazonus pastatykite kieme – kad ir kur gyventumėte, išbandykite šį patarimą. Užsiauginę bent truputėlį vaisių ir daržovių, patirsite didžiulį džiaugsmą.

Jei jūs, kaip ir aš kadaise, pradėsite nuo penkių šeštų veislių, kurias mandagiai elgiausi ir nekeliu rūpesčių, tikrai nesuklysite. Nuostabus tyrinėjimų objektas sodininkui „pradinukui“ – įvairios salotos. Aš pats kadaise jas auginau prakirptuose plastikiniuose maišiuokuose su žemėmis (tokie parduodami pomidorams auginti), o juos suguldėdavau ant plokščio mūsų namų Londone stogo. Tokiu būdu keturis mėnesius per metus turėdavau įdomių salotų lapų, o svarbiausia – neboreikėjo pirkti! Šviežios, ką tik iškastos ir tuoj pat išvirtos bulvės – rojus. Bulves galite auginti kibiruose ar maišiuose arba sodinti tiesiai į dirvą. Nepamirškite ir prieskoninių žolelių – čiobreliai, rozmarinai, šalavijai ir laurai auga visus metus, patiekalams jie suteikia nepakartojamą gardumo atspalvį. Ir dar: jau šiemet į pakabinamus vazonėlius vietoj gėlių pasisodinkite įvairių veislių braškių (daugiau informacijos rasite skyriuje apie braškes).

Nesvarbu, ar sumanysite gėrybių užsiauginti patys, ar niekada tokio darbo nesifinaito, beveik visų mano receptuose nurodytų produktų rasite ūkininkų turguje ar prekybos centre. Bet jei vis dėlto nuspręsite užsiauginti patys ir tam jus įkvėps ši knyga – jausiuosi atlikęs gerą darbą. Tikrai didžiuojuosi šioje knygoje jums siūlomais receptais. Informaciją apie daržovių auginimą irgi stengiausi pateikti lyg savotišką receptą – kad suprasti būtų paprasčiau. Jei norėsite labiau pasigilinti į sodininkystę, apie tai tikrai rasite gerų knygų. Taigi – ryžkitės!

Rabarbarai – smagūs augalėliai. Paprastai jie vadinami desertine daržove, bet priklauso rūgtinių šeimai (kaip ir rūgtynės), taigi veikian yra žolė. Jei turite vietos, tikrai verta pasisodinti vieną du rabarbarų krūmus. Jie ne tik dailiai atrodo. Aš jų turiu darže ir pasiskinu, kai sugalvoju pasigaminti vaisinį pyragą ar apkepą. Paties užsiauginti rabarbarai – tikras džiaugsmas! Jie be galo rūgtūs, taigi, kad ir ką begamintumėte, rūgštelę teks neutralizuoti cukrumi. Dėl to rabarbarų negalima rekomenduoti kaip sveiko maisto (bet kartais taip norisi pasmalžiauti!).

Yra dviejų veislių rabarbarų: augintų šiltnamyje ir natūraliai. Mano manymu, abi rūšys vienodai skanios. Didžiausias skirtumas tas, kad šiltnaminiai rabarbarai ryškesnės rausvos spalvos, jų stiebai labiau ištįsę ir kur kas minkštesni, su mažiau plaušelių. Išvirti jie geriau išsaugo formą. Ir, žinoma, šiltnamyje užaugs šešiomis-aštuoniomis savaitėmis anksčiau nei lauke.

Rabarbarai valgomi ištisus šimtmečius – 2000 metų prieš Kristų Kinijoje buvo vartojami tik medicininiam tikslams. Tai keistoka, nes iš tiesų jie nėra itin maistingi, sudaryti daugiausia iš vandens. Juose yra šiek tiek vitamino C, kalcio ir skaidulų, bet ne tai svarbiausia. Jų skonio spektras įstabus – plaukia, šuoliuoja, šokinėja ir dunda liežuviu pirmyn atgal! Jie neįtikėtinais gaivūs, taigi puikus užkandis po valgio. Kadangi rabarbarai labai tinka su

saldžiais, sočiais produktais, jie yra mėgstama britų desertų sudėtinė dalis. Biskvitai, pudingai, pyragaičiai ir vaisiniai pyragai – visa tai gardinama rabarbarais, tačiau klasikinis derinys – rabarbarai su vaniliniu kremu. Geniali kombinacija, nes abu skoniai puikiai persipina ir iš kremo pagamintuose leduose, ir dubenį troškintų rabarbarų patiekus vien su kremu.

Rabarbarai troškinami vos penkias minutes, taigi galima patiekti pusryčiams: įmaišyti į šaltą jogurtą; sumaišyti su įvairiais paskrudintais riešutais ir ant viršaus užbarstyti avižų; užkrėsti ant blynelių – skanumėlis. Neseniai troškintų rabarbarų kompotą pradėjau tiekti prie mėsos, panašiai angliškas obuolių padažas patiekiamas prie kiaulienos ar kiniškas slyvų padažas – prie antienos. Kartais kompoto įmaišau į padažą. Taigi šiame skyriuje rasite ir gardžių desertų su rabarbarais, ir azi-jietiškos kiaulienos, ir gruzdintų rabarbarų – naujausio mano atradimo, receptų. O rabarbarų belinis – tikra palaima, būtinai turite jo paragauti.

Kai tik užaugs naujas rabarbarų derlius, ketinu pasigaminti tiršto rabarbarų džemo, kad atšalęs jis kaip reikiant sukietėtų. Labai tiks patiekti su sūriais, nes tai kažkas panašaus į svarainių tyrę.

P. S. Rabarbarų lapai mažumėlę nuodingi, taigi jų nevirkite, nevalgykite ir nerūkykite!

rabarbarai



Rabarbarų ir saldaus kremo suflė

Tai tarsi suflė ir lengvo pudingo hibridas. Suflė – senamadiška klasika, kurios šiais laikais vengiu, nes koledže dažnai tekavo ją gaminti. Suflė, kaip ir geras ometas, yra tikras išbandymas virėjui – jei nenuataikysi reikiamos temperatūros, greičio ir eiliškumo, gausi paprasčiausią blyną. Bet dabar sukūriau tokių skanių, nuostabių kvapo ir konsistencijos patiekalą, kad nieko bailsaus, jei jis ir subliūks. Mano mėgstamiausia dalis – paprašyti visų, kad karštos suflės viršuje pasidarytų duobutė ir įsipiltų į ją labai šalto kremo. Nėra nieko geresnio!

Įkaitinkite orkaitę iki 180 °C ir įkiškite į ją kepimo skardą, kad įkaistų. Į puodą suberkite rabarbarus ir 100 g cukraus. Uždengę palengva virkite maždaug 10 minučių, kol rabarbarai suminkštės. Pasidėkite juos į šalį ir leiskite atvėsti.

Pasiminkite šešis indelius, jų vidų ištepkite sviestu. Imbierinius sausinius sudėkite į sumuštiniams skirtą maišelį, užriškite jį ir košeliu arba keptuvės dugnu sutraiškyskite, kad būtų trupinėliai. Sviestuotą indelių vidų apibarstykite grūtais sausainiais, perteklių nukratykite ir pasidėkite vėlesniam laikui. (Kol paruošite suflę, indelius galite įkišti į šaldytuvą.)

Į kiekvieną indelį įkrėskite po valgominį šaukštą atvėsinėtų virtų rabarbarų. Likusius rabarbarus sumaišykite su anglišku kremu, kiaušinio tryniu ir miltais. Dideliame švariame dubenyje elektriniu plakikliu išplakite kiaušinių baltymus su žiupsneliu druskos, kad susidarytų minkėti kauburiai. Suberkite 2 likusius valgomuosius šaukštus cukraus ir plakite dideliu greičiu, kol baltymai sustandės – tai turėtų trukti maždaug 3 minutes.

Į rabarbarų mišinį atsargiai įmaišykite 2 šaukštus standžių kiaušinių baltymų. Sukrėskite juos į likusius kiaušinių baltymus ir labai atsargiai išmaišykite. Mišinį išdėliokite į indelius ir sulyginkite viršų. Švariai nušluostykite indelių kraštus.

Ištraukite iš orkaitės karštą kepimo skardą ir sudėkite į ją indelius. Pašaukite juos į įkaitintą orkaitę ir kepkite 18–20 minučių arba kol suflė gražiai pagels ir iškilis. Tuojau pat patiekite apibarstę likusiais imbierinių sausainių trupiniais.

6 porcijoms

400 g rabarbarų,
supjaustytų 2,5 cm dydžio
gabaličiais
100 g ir dar 2 valgominiai
šaukštai cukraus pudros
25 g minkšto sviesto
6 imbieriniai sausainiai
150 g paruošto angliško
kremo (custard) ir dar
truputis serviravimui
1 didelis kalmiško arba
ekologiško kiaušinio
trynis ir 4 baltymai
1 arbatinis šaukštelis
miltų
jūros druskos



Mano mėgstamiausios kepsninėje keptos daržovės

Kepsninė skirta ne tik mėsai – ji atlieka panašią funkciją kaip orkaitė ar viryklė. Tū tarsi virtuvės tęsinys sode. Jei norite kepsninėje išsikepti ko nors įdomaus, į dvigubą aliuminio foliją suvyniokite įvairių daržovių, įpilkite šiek tiek vandens arba vyno, alyvuogių aliejaus arba įdėkite sviesto, įberkite druskos ir pipirų. Argi ne puikus sumanymas? Tokius folijos krepečius galite virti garuose virš kepsninės arba kepti, priklausomai nuo daržovių.

Kepsninėje troškintas kimštas svogūnas

Ant pjaustymo lentelės pasidėkite mažą raudonąjį svogūną ir įpjaukite skersai ir išilgai, tik nepjaukite iki galo. Į vidų įkiškite kelias rozmarinų šakeles ir gumulėlį sviesto. Įvyniokite svogūną į dvigubą aliuminio foliją ir, kai anglis kepsninėje kiek pravės, dėkite paketėlį tiesiai ant jų. Palikite 15 minučių, tada atsargiai nuvyniokite foliją ir nulupkite išorinį svogūno sluoksnį, nes dėl jame esančio cukraus gali būti apdeges. Po juo rasite nuostabų svogūną, taigi – skanaus!

Kepsninėje troškinti žali lapeliai

Papildykite špinatų, gražgarsėlių, lapinių burokėlių ir rėžiukų. Dvigubą aliuminio folijos lakštą perlenkite pusiau ir gerai užspauskite du kraštus, kad pasidarytų maišelis. Sumeskite į jį lapelius, užvarinkite alyvuogių aliejaus ir citrinų sulčių. Pagardinkite jūros druska ir sandariai užspauskite paskutinį kraštą. Palaukite, kol anglis pravės, tada troškinkite kepsninėje 5 minutes.

Kepsninėje troškinti pankoliai

Dvigubą aliuminio folijos lakštą perlenkite pusiau ir gerai užspauskite du kraštus, kad pasidarytų maišelis. Pankolio gumbą perpjaukite, paskui supjaustykite griežinėliais ir sučėkite į aliuminio folijos voka. Įspauskite ¼ citrinos sultis, citrinos puselį irgi įdėkite į maišelį. Suberkite ½ griežinėliais supjaustytos šviežios raudonos aitriosios paprikos, gausiai apšlakstykite alyvuogių aliejumi, tada paskaninkite jūros druska ir šviežiais maltais juodaisiais pipirais. Jei norite, galite įmesti šviežių rozmarinų. Sandariai užspauskite paskutinį kraštą ir kepkite ant grotelių vidutinėme karštyje, kol iškeps – apie 25 minutes.

Batatai su kmynais, žaliosiomis citrinomis ir aitriosiomis paprikomis

Piestelėje grūstuvėliu sugrūškite porą džiovintų aitriųjų paprikų, arbatinį šaukštelį maltų kmynų ir desertinį šaukštelį jūros druskos. Batatus (saldžiąsias bulves) nušveiskite po tekančiu vandeniu, apie dešimt kartų bakstelkite peiliu ir dar drėgnus apibarstykite prieskonių mišiniu. Po viena suvyniokite į foliją ir užkauskite karštuose pelenuose. Jei norite dėti tarp anglių, suvyniokite į dvigubą foliją, kad neapdegtų odėlė. Po 30 minučių įsmeikite peilį ir patikrinkite, ar iškepę. Patiekite su šlakėliu žaliosios citrinos sulčių.





Rūkyti burokėliai su keptu ant grotelių didkepsniu ir varškės padažu

Kepsninėje arba karštuose lauko pelenuose lėtai rūkyti burokėlius išmokau lankydamasis Amerikoje. Savo patiekalui ėmiau mažus burokėlius, juos lengviau nuskusti, greitai išrūkomi, o rozmarinų šakelės apsaugo nuo tiesioginės anglių kaitros. Burokėlius galima kepti ir iki 200 °C įkaitintoje orkaitėje 1 ¼ valandos – jie vis vien bus skaniai, tik taip nuostabiai nekvepės dūmu.

Pirmiausia užkurkite ugnį kepsninėje arba lause. Burokėlius sudėkite ant dvigubai perlenktos folijos – ji turi būti maždaug 30 cm dydžio (80 cm – neperlenkta) – ir ant viršaus užbarstykite rozmarinų lapelių. Foliją suvyniokite, užlankstykite kraštus, užsukite galus. Peiliu ją kelis kartus perdurkite, kad dūmai patektų į vidų ir paskanintų burokėlius. Nukelkite nuo kepsninės grotelės ir atsargiai padėkite folijos pakelį tarp anglių, ant viršaus užmeskite keilias anglias. Leiskite troškintis 30–40 minučių arba kol burokėliai suminkštės, tada ištraukite pakelį ir palikite atvėsti. Išvyniokite, ištraukite burokėlius ir išmeskite rozmarinų šakelės.

Šiek tiek pravėsusius burokėlius nulupkite, išmeskite apdeguosią odėlę. Supjaustykite įvairiais gabalais ir sudėkite į dubenį. Įpilkite acto, 3 valgomuosius šaukštus ypač tyro alyvuogių aliejaus, gausiai šerkite druskos ir pipirų, sudėkite pusę petražolių arba peletrūnų. Išmaišykite, paragaukite ir, jei reikia, dar paskaninkite.

Varškę sukrėskite į dubenį, įspauskite pusės citrinos sultis ir suberkite žievelę. Maišydami porą kartų klūstelkite ypač tyro alyvuogių aliejaus, sumeskite čiobrellių lapelius, šerkite šiek tiek druskos ir pipirų ir viską atsargiai išmaišykite, kad varškė atrodytų it marmurinė. Paragaukite padažą ir, jei norite, įspauskite daugiau citrinos sulčių.

Trupučiu padažo švelniai įtrinkite 4 didkepsnius. Sudėkite juos ant grotelių ir kepkite pagal skonį, kas minutę vartydami, tada sukraukite į lėkštę ir palikite atvėsti.

Prieš patiekdami, paskanintus burokėlius išdėliokite į dvi lėkštes. Ant jų uždėkite po du didkepsnius ir po šaukštą varškės su padažu. Užbarstykite likusias žoleles ir mėgaukitės!

2 porcijoms

8 maži burokėliai, lapai nupjanti ryšelis šviežių rozmarinų, lapeliai nuskinti
1 valgomas šaukštas raudonojo vyno acto ypač tyro alyvuogių aliejaus
Jūros druskos ir šviežiai maltų juodųjų pipirų ryšelis šviežių petražolių, lapeliai nuskinti ir stambiai supjaustyti
ryšelis šviežių peletrūnų arba bazilikų, lapeliai nuskinti ir stambiai supjaustyti
4 x 100 g jautienos išpjovos medallionų

kaimiško sūrio padažui
4 kupini valgomieji šaukštai varškės
1 perpjauta citrina ypač tyro alyvuogių aliejaus
kelios šviežių čiobrellių šakelės, nuskinti lapeliai

Nuostabi cukinijų karbonara

Karbonara – tai neapsakytai skanus klasikinis makaronų patiekalas su grietinėle, kumpiu ir parmezanu. Pasiūnėkite nusipirkti kuo kokybiškesnių produktų, nes nuo to priklausys patiekalo skonis. Aš mėgstu žydinčius citrininius čiobrelius, bet galima imti ir paprastus. Karbonarą galite patiekti su spaagečiais arba laktūnėmis, bet italų mažytės (su jomis nesiginčiju!) man sakė, kad tradiciniai makaronai – tai vamzdeliai, taigi juos ir imsiu šiam patiekalui. Svarbu turėti labai didelę keptuvę arba kepimo skardą aukštais kraštais, kad makaronus galėtumėte gerai išmaišyti.

Užvirkite didelį puodą sūdyto vandens. Didesnes cukinijas perpjaukite į keturias dalis. Išpjaukite ir išmeskite minkštą vidinę dalį, tada supjaustykite įstrižai, makaronų dydžio ir formos gabalėliais. Mažesnes cukinijas galima supjaustyti griežinėliais. Per tą laiką vanduo turėtų užvirti, taigi suberkite į jį vamzdelius ir virkite, kaip nurodyta ant pakuotės.

Karbonaros padažui kiaušinių trynius sudėkite į dubenį, supilkite grietinėlę, suberkite pusę parmezano ir viską išmaišykite šakute. Įberkite šiek tiek prieskonių ir pasidėkite į šalį.

Įkaitinkite labai didelę keptuvę (kiekvienuose namuose turėtų būti bent 35 cm skersmens keptuvė!), kliūstelkite į ją nemažai alyvuogių aliejaus ir kepkite pancetą arba šoninę tol, kol parus ir apėkrus. Sudėkite cukinijų griežinėlius, įberkite 2 didelius žiupsnius juodųjų pipirų, kad iš tiesų būtų aštru. Suberkite čiobrelių lapelius, viską išmaišykite, kad cukinijos būtų suvilgytos gardžiu šoninės skonio aliejumi, ir kepkite tol, kol jos pagels ir truputį suminkštės.

Paskutinį etapą labai svarbu atlikti teisingai, antraip jūsų karbonara nuosis šuniui ant uodegos. Turite dirbuotis greitai. Kai makaronai išvirs, nusunkite juos, šiek tiek nuoviro pasilikite. Makaronus nedelsdami sudėkite į keptuvę su cukinijomis, šonine ir nuostabiomis prieskoniais, tada keptuvę nukelkite nuo ugnies, įpilkite santį nuoviro ir supilkite grietininį padažą. Visą greitai išmaišykite. (Nebekaitinkite, kad kiaušiniai neiškeptų.)

Susodinkite visus prie stalo, kad būtų pasiruošę iškart valgyti. Maišydami makaronus su padažu, suberkite likusį parmezaną, jei reikia, įpilkite dar nuoviro, kad makaronai blizgėtų ir šilkiniai. Greitai paragaukite, ar užtenka prieskonių. Jei pavyko gauti cukinijų žiedų, užplėšykite jų ant viršaus, tada patiekite ir nedelsdami valgykite, kol padažus nesukietėjo.

4 porcijoms

Jūros druskos ir šviežiai maltų juodųjų pipirų
6 vidutinio dydžio žalios arba geltonos cukinijos
500 g makaronų vamzdelių
4 didelių kaimiškų arba ekologiškų kiaušinių tryniai
100 ml tirštos grietinėlės
2 geros saujos šviežiai tarkuoto parmezano sūrio
alyvuogių aliejaus
12 storų pancetos (specialiai su prieskoniais paruoštos kiaušienos šoninės) arba rūkytos šoninės bryzelių, supjaustytų stambokais gabalėliais
ryšelis šviežių čiobrelių, lapeliai nuskinti ir supjaustyti, žiedynai palikti (jei čiobreliai žydintys)
nebūtina: pora cukinijų žiedų



Kaip aš auginu braškes

Geriausias laikas sodinti braškes – vasara ir rudens pradžia. Taip iki kitos vasaros jos turės apšėli ir laiko prigyti ir pasaugti. Braškės mėgsta šaltuką, taigi vazonus ar pakabinamus krepšius per žiemą galite drusiai palikti lauke. Braškėms tai bus tik į naudą.

Sodinimas

Aš nevargstu sėdama braškes. Daugyne, daržininkystės centre ar internetu nusiperku kokybiškų braškių sodinukų. Pabandykite gauti įvairių veislių. Jos bus ne tik skirtingų skonių, bet ir užderės skirtingu laiku, taigi, jei viaktį teisingai spausite, turėsite uogų nuo gegužės iki pat rugsėjo pabaigos!

Žemėje

Savo darbe sodinu ne braškes, o įvairių veislių žemuoges. Nors jos mažos ir sunku skinti, skoniu prilygsta delšėms braškių. Jos dailiai atrodo, anga metų metus ir puikiai užpildo visus tarpus. Džiaugiuosi, kai pakėlęs lapelius surandu uogų kekę, mat jos mėgsta ir vištos, vaikštinėjančios po kiemą.

Sodindamas žemuoges paprastai aplink krūmelį padarau pylimėlį, kad nutektų vandens perteklius ir augalas nepūtų. Pylimėlių šiek tiek suploinkite, tarp augalų palikite 30–45 cm tarpus. Padarykite duobutę, į kurią tilptų augalas, ir iškelkite sodinuką iš vazonelio. Neturėdamas vietos augti, šaknys bus susitraušiusios, tad nukratykite šiek tiek žemės, kad liktų išsavi šaknų galutėlės. Įdėkite augalą į duobutę, pripilkite į ją žemių, aptapėnokite ir gerai palaistykite. Nusikinkite jau užsimezgušius uogas, kad augalas kuo ilgiau visus jėgas skirtų šaknų sistemai, o ne uogų nokinimui.

Pakabinamuose krepšiuose ir vazonuose

Po daugybės eksperimentų dabar vidutinio dydžio ar didelės braškes auginu tik

pakabinamuose krepšiuose arba vazonuose. Taip braškes ne tik apsaugosite nuo daugumos kenkėjų ir ligų, tarp jų – šliužų ir miltligės, bet ir galėsite auginti kelias aukštus, taigi sutaupysite vietos. Be to, iš aukštai svyrančios uogos atrodo gražiai ir neįprastai. Bet, visų svarbiausia, tokiu būdu gausite 40 procentų didesnę derlių (ir nereikės skinti lankstyti nugaros).

Prieš sodindami, braškes tiesiog ištraukite iš plastikinių vazonelių ir persodinkite į pakabinamus krepšius ar vazonus, jei reikia, papildomai pripilkite į juos ekologiškos žemės. Gerai palaistykite ir pastatykite ar pakabinkite šiltoje saulėtoje vietoje, geriau – lauke. Braškės labai gerai auga ir šiltnamiuose, oranžerijose ar ant saulėtų palangių.

Mano patarimai

- Karštu ir sausu oru braškes pakabinamuose krepšiuose ir vazonuose reikia dažnai laistyti.
- Tręsdami neperuolinkite – braškėms nepatinka perteklius. Galbūt uogos ir užauga didesnės, bet skonis bus prastas.
- Maždaug po metų, rudenį, braškės ims leisti ūsus. Jei jos auga žemėje, ūsus galite prispasinti mediniais kadūtukais. Taip augalukas išleis šaknis ir turėsite naujų daigų.
- Braškės dera maždaug trejus metus. Pirmaisiais metais derlius būna kuklus, antraisiais daug geresnis, o po trečiųjų augalas praranda jėgas. Žemuogės auga metų metus.
- Pasibaigus uogoms, nupjaukite visus augalo lapus, iškilusius aukščiau nei 7 cm. Taip augalas šaltuoju metų laiku išliks sveikas, o kitais metais duos geresnį derlių.



Žvėrienos ragu su lakštiniais

Šis receptas man patinka todėl, kad jį galima kaitalioti. Galima imti įvairią žvėrieną ir paprašyti mėsininko, kad ją paruoštų. Jei mėsa supjaustysite stambiais gabalais, išeis gardus troškinyas, bet jei susmulkinsite ir virsite, kol suirs, išeis fantastiškas padažas makaronams. Čia naudoju lakštinius, bet puikiai tiks ir visi kiti tvirti makaronai, pavyzdžiui, vamzdeliai ar sulaužyti džiovintos bazanijos lakštai.

Italijoje tokis troškintas mėsa ant skrudintos duonos paprastai pusryčiams valgo su saule atsikėlę medžiotojai ar darbininkai. Bet galbūt tai labiau tiktų priešpiečiams.

P. S. Randonasis vynas ir žvėriena – klasikinis derinys, tačiau aš naudoju baltąjį, kad sušvelnintčiau skonius.

Įkaitinkite orkaitę iki 180 °C. Į puodą kištelkite alyvuogių aliejaus ir užkaiskite. Suberkite svogūną, morkas, griežtį, rozmarinus, čiobrelius ir laurų lapus ir švelniai pakepkite 10 minučių. Įmaišykite mėsą ir miltus, supilkite vyną ir įberkite gerą žiupsnį druskos bei pipirų. Supilkite sultinį – jis turėtų apsemti mėsą. Užvirinkite, uždenkite ir 1 ½ valandos pašaukite į orkaitę, kad mėsa taptų lengvai plėšoma.

Kai troškinyas atrodo gražiai, užvirinkite didelį puodą pašildyto vandens ir suberkite lakštinius. Virkite tiek laiko, kiek nurodyta ant pakuotės. Kol makaronai verda, pasiruoškite padažą. Išrankiokite iš sultinio laurų lapus, į sultinį įmeskite sviestą. Įplakite pusę parmezano ir pusę apelsino žievelės – net ir mažas trupinėlis daug ką pakeis. Uždenkite. Nusinkinkite ir susmulkinkite petražolių lapelius – jie turi būti gražūs, švieži ir kuo spalvingesni, taigi neruoškite jų anksčiau nei reikia.

Nusinkinkite makaronus, pašalinkite nuoviro. Sukvieskite visus prie stalo, sumaišykite makaronus su padažu ir supjaustytais petražolėmis (galbūt tai reikės daryti dalimis), jei reikia, įpilkite nuoviro, kad padažas būtų skystas ir blizgantis – tai labai svarbu. Paragaukite, jei reikia, pašūdykite. Patiekite užbarstę likusiu tarkuotu parmezanu bei apelsino žievele ir apšlakstę ypač tyru alyvuogių aliejumi. Tiesiog neįtikėtinas makaronų patiekalas!

6 porcijoms

alyvuogių aliejaus
1 nuluptas ir smulkiai
supjaustytas raudonasis
svogūnas

2 nuskustos ir
supjaustytos morkos

¼ nuskusto ir kubeliais
supjaustyto griežčio

šviežio rozmarino šakelė,
lapeliai nuskinti ir
susmulkinti

ryšelis šviežių čiobrelių,
nuskinti lapeliai

2 laurų lapai

triušienos arba kiškienos
be kaulų, supjaustytos
1 centimetro dydžio
kubeliais

300 g cinio šlaunies,
supjaustytos 1 centimetro
dydžio kubeliais

1 valgomasis šaukštas
miltų

didelė taurė baltojo vyno

jūros druskos ir šviežiai
maltų juodųjų pipirų

500 ml kokybiško vištienos
arba daržovių sultinio

500 g lakštinių
gumulas sviesto

75 g šviežiai tarkuoto
parmezano sūrio

1 apelsino žievelė

ryšelis šviežių petražolių
ypač tyru alyvuogių
aliejaus

