

# ENJOY!

LT - #13 2019

ŽURNALAS



## KOPENHAGOS MAISTAS

Kepti ant groteliu smagu!  
Vegetaro šefo vizija  
Instagram verti pusryčiai

The Evergreen. Since '74

### ĮKVĖPIMAS

- Big Green Egg • maistas
- kulinarinių atradimų kelionė po Europą
- receptai • gaminimas lauke, tvarumas
- džiaugsmas • mokymasis
- kulinariniai herojai



**Nuolat dairotės skaniausių patiekalų receptų ir geriausių ingredientų? Mėgstate leisti laiką lauke, vertinate tvarius aukštos kokybės gaminius? Tuomet originali Big Green Egg kepsninė – tobulas pasirinkimas. Joje gardžius ingredientus paversite skaniais patiekalais šeimai ir draugams pavaišinti.**

Daugiau nei prieš dvejus metus vienoje parodoje išvydau Big Green Egg kepsninę ir iš karto pastebėjau jos potencialą. Mane nustebino kepsninės galia, galimybė taip tiksliai reguliuoti temperatūrą ir tai, kad joje galima pagaminti labai rafinuotus patiekalus. Be to, Big Green Egg tobulai atitinka mano filosofiją – tai būdas švęsti gamtą ir gyvenimą.

Šiais laikais visose profesionaliose virtuvėse yra pažangi įranga, naudojama daug šiurkšnių maisto gaminių būdų. Turime orkaites, indukcines ir dujines viryklės, matavimo indus ir kitus įrankius. Deja, beveik pamiršome, koks iš tikrųjų yra maisto gaminimas. Retai benaudojame tikrą ugnį, nors tai vienas pirminių elementų, išreiškiančių šilumą, šviesą ir energiją. Nenaudodami ugnies prarandame tą energiją. Man Big Green Egg simbolizuoja tradicinį, patiną maisto gaminimą. Ji patiekalams suteikia energijos ir skonio.

Papildyti šiais elementais patiekalai pasižymi ryškesniu skoniu. Kadangi restorane „Joia“ gaminame vegetariškus patiekalus (žr. 24 psl.), dažnai daržoves kepame Big Green Egg kepsninėje. Aukštoje temperatūroje pakepinto baklažano odelė apanglėja, o minkštumas įgauna malonaus dūmų skonio. Ant grotelių kepančią tofu arba tempę galima sukurti umami skonį, todėl patiekale nepasigėsite mėsos. Baigus dienos darbus, Big Green Egg kepsninėje galima žemoje temperatūroje kepti daržoves, pvz., moliūgus. Kepant juos iš lėto, minkštumas įgauna malonią kremingą tekstūrą. Mums, šefams, neabejotinai patinka profesionalioje virtuvėje vėl naudoti tikrą ugnį!

Pietro Leemannas  
Restorano „Joia“ šefas



## APIE ŽURNALĄ

Žurnalą Enjoy! leidžia Big Green Egg Europe BV  
Leemolen 80  
2678 MH De Liras, Nyderlandai  
El. paštas: enjoy@biggreenegg.eu  
www.biggreenegg.eu

## REDAKTORĖ

Inge van der Helm

## RECEPTAI

Leonard Elenbaas, Michel Lambermon,  
Hidde de Brabander, Pietro Leemann, Martin Fürst,  
David Marc Segato Pedersen, Emil Studnitz ir  
John Michael Jensen.

## IDĖJA IR ĮGYVENDINIMAS

Big Green Egg Europe BV  
Bureau Zeker

## NUOTRAUKOS

Sven ter Heide, Femque Schook, Annick Meijer,  
Lucio Elio ir Studio Weichselbaumer.

## PLATINTOJAS

Big Green Egg Europe BV

## SPAUSTUVĖ

Rodi Rotatiedruk



Enjoy! Straipsnius dauginti galima tik gavus išankstinį rašytinį Big Green Egg Europe leidimą. Šis žurnalas parengtas labai kruopščiai. Tačiau nei autoriai, nei Big Green Egg Europe nėra atsakingi už nuostolius arba žalą, patirtą ryšium su šia numerio skelbiama informacija.

Big Green Egg®, EGG®, convEGGtor®, MiniMax® ir EGGmitt® yra komerciniai arba registruoti prekių ženklai, priklausantys Big Green Egg Inc.

© 2019 Big Green Egg Europe  
Enjoy! #13 2019

# Turiny s

LT - #13 2019

- 05 Kepame t-bone
- 07 Keptas otas, salotos ir smidrai su pomidorais, pagardintais parmezanu
- 08 Piri piri viščiukas su keptomis daržovėmis ir čimičiuri padažu
- 09 Keptas žiedinis kopustas, salieras ir baklažanas su bulvių gratinu
- 14 Daniškas sumuštinis smørrebrød su kepta silke
- 15 Daniškas sumuštinis smørrebrød su keptais norveginiais omarais ir rūkytu majonezu
- 16 Džono dešrainiai
- 17 Kiaulienos antrekotas su keptomis daržovėmis
- 23 Veršio uodega su gražgarsčių ir papajų salotomis  
  
Saldi varškė su karamelizuotomis slyvomis ir cinamoniniais morengais
- 27 Sezamais gardintas tofu su pupomis, raugintomis morkomis, druskėmis ir keptomis vasaros daržovėmis
- 28 Šokoladinės bandelės su braškių džemu
- 29 Graikiškas jogurtas su skrudintais dribsniais ir vasaros vaisiais  
  
Karamelizuota šonine su juoduoju šokoladu
- 30 Trys Big Green Egg kepsninėje pagaminti patiekalai
- Daugiau...**
- 11 Big Green Egg sėkmės paslaptis
- 12 Kopenhagos maistas
- 18 Informacija apie produktą
- 20 Big Green Egg's Flavour Fair
- 21 Kaip prižiūrėti big green egg kepsninę?
- 22 Kaip atrodo dėl maisto pamišęs žmogus?
- 24 Vegetaro šefo vizija



## TOBULA KONTROLE SU REGGULATOR

Dvifunkcis metalinis gaubtas leidžia labai tiksliai reguliuoti Big Green Egg kepsninės temperatūrą. Tačiau po dvejų metų darbo sukūrėme naująsias oro srauto reguliatorius, leidžiantį tobulai reguliuoti temperatūrą. Naujasis dangtelis patenkins visus lūkesčius.

Naujasis patentuotas dangtelis rEGGulator pasižymi ergonomišku dizainu, yra tvarus ir daigafunkcis. Kaip ir dvifunkcis metalinis gaubtas, tvirtas rEGGulator leidžia labai tiksliai reguliuoti Big Green Egg kepsninės temperatūrą. Vienas naujojo iš ketaus pagaminto priedo privalumų – silikoninė rankena. Ji leidžia greitai ir lengvai, nenaudojant įrankių ir

nenusideginant pirštų, reguliuoti į vidų patenkančio oro srautą, o drauge ir temperatūrą. Negana to, reguliuojamas dangtelis buvo sukurtas taip, kad atvėsus judančios dalys nesuliptų dėl susikaupusių riebalų.

Speciali danga apsaugo nuo korozijos, taigi, rEGGulator galėsite palikti lauke. Labai patogu! Baigę kepti tiesiog uždarykite rEGGulator (ir keraminio pagrindo apačioje esančią traukos angą). Į kepsninę nebepateks oras, ir anglis užges. Taigi, nebereikės žalio keraminio gesiklio.

Tai dar ne viskas. Big Green Egg projektuotojai sukūrė atskirai



Nauja

parduodamą rEGGulator apdangalą nuo lietaus. Tikimybė, kad besinaudojant kepsnine pradės lyti, visada egzistuoja. Bet tikro Big Green Egg gerbėjo lietus neatbaidys. Vis dėlto nesinori, kad į kepsninę patektų lietaus lašų. Big Green Egg apdangalas nuo lietaus tarytum skėtis apsaugo rEGGulator dangtelį.

rEGGulator ir apdangalas nuo lietaus parduodami visiems modeliams nuo Medium iki 2XL.



# METAS T-BONE KEPSNIŲ VAKARĖLIUI!

Pamenate T-bone kepsnį? Populiariausias kepsnių ir grilio restoranų patiekalas grįžta! Namuose šį išpūdingą mėsos pjautosnį galite paruošti Big Green Egg kepsninėje. Pasikvieskite draugų, nusipirkite gražių kepsnių ir kelis butelius vyno. Metas T-bone kepsnių vakarėliui!





## Papildomas skonis

Geram T-bone kepsniui pakanka druskos ir pipirų. Tačiau jei norite suteikti mėsai papildomo skonio, sumaišykite aliejų su smulkintu česnaku ir rozmariniais ir gautu mišiniu prieš kepdami aptepkite kepsnius.

## Tinkamas garnyras prie kepsnio

Nors T-bone kepsnys labai gardus, visada neprošal greta patiekti garnyrą. Galite pagaminti didelį dubenį kopūstų salotų, pomidorų užtepėlę ir čimičiuri padažą. Arba iškepkite Big Green Egg kepsninėje daržovių, pvz., smidrų ir cukinijų riekelių. Taip pat galite pakepinti vyšnių pomidorų arba pagaminti bulvių „armonikėles“, kurias prieš kepdami patepkite česnakais ir rozmariniais pagardintu aliejumi. Finalinis T-bone kepsnių vakarėlio akcentas – kaimiška duona ir kokybiškas alyvuogių aliejus.



6 PORCIJOS

### Kaip surengti vakarėlį

Nemažam T-bone kepsniui reikia ir nemenko apetito, ypač jei planuojate greta patiekti kitų Big Green Egg kepsninėje paruoštų patiekalų. Tokiu atveju pjausnį galite dalintis. Nekepkite visų kepsnių vienu metu – verčiau leisdami popietę arba vakarą vis išsikepkite po vieną ar du. Supjaustykite kepsnį (arba kepsnius) gabalėliais ir patiekite kaip užkandį. Taip pat paruoškite užkandžių, kad ant stalo visada būtų skanaus maisto.

## Patarimas:

Jei esate tikras mėsos mėgėjas, vertinantis gryną skonį, rinkitės sausai brandintus T-bone kepsnius. Šie kepsniai įprastai brandinami 21–28 dienas. Per tą laiką sumažėja drėgmės kiekis mėsoje, o skonis tampa intensyvesnis. Be to, sausai brandinta mėsa būna (dar) minkštesnė.

# KEPAME T-BONE kepsnius

**Pasiruošimas iš anksto: 20 min.**

**Gaminimo trukmė: 10 min.**

4 T-bone kepsniai po apytiksl. 750 g  
(daugiau nei 2,5 cm storio)

**Priedai:**

• Ketaus grotelės

• Dvigubas nuotolinis termometras

**PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

• Uždekite Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję ketaus grotelės, įkaitinkite iki 250 °C. Išimkite kepsnį (-ius) iš šaldytuvo. Palaikykite kambario temperatūroje, kad sušiltų.

**GAMINIMAS**

• Apibarstykite T-bone kepsnį (-ius) druska ir išdėliokite ant grotelių. Uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį ir kepkite mėsą maždaug 2 min. Pasukite kepsnį (-ius) ketvirtį rato ir kepkite dar 2 min., kad paviršiuje įsirežtų dailus grotelių raštas.

• Apverskite kepsnį (-ius) ir iš kitos pusės kepkite kaip aprašyta aukščiau, kad mėsą papuoštų grotelių raštas. Temperatūra mėsos viduje turėtų siekti apytiksliai 52 °C (jei norite pusžalio kepsnio). Kaskart apvertę arba pasukę mėsą uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį.

• Nuėmę kepsnį (-ius) nuo grotelių palaikykite kelias minutes. Supjaustykite mėsą dailiais gabalėliais ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais.

### Pusžalis ar...

Jei pasikvietėte svečių, geriausia kepti pusžalius kepsnius – tuomet didesnė tikimybė, kad visiems patiks iškepimo lygis. Jei norite paeksperimentuoti, žemiau rasite skirtingų temperatūrų lentelę.

|                      |          |
|----------------------|----------|
| Žalias               | 48-50 °C |
| Pusžalis             | 51-53 °C |
| Iškepęs vidutiniškai | 54-57 °C |
| Iškepęs vid. gerai   | 58-62 °C |
| Gerai iškepęs        | > 63 °C  |

### Kepsnys su kaulu

T-bone kepsnys taip pramintas dėl T formos kaulo. Vienoje kaulo pusėje – gardus antrekotas, kitoje – minkšta filė. Filė sudaro mažiausią kepsnio dalį. Ji kur kas minkštesnė už antrekotą, tačiau pastarasis pasižymi ryškesniu skoniu. Jei norite, šias išpjovos dalis galite nusipirkti atskirai, be kaulo, ir išsikepti Big Green Egg kepsninėje. Tačiau kaulas suteikia mėsai daugiau



Ideali sąranka  
šiam patiekalui



Ketaus puodas

#### Tikras kepimas ant grilio!

Naudodami Cast Iron Grid (ketaus grotelės) kepdami ant grilio suteiksite maistui dailų charakteringą grotelių raštą, be to, ketaus grotelės karštį išlaiko kur kas geriau, nei plieninės.

Taip pat tinka:

Greitai paruošiami mėšai, daržovės, žuviai, vaisiams, šukutėms.



#### „Big Green Egg“ įkūrimas

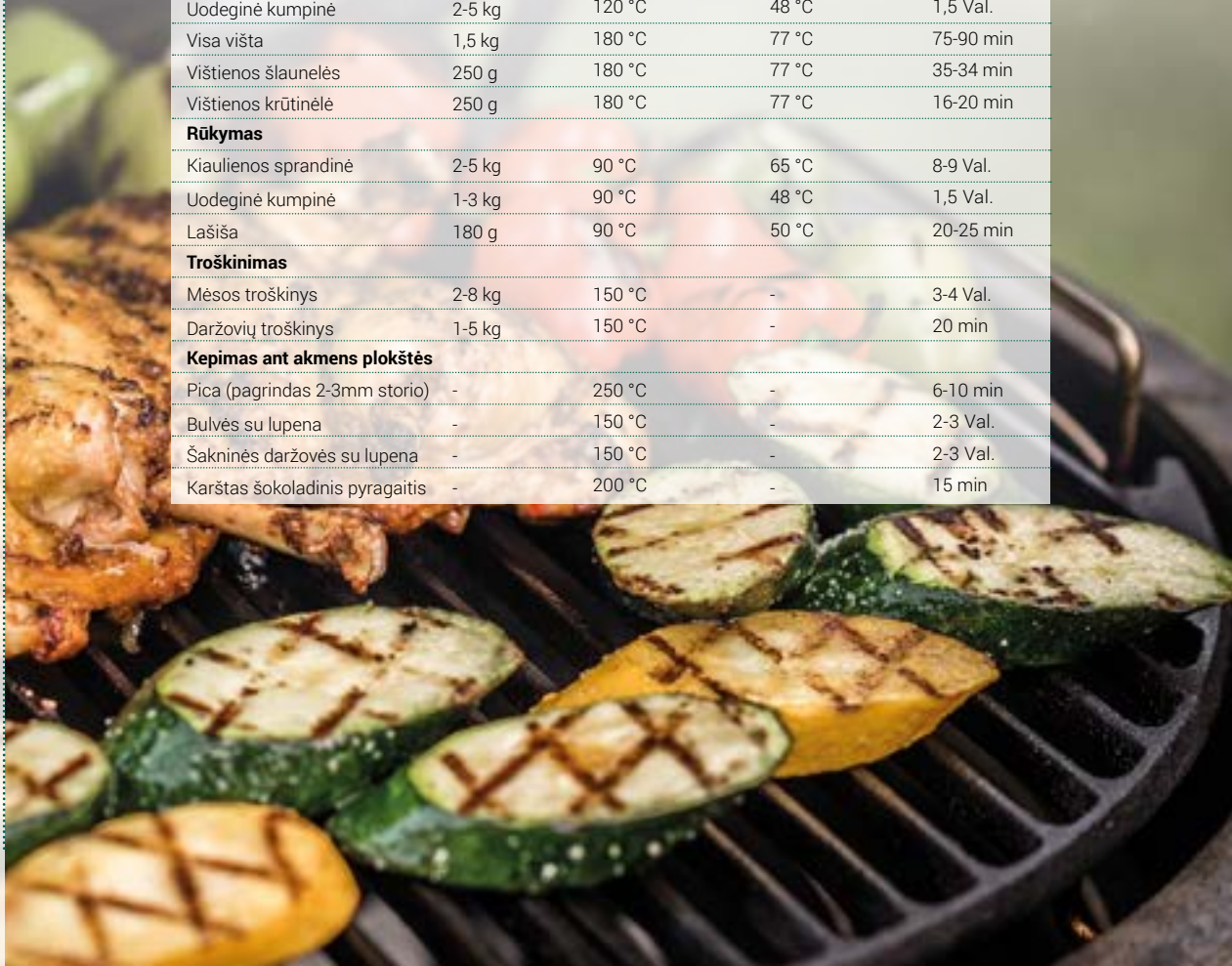
- Į keraminę ugniadėžę pripilkite medžio anglių maždaug per 5 cm virš krašto. Padėkite ant viršaus 3 „Big Green Egg Charcoal Starters“ (uždegtukus).
- Visiškai atidarykite pagrindo apačioje esančią sklendę ir uždekite uždegtukus. Palikite dangtį atidarytą. Medžio anglys greitai įsideds, nes gaus pakankamai oro.
- Po 10–15 min., kai uždegtukai visiškai sudegs, įstatykite pageidaujamos komplektacijos priedus (priklausomai nuo to, ką ketinate gaminti).
- Uždarykite kepsninės dangtį ir uždėkite reguliatorių su skylutėmis. Keisdami apatinės sklendės ir reguliatoriaus su angomis padėtį nustatykite reikiamą temperatūrą.

**Dėmesio! Po to, kai įkursite kepsninę „Big Green Egg“, dangčio be didesnio reikalo nedarinėkite, kad temperatūra nenukristų.**

# KEPTI ANT GROTELIŲ SMAGU!

Įsigyti Big Green Egg nusprendėte tikriausiai todėl, kad šioje kepsninėje gaminant maistą galima pritaikyti įvairius gaminimo būdus. Štai kad ir klasikinis kepimas ant grotelių virš žioruojančių anglių. Mėgstate ant grotelių keptos žuvies, mėsos, paukštienos ir daržovių skonį? Tuomet jums tikrai patiks šie grilio receptai!

| Gaminimas                          | Svoris    | „Big Green Egg“ temperatūra | Temperatūra centre | Laikas (apytikslis.) |
|------------------------------------|-----------|-----------------------------|--------------------|----------------------|
| <b>Kepama ant grilio</b>           |           |                             |                    |                      |
| Daržovės ir vaisiai                | 20-100 g  | 220 °C                      | -                  | 2-5 min              |
| Vežiagyviai                        | 20-100 g  | 220 °C                      | 55 °C              | 13 min               |
| Žuvis                              | 150-250 g | 220 °C                      | 55 °C              | 13 min               |
| „Côte de boeuf“ antrektas          | 1 kg      | 230 - 250 °C                | 52-58 °C           | 16-20 min            |
| Šonkaulinis kepsnys                | 100-250 g | 220 °C                      | 50-68 °C           | 5-10 min             |
| Ėrienos šonkauliukai               | 100-250 g | 220 °C                      | 50-68 °C           | 5-10 min             |
| Viščiukas                          | 100-250 g | 150 °C                      | 77 °C              | 16-20 min            |
| Anties krūtinėlė                   | 300 g     | 190 -200 °C                 | 54 °C              | 6-8 min              |
| <b>Netiesioginis kepimas</b>       |           |                             |                    |                      |
| Kiaulienos sprandinė               | 2-5 kg    | 120 °C                      | 65 °C              | 4 Val.               |
| Ėrienos kumpis                     | 2-5 kg    | 120 °C                      | 55 °C              | 3 Val.               |
| Uodeginė kumpinė                   | 2-5 kg    | 120 °C                      | 48 °C              | 1,5 Val.             |
| Visa višta                         | 1,5 kg    | 180 °C                      | 77 °C              | 75-90 min            |
| Vištienos šlaunelės                | 250 g     | 180 °C                      | 77 °C              | 35-34 min            |
| Vištienos krūtinėlė                | 250 g     | 180 °C                      | 77 °C              | 16-20 min            |
| <b>Rūkymas</b>                     |           |                             |                    |                      |
| Kiaulienos sprandinė               | 2-5 kg    | 90 °C                       | 65 °C              | 8-9 Val.             |
| Uodeginė kumpinė                   | 1-3 kg    | 90 °C                       | 48 °C              | 1,5 Val.             |
| Lašiša                             | 180 g     | 90 °C                       | 50 °C              | 20-25 min            |
| <b>Troškinimas</b>                 |           |                             |                    |                      |
| Mėsos troškiny                     | 2-8 kg    | 150 °C                      | -                  | 3-4 Val.             |
| Daržovių troškiny                  | 1-5 kg    | 150 °C                      | -                  | 20 min               |
| <b>Kepimas ant akmens plokštės</b> |           |                             |                    |                      |
| Pica (pagrindas 2-3mm storio)      | -         | 250 °C                      | -                  | 6-10 min             |
| Bulvės su lupena                   | -         | 150 °C                      | -                  | 2-3 Val.             |
| Šakninės daržovės su lupena        | -         | 150 °C                      | -                  | 2-3 Val.             |
| Karštas šokoladinis pyragaitis     | -         | 200 °C                      | -                  | 15 min               |



# KEPTAS OTAS, SALOTOS IR SMIDRAI

su pomidorais, pagardintais parmezanu



4 PORCIJOS

**Pasiruošimas iš anksto: 20 min.**

**Gaminimo trukmė: 20 min.**

2 oto filė be odelės (maždaug 300 g svorio)  
2 nedidelės romaninių salotų gūžės  
12 žalių smidrų ūglių  
augalinio aliejaus (grotelėms ištepti)  
2–3 v. š. alyvuogių aliejaus

## **Pomidorai:**

100 g tarkuoto parmezano  
100 g nesūdyto kambario temperatūros sviesto  
100 g panko džiovėsėlių  
4 ančiuvų filė  
1 baziliko šakelė  
2 dideli, mėsingi pomidorai (pvz., „Jaučio širdis“)  
1 lygialapės petražolės šakelė

## **Priedai:**

■ Ketaus grotelės

## **PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

■ Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję ketaus grotelės, įkaitinkite iki 230 °C.

■ Tuo tarpu paruoškite pomidorus. Parmezaną ir sviestą išsukite iki vientisos masės, po to įmaišykite džiovėsėlius. Gautą mišinį sudėkite ant tvirtos plėvelės ir uždenkite antru plėvelės lakštu. Iškočiokite, kol susidarys maždaug 3 mm storio sluoksnis. Įdėkite į šaldytuvą mažiausiai 10 min., kad sukietėtų.

■ Oto filė nusauskite popieriniu rankšluosčiu. Salotų gūžes išilgai perpjaukite per pusę. Stenkitės pjauti taip,

kad lapai neatsiskirtų nuo pagrindo. Nulaužykite sumedėjusius smidrų galiukus ir, jei reikia, nuskuskite apatinę ūglių dalį. Smulkiai sukapokite ančiuvų filė. Nuskabykite baziliko lapelius, smulkiai sukapokite ir sumaišykite su ančiuviais.

## **GAMINIMAS**

■ Išmirkykite gabalėlį popierinio rankšluosčio aliejuje ir suėmę žnyplėmis nuvalykite įkaitusias grotelės. Kartokite kelis kartus, kol grotelės liks švarios. Tai padaryti svarbu, kad oto filė neprikeptų.

■ Pomidorus išilgai perpjaukite per pusę ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais. Išimkite parmezano masę iš šaldytuvo ir padalykite į keturias dalis. Vienos dalies turi pakakti vienos pomidoro puselės pjūvio vietai uždengti. Pomidorų puseles aptepkite ančiuvų mišiniu ir uždenkite parmezano gabalėliu.

■ Išdėliokite pomidorus pjūvio puse į viršų ir uždenkite Big Green Egg kepsninės dangtį. Kepkite maždaug 2 min. Tuo tarpu salotas, smidrus ir oto filė iš visų pusių aptepkite alyvuogių aliejumi. Nuskabykite petražolių lapelius ir smulkiai sukapokite.

■ Salotas ir smidrus išdėliokite ant grotelių ir 1 minutei uždenkite Big Green Egg kepsninės dangtį. Tuomet likusį grotelių plotą ištepkite alyvuogių aliejumi ir toje vietoje išdėliokite oto filė tamsesne puse į apačią. Kepkite 2–3 min.

■ Praėjus nurodytam laikui apverskite oto filė. Geriau neskubėti, kad žuvis neprikeptų prie grotelių. Apverskite salotas ir smidrus. Kepkite viską dar 2–3 min., po

to išimkite žuvį iš kepsninės. Daržoves kepkite dar 1 min. Iš viso pomidorus reikia kepti maždaug 10 min., salotas ir smidrus – po 3–4 min. iš abiejų pusių, o oto filė – po 2–3 min. iš abiejų pusių. Kaskart apvertę ingredientus uždarykite kepsninės dangtį.

■ Oto filė, salotas, smidrus ir pomidorus išdėliokite lėkštėse arba patiekite ant gražios lentos. Prieš patiekdami pomidorus apibarstykite smulkintomis petražolėmis.

## Grilio patarimai:

**Kepti ant grotelių žuvis gana sunku, todėl prieš pat kepant reikia patepti grotelės ir žuvį aliejumi. Kepdami žuvies filė ant grotelių pirmiausiai dėkite odelę. Ši pusė riebesnė, todėl ant grotelių liks riebalų sluoksnis, ir filė neprikeps.**

4 PORCIJOS

# PIRI PIRI VIŠČIUKAS

su keptomis daržovėmis ir čimičiuri padažu

**Pasiruošimas iš anksto: 15 min.**

**(papildomai 2 val. marinuoti)**

**Gaminimo trukmė: 70 min.**

1 kukurūzinis viščiukas (maždaug 1,2 kg svorio)  
1 geltonoji cukinija  
1 žalioji cukinija  
6 žalios mažosios paprikos  
6 geltonos mažosios paprikos

## **Piri piri marinatui:**

1 rausvasis svogūnas  
2 česnakų skiltelės  
2 raudonos aitriosios paprikos  
6 kardamonų ankštys  
1 v. š. juodųjų pipirų grūdelių  
6 gvazdikėliai  
1 v. š. rupios jūros druskos  
1 v. š. maltos saldžiosios paprikos  
1 v. š. kario miltelių  
¼ a. š. maltų muskato luobelų  
½ a. š. džiovintų raudonėlių  
3 gabalėliai imbiero sirupe  
3 v. š. alyvuogių aliejaus

## **Čimičiuri padažui:**

2 tvirti, mėsingi pomidorai (pvz. „Jaučio širdis“)  
2 šaltiniai svogūnėliai  
1 česnako skiltelė  
1 raudona aitrioji paprika  
2 šakelės lygialapio petražolio  
10 laiškinių česnakų laiškų  
3 v. š. alyvuogių aliejaus  
1 a. š. maltų garstyčių  
¼ a. š. maltų laurų lapų  
1 v. š. ryžių acto

## **Priedai:**

• Ketaus grotelės

• Apvalus ketaus puodas

• Momentinis skaitmeninis termometras

## **PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

▶ Paruoškite piri piri marinatą. Nulupkite ir stambiai sukapokite svogūnėlius ir česnako skilteles. Pašalinkite aitriųjų paprikų kotelį ir sėklas, o minkštimą stambiai sukapokite. Visus prieskonius sugrūskite grūstuvėje arba sumalkite elektriniu malūnėliu. Sudėkite likusius marinatui skirtus ingredientus ir sutrinkite iki vientisos masės.

▶ Virtuvinėmis žirkklėmis perkirkite viščiuko šonkaulius abipus stuburo. Stuburą pašalinkite, o viščiuką išskleiskite ir prispauskite rankomis, kad išeitų išklotinė. Viščiuką iš abiejų pusių ištrinkite marinatu. Uždenkite ir marinuokite šaldytuve mažiausiai 2 val.

## **GAMINIMAS**

▶ Uždekite Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję ketaus grotelės, įkaitinkite iki 200 °C. Paruoškite čimičiuri padažą. Ant viryklės prikaistuvyje užvirinkite

vandenį. Į dubenį įpilkite šalto vandens. Sumažinkite kaitrą, pomidorų luobelę viršuje įpjaukite kryžmai ir panardinkite pomidorus į verdantį vandenį maždaug 10 sekundžių. Nedelsdami perkelkite juos į šaltą vandenį. Nulupkite luobelę, o pomidorus perpjaukite per pusę. Sėklas pašalinkite, o minkštimą supjaustykite kubeliais.

▶ Nulupkite ir smulkiai sukapokite šaltinius svogūnėlius bei česnako skiltelę. Pašalinkite aitriosios paprikos kotelį ir sėklas, o minkštimą smulkiai sukapokite. Nuskabykite petražolių lapus ir susmulpinkite drauge su laiškinais česnakais.

▶ Į Big Green Egg kepsninę įdėkite ketaus puodą ir jame įkaitinkite alyvuogių aliejų. Sudėkite svogūnėlius ir česnaką ir uždarykite dangtį. Kepkite kelias minutes, kol svogūnėliai taps skaidrūs, retkarčiais pamaišydami.

▶ Išimkite puodą iš Big Green Egg kepsninės ir įmaišykite maltas garstyčias, laurų lapus ir actą. Įmaišykite kubeliais supjaustytus pomidorus, susmulkintas aitriasias paprikas ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais. Atvėsinkite iki kambario temperatūros. Tuo tarpu įkaitinkite kepsninę iki 170 °C. Į čimičiuri padažą įmaišykite petražoles bei laiškinius česnakus ir gautą mišinį sudėkite į dailų dubenėlį.

▶ Viščiuko išklotinę uždėkite ant grotelių odele į apačią ir uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį. Kepkite maždaug 10 min.

▶ Apverskite viščiuką ir kepkite dar 15–20 min. Tuo tarpu cukinijas supjaustykite maždaug 1 cm storio riekelėmis. Termometru patikrinkite, ar viščiukas iškepė. Įsmeikite termometro daviklį į storiausią viščiuko šlaunies dalį. Termometras turėtų rodyti 72 °C.

▶ Išimkite viščiuką iš Big Green Egg kepsninės ir uždenkite aliuminio folija. Cukinijų riekėles ir mažąsias paprikas išdėliokite ant grotelių ir kepkite maždaug 1,5 min. Pasukite daržoves ketvirtį rato ir kepkite dar 1,5 min., kol įsirėš dailus grotelių raštas. Po to daržoves apverskite ir kepkite iš kitos pusės dar 3 min. Praėjus pusei nurodyto laiko pasukite jas ketvirtį rato. Kaskart apvertę arba pasukę daržoves uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį.

▶ Išimkite daržoves iš kepsninės ir patiekite su čimičiuri padažu bei keptu piri piri viščiuku.

## Grilio patarimai

Išsikepėte kiaulienos, jautienos arba paukštienos? Uždenkite mėsą aliuminio folija ir prieš pjaustydami palaikykite 5–10 min. Mėsa išliks sultinga.



# KEPTAS ŽIEDINIS KOPUSTAS, SALIERAS IR BAKLAŽANAS

4 PORCIJOS

su bulvių gratinu

**Pasiruošimas iš anksto: 20 min.**

**Gaminimo trukmė: 65 min.**

- 1 žiedinis kopūstas
- 2 saliero riekės (2 cm storio)
- 1 baklažanas
- 1 česnako skiltelė
- ½ čiobrelio šakelės
- ½ rozmarino šakelės
- 3 v. š. alyvuogių aliejaus
- 1 a. š. „Ras el Hanout“ prieskonių mišinio
- 16 vyšninių pomidorų

## Bulvių gratinui:

- 2 svogūnai
- 400 g miltinių bulvių
- 1 poras
- 1 v. š. alyvuogių aliejaus
- 300 ml plakamosios grietinės
- 50 g tarkuoto brandinto sūrio
- 50 g tarkuoto parmezano

## Priedai:

- 🍄 Ketaus grotelės
- 🍄 Ketaus grotelių kėliklis
- 🍄 convEGGtor laikiklis
- 🍄 Ketaus keptuvė

## PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

▶ Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję ketaus grotelių, įkaitinkite iki 220 °C. Tuo tarpu nuskabykite žiedinio kopūsto lapelius ir supjaustykite daržovę maždaug 2 cm storio riekėmis. Nulupkite saliero riekės. Baklažaną išilgai perpjaukite per pusę. Nulupkite ir smulkiai supakopkite česnako skiltelę. Nuskabykite čiobrelį ir rozmariną lapelius ir smulkiai supakopkite.

## GAMINIMAS

▶ Baklažano puseles aptepkite 1 v. š. alyvuogių aliejaus, pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais ir apibarstykite česnakais, čiobreliais ir rozmariniais. Sudėkite jas ant grotelių pjūviu į apačią ir uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį. Baklažanus kepkite 5 min., po to apverskite odele į apačią ir kepkite dar 10 min.

▶ Tuo tarpu žiedinio kopūsto riekės aptepkite 1 v. š. alyvuogių aliejaus ir

pabarstykite „Ras el Hanout“ prieskoniais. Saliero riekės aptepkite likusiu alyvuogių aliejumi ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais. Išdėliokite daržoves ant grotelių ir kepkite po 3 min. iš abiejų pusių.

▶ Išimkite keptas daržoves iš kepsninės ir atidėkite. Kėlikliu išimkite iš kepsninės ketaus grotelės, įdėkite convEGGtor laikiklį ir vėl įdėkite grotelės. Ant jų uždėkite ketaus keptuvę. Uždarykite Big Green Egg dangtį ir sumažinkite temperatūrą iki 200 °C.

▶ Tuo tarpu nulupkite ir supakopkite bulvių gratinui skirtus svogūnus. Bulves nulupkite ir supjaustykite 0,5 cm dydžio kubeliais. Porus supjaustykite plonais žiedais.

▶ Keptuvėje įkaitinkite alyvuogių aliejų. Sudėkite svogūnus ir pakepinkite porą minučių, kol taps permatomi. Įmaišykite bulvių kubelius ir supilkite į keptuvę grietinėlę. Uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį ir kepkite apie 20 min., kol bulvės šiek tiek suminkštės.

▶ Į bulvių mišinį atsargiai įmaišykite porą. Pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais ir suberkite abiejų rūšių sūrį. Uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį ir kepkite gratiną maždaug 10 min., kol sūriai išsilydys.

▶ Galiausiai išdėliokite keptas daržoves ir pomidorus ant gratino ir kepkite viską dar 10 min. Patiekite.

## Grilio patarimai:

Prieš dėdami ant grotelių daržoves, ypač tokias trapias kaip salotos arba trūkažolės, pirma apšlakstykite alyvuogių aliejumi. Tuomet jos nepriekš prie grotelių.



## Ketaus grotelės

Ant patiekalo atsispaudęs grotelių raštas – tai tarsi šefo parašas. Naudodami šias ketaus grotelės, uždėsite savo parašą ant laiškos pjausnių, didkepsnių ir daržovių. Ant šių grotelių iškeptas maistas bus padengtas gardžia ir dailia plutele, o viduje išliks nepaprastai sultingas. Ar jau pasirašėte ant savo patiekalo? Patiekite.



## Kad ketaus grotelės visada būtų kaip naujos

Ketaus grotelės – nepamainomas grilio priedas. Būtent ant jų iškepti patiekalai būna gardūs ir dailiai apskrudę! Dalijamės patarimais, kaip prižiūrėti ketaus grotelės, kad jos visada būtų kaip naujos.

- Išimdami ir įdėdami grotelės į Big Green Egg kepsninę visada naudokite ketaus grotelių kėliklį. Su juo lengvai ir tvirtai suimsite sunkias grotelės. Ketūs – gana trapi medžiaga. Netyčia nukritusios grotelės gali sudužti.
- Nedėkite šaltų ketaus grotelių į įkaitusią kepsninę – verčiau pamažu jas įkaitinkite Big Green Egg kepsninei šylant iki pageidaujamos temperatūros. Esant dideliu temperatūrų skirtumui grotelės gali įskilti.
- Grotelės nušveiskite šepetėliu, kol dar šiltos.
- Retkarčiais patartina grotelės ištepti aliejumi, kad jos pasidengtų apsauginiu sluoksniu. Tuomet prie grotelių nelips maistas ir dulkės, jos bus apsaugotos nuo korozijos. Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir įdėkite ketaus grotelės. Įkaitinkite kepsninę iki 180–200 °C. Užstumkite traukos angą, uždėkite rEGGulator ir palaikykite grotelės kepsninėje maždaug valandą. Jos turėtų pakeisti spalvą. Tuomet kruopščiai ištepkitė grotelės augaliniu aliejumi, pvz., žemės riešutų. Dar kartą įkurkite anglis ir vėl įkaitinkite Big Green Egg kepsninę iki 180–200 °C. Užstumkite traukos angą, uždėkite rEGGulator ir palaikykite grotelės kepsninėje maždaug valandą.

# FLAVOUR VIRTUOSO

OUR SENSES ARE A GIFT  
TO ENJOY LIFE TO THE FULLEST  
**BIGGREENEGG.EU**

Pietro Leeman  
Joia

1 Michelin star





# SĖKMĖS PASLAPTIS

Nuo pat tada, kai 2002 m. Roterdamo uoste buvo iškrautas pirmas Big Green Egg kepsninių konteineris, jos pamažu užkariavo Europą. Dabar tikri maisto mylėtojai negali apsieiti be tokios kepsninės. Šios unikalios molinės krosnies pagrindu sukurtos kepsninės istorija prasidėjo prieš kelis tūkstančius metų...

## Universalus maisto gaminimo prietaisas

„Šeštajame XX a. dešimtmetyje buvau karinio jūrų laivyno leitenantas, tarnavau Japonijoje, – pradėjo pasakoti Ed Fisher (g. 1934). – Ten susipažinau su pachinko žaidimų aparatais ir kamado indais. Kaip ir kiti karininkai, įvertinau šių prietaisų potencialą ir grįžęs į tėvynę ėmiau juos importuoti ir pardavinėti. Dar vienas neišdildomą įspūdį palikęs dalykas – skonis patiekalų, pagamintų kamado. Šie prietaisai buvo sukurti senų molinių indų, naudotų daugiau nei 3000 metų, pagrindu. XX a. pr. šiems indams buvo pritaikyti dangčiai, ir japonai juose pradėjo virti ryžius. Tačiau mes, įkvėpti amerikietiškos barbekiu kultūros, ant indo uždėjome groteles, kad galėtume rūkinti produktus ir kepti sultingus kepsnius. Taip ryžių virtuvos tapo universaliu maisto gaminimo prietaisu.“



## Išskirtinė spalva

Ed pasakoja: „Kai 1974 m. Atlantoje atidariau parduotuvę, iš pradžių didžiausią dėmesį skyrėme pachinko aparatams. Mūsų pirkėjų nežavėjo moliniai indai, kuriuos importavau iš Taivano ir Japonijos. Žmonėms nepatiko ir pats žodis kamado, japoniškai reiškiantis tam tikrą viryklę. Reikėjo patrauklesnio pavadinimo, be to, norėjau, kad visi kamado būtų vienos lengvai atpažįstamos spalvos. Galiausiai išsirinkau žalią, o kadangi prietaisas buvo didelis ir kiaušinio pavidalo, gimė prekės ženklas Big Green Egg (liet. didelis žalias kiaušinis)! Kad parodyčiau žmonėms, koks skanus ir sultingas būna Big Green Egg iškeptas maistas, priešais parduotuvę pastačiau kepsninę, kurioje kepdavau, pavyzdžiui, vištų sparnelius, ir vaišindavau žmones. Tai sužadino žmonių smalsumą, o paragavę gardžių Big Green Egg kepsninių pagamintų patiekalų jie įsitikino pridėtine prietaiso verte.“

## Geriausia kamado pasaulyje

„Pardavimo apimtis didėjo, – tęsia Ed. – Bet man nepatiko tuo metu importuojamų EGG kepsninių kokybė. Molis buvo labai trapus, gabenami prietaisai dažnai suduždavo, o įkaitinti daugiau nei iki 200 °C imdavo skilinėti. Net prekyvome medžiagomis jiems remontuoti. Atsižvelgiant į mano ir pirkėjų patirtį dizainas buvo pamažu pakeistas. Vienu metu supratome, jog temperatūrą lengviau reguliuoti, jei naudojami ne briketai, o kokybiškos anglys. Ir šiuo metu griežtai rekomenduojame nenaudoti briketų. Įdėjome į Big Green Egg termometrą ir dairėmės geresnės medžiagos nei molis, siekdami sukurti geriausią kamado pasaulyje.“



## Išskirtinės kokybės keramika

„Dešimtojo dešimtmečio viduryje pradėjome bendradarbiauti su itin modernia gamykla Meksikoje, – tęsia Ed. – Ši šalis garsėja įspūdinga keramikos istorija, išskirtiniais gamybos būdais ir meistriškumu šioje srityje. Nuo to laiko Big Green Egg kepsninės gaminamos tik iš išskirtinės kokybės keramikos, pasitelkiant NASA išvystytą technologiją. Tokią keramiką galima įkaitinti mažiausiai 100 000 kartų, ir jos kokybė nenukentės. Negana to, keramika buvo padengta tvirta apsaugine porceliano glazūra. Nuo to laiko išskirtinė žalia spalva nebluko ir nekito, nors anksčiau, ypač atšiauriomis oro sąlygomis, taip nutikdavo.“

## Dažnai kopijuojama, bet neprilygstama

„Sukūrėme išskirtinį maisto gaminimo prietaisą, kuris daugeliu atžvilgių buvo ne tik tvirtesnis, bet ir patvaresnis. Gebėjimas išlaikyti kaitrą buvo ir tebėra neprilygstamas. Tokiai kepsninei pakanka kur kas mažiau anglių, o temperatūra EGG viduje tapo stabilesnė, jos neveikia lauko temperatūra. Be to, tokias EGG kepsnines galima nesunkiai įkaitinti iki 350 °C, taigi, jos tapo dar universalesnės nei anksčiau. Pasiekiau savo tikslą! Reikia paminėti, kad Big Green Egg dažnai kopijuojama, bet neprilygstama. Big Green Egg yra kamado, bet ne kiekviena kamado yra Big Green Egg ir mes tuo nepaprastai didžiuojamės!“ – taria Ed Fisher, baigdamas savo sėkmės istoriją, atskleidžiančią, kodėl Big Green Egg taip visų mylima ir kaip ši kepsninė pamažu užkariavo pasaulį.





**Google paieškos laukelyje įvedę žodį „Kopenhaga“ neišvengiamai rasite informacijos apie Nyhavn (liet. Naujasis uostas) rajoną – vieną lankomiausių miesto vietų. Spalvingų kavinių ir restoranų terasos sausakimšos turistų, besidarančių asmenukės. Tačiau jei norite patirti autentišką Kopenhagos maisto kultūrą, reikės išklysti iš praminto tako.**

Kopenhaga – nuostabus miestas. Šios sostinės centras patogus ir kompaktiškas, jame atradimų ras ir tie, kurie atvyko apsipirkti arba pasigėrėti kultūriniais traukos objektais, ir tie, kurie nori pamaloninti skonio receptorių. Kopenhaga – Naujosios šiaurės šalių virtuvės lopšys. Šis kulinarinis fenomenas ne tik užkariavo Skandinaviją, bet ir paplito pasaulyje, padėdamas daugeliui šefų iš naujo atrasti Skandinavijos virtuvę. Naujosios virtuvės pirmtakas – danas Clausas Meyeris, svetingumo srityje dirbantis verslininkas, mitybos mokslo specialistas, knygų

autorius, TV šefas ir maisto filosofas. 2004 m. restorano „Noma“ įkūrėjas drauge su restorano šefu René Redzepiu ir dar keliais iškiliais Skandinavijos šefais suorganizavo Šiaurės šalių virtuvės simpoziumą ir paskelbė Naujosios šiaurės šalių virtuvės manifestą, kuriame išdėstė dešimt tikslų. Rezultatas – virtuvė, kurioje dėmesys skiriamas ne tik maistui, bet ir žmogui, gamtai ir tvarumui, kurioje svarbus grynas, paprastas, šviežias, nuoširdžiai pagamintas, autentiškas iš vietinių ir sezoninių ingredientų paruoštas maistas. Tobulas derinys Big Green Egg kepsnei! Pats metas surengti maisto ekskursiją po Kopenhagą, kurios metu šefai Big Green Egg kepsninėse paruos firminius patiekalus.

#### **„Mission“, „Studio“ ir „Almanak“**

Pasidarius asmenukę Nyhavn rajone nereikės toli keliauti. Išėję iš Nyhavn įsukite tiesiai į Havnegade promenadą ir iškart pastebėsite „The Standard“ – akį traukiantį art deco stiliaus pastatą. Jis iškilo 1937 m.

# Kopenhagos maistas



**Šios sostinės centras patogus ir kompaktiškas, jame atradimų ras ir tie, kurie atvyko apsipirkti arba pasigėrėti kultūriniais traukos objektais, ir tie, kurie nori pamaloninti skonio receptorių.**

kaip muitinė ir Øresund kėlto į Malmę bilietų kasa. Muitinei 2002 m. užsidarius pastatas buvo parduotas ir paverstas restoranu. 2013 m. jį perėmė nauji investuotojai, tarp kurių buvo Clausas Meyeris. Pastate veikia privatus valgomasis ir trys skirtingi restoranai: „Mission“, „Studio“ ir „Almanak“. Visi turi atskirus šefus ir komandas. Restoranas „Mission“ – naujausias. Tai jaunas ir maloniai kasdieniškas Viduržemio jūros regiono restoranas su užuomina į įvairias maisto kultūras, susiliejančias San Fransisko Mission rajone. Tvarumo principas restorane aprėpia ne tik lėkštėse patiekiamą maistą – stalai pagaminti iš senų rėmų, o svečiai sėdi ant keistų iš metalo laužo pagamintų kėdžių.

## **Skaniausi daniški sumuštiniai smørrebrød**

„Studio“ siūlo ypač aukšto lygio maistą – tiek tiesiogine, tiek perkeltine prasme. Šis nedidelis restoranas vos per metus užsitarnavo Michelin žvaigždutę. Svečiai, sėdėdami prie aukštų stalų ir ragaudami Šiaurės šalies ir Čilės virtuvių įkvėptus patiekalus gali gėrėtis nuostabiais vaizdais į vandenį. Tačiau jei norite atrasti autentišką danišką virtuvę, privalote aplankyti „Almanak“. Vakaro meniu rasite šiuolaikinių, rafinuotų patiekalų, pagamintų iš vietinių ingredientų laikantis daniškų tradicijų. Tuo tarpu dienos metu galima paragauti bene skaniausių daniškų sumuštinų smørrebrød visoje Kopenhagoje. Šefui Davidui Marcui Segato Pederseniui patinka mintis vieną „Almanak“ sumuštinį paruošti Big Green Egg kepsninėje. Jis nedelsdamas imasi darbo.

## **Daniškų pietų klasika**

Valgiaraštyje – smørrebrød su kepta silke, kreminiu sūriu ir gruzdintais kaparėliais. Kol maistas gaminamas, šefas paaiškina, kad smørrebrød reiškia „smør og brød“, tai yra, tiesiog sviestas ir duona.



„Almanak“ receptas

# DANIŠKAS SUMUŠTINIS SMØRREBRØD SU KEPTA SILKE

**Pasiruošimas iš anksto: 20 min.**  
**Gaminimo trukmė: 10 min.**

4 PORCIJOS

4 (dvigubos) marinuotos silkės filė  
50 g petražolių  
3 kiaušiniai  
100 g ruginių miltų  
100 g grūdėtų garstyčių  
saulėgrąžų aliejaus grotelėms ištepti  
4 riekės ruginės duonos  
1–2 v. š. sviesto  
4 v. š. (rūkyto) kreminio sūrio  
2 v. š. gruzdintų kaparėlių  
pipirnių papuošti

## PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

▶ Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir įkaitinkite iki 200 °C. Tuo tarpu nuplaukite ir nusausinkite silkės filė. Nupjaukite filė galus, kad būtų lygūs. Nuskabykite petražolių lapelius. Maždaug ketvirtadalį lapelių atidėkite papuošti, o likusius smulkiai sukapokite. Negilioje lėkštėje išplakite kiaušinius, o kitoje įberkite ruginių miltų.

▶ Pasidėkite silkės filė ant stalviršio odele į apačią. Apteptkite grūdėtomis garstyčiomis, apibarstykite kapotomis petražolėmis ir sulenkite. Pamirkykite kiaušinių plakinyje ir ruginiuose miltuose.

## GAMINIMAS

▶ Ištepkite groteles saulėgrąžų aliejumi ir ant jų išdėliokite silkės filė. Įdėkite groteles į Big Green Egg kepsninę ir uždarykite dangtį. Kepkite filė maždaug 3 min., kol viena pusė apskrus. Po to apverskite ir kepkite kitą pusę dar 3 min. Tuo tarpu apteptkite ruginės duonos riekes sviestu, o kreminį sūrį sudėkite į konditerinį maišelį.

▶ Išimkite keptas silkes iš Big Green Egg kepsninės ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais. Ant kiekvienos duonos riekės uždėkite po silkę. Ant jos užspauskite kreminio sūrio, uždėkite gruzdintų kaparėlių, atidėtų petražolių ir pipirnių.

## Patarimas:

Keptas silkės filė galite patiekti dar šiltas ant ruginės duonos riekių, bet jas taip pat galima užmarinuoti.

Marinuota silkė bus rūgštesnė ir minkštesnė. Tai klasikinis daniškas patiekalas! Norėdami užmarinuoti silkes, pašildykite vandenį, actą ir cukrų lygiomis dalimis drauge su lauro lapu, 6 pipirų grūdeliais ir žiedais supjaustytu svogūnu, kol cukrus ištirps. Atvėsinkite gautą mišinį ir juo užpilkite keptas silkes. Marinuokite filė šaldytuve mažiausiai 1 dieną. Marinuotą silkę galite valgyti šaltą arba pašildytą Big Green Egg kepsninėje.



### Gruzdinti kaparėliai

Gruzdinti kaparėliai – gardu ir lengvai pagaminama. Prikaituvę įkaitinkite rapsų arba saulėgrąžų aliejų iki 180 °C. Tuo tarpu nukoškite kaparėlius kiaurasamtyje ir gerai nusauskite. Gruzdinkite kaparėlius apie 5 min., kol taps traškūs, sudėkite ant popierinio rankšluosčio, kad nuvarvėtų riebalai, ir pabarstykite šviežiai grūsta jūros druska.



XIX a. tokius pietus valgydavo ūkininkai ir darbininkai, dažnai sviestu apteptą ruginės duonos riekę papildydami vakarykštės vakarienės likučiais. Pamažu duona tapo geresnė, ingredientai atrenkami atidžiau, ir smørrebrød tapo tikru klasikiniu danišku patiekalu. 80–90 % daniškų sumuštinų vis dar gaminami su rugine duona, tačiau pastaruoju metu dažnai naudojama ir raugintos tešlos kvietinė duona. Davidas paragauja sumuštinio ir pritariamai linkteli galva. Jį sužavėjo Big Green Egg kepsninėje pagamintas patiekalas, ir šefas papildomai pagamina sumuštinį su keptais norveginiais omarais ir rūkytu majonezu.

### Mėsos kvartalas

Toliau traukiame į Mėsos kvartalą madingame Vesterbro rajone. XIX ir XX a. šiame kvartale glaudėsi mėsos pramonė – nuo skerdyklų iki mėsos perdirbimo įmonių. Šiais laikais industrinį kvartalą dėl daugybės restoranų ir barų pamėgo vietiniai gyventojai. Kvartalais pritraukia skirtingus žmones: išskirtinį alų terasose gurkšnojantįs jaunas žmones, veiklius verslininkus, užsukusius greitai papietauti, meilias poreles ir šeimas su vaikais. Nė vienas, įžengęs į „Bean Geeks Chocolate and Mikkeller General Store“, neišsina ko nors nenusipirkęs – juk sunku atsispirti vietoje gaminamam šokoladui arba išskirtiniam „Mikkeller“ alui. Hija de Sanchez, ilgus metus dirbusi Noma virtuvėje, Mėsos kvartale turi takų restoraną, o norintys prabangaus Viduržemio virtuvės maisto eina į „Gorilla“. Jei mėgstate mėsą, privalote aplankyti mėsos parduotuvę ir braseriją „Fleisch“. Jų ekologiškas tartaras tirpsta burnoje, o burbonas, pagardintas naminio rūkymo šonine, pasižymi dieviška skonių derme.

### Nuo nosies iki uodegos

Pirmas sustojimas Mėsos kvartale – „NOSE2TAIL Meatpacker“ restoranas, įsikūręs buvusios kepenų pašeto gamyklos rūsyje. Vietiniai šį restoraną tiesiog vadina



„Almanak“ receptas

4 PORCIJOS

## DANIŠKAS SUMUŠTINIS SMØRREBRØD su keptais norveginiais omarais ir rūkytu majonezu

**Pasiruošimas iš anksto: 35 min.**

**Gaminimo trukmė: 5 min.**

8 laiškinių svogūnų  
1 nedidelis baltasis svogūnas  
50 g sviesto  
50 ml rapsų aliejaus  
8–12 išgliaudyti norveginiai omarai  
4 riekės raugintos duonos  
12 nasturtų lapelių

**Rūkytam majonezui:**

150 ml rapsų aliejaus  
1 kiaušinio trynys  
1 v. š. Dižono garstyčių  
1 v. š. obuolių acto

**Priedai:**

• Ketaus prikaistuvis  
• Pekaninės karijos skiedros  
• convEGGtor laikiklis

**PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

▶ Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir įkaitinkite iki 80 °C. Tuo tarpu pradėkite ruošti rūkytą majonezą. Supilkite rapsų aliejų į ketaus prikaistuvį.

▶ Ant rusenančių anglių išdėliokite saują pekaninės karijos skiedrų ir į Big Green Egg kepsninę įdėkite convEGGtor bei grotėles. Uždekte prikaistuvį su aliejumi ant grotelių ir uždarykite kepsninės dangtį. Rūkinkite aliejų maždaug 10 min.

▶ Išimkite prikaistuvį su aliejumi iš Big Green Egg kepsninės ir visiškai atvėsinkite. Kad greičiau atvėstų,

galite perpilti į mažesnę talpą. Iš kepsninės išimkite grotėles ir convEGGtor laikiklį. Vėl įdėkite grotėles ir įkaitinkite Big Green Egg iki 250 °C.

▶ Nuskabykite išorinius laiškinių svogūnų lapus ir nupjaukite žalią laiškų dalį. Nulupkite ir per pusę perpjaukite svogūną. Išlydykite sviestą ir sumaišykite su rapsų aliejumi. Norveginis omaras ir duonos riekės aptepkite sviesto mišiniu.

▶ Pagaminkite majonezą. Plakikliu išplakite kiaušinio trynį su Dižono garstyčiomis, obuolių actu ir žiupsneliu druskos, kol mišinys įgaus šviesiai geltoną spalvą. Plakdami pamažu, plona srovele, supilkite rūkytą rapsų aliejų, kad majonezas nesukrėtų. Plakite, kol majonezas taps tirštas ir glotnus. Pagal skonį pagardinkite druska, pipirais ir, jei norite, obuolių actu.

**GAMINIMAS**

▶ Išdėliokite norveginis omarus, laiškinis svogūnus, svogūno puseles ir duonos riekės ant grotelių. Visą kepkitė maždaug 1 min., po to apverskite ir kepkitė dar 1 minutę. Kaskart uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį.

▶ Išimkite ingredientus iš kepsninės. Išdėliokite ant duonos riekės po 2 arba 3 norveginis omarus ir 2 laiškinis svogūnus. Svogūną supjaustykite plonomis skiltelėmis. Ant omarų uždėkite rūkyto majonezo ir po kelias skilteles kepto svogūno. Papuoškite nasturtų lapeliais.

➔ mėšine. Jis garsėja jautienos kepsniais ir kiaulienos patiekalais, įskaitant flæskesvør – traškiomis kiaulių odelėmis. Jei nemėgstate raudonos mėšos, valgiaraštyje visada rasite vištienos arba žuvies patiekalų. Gaminant flæskesvør kiaulių oda labai plonai supjaustoma. Nugrandžius riebalus odelės tris valandas verdamos ant nedidelės kaitros pasūdyta me vandenyje. Po to dvylika valandų džiovinamos 75 °C temperatūroje, o prieš pateikiant kelias sekundes pagruzdinamos augaliniame aliejuje. Odelės išsipučia, tampa maloniai traškos. Šis gardus užkandis apibarstomas kvapniu prieskonių mišiniu ir patiekiamas su naminiu majonezu.

#### Savamokslis šefas

Restorano vadybininkui Samui Musanai iškart patinka mintis paruošti patiekalą Big Green Egg kepsninėje. Jis pakviečia šefą Emilį Studnitzą. Emilis – savamokslis šefas, pasižymintis įgimtu talentu. Anksčiau jis trejus metus dirbo pas mėsininką vien tam, kad apie mėsą išmokytų viską, kas įmanoma. Big Green Egg kepsninėje čirškindamas kiaulienos antrekotą su keptomis daržovėmis, Emilis aiškina: „Norėdami parodyti svečiams, kad galima lengvai ir gardžiai paruošti visas kiaulienos dalis nieko neišmetant, kasdien į valgiaraštį įtraukiame šį tą naujo. Vasaros penktadieniais ir šeštadieniais terasoje pastatome didelį grilių ir žemoje temperatūroje kepame visą paršiuką. Kiauliena – neatsiejama tradicinės daniškos virtuvės dalis. Mėsą gauname iš nedidelių ūkių, kuriuose gyvuliai auginami dėmesingai ir pagarbiai. Tai atsispindi ir kokybėje.“ Antrekotai su daržovėmis jau iškepti. Rezultatas – nepaprastai sultinga išraiškingo skonio mėsa. Kam dėkoti – kokybiškai mėsa ar Big Green Egg kepsninei? O gal abiem kartu?

#### Kitas lygis

Galiausiai užsukame į dešrainių užkandinę Mėšos kvartale, ieškodami savininko Johno Michaelo Jenseno. Juk dešrainiai kaip ir smørrebrød – neatsiejama danų gyvenimo būdo dalis. Johnas ką tik atvyko ir jis taip pat nusiteikęs įveikti iššūkį ir Big Green Egg kepsninėje iškepti dešrainį. Nors jis labiau primena patyrusį jūrininką, Johnas karjerą pradėjo kaip konditeris. Dvylika metų vadovavus dešrainių kioskui Kopenhagos centrinėje stotyje atėjo metas permainingoms. Johnas aiškina: „Norėjau daugiau kūrybinės laisvės. Idėjų man nestigo, bet kadangi kioskas priklausė tinklui, neturėjau kaip jų išreikšti. Todėl 2017 m. čia įkūriau užkandinę „John's Hotdog Deli“. Norėjau tobulėti. Jau buvau sukūręs savo padažus. Viskas prasidėjo nuo aštraus padažo. Norėjau paties skaniausio. Prieš penkerius metus net nuvykau į JAV jo ieškoti, bet iš 55 ragautų padažų nė vienas man neįtikio.“

#### Geros dešrelės paslaptis

„Galiausiai vieno amerikiečio išklausiu paprasto recepto ir nuo jo atsispyręs eksperimentavau, kurdamas savo padažą. Dabar turiu 28 skirtingus padažus, kurie platinami visoje Skandinavijoje.“ Johnas pabrėžia, kad kai kuriais padažais prekiaujama tik maždaug tris mėnesius. „Pavyzdžiui, jei nepavyksta gauti gerų aitrųjų paprikų, aštraus padažo negaminame.“ Skirtingos marinuotos daržovės ir čatniai, patiekiami su dešrainiais, taip pat gaminami paties Johno virtuvėje, o dešrelės, kurias siūlo užkandinė, pagamintos pagal jo receptą. Drauge su dešrelės gaminančiu vietos mėsininku Johnas sukūrė dešimt skirtingų rūšių. Naujausias asortimento papildymas – šernienos dešrelės. Kokia geros dešrelės paslaptis? „Kokybiška mėsa, riebalai ir vyšnių vynos, tvirtas apvalkalas ir tinkamas paruošimas“, – atskleidžia Johnas. Na, kepant Big Green Egg problemų tikrai nekils! Visų firminių patiekalų, ragautų šios kelionės metu, receptai ir Big Green Egg kepsninė suteiks progą pažinti Kopenhagos maisto kultūrą neiškeliant kojos iš namų.

# DŽONO DEŠRAINIAI

4 PORCIJOS

**Pasiruošimas iš anksto: 30 min.**  
**(papildomai marinuoti)**  
**Gaminimo trukmė: 30 min.**

4 šviežios jūsų mėgstamos dešrelės  
4 dešrainių bandelės  
pasirinkto padažo

**Saldžiarūgštėms morkoms:**  
500 ml acto  
250 g cukraus  
1 kg violetinių morkų

**Saldžiarūgščiams svogūnams:**  
350 ml acto  
135 g cukraus  
1 žvaigždanyžis  
1 kg rausvųjų svogūnų

**Vyšnių čatniui:**  
1 kg rausvųjų svogūnų  
250 ml obuolių acto  
250 ml vyšnių vyno  
200 g cukranendrių cukraus  
1 žvaigždanyžis

#### Priedai:

- convEGGtor laikiklis
- skysčių surinkimo talpa
- Quick-Read termometras

#### PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

▶ Pagaminkite saldžiarūgštės morkas. Prikaistuvyje užvirinkite acto ir cukraus mišinį, pagal skonį pagardintą druska ir pipirais. Išjunkite kaitrą ir atvėsinkite mišinį. Tuo tarpu nuskuskite morkas ir sutarkuokite arba supjaustykite plonomis juostelėmis. Sudėkite smulkintas morkas į stiklainį ir užpilkite atvėsintu saldžiarūgščiu marinatu. Užsukite stiklainį ir marinuokite bent 1 savaitę.

▶ Pagaminkite saldžiarūgščius svogūnus. Prikaistuvyje užvirinkite acto ir cukraus mišinį, įdėję žvaigždanyžį ir druskos bei pipirų pagal skonį. Išjunkite kaitrą ir atvėsinkite mišinį.

▶ Tuo tarpu nulupkite rausvuosius svogūnus ir supjaustykite plonais žiedais. Sudėkite svogūnų žiedus į stiklainį ir užpilkite atvėsintu saldžiarūgščiu marinatu. Užsukite stiklainį ir marinuokite bent 1 dieną.

▶ Nulupkite ir supjaustykite vyšnių čatniui skirtus rausvuosius svogūnus. Sumaišykite su obuolių actu, vyšnių vynu, cukrumi, žvaigždanyžiu ir druska bei pipirais pagal skonį. Viską sudėkite į prikaistuvį. Užvirinkite svogūnų mišinį, sumažinkite kaitrą ir palikite burbuliuoti 7–8 val., kol čatnis sutirštės. Nukelkite puodą nuo kaitros ir atvėsinkite. Čatnį galite patiekti iš karto arba laikyti stiklainyje.

#### GAMINIMAS

▶ Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję convEGGtor, skysčių surinkimo talpą ir grotelles, įkaitinkite iki 170 °C.

▶ Išdėliokite dešreles ant grotelių ir uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį. Kepant dešreles netiesioginėje kaitroje ir žemoje temperatūroje jų odelė neplies, o nuvarvėjęs riebalams nekils liepsnos pliūpsnių.

▶ Praėjus maždaug 5 min. apverskite dešreles. Iš viso jas kepkite apie 15 min., kol gražiai apskrus iš visų pusių, o temperatūra viduje pasieks 65–70 °C. Temperatūrai pamatuoti galite naudoti Quick-Read termometras.

▶ Prapjaukite dešrainių bandeles ir išimkite dešreles iš Big Green Egg. Išdėliokite bandeles ant grotelių pjūvio vieta į apačią ir kepkite maždaug 30 sek. Nepamirškite uždaryti Big Green Egg dangčio.

▶ Išimkite bandeles iš kepsninės, įdėkite į jas po dešrelę ir patiekite su saldžiarūgštėmis morkomis, marinuotais svogūnais, vyšnių čatniu ir pasirinktu padažu.



#### Quick-Read termometras

Oficialiai šis gaminytis vadinamas Big Green Egg Quick-Read skaitmeniniu maisto termometru. Pavadinimas kalba pats už save. Vos per kelias sekundes termometras išmatuoja temperatūrą avies kumpio arba įdarytos vištos viduje. Labai tikslus (matuoja temperatūrą iki 300°C!). Patogus, nedidelis, o termometro rankena atstoja dėklą.



„John's Hotdog Deli“

receptas



## KIAULIENOS ANTREKOTAS

su keptomis daržovėmis

**Pasiruošimas iš anksto: 20 min.**

**Gaminimo trukmė: 15 min.**

4 kiaulienos antrekotai (priekinės šonkaulių dalies pjaušniai su kaulu)  
2–3 v. š. citrininių čiobrelių aliejaus  
su keptais česnakais (žr. receptą)

### Daržovės:

10 mažų bulvių

1 morka

¼ violetinio žiedinio kopūsto

¼ balto žiedinio kopūsto

¼ žiedinio kopūsto „Romanesco“

¼ geltono žiedinio kopūsto

16 šparaginių pupelių

3 laiškinių svogūnų

3 v. š. saulėgrąžų aliejaus

### Priedai:

convEGGtor laikiklis

Maža ketaus keptuvė

Momentinis skaitmeninis termometras

kepkite dar 2,5 min. Antrekotus apverskite ir vėl kepkite po 2,5 min., pasukdami ketvirtį rato. Tuo pačiu apverskite daržoves. Patikrinkite, ar daržovės iškepusios al dente, ir skaitmeniniu termometru pamatuokite temperatūrą antrekotų viduje. Jei turite aukštos kokybės mėsą, pakaks, kad temperatūra siektų 56 °C. Tuomet ji bus labai sultinga. Jei abejojate, kepkite, kol temperatūra pasieks apytiksliai 65 °C. Jei reikia, mėsą ir daržoves kepkite ilgiau.

Apibarstykite daržoves (ir antrekotus, jei pageidaujate) druska bei pipirais ir išdėliokite lėkštėse.

## Patarimas:

Jei norite paprasčiau, galite naudoti vienos rūšies žiedinį kopūstą.

### PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

Uždėkite Big Green Egg kepsninėje anglis ir įdėję convEGGtor laikiklį bei groteles, įkaitinkite iki 200 °C.

Tuo tarpu paruoškite daržoves. Kruopščiai nuplaukite bulves. Sudėkite jas į puodą, užpilkite vandeniu ir užvirinkite. Sumažinę kaitrą virkite 7–10 min., kol bus beveik išvirusios. Nuskusite ir supjaustykite morkas. Įvairių rūšių žiedinius kopūstus supjaustykite žiedynais. Nuskabykite šparaginių pupelių galiukus, o laiškinius svogūnus stambiai sukapokite.

Nusunkite bulves, atvėsinkite ir supjaustykite ketvirčiais.

### GAMINIMAS

Kiaulienos antrekotus iš abiejų pusių aptepkite citrininių čiobrelių aliejumi su keptais česnakais ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais. Keptuvėje įkaitinkite saulėgrąžų aliejų.

Išdėliokite kepsnius ant grotelių, o daržoves – keptuvėje. Uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį. Mėsą ir daržoves kepkite maždaug 2,5 min., po to antrekotus pasukite ketvirtį rato, kad mėsos paviršiuje įsirėžtų dailus grotelių raštas, o daržoves apverskite. Uždarykite kepsninės dangtį ir viską

## Citrininių čiobrelių aliejus su keptais česnakais

¾ česnako galvutės

½ ryšelio citrininių čiobrelių

250 ml ypač tyro alyvuogių aliejaus

250 ml saulėgrąžų aliejaus

Įkaitinkite sausą keptuvę. Per pusę perpjaukite česnako skilteles, sudėkite į keptuvę ir kepinkite, kol paruduos.

Sudėkite česnaką ir citrininio čiobrelio šakeles į alyvuogių ir saulėgrąžų aliejaus mišinį ir viską įkaitinkite iki 50 °C. Palaikykite tokią temperatūrą maždaug 20 min. Po to išjunkite kaitrą ir atvėsinkite aliejų.

Perkoškite aliejų ir naudodami piltuvėlį supilkite į švarų butelį. Aliejų galima naudoti maždaug 4 mėnesius. Jis tiks ne tik prie kiaulienos, bet ir prie bulvių.

„NOSE 2 TAIL“

receptas

4 PORCIJOS



## SENOLIŲ IŠMINTIS IR PAŽANGIOS TECHNOLOGIJOS

Norint sužinoti daugiau apie Big Green Egg teks nusikelti laiku į tolimą praeitį. Daugiau nei prieš 3000 metų Rytų Azijoje žmonės naudojo tradicines malkomis kūrenamas molines krosnis. Būtent ten jas atrado, pritaikė ir parsigabeno japonai, meiliai praminę „kamado“ (liet. krosnis arba židinytis). XX a. pradžioje amerikiečių kareiviai Japonijoje atrado kamado ir parsivežė namo kaip suvenyrus. Laikui bėgant senovinis indas buvo patobulintas Atlantoje (Džordžijos valstija, JAV) pasitelkiant šiuolaikines žinias, naujas gamybos technologijas ir pažangias medžiagas. Kuriant Big Green Egg – išskirtinę lauko kepsninę – buvo panaudota net NASA sukurta keramikos gamybos technologija.

## BIG GREEN EGG PASLAPTIS

Japonai, amerikiečiai, lietuviai – visi, paragavę Big Green Egg kepsninėje pagamintų patiekalų, sužavėti neprilygstamo skonio tampa jos gerbėjais visam gyvenimui. Kokia EGG kepsnių paslaptis? Tiesą sakant, tai kelių ypatybių derinys. Keramiką, atspindinti karštį ir sukurianti oro srautą, dėl kurio patiekalai būna ypač minkšti. Nepriekaištinga oro cirkuliacija, užtikrinanti, kad maistas iškeps tolygiai ir tinkamoje temperatūroje. Be to, galimybė laipsniškai tikslumu reguliuoti ir palaikyti temperatūrą. Dėl aukštos kokybės karštį išsaugančios keramikos lauko temperatūra neveikia temperatūros EGG kepsninės viduje. Be to, o tai ne mažiau svarbu, kepsninė atrodo nuostabiai!

## DRAUGE MĖGAUKITĖS IŠSKIRTINIO SKONIO POTYRIU

Drauge mėgautis geru gyvenimu – štai kam skirta Big Green Egg. Šeimos narių, draugų ir mylimųjų apsuptyje gera mėgautis gardžiausiais patiekalais. Big Green Egg kepsninės temperatūrą galima reguliuoti nuo 70 iki 350 °C, todėl joje įmanoma pritaikyti įvairiausius maisto gamybos būdus, įskaitant kepimą ant grotelių, virimą, troškinimą, rūkinimą, maisto gaminimą žemoje temperatūroje ir kepimą orkaitėje. Norite, kad kepsninė būtų dar universalesnė? Kiekvienam Big Green Egg modeliui galima pritaikyti praktiškų priedų, su kuriais bus dar lengviau ir smagiau gaminti skanų maistą. Daugiafunkcė kepsninė EGG ir gera draugija – tobiliausias nepamirštamų akimirkų receptas.



### Mini

Kepimo grotelės: Ø 25 cm  
Kepimo plotas: 507 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 17 kg

### MiniMax

Kepimo grotelės: Ø 33 cm  
Kepimo plotas: 855 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 35 kg

Standartinis modelis Mini neturi EGG Carrier



### Small

Kepimo grotelės: Ø 33 cm  
Kepimo plotas: 855 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 36 kg

### Medium

Kepimo grotelės: Ø 38 cm  
Kepimo plotas: 1.140 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 51 kg

### Large

Kepimo grotelės: Ø 46 cm  
Kepimo plotas: 1.688 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 73 kg



### XLarge

Kepimo grotelės: Ø 61 cm  
Kepimo plotas: 2.919 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 99 kg

### 2XL

Kepimo grotelės: Ø 74 cm  
Kepimo plotas: 4.336 cm<sup>2</sup>  
Svoris: 170 kg

# BIG GREEN EGG IŠSAMIAU

Patikima kokybė. Aukščiausios rūšies keramika. Rimta lauko kepsninė!

## DANGTIS SU KAMINU

Keraminis gaubtas su kaminu, kurį dėl spyruoklių lengva atidaryti ir uždaryti. Keramika pasižymi dvigubu apsauginiu glazūros sluoksniu. Dėl izoliacinių ir kaitrą sulaikančių keramikos savybių EGG kepsninės viduje susidaro oro srautas, užtikrinantis, kad patiekalai iškeps tolygiai ir gardžiai.

## UGNIES ŽIEDAS

Jis dedamas ant ugniadėžės. Tai pagrindas ConvEGGtoriui ir kepimo grotelėms.

## UGNIADĖŽĖ

Ugniadėžė yra keraminiame pagrinde, į ją kraunamos anglys. Ugniadėžėje ir EGG kepsninės pagrinde įrengtos specialios modernios angos, todėl oras viduje nuolat juda, kai dvifunkcis metalinis gaubtas ir traukos anga būna atidaryti.

## PAGRINDAS

Patvari karščiui atspari keramika. Glazūra netrupa ir neblunka.



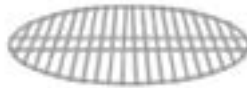
## REGGULATOR

Padedą kontroliuoti oro srautą ir tiksliai nustatyti temperatūrą.



## TEMPERATŪROS SKALĖ

Rodo tikslią temperatūrą viduje. Neatidarydami EGG kepsninės stebėkite kepimo procesą.



## NERŪDIJANČIO PLIENO GROTELĖS

Nerūdijančio plieno grotelės naudojamos patiekalams kepti ir skrudinti.



## ARDYNAS

Įstatomas į ugniadėžę. Jis perforuotas, todėl oras gali judėti po visą kepsninę, o susidarę pelenai iškrepta žemyn. Pagaminus maistą juos lengva surinkti.



## TRAUKOS ANGA

Kartu su patentuotu metaliniu Reggulatoriumi u ji reguliuoja paduodamo oro kiekį, taip kontroliuojant temperatūrą. Be to, pro ją lengva išvalyti pelenus.

Daugiau informacijos ieškokite interneto svetainėje [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu)



Natūralios Big Green Egg anglys susideda iš ąžuolo ir pekaninės karijos – tai tobulas mišinys! Dideli anglių gabalai dega lėtai, suteikia subtilaus dūmų aromato ir, priešingai nei daugelis kitokių anglių, palieka mažai pelenų. Su viena įkrova anglių 8–10 valandų išlaikysite pastovią temperatūrą.



**Pakaks trijų uždegiklių, ir EGG kepsninę galėsite naudoti jau po 15 minučių!**  
BigGreen Egg anglių uždegikliai yra natūralūs, juose nėra cheminių sudedamųjų dalių. Jos bekvapės ir neturi įtakos maisto skoniu.

**LET YOUR  
CREATIVITY  
RUN WILD!**



Dvifunkcis metalinis gaubtas rEGGulator reguliuoja oro srautą ir leidžia tiksliai reguliuoti temperatūrą.



Naudodami keraminį laikiklį convEGGtor Big Green Egg kepsninę lengvai paversite orkaitę. Apsauga nuo karščio užtikrins, kad maistas neturės tiesioginio sąlyčio su anglių skleidžiama kaitra, o tokios sąlygos idealios kepant trapius ingredientus arba gaminant maistą žemoje temperatūroje. Įdėję kepimo akmenį galėsite kepti pačią gardžiausią duoną ir pica traškiu pagrindu.





# Big Green Egg's Flavour Fair

**Mūsų ambasadoriai ir gerbėjai kasmet nekantraudami laukia Big Green Egg Skonių mugės. Šiame renginyje pagrindinis dėmesys tenka išmonei, aistrai ir profesionalumui. Tai nepamirštama užburiančių skonių ir įkvėpimo kupina diena, skirta specialiai Jums!**

Big Green Egg Skonių mugė Nyderlanduose vyksta jau 12 metų. Per tą laiką nedidelis renginys virto didžiuoju maisto švente, kurios metu valgis gaminamas tik Big Green Egg kepsninėse. Pastaraisiais metais renginio geografija išsiplėtė – Big Green Egg Skonių mugė vyksta keliuose Europos šalyse. Renginių metu profesionalūs šefai gamina gardžiausius patiekalus iš mėsos, žuvies ir daržovių. Lankytojai taip pat gali pasimėgauti burnoje tirpstančiais kepiniais. Tik valgyk ir norėk. Atskleiskite aukščiausio lygio šefų paslaptis parodomųjų pamokų metu, apsilankykite dirbtuvėse ir išmokite naujų triukų su Big Green Egg kepsnine, priimkite skonio iššūkį ir pasinerkite į smagias pramogas. Ar ir šiemet pasimatysime?



## Darbotvarkę

| Šalis       | Data               | URL                                                      |
|-------------|--------------------|----------------------------------------------------------|
| Šveicarija  | 14.04.2019         | <a href="http://biggreenegg.ch">biggreenegg.ch</a>       |
| Belgija     | 19.05.2019         | <a href="http://biggreenegg.be">biggreenegg.be</a>       |
| Lietuva     | 26.05.2019         | <a href="http://biggreenegg.eu/lt">biggreenegg.eu/lt</a> |
| Slovakija   | 01.06.2019         | <a href="http://biggreenegg.sk">biggreenegg.sk</a>       |
| Finland     | 09.06.2019         | <a href="http://biggreenegg.fi">biggreenegg.fi</a>       |
| Niderlandai | 16.06.2019         | <a href="http://biggreenegg.nl">biggreenegg.nl</a>       |
| Vengrija    | 15.09.2019         | <a href="http://biggreenegg.hu">biggreenegg.hu</a>       |
| Rusija      | Rugsėjo mėn        | <a href="http://biggreenegg.ru">biggreenegg.ru</a>       |
| Estonija    | Jūlijui meid vėgus | <a href="http://biggreenegg.eu/ee">biggreenegg.eu/ee</a> |





# KAIP PRIŽIŪRĖTI BIG GREEN EGG KEPSNINĘ?

Viskas ir taip aišku. Kuo geriau prižiūrėsite Big Green Egg kepsninę, tuo ilgiau ji tarnaus ir gerai atrodys. Kyla klausimas – kaip tai padaryti? Peter Bootsma, Big Green Egg ekspertas nuo pat pirmųjų dienų, aiškina, kokia priežiūra reikalinga skirtingoms kepsninės dalims.



## PAGRINDAS

Retkarčiais nuvalykite keraminio pagrindo išorę švelniu vandens ir muilo tirpalu (aš tai darau dažniau, nes savo Big Green Egg naudoju kone kasdien). Tai padaryti bus lengviau, jei kepsninė dar bus šilta.

## DANGTIS

Dangčio vidų reikėtų retkarčiais nuvalyti plieniniu šepečiu.

Valydami keraminio pagrindo išorę muiluotu vandeniu, galite tuo pačiu metu nuvalyti ir dangčio išorę.



## convEGGtor laikiklis

convEGGtor sukurtas taip, kad užtikrintų tinkamą oro judėjimą ir neprilygstamą kaitros pasiskirstymą. Kadangi convEGGtor praleidžia tik netiesioginę kaitrą, įdėjus laikiklį Big Green Egg kepsninė virsta tikra lauko orkaitė. Jei nenorite, kad convEGGtor kepatų išsitemptų, ant jo uždėkite skysčių surinkimo talpą. Jei pamiršite tai padaryti, nieko tokio. Tiesiog įdėję convEGGtor įkaitinkite Big Green Egg iki 250 °C, ir nešvarumai nudegs. Kai pro dvifunkcij metalinį gaubtą nustos veržėsi dūmai, laikiklis bus švarus. Jei norite jį nuvalyti greičiau, naudokite dvigubą grotelių šveitiklį.

## UGNIADĖŽĖ IR UGNIES ŽIEDAS

Paprastai nebūna. Šios dalys nereikalauja priežiūros.



## DVIFUNKCIS KETAUS GAUBTAS

Jei Big Green Egg kepsninę naudojate pirmą kartą, būtinai tinkamai paruoškite dvifunkcij metalinį gaubtą rEGGulator. Jei to nepadarysite, gaubtas gali apsinešti nešvarumais. Štai kaip reikia jį paruošti. Įkaitinkite Big Green Egg kepsninę iki 180–200 °C ir dvifunkcij gaubtą rEGGulator ant jos grotelių. Ant kepsninės gaubto uždėkite keraminį gesiklį ir uždarykite traukos angą (dėl to temperatūra šiek tiek nukris, o anglis užges, bet taip ir turi būti). Palaikykite gaubtą kepsninėje vieną valandą – per tą laiką jis pakeis spalvą. Dvifunkciam gautui rEGGulator atvėsus išstipkite jį augaliniu aliejumi, pvz., rapsų arba žemės riešutų. Tai būtinas žingsnis paruošiant gaubtą. Vėl įkaitinkite kepsninę iki 180–200 °C. Dvifunkcij gaubtą rEGGulator uždėkite ant grotelių, o keraminį gesiklį uždėkite ant Big Green Egg gaubto. Uždarykite traukos angą ir palaikykite dvifunkcij gaubtą rEGGulator maždaug valandą, kol kepsninė atvės. Šį procesą atlikite vieną–du kartus per metus, kad dvifunkcis gaubtas rEGGulator išliktų geros būklės. Taip pat patartina kaskart baigus kepti gaubtą pakeisti keraminio gesikliu. Taip užtikrinsite, kad gaubtas išliks puikios būklės.



## NERŪDIJANČIO PLIENO GROTELĖS

Groteles valyti bus lengviau, jei jos bus dar šiek tiek šiltos. Geriausias įrankis – dvigubas grotelių šveitiklis. Nušveitę groteles nuvalykite jas popieriniu rankšluosčiu. Panaudojęs Big Green Egg kepsninę neskubėkite jos valyti, nes dažniausiai neturiu tam ūpo. Kitą kartą įkūręs kepsninę groteles nuvalau vos šioms pradėjus šilti. Užtrunku labai nedaug laiko, o gaminti kepsninėje daug maloniau, kai prie grotelių nėra prilipusio maisto.



## KETAUS GROTELĖS

Ketus – nuostabi ir nepaprastai patvari, bet trapi medžiaga. Tai reiškia, kad iš ketaus pagamintiems daiktams retkarčiais reikia papildomo dėmesio. Ketaus groteles reikia ne tik valyti kaip nerūdijančio plieno groteles, bet ir tinkamai paruošti kaip dvifunkcij gaubtą. Kaip tai padaryti, išsamiai papasakojau skyrelyje Dvifunkcis ketaus gaubtas. Dėdami į kepsninę ketaus groteles visada naudokite specialų kėliklį. Juo tvirtai suimsite groteles, todėl jos neišsprūs ir nenukris ant dužaus ugnies žiedo. Groteles visada įkaitinkite pamažu (kitą kartą, nedėkite šaltų ketaus grotelių į įkaitusią Big Green Egg kepsninę). Dėl staigaus temperatūros pokyčio groteles gali sutrukinėti. Geriausia groteles įdėti kepsninei dar kaistant. Taip ketus nenukentės.



## KAITINTI, KOL PABALS?

Pirmiausia šį tą išsiaiškinkime. Kartais Big Green Egg naudotojai sako, kad kaitina Big Green Egg tol, kol kepsninė pabąla arba nusivalo. Tai jie padaro ilgą laiką laikydami kepsninėje itin aukštą temperatūrą. Tačiau kuo daugiau naudosite Big Green Egg, tuo juodesnė ji bus. Be to, ji veiks dar našiau ir bus stabilesnė. Man, Big Green Egg gerbėjui, tai ir yra svarbiausia.

## TERMOMETRAS

Termometrą galima sukalibruoti, norint įsitikinti, kad jis ir toliau tinkamai veikia (t. y. rodo teisingą temperatūrą). Pirmą atkabinkite termometrą nuo gaubto. Prikaištyvę užvirinkite vandenį, ant viršaus uždėkite koštuvą, o į vieną iš jo skylių įkiškite termometro daviklį. Turėtų rodyti 100 °C. Jei rodo kitokią temperatūrą, galinėje pusėje įtaisytu regulatoriumi nustatykite 100 °C. Po to užkabinkite termometrą ant indo su lediniu vandeniu sienelės (į vandenį įdėkite ledo kubelių). Po kelių minučių vėl įdėkite termometrą į verdantį vandenį. Jei jis tinkamai sukalibruotas, temperatūra turėtų pakilti iki 100 °C.

## VYRIS

Vyris pagamintas iš plieno, todėl juda drauge su keraminėmis dalimis. Tačiau plienas keičiantis temperatūrai linkęs išsiplėsti arba susitraukti. Todėl vyrį reikia retkarčiais apžiūrėti ir prireikus priveržti. Tai darydami taip pat patikrinkite, ar žiedas neatšoko. Jei taip nutiko, jį reikėtų grąžinti į vietą (naudojimo vadove detalai paaiškinta, kaip tai padaryti). Judančios vyro dalys veikiamos kaitros tampa šiurkštesnės, todėl atsiranda trintys ir varžtai gali atsilaivinti. Retkarčiais apipurškite vyrį WD-40 arba kitu silikoniniu purškalu. Plieną taip pat galima nuplauti muiluotu vandeniu.



## RĖMAS

Jei reguliariai gabenate Big Green Egg kepsninę iš vienos vietos į kitą, varžtai ir poveržlės gali atsipalaiduoti, todėl juos reikia retkarčiais priveržti. O jei kartkartėmis nuplausite rėmą muiluotu vandeniu, bus dar geriau. Be to, jis ir atrodys patraukliau.



## TARPIKLIS

Big Green Egg kepsninės tarpiklis atlieka dvi funkcijas. Jis sušvelnina smūgį uždariant kepsninės dangtį ir ją užsandarina. Sukietėjęs tarpiklis nebegalės tinkamai atlikti šių funkcijų – jį reikės pakeisti. Tai darant reikia pirmiausia nuimti seną tarpiklį. Keraminis krašteliu nugrindykite aštriu peiliuku, o likusius nešvarumus pašalinkite naudodami 80 numerio švitrinį popierių. Galiausiai nuvalykite popieriniu rankšluosčiu. Dabar galima klijuoti naują tarpiklį. Baigus geriausia parą palaikyti Big Green Egg kepsninę uždarytą, o po to atsargiai į ją kurti ir patikrinti, ar klajai prilipo prie keraminio paviršiaus. Tarpiklį reikėtų keisti kas dvejus metus.

# KAIP ATRODO DĖL MAISTO PAMIŠĘS ŽMOGUS?

Mėgstamiausias  
Martino Fürsto receptas ↗

**„Ar ne nuostabu savo aistrai skirti kone visą laiką?“ – tokiais žodžiais pasakojimą pradeda Tifenbache, Vokietijoje, gyvenantis Martinas Fürstas. Jo aistra – gaminti maistą Big Green Egg kepsninėse, todėl Martiną galima vadinti žmogumi, pamišusiu dėl maisto. Jam maistas ir gėrimai vienaip ar kitaip visada užėmė svarbią vietą gyvenime.**

Martiną pasižymi geru skoniu – dėl to nėra abejonių. Jo šeimoje visada buvo svarbu dėmesingai ir atidžiai gaminti maistą iš gerų ingredientų. „Mano tėvas buvo aludaris, o mama – virėja, – pašiškę dėl maisto aiškina jis. – Aš pats dar prieš kelerius metus dirbau alaus darykloje aludariu, bet šiuo metu dirbu ingredientų kokybės kontrolieriumi įmonėje pavadinimu „mymuesli“. Tai nuostabus darbas, nes skaniausių rezultatų įmanoma pasiekti tik naudojant geriausius ingredientus. Tokia filosofija vadovaujuosi ir gamindamas maistą Big Green Egg kepsninėse!“

## Visiškas atsipalaidavimas

„Ir asmeniniame, ir profesiniame gyvenime man patinka dirbti su maistu. Kepdamas Big Green Egg kepsninėse puikiai pailsiu nuo darbo alaus darykloje. Tai mano tikra aistra, leidžianti visiškai atsipalaiduoti! Jau daugiau nei 10 metų maisto gaminimas lauke – neatsiejama mano gyvenimo dalis. Kasdien įkvėpimo suteikia eksperimentavimas su šviežiais ingredientais, galimybė išmėginti naujoves ir atrasti dar neragautus skonus. Po stogu gaminu retai, nebent reikia paruošti tam tikrus ingredientus, – nusijuokia Martinas. – Anglis Big Green Egg kepsninėse įkuriu bent 4–5 kartus per savaitę, nesvarbu, vasara ar žiema. Jei paklaustumėte, kokią dieną pavadinsčiau tobula, atsakyčiau: sėdėti greta Big Green Egg su draugais ir šeimos nariais, skanauti iš

tobuliausių ingredientų paruoštą maistą ir gurkšnoti austrišką Weissburgunder veislės vynuogių vyną. Pageidautina, jei oro temperatūra siektų apie 25 °C, tačiau kepsnines naudoju ištisus metus!“

## EGGspander suteikiamos galimybės

Martiną sprendimą įsigyti Big Green Egg kepsninę priėmė viską apgalvojęs. „Vos rinkoje pasirodžius kamado tipo kepsninėms pamaniau: va čia tai nuostabus maisto gaminimo prietaisas. Norėjau geriausios kokybės – juk taip pat renkuosi ir ingredientus, – todėl išmėginau įvairių gamintojų kepsnines. Galiausiai pasirinkau originaliąją Big Green Egg kepsninę. Apsisprendi padėjo visos jos savybės – išvaizda, plati temperatūrų skalė, galimybė tiksliai reguliuoti temperatūrą, universalumas ir prekės ženklo įvaizdis. Šiuo metu turiu MiniMax ir Large modelius. Nė vieno jų į nieką nekeisčiau. Pasitelkiu visus maisto gaminimo būdus. Ne tik kepu ant grotelių, bet ir kepu keptuvėje, rūkinu ir gaminu labai žemoje temperatūroje. Man taip pat patinka naujasis EGGspander rinkinys, su juo Large kepsninė tapo dar universalesnė. Padidėjo kepimo plotas, be to, rinkinys praverčia, jei vienu metu noriu gaminti netiesioginėje kaitroje ir čirškinti ant grotelių. Galimybių tiek daug!“

## Patarimai

Dėl maisto pamišęs Martinas savo entuziazmu su kitais dalinasi jau maždaug 7 metus, tai tapo tarytum antra profesija. Jis rengia seminarus ir pamokas, taip pat reguliariai dalinasi receptais įvairiose kepsninių svetainėse ir savo socialiniuose tinkluose – juose jis pasivadinęs „Martin Fürst – Something to Eat“. Martinas prisipažįsta: „Tiesą sakant, net nenutuokiu, kodėl pradėjau dalintis sukauptomis žiniomis apie maisto gaminimą lauke. Tikriausiai paskatino smalsumas, ar man patiks. O

ir pati veikla masino. Pamaniau – ir vis dar manau, – kad bus smagu. Man tikrai patinka tai, ką darau, ir noriu tuo dalintis su kitais. Pavyzdžiui, išmokyti įvairių gudrybių, paaiškinti, kaip optimaliai išnaudoti Big Green Egg kepsninę ir parodyti, kaip iš kelių rinktinių ingredientų pasigaminti skanų patiekalą. Galų gale aš nepagydomas romantikas, todėl labiausiai noriu, kad dalyviai tiesiog smagiai praleistų laiką.“

## Geriausio kamado tipo kepsninė

„Nėra labai svarbu, kokį prietaisą namie naudoja žmonės. Remdamasis savo patirtimi galiu teigti, kad Big Green Egg – geriausia kamado tipo kepsninė, tą patį sakau ir kitiems. Mano manymu, svarbiausia išmokyti tinkamai naudotis įranga, nesvarbu, kokia ji. Ir, savaime suprantama, naudoti tik aukštos kokybės ingredientus. Vienas mano mėgstamiausių patiekalų – veršiena su gražgarstėmis ir papajomis. Jis neįtikėtinais skanus, be to, tai tobulas pasirinkimas demonstruojant vieną didžiausių Big Green Egg privalumų – galimybę gaminti mėsą žemoje temperatūroje. O desertui patiekta karamelizuotos slyvos su medumi, saldinta varškė ir cinamoniniais morengais palenks visų širdis. Šį desertą pagaminti nesudėtinga, o skonių kombinacija tokia fantastiška, kad net pirštus apsilaižysite!“

# VERŠIO UODEGA

su gražgarsčių ir papajų salotomis

4 PORCIJOS

**Pasiruošimas iš anksto: 15 min.**  
**Gaminimo trukmė: 50 min.**

1 veršio uodega  
100 g gražgarsčių  
½ papajos

## Prieskonių mišiniui:

2 v. š. maltų saldžiųjų paprikų  
2 v. š. ras el hanout prieskonių mišinio  
1 a. š. maltų aitriųjų paprikų  
1 v. š. rupaus cukranendrių cukraus  
1 v. š. druskos

## Padažui:

1 raudona aitrioji paprika  
1 a. š. grūdėtų prancūziškų garstyčių  
1 v. š. kokosų cukraus (arba rupaus  
cukranendrių cukraus)  
1 a. š. tarkuotos ekologiškos žaliosios  
citrinos žievelės  
2 v. š. obuolių sulčių  
1 v. š. švelnaus balto balzaminio acto  
2 v. š. alyvuogių aliejaus

## Priedai:

convEGGtor laikiklis  
Dvigubas įsmeigiamas termome-  
tras

## PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

Uždėkite Big Green Egg kepsninėje  
anglis ir, įdėję convEGGtor bei groteles,  
įkaitinkite iki 120–140 °C. Apipjausty-  
kite uodegos riebalus, o likusį riebalų  
sluoksnį įpjaukite įstrižai. Sumaišykite

prieskonių mišiniui skirtus ingredientus  
ir dosniai įtrinkite mėsą iš visų pusių.

## GAMINIMAS

Uždėkite uodegą ant grotelių riebiaja  
puse į viršų. Įsmeikite į mėsą termome-  
tro daviklį ir uždarykite Big Green Egg  
kepsninės dangtį. Nustatykite 56 °C  
temperatūrą ir kepkite mėsą, kol  
temperatūra jos viduje pasieks  
nurodytą lygį. Tam prireiks 40–45 min.

Tuo tarpu nuplaukite gražgarstes ir  
nusausinkite salotų džiovyklėje. Papają  
nulupkite, išskobkite sėklas ir sūrio  
tarka arba daržovių skustuvu supjausty-  
kite minkštimą ilgais kaspinais.  
Paruoškite padažą: aitriąją papriką  
perpjaukite per pusę, pašalinkite kotelį ir  
sėklas, o minkštimą smulkiai sukapoki-  
te. Aitriąją papriką išplakite dubenyje su  
kitais padažiui skirtais ingredientais ir  
pagal skonį pagardinkite druska bei pipi-  
rais. Sumaišykite gražgarstes ir papajų  
juosteles su padažu.

Temperatūrai mėsos viduje pasiekus  
nurodytą lygį, išimkite veršio uodegą iš  
Big Green Egg kepsninės. Palaikykite  
mėsą apie 5 min. ir po to supjaustykite  
skersai raumenų dailiais plonais  
gabalėliais. Patiekite su gražgarsčių  
salotomis.

# SALDI VARŠKE

su karamelizuotomis slyvomis  
ir cinamoniniais morengais

**Pasiruošimas iš anksto: 10 min.**  
**(papildomai džiovinti)**  
**Gaminimo trukmė: 40 min.**

6 slyvos  
1 a. š. kokosų cukraus (arba kitokio  
nerafinuoto cukraus)  
30 ml slyvų degtinės (slivovicos)  
8 mėtų lapeliai

## Varškei:

2–3 v. š. medaus  
250 g varškės  
½ vanilės ankšties

## Morengams:

2 kiaušinių baltymai  
1–2 a. š. malto cinamono

## Priedai:

convEGGtor laikiklis  
Ketaus puodo dangtis

## PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

Pradėkite ruošti morengus. Įkaitinkite  
orkaitę iki 100 °C ir kepimo skardą  
iškllokite kepimo popieriumi. Tuo tarpu  
dubenyje išplakite kiaušinių baltymus,  
kol masė taps puri ir standi. Prieš pat  
susiformuojant standžiai masei, pagal  
skonį įberkite cinamono ir druskos.

Morengų masę plonu sluoksniu pask-  
leiskite paruoštoje kepimo skardoje.  
Ją pašaukite į orkaitę ir džiovinkite  
morengų masę maždaug 2 val.

Išimkite skardą iš orkaitės ir morengų  
masę sulaužykite gabalėliais. Morengus  
galite paruošti prieš kelias dienas ir  
laikyti sandariame inde.

## GAMINIMAS

Uždėkite Big Green Egg kepsninėje  
anglis ir, įdėję convEGGtor bei groteles,  
įkaitinkite iki 180 °C. Tuo tarpu slyvas  
nuplaukite, nusausinkite ir perpjaukite  
per pusę. Išimkite kauliukus, puseles  
dar kartą perpjaukite per pusę ir gautus  
ketvirčius išdėliokite ant ketaus puodo  
dangčio.

Slyvų ketvirčius apibarstykite kokosų  
cukrumi, tuomet dangtį uždėkite ant  
grotelių. Uždarykite Big Green Egg  
kepsninės dangtį ir kepkite slyvas  
maždaug 20 min. Tuo tarpu paruoškite  
varškę. Dubenyje sumaišykite varškę  
su medumi. Vanilės ankštį perpjaukite  
išilgai, išskobkite sėklytes ir įmaišykite  
į varškę.

Prieš pat baigiantis nurodytam kepi-  
mo laikui užpilkite slyvas slivovica. Jei  
norite, galite jas apskrudinti (atsargiai!)  
padegdami degtinę.

Galiausiai sukapokite mėtų lapelius.  
Varškę išdėliokite keturiuose indeliuose.  
Ant viršaus uždėkite karamelizuotų  
slyvų, morengų ir smulkiai kapotų mėtų  
lapelių.





# VEGETARO ŠEFO VIZIJA

**Daržoves laikote viso labo garnyru, manote, jog vegetariškiems patiekalams ko nors trūksta? Be reikalo, mat Big Green Egg kepsninėje galite pagaminti išpūdingų vegetariškų patiekalų. Milano restorano „Joia“ šefas Pietro Leemanas pasakoja, koks gardus ir sveikas yra vegetariškas maistas.**

Pietro – aistra liepsnojantis žmogus, gaminantis iš širdies. Jo patiekalai grynai, gaminami daugiausia iš ekologiškų daržovių. Pastaraisiais metais susidomėjimas vegetarišku maistu nuolat didėja, bet prieš 30 metų situacija buvo visiškai kitokia. Būtent tuo metu, stengdamasis išlikti ištikimas savo filosofijai, Pietro atidarė restoraną, kurio tikslas – tiekti sveiką ir skanų maistą be mėsos. Jam pasisekė, nes 1996 m. „Joia“ tapo pirmu vegetarišku restoranu Europoje, pelniusiu Michelin žvaigždutę.

#### Meistras virtuvėje

Tai reiškia, kad Pietro Leemanas – tikras vegetariškos virtuvės pionierius. Šeimos draugas, vyriausiasis šefas Angelo Contis Rossinis, padėjo jaunajam šveicarui apsispręsti, kad jo ateitis – taip pat virtuvėje. Pietras pasakoja: „Angelo reguliariai užsukdavo vakarienės, mane sužavėjo jo vizija ir maistas! Jis buvo tikras meistras virtuvėje, išreišdavęs save patiekalais. Aš norėjau daryti tą patį.“ Norėdamas išmokyti amato, Pietro dirbo įvairiuose Šveicarijos, Italijos ir Prancūzijos restoranuose. „Tuo metu dar gaminau iš mėsos ir žuvies, – pasa-

koja šefas. – Dar nebuvo vegetaras. Be to, svarbu tobulėti gaminant iš įvairiausių ingredientų, net jei pagrindinį dėmesį skiri vegetariškai virtuvei. Žinios apie ingredientus – visa ko pamatas. Dažnai sutinku jaunos šefus, gaminančius gerus patiekalus, bet stokojančius žinių.“

#### Rytų filosofija

Pamažu mūsų jaunas šefas susidomėjo budizmu ir nusprendė tapti vegetaru. Kad daugiau sužinotų apie šią virtuvę ir religiją, Pietras sukrupštė pinigų kelionei į Aziją. Jis aiškina: „Žmonės Azijoje vegetarišką maistą gamina tūkstančius metų, ten vegetariška virtuvė išpuoselėta. Skačiau apie tai, bet supratau, kad turiu pats ten nukeliauti. Norėjau išmokyti ir perprasti Rytų filosofiją. Taip pat troškiau atrasti tikrąjį save, nes tikiu, jog gyvenimas – tai kelionė, kurios metu stengiamės suprasti, kas esame. Azijoje žmonės tai moka, nes užsiima meditacija, o ir religija padeda. Norėjau tai išbandyti praktiškai.“

#### Atradimų kelionė

„Pirmiausia metus praleidau Kinijoje, mokydamasis vietos virtuvės ir kultūros. Po to išvykau į Japoniją, kur mokiau prancūziškos ir itališkos virtuvės. Tai buvo tikra atradimų kelionė, man atsivėrė visiškai naujas pasaulis, tapau kitu žmogumi. Taip pat tapau ramesnis, nors tam įtakos tikriausiai turėjo ir amžius. Iki tol buvau daug nervingesnis, agresyvesnis. Naujos patirtys ir naujas gyvenimo būdas padėjo atrasti ramybę. Vien dėl to patarčiau kitiems šefams dažniau valgyti vegetariškai“, – juokiasi Pietro.



### **Vegetarizmo džiaugsmas**

„Įgytas žinias parsivežiau į Europą su tikslu gaminti rafinuotus vegetariškus patiekalus, turinčius savo istoriją. Pasižyminčius grynais skoniais, pagamintus iš vietoje užaugintų ekologiškų ingredientų. Man kokybė – tai ne ikrai ar maistas, kurį galima užsisakyti telefonu. Sūrį gauname tiesiai iš ūkininko. Žinome, kaip jis elgiasi su gyvuliais, pažįstame kalnų pievas, kuriose jie ganosi. Man atrodo, svarbu neprarasti ryšio su gamta, nes tuomet jautiesi laimingesnis. Lygiai taip pat maistas, kurį valgome, turi įtakos mūsų savijautai. „Joia“ atspindi vegetarizmo džiaugsmą. Valgis skanus ir jis teikia džiaugsmą.“

### **Produktų auginimas ir rinkimas gamtoje**

„Taip pat turime savo daržą, jis maždaug už 30 km nuo restorano, – tęsia šefas – Vienas mano draugas, ūkininkas, tam skyrė dalį savo žemės. Daugiausiai auginame žoleles ir produktus, kuriuos sunkiau gauti, pavyzdžiui, japoninį imbierą. Naudojame jo pumpurus. Jų skonis panašus į imbiero ir šalotinių svogūnėlių. Kiekvieną savaitę važiuojame prižiūrėti daržo ir nuimti derliaus. Taip pat gamtoje renkame žoleles, rėžiukus, grybus ir uogas. Pavyzdžiui, karčios šermukšnio uogos ir juodasis šokoladas – skanus derinys. Taip elgiamės ne tik todėl, kad šie ingredientai skanūs ar randame kaip juos panaudoti virtuvėje. Augindami savo produktus ir rinkdami juos gamtoje geriau suprantame gamtą.“

### **„Joia“ akademija**

Noras, kad žmonės mėgautųsi vegetarišku maistu, tapo Pietro aistra. Todėl

Michelin žvaigždute įvertintas restoranas mielai laukia visų. Pietums galima rinktis tarp „Joia Gourmet“ ir „Joia Bistro“. Pietras aiškina: „Joia Bistro“ leidžia mėgautis sveikais restorane ruoštais patiekalais už labai patrauklią kainą. Tokie patiekalai paprastesni, juos gaminant įdedama mažiau pastangų. Noras, kad žmonės mėgautųsi skaniais ir sveikais vegetariškais patiekalais, – mano gyvenimo prasmė. Todėl ir įkūrėme „Joia“ akademiją, kurioje rengiame seminarus ir maisto gamintojų kursus. Daug žmonių norėtų valgyti vegetariškai, bet jiems sunku gaminti skanius vegetariškus patiekalus ir sukurti pilnavertį meniu.“

### **Kuriant skonį**

„Negalima tiesiog ko nors neįdėti į patiekalą. Norint pagaminti gerą vegetarišką patiekalą, reikia eksperimentuoti su daržovių spalvomis ir skoniais. Yra penki skoniai: saldus, rūgštus, sūrus, kartus ir umami, – ir kiekvienas gamtos sukurtas ingredientas pasižymi vienu arba keliais skoniais. Mėsa drauge su aliejumi, žolelėmis, druska ir pipirais sukuria umami skonį, o jis sukelia tam tikrą pojūtį burnoje. Umami skonį taip pat galima sukurti daržoves rauginant, kepant arba rūkinant Big Green Egg kepsninėje, todėl valgydami nepasigėsite mėsos skonio. Mums taip pat svarbi estetika. Mano patiekaluose visada dera skonis ir spalvos, juose derinu geometrinius, kasdienes ir natūralius elementus. Taip sukiuriu subalansuotą patiekalą,



**Tirštą sojų padažą** galite pagaminti kukurūzų krakmolą sumaišę su šlakeliu sojų padažo, kol išeis pasta. Įkaitinkite norimą sojų padažo kiekį, nukelkite prikaistuvį nuo kaitros ir įmaišykite paruoštą pastą. Turėkite omenyje, kad vėsdamas padažas dar tirštės.

**Raugintas morkų juosteles** paruošite morkas supjaustę arba sutarkavę plonomis juostelėmis. Sudėkite jas į stiklainį, užpildykite sūdytu vandeniu ir užsukite dangtelį.

- Una casa in oriente -

# SEZAMAIŠ GARDINTAS TOFU SU PUPOMIS, RAUGINTOMIS MORKOMIS, DRUSKĖMIS IR KEPTOMIS VASAROS DARŽOVĖMIS

8 PORCIJOS

Pasiruošimas iš anksto: 50 min.  
Gaminimo trukmė: 35 min.

## Sezamaiš gardintam tofu:

120 g žiedinio kopūsto žiedynų arba (stambiai kapoto) saliero  
200 g minkšto tofu  
20 g kuzu (kalninės puerarijos šaknų miltelių)  
40 g bulvių krakmolo  
40 g tahinio (sezamų pastos)  
400 g vandens  
5 g druskos

## Daržovėms:

8 slyviniai arba vyšniniai pomidorai  
4 moliūgo riekės (maždaug 3 cm storio)  
8 žalieji smidrai  
2 v. š. alyvuogių aliejaus  
8 dideli špinatų lapai

## Garnyrai:

1 druskių arba salikornijų ryšelis  
100 g tamari arba sojų padažo  
30 g imbiero šaknies  
4 pupų ankštys  
100 g aviečių tyrės  
10 g kepintų sezamų sėklų aliejaus  
20 g tiršto sojų padažo  
200 g raugintų morkų juostelių  
valgomų gėlių žiedlapių

## Priedai:

Perforuotos grotelės

## PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO

▶ Pradėkite ruošti sezamaiš gardintą tofu. Ant viryklės užvirinkite prikaistuvį vandens. Sudėkite žiedinių kopūstų žiedynus arba salierus ir virkite apie 8 min., kol suminkštės. Daržoves nukoškite ir sutrinkite iki vientisos masės. Masę perkoškite per sietelį.

▶ Paruoškite 8 galias lėkštes. Tofu supjaustykite kubeliais ir sudėkite į prikaistuvį drauge su kitais ingredientais. Kaitinkite ant vidutinės kaitros maždaug 25 min. nuolat maišydami šluotele. Vėliau padalykite tofu mišinį lėkštėse ir palikite šaldytuve, kol sustings.

▶ Paruoškite garnyrą. Ant viryklės užvirinkite prikaistuvį vandens, paruoškite dubenį su lediniu vandeniu. Nupjaukite druskių arba salikornijų šaknis, o stiebus maždaug 5 sekundes pavirkite vandenyje. Nedelsdami perkelti į šalto vandens vonelę. Tai lengviausia padaryti naudojant plieninį sietelį. Tamari arba sojų padažą užvirinkite prikaistuvyje, sumažinkite kaitrą ir virinkite, kol sumažės perpus. Atvėsinkite ir sudėkite į sifoną. Imbiero šaknį nulupkite ir smulkiai sukapokite. Išlukštenkite pupas ir nulupkite pupų odeles.

## GAMINIMAS

▶ Pasiruoškite daržoves kepti. Big Green Egg kepsninėje uždekite anglis ir, įdėję grotėles bei perforuotas grotėles, įkaitinkite iki 250 °C. Tuo tarpu ant viryklės užvirinkite prikaistuvį vandens ir paruoškite ledinio vandens dubenį. Pomidorų odeles įpjaukite kryžmai ir panardinkite pomidorus į verdantį vandenį kelioms sekundėms. Ištraukite juos (vanduo tegul toliau verda), atvėsinkite šalto vandens vonelėje ir nulupkite

odeles. Maždaug 2 cm skersmens formele iš moliūgų riekų išpjaukite apskritimus. Sudėkite juos į verdantį vandenį ir virkite maždaug 3 min. Išimkite moliūgo gabalėlius iš prikaistuvio. Sumedėjusius smidrų galiukus nulažykite, o ūglius nuskuskite.

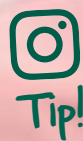
▶ Iš šaldytuvo išimkite lėkštes su sezamaiš gardintu tofu. Iš raugintų morkų juostelių ir apvirtų druskių arba salikornijų padarykite suktinukus ir išdėliokite ant tofu masės drauge su žaliomis pupomis. Tofu masę apibarstykite imbieru. Patiekite papuošę sutirštintu tamari padažu, aviečių tyre, kepintų sezamų sėklų aliejumi, tirštu sojų padažu ir gėlių žiedlapiais.

▶ Paruoškite 8 nedidelius dubenėlius arba bambukinius indus. Ant viryklės užvirinkite prikaistuvį pasūdyto vandens. Pomidorus, moliūgų gabalėlius ir smidrus aptepkite alyvuogių aliejumi. Daržoves išdėliokite ant perforuotų grotelių ir kepkite 2–3 min. Įpusėjus kepimo laikui daržoves apverskite. Po to išimkite iš Big Green Egg kepsninės. Smidrus perpjaukite per pusę ir pagal skonį pagardinkite druska bei pipirais. Verdančiame vandenyje apvirkite špinatų lapus. Išimkite ir nuvarvinkite. Į kiekvieną dubenėlį įdėkite po špinato lapą, o ant viršaus išdėliokite keptas daržoves. Patiekite su sezamaiš gardintu tofu.



Nuotraukos: Lucio Elia





Nuotraukas visada darykite be filtrų ir efektų. Juos galėsite panaudoti vėliau, redaguodami nuotraukas.

# INSTAGRAM VERTI PUSRYČIAI

Socialiniuose tinkluose mielai dalijatės Big Green Egg kepsninėje pagamintų patiekalų nuotraukomis? Tuomet jums patiks šie Instagram verti pusryčiai. Gera ir stebinanti dienos pradžia jums ir jūsų virtualiems draugams. Tokie pusryčiai tikrai juos įkvėps! Šokoladines bandeles galite išsikepti iš anksto – ryte beliks pašildyti.

## ŠOKOLADINĖS BANDELĖS

su braškių džemu

Išeis 10 bandelių

Pasiruošimas iš anksto: 30 min. + 1,5 val. tešlai kildinti

Gaminimo trukmė: 15 min.

**Tešlai:**

140 g kambario temperatūros sviesto  
400 g miltų + stalviršiui pabarstyti  
7 g sausų mielių  
60 g cukraus  
180 ml riebaus pieno  
60 ml vandens  
1 kiaušinis (M dydžio)  
5 g druskos

**Įdarui:**

100 g kambario temperatūros sviesto  
50 g cukraus  
50 g kakavos miltelių

**Taip pat reikės:**  
virtuvinio siūlo

**Patiekti:**  
braškių džemu

**Priedai:**

convEGGtor laikiklis  
Kepimo akmuo

**PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

Paruoškite tešlą. Sviestą, miltus, mieles ir cukrų sudėkite į dubenį ir išmaišykite. Kitame dubenyje sumaišykite pieną, vandenį, kiaušinį ir druską. Skystus ingredientus įmaišykite į miltus ir išminkykite tvirtą, tamprią tešlą. Dubenį uždenkite ir palaikykite tešlą šaldytuve 1 valandą.

Stalviršį pabarstykite miltais ir iš tešlos iškočiokite maždaug 45 x 30 cm dydžio lakštą. Paruoškite įdarą – sviestą, cukrų ir kakavos miltelius išmaišykite iki vientisos masės. Gautu įdaru tolygiai aptepkite tešlos lakštą. Jei įdaras per kietas ir sunku tepti, galite jį trumpai pašildyti.

Įdaru apteptą tešlą supjaustykite į 10 juostelių (3 x 45 cm dydžio). Juosteles susukite, kad išeitų bandelės, ir laisvai apriškite virtuviniu siūlu. Atkirpkite kepimo akmens dydžio kepimo popieriaus lakštą ir išdėliokite ant jo bandeles, palikdami tarpus. Uždenkite švari rankšluosčiu ir kildinkite tešlą maždaug 30 min., kol bandelės išsipūs dvigubai. Tuo tarpu uždekite Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję convEGGtor, groteles ir kepimo akmenį, įkaitinkite iki 170 °C.

**GAMINIMAS**

Kepimo popieriaus lakštą su iškilusiomis bandelėmis atsargiai uždėkite ant kepimo akmens ir uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį. Jei turite, bandelėms



Geras apšvietimas – labai svarbu. Ryškiai šviečiant saulei šėšeliai būna labai griežti, todėl geriau fotografuoti pavėsingoje vietoje.

Įdėti galite panaudoti aliumininę picos ližę – bus daug lengviau. Šokoladines bandeles kepkite maždaug 15 min., kol pagels ir iškeps.

Išimkite bandeles iš Big Green Egg kepsninės ir patiekite su braškių džemu.



# GRAIKIŠKAS JOGURTAS

su skrudintais dribsniais ir vasaros vaisiais

Išeis 10 porcijų

Pasiruošimas iš anksto: 15 min.

Gaminimas: 20 min.

200 g išgliaudytų ir nesūdytų riešutų, pvz., migdolų, makadamijų, graikinių ir lazdyno riešutų

200 g nesmulkintų avižų dribsnių

4 v. š. medaus

90 ml alyvuogių aliejaus

**Patiekti:**

graikiškas jogurtas  
vasaros vaisiai

**Priedai:**

convEGGtor laikiklis

Ketaus keptuvė

**PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję convEGGtor ir groteles, įkaitinkite iki 180 °C. Tuo tarpu sumaišykite riešutus, avižų dribsnius, medų ir alyvuogių aliejų.

**GAMINIMAS**

Uždėję ant grotelių įkaitinkite ketaus keptuvę. Riešutų ir dribsnių mišinį paskirstykite keptuvėje ir uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį. Kepinkite dribsnius apie 15 min., kol dailiai parus ir taps traškūs.

Išimkite keptuvę iš kepsninės ir sudėkite dribsnius į dubenį. Patiekite su graikišku jogurtu ir vasaros vaisiais.

# KARAMELIZUOTA ŠONINE

su juodoju šokoladu

Išeis 10 bryzelių

Pasiruošimas iš anksto: 15 min.

Gaminimo trukmė: 20 min.

100 g smulkaus rudo cukraus  
4 g penkių prieskonių mišinio  
3 g maltų aitriųjų paprikų  
10 šoninės bryzelių (3 mm storio)  
100 g juodojo šokolado

**Priedai:**

convEGGtor laikiklis

Kepimo akmuo

**PASIRUOŠIMAS IŠ ANKSTO**

Uždekte Big Green Egg kepsninėje anglis ir, įdėję convEGGtor bei groteles, įkaitinkite iki 170 °C. Kepimo akmenį uždenkite kepimo popieriaus lakštu.

Tuo tarpu sumaišykite smulkų cukrų, penkių prieskonių mišinį ir maltas

aitriąsias paprikas. Tolygiai apibarstykite šoninės bryzelius cukraus mišiniu ir išdėliokite ant kepimo akmens. Juodąjį šokoladą sulaužykite mažais gabalėliais.

**GAMINIMAS**

Uždėkite kepimo akmenį ant grotelių. Uždarykite Big Green Egg kepsninės dangtį ir kepkite šoninę maždaug 20 min., kol karamelizuosis. Tuo tarpu karšto vandens vonelėje išlydykite šokoladą.

Išimkite kepimo akmenį iš Big Green Egg kepsninės ir aptepkite karamelizuotą šoninę išlydytu šokoladu. Nedelsdami patiekite šį pusryčių užkandį.



## Patarimas:

Šoninės bryzelius galite sudėti tarp dviejų kepimo popieriaus lakštų ir prislėgti stačiakampe skysčių surinkimo tešla. Tuomet kepdami jie nepraras formos.

## 5 DALIŲ RINKINYS EGGSPANDER

Tai pavyks naudojant 5 dalių EGGspander rinkinį! Jei tokį turite, įkaitinkite savo kepsninę iki 150 °C įdėję EGGspander. Karamelizuotą šoninę kepkite ant pusapvalio kepimo akmens, o dribsnius paskrudinkite ant pusapvalės rantytos plokštės, įstatytos žemiausioje lentynėlėje. Šokoladines bandeles iškepkite iš anksto ir pašildykite uždėję ant 2 dalių keliaaukščių grotelių.



# Trys Big Green Egg kepsninėje pagaminti patiekalai

6 PORCIJOS

PYRAGĖLIAI SU KRABŲ MĖSA, RĖŽIUKŲ KREMU IR TRAŠKIOMIS DARŽOVĖMIS

KEPTAS VILKEŠERIS SU ANTIBŲ PADAŽU IR KEPTOMIS DARŽOVĖMIS

BRAŠKĖS SU MORENGAIS IR TROŠKINTAIS RABARBARAIS

## Užkandis: pyragėliai su krabų mėsa:

2 kg krabų žnyplių  
1 riekė saliero gumbo (1 cm storio)  
1 morka, maždaug 60 g svorio  
¼ pankolio  
1 mažas svogūnas  
3 česnako skiltelės  
3 v. š. alyvuogių aliejaus  
100 ml baltos vynu  
2 bulvės  
2 šaltiniai svogūnėliai  
½ cm šviežio imbiero  
raudonos aitriosios paprikos  
½ a. š. geltonos kario pastos

½ peletrūno šakelės  
1 kiaušinio trynys  
miltų pyragėliams  
pabarstyti

## Kremui:

1 v. š. alyvuogių aliejaus  
250 g rėžiukų  
1 šaltinis svogūnėlis  
1 česnako skiltelė  
1 v. š. grietinės

## Daržovėms:

6 ridikai  
6 griežčiai  
9 maži svogūnėliai  
12 žirnių anksčių  
1 v. š. alyvuogių aliejaus  
50 g salikornijų

## Pagrindinis patiekalas: vilkešeris:

1 vilkešeris, išdarinėtas ir nuskustas, maždaug 2 kg svorio  
1 ekologiška citrina  
9 čiobrelių šakelės  
9 rozmarinų šakelės  
2 česnako skiltelės  
500 g rupios jūros druskos

## Antibų padažui:

4 pomidorai  
2 v. š. alyvuogių aliejaus  
2 šaltiniai svogūnėliai  
1 peletrūno šakelė  
½ a. š. kario miltelių  
1 v. š. peletrūnais gardinto acto  
1 a. š. bulvių krakmolo

## Daržovėms:

400 g šviežių bulvių  
6 maži burokėliai  
12 oranžinių ir/ arba violetinių mažų morkų  
2 saliero gumbo riekės (1 cm storio)  
6 v. š. alyvuogių aliejaus  
4 čiobrelių šakelės  
4 rozmarinų šakelės  
6 žali smidrai  
1 v. š. saulėgrąžų aliejaus  
1 v. š. ryžių acto

## Desertas: braškės:

24 braškės

## Troškintiems rabarbarams:

300 g rabarbarų  
1 vanilės ankštis  
20 g cukraus  
100 ml uogų likerio  
½ cinamono lazdelės  
2 žvaigždanyžiai  
6 kardamonų ankštys

## Morengams:

4 kiaušinių baltymai  
200 g cukraus

Tryjų patiekalų  
valgiaraštį galite  
pamatyti mūsų  
Interneto svetainėje

## SKAITMENINIAI RECEPTAI

Norėtumėte el. paštu gauti naujausius sezoninius Big Green Egg meniu ir receptus? Apsilankę [biggreenegg.eu](http://biggreenegg.eu) užsiprenumeruokite naujienlaiškį Inspiration Today ir įkvėpimas gaminti gardžiausius patiekalus niekada neišblės.

## #BIGGREENEGG



Fotografuojate Big Green Egg kepsninėje pagamintus patiekalus? Jūs ne vienas. Vis daugiau maisto mylėtojų reguliariai fotografuoja maistą, kad galėtų juo pasidalinti su sekėjais Instagram ir Facebook, taip pat norėdami vėliau nuotraukas peržiūrėti. Socialiniai tinklai – puiki vieta dalytis potyriais, naujais receptais ir naujienomis.

**Arba klausinėti. Norite pasisemti įkvėpimo ir pats motyvuoti kitus? Tuomet sekite ir žymėkite mus:**



Big Green Egg EU



Biggreeneggeu



Biggreeneggeu

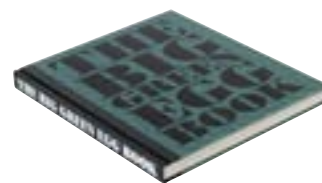


Big Green Egg Europe



Big Green Egg Europe

Dalykitės su mumis ir kitais EGG kepsninių gerbėjais įrašais bei nuotraukomis.



### **Turėkite, skaitykite ir mėginkite!**

Tai bene svarbiausias priedas Jūsų Big Green Egg kepsninei. Šioje unikalyje receptų knygoje rasite daugybę kulinarijų kūrinių – tikime, kad kiekvienas jų sukels norą nieko nelaukus įkurti Big Green Egg. Knygoje taip pat rasite užsienio šefų pamėgtus Big Green Egg kepsninei skirtus receptus. Kurį išbandysite dar šį vakarą?



## BIG GREEN EGG MODULINĖ SISTEMA

Dideli dalykai per vieną dieną negimsta, todėl turite skirti laiko ir lauko virtuvei įrengti. Turite Big Green Egg Large arba XLarge kepsninę drauge su MiniMax modeliu? Sukurkite pagrindą lauko virtuvei ir pamažu ją plėskite su rėmais, lentynomis ir kitais priedais. Tegul auga!

Naujoji Big Green Egg modulinė sistema – tai tarytum Lego suaugusiems. Ji sukurta taip, kad visus komponentus būtų galima derinti, taip plečiant lauko virtuvę.

Jei norite didelio darbinio paviršiaus, ši modulinė sistema tokia pat universali kaip Big Green Egg kepsninės. Lauko virtuvės konfigūraciją arba stilių taip pat galima pritaikyti pagal jūsų skonį ir reikalavimus.



**Kai kurie dalykai niekada  
nelieka tokie patys.  
Kai kurie dalykai niekada  
nesikeičia.**



**The Evergreen. Since '74**

