

Velykoms vien tik „Maximoje“ nuperkama beveik 1,5 mln. dėžučių vištų kiaušinių. Ir nors 6 iš dešimties apklaustųjų „Maximos“ pirkėjų teigia per šventes suvalgantys bent po 3 - 4 kiaušinius, nesuvalgytų margučių vis tiek lieka. Tinklaraščio Nidosreceptai.lt autorė Nida Degutienė pataria, ką daryti su margintais, tačiau nesuvalgytais kiaušiniais.

„Maximos“ pirkėjų nuomonės tyrimas rodo, kad nesuvalgytų margučių lieka 7 iš 10 apklaustų šeimų. Pasak Nidosreceptai.lt autorės, jeigu kiaušiniai buvo virti Velykoms ir laikomi šaldytuve, jie yra saugūs valgyti ir po švenčių.

„Kiaušiniai yra tie produktai, iš kurių galima pagaminti begalę patiekalų. Todėl kartu su „Maxima“ kviečiu tausoti maistą ir neišmesti nesuvalgytų margučių. Iš jų galima pasigaminti ir šaltų užkandžių, ir priedų sriuboms ar karšties patiekalams“, – sako N. Degutienė. Pasak jos, svarbu, kad planuodami sunaudoti visus margučius, namiškiai pasirūpintų kiaušinius po švenčių sudėti į šaldytuvą ir sunaudoti juos artimiausiomis dienomis. O sveikiausi margučiai bus tie, kuriuos dažėte natūraliais dažais, mat tokiu atveju galite būti tikri, kad cheminiai dažai per lukštą nesugėrė į patį kiaušinį net ir palaikius jį po švenčių.

Dalinamės Nidos Degutienės receptų, kurie padės sumaniai panaudoti šventės maisto likučius, idėjomis.

Lukštuose farširuoti kepti kiaušiniai su džiovėšiais

Reikės: 6 kietai virtų margučių, dažytų natūraliais dažais; 2-3 šaukštų smulkintų svogūnų laiškų; 2 šaukštų kambario temperatūros sviesto; druskos, juodųjų pipirų; 3-4 šaukštų džiovėšių; 2 šaukštų sviesto kepimui.

Nenuluptus kiaušinius atsargiai (geriausia dantytu peiliu) išilgai perpjaukite pusiau. Pjaukite labai lėtai ir nespaudžiant, kad nesutrūpėtų lukštas. Atsargiai šaukšteliu išskobkite kiaušinio trynį ir baltymą, sudėkite į nedidelį dubenėlį. Šakute sutrinkite kiaušinių trynius ir baltymus, kol jie virs smulkiais trupinėliais. Suberkite susmulkintus laiškinius svogūnus, minkštą sviestą, ir viską gerai išmaišykite. Masę pagardinkite druska ir juodaisiais pipirais.

Šiuo įdaru užpildykite visas išskobtas kiaušinių lukštų puseles, kaskart švelniai paspausdami, kad užsipildytų visos ertmės. Išlyginkite kiekvienos puselės įdaro viršų. Lėkštelėje išberkite džiovėšius ir į juos įspauskite kiekvieno farširuoto kiaušinio įdarą, kad džiovėšiai gerai priliptų.

Keptuvėje įkaitinkite sviestą. Dėkite kiaušinių puseles įdaru į apačią ir kepkite, kol džiuvėsiai apskrus, paruduos, ir sušils kiaušinio įdaras.

Patiekite iškart.

Lukštuose farširuoti kepti kiaušiniai su migdolais

Reikės: 6 kietai virtų magučių, dažytų natūraliais dažais; 2 skiltelių susmulkinto česnako; 2-3 šaukštų smulkintų petražolių; 2 šaukštų riebios grietinės; 50 gr. tarkuoto kieto fermentinio sūrio; druskos, juodųjų pipirų; 3-4 šaukštų plokštelėmis pjaustyto migdolų; 2 šaukštų sviesto.

Kiaušinius atsargiai (geriausia dantytu peiliu) išilgai perpjaukite pusiau. Pjaukite labai lėtai ir nespaudžiant, kad nesutrūpėtų lukštas. Atsargiai šaukšteliu išskobkite kiaušinio trynį ir baltymą, sudėkite į nedidelį dubenėlį. Šakute sutrinkite kiaušinių trynius ir baltymus, kol jie virs smulkiais trupinėliais. Suberkite susmulkintus česnakus, petražoles, grietinę, tarkuotą fermentinį sūrį, ir viską gerai išmaišykite. Masę pagardinkite druska ir juodaisiais pipirais.

Šiuo įdaru užpildykite visas išskobtas kiaušinių lukštų puseles, kaskart švelniai paspausdami, kad užsipildytų visos ertmės, ir išlygindami puselės viršų. Nedidelėje lėkštėje išberkite migdolų plokšteles ir į juos įspauskite kiekvieno farširuoto kiaušinio įdarą, kad kuo daugiau migdolų priliptų.

Keptuvėje įkaitinkite sviestą. Dėkite kiaušinių puseles įdaru į apačią ir kepkite, kol migdolai apskrus, ir visas kiaušinio įdaras sušils.

Patiekite iškart.

Krienuų sriuba su kiaušiniiais

Reikės: 1 šaukšto sviesto; 1 vidutinio dydžio smulkiai supjaustyto svogūno; 4 nuluptų ir supjaustyto kubeliais bulvių; 2 skiltelių susmulkinto česnako; 1 šaukšto mairūno; 4 rūkytų dešrelių (supjaustyto griežinėliais); 1,25 litro karšto sultinio arba vandens; 2 šaukštelių krienu (arba pagal skonį); 100 ml riebios grietinės; druskos, pipirų.

Patiekimui jums reikės 3-4 kietai virtų margučių, dažytų natūraliais dažais, ir 2-3 šaukštų smulkintų svogūno laiškų.

Dideliame puode ištirpinkite sviestą ir suberkite svogūnus. Kepinkite maišydami, kol svogūnai suminkštės ir taps skaidrūs. Suberkite bulves ir toliau kepinkite, kol jos truputį

suminkštės. Tada suberkite česnakus, mairūną ir dešreles, ir dar apie minutę pakepinkite maišydami. Supilkite karštą sultinį (arba vandenį), užvirkite ir uždenę virkite ant mažos ugnies apie 20 minučių, kol bulvės visai suminkštės. Pabaigoje įmaišykite krienus ir išjunkite.

Grietinę sumaišykite su keliais šaukštais karštos sriubos, ir tada supilkite į puodą, viską gerai išmaišykite. Pagardinkite druska, pipirais.

Sriubą išpilstykite į dubenėlius, į kiekvieną įdėkite stambiai supjaustyto kietai virtą kiaušinių ir pabarstykite svogūno laiškais. Atskirai patiekite krienų, jeigu kas nors norėtų sriubą pagardinti.

Skanaus!

