

# GURMANO

# ŽINYNAS

BRONIUS KAČKUS



# GURMANO ŽINYNAS

BRONIUS KAČKUS



# GURMANO ŽINYNAS

BRONIUS KAČKUS



*Versmė*

VILNIUS | 2016

UDK 641.5(035)

Ka57

ISBN 978-609-8148-05-3 (popierinė kn.)

ISBN 978-609-8148-83-1 (elektroninė kn.)

Knygą elektroniniu formatu išleido

„Versmės“ leidyklos Elektroninių knygų  
rengimo centras. Vilnius, 2019-06-18

© Bronius Kackus, 2016

© Ona Liugailienė, dizainas, 2016

© „Versmės“ leidykla, 2016

## PRATARMĖ

Gyvosios gamtos egzistavimo ir evoliucijos pagrindas – jos individų mityba. Ilgainiui susiformavo gyvūnų pasaulio grupių maitinimosi specifika, nuo kurios racionalumo priklauso individų ilgaamžiškumas, egzistavimo patogumas ir kiti veiksniai. Žmonijos vystymuisi didžiausią reikšmę turėjo mitybos tobulėjimas, naujų žaliavų naudojimas ir apdorojimas (dažniausiai terminis). Palaipsniui augalinį maistą papildė ir didžiąja dalimi pakeitė gyvulinis. Prasidėjo medžioklės era, vėliau – karai tarp genčių, valstybių, turėję ir ekonominių priežasčių.

Mitybos tradicijos klostėsi priklausomai nuo klimato sąlygų, augalų, gyvulių, paukščių, žuvų gausos žmonių gyvenamuose arealuose. Prisijaukinus laukinius gyvūnus, sumažėjo gamtinių sąlygų įtaka. Tuomet ir pradėjo formuotis kulinarijos menas. Iš kartos į kartą buvo perduodami patiekalų gaminimo būdai ir papročiai. Atsirado rašytinių patarimų (receptų), kuriais pirmiausia naudojosi valdančiųjų klasių atstovai, galintys turėti aukštos kvalifikacijos valgių gamintojų – virėjų profesionalų. Jų žinios ir patirtis buvo fiksuojama rašytiniuose šaltiniuose.

Jau II a. po Kr. Romos imperijoje pasirodė pirmasis kulinarijos žodynas, kurį parašė graikas Artemidoras Daldianas iš Efeso. Viduramžiais ir ypač vėliau, XVIII–XIX a., tokių leidinių pasirodė Prancūzijoje, Italijoje, Vokietijoje, Belgijoje, Olandijoje, Ispanijoje, Portugalijoje, Rusijoje. Į šį darbą įsitraukė ir mokslininkai, ne tik talentingi praktikai – virėjai, bet ir gurmanai – mėgėjai. Prancūzų teisininkas Žanas A. Brillat-Savarinas (1755–1826), vėliau – rusų gydytojas ir fiziologas Ivanas Pavlovas (1849–1936) sukūrė maisto virškinimo teoriją, įrodančią, kad gerai pagamintą, deramai patiektą maistą žmogaus organizmas įsisavina geriau. Įžymus prancūzų rašytojas Aleksandras Diuma parašė išpūdingą veikalą „Didysis kulinarijos žodynas“ („Le Grand Dictionnaire de Cuisine“), kuriame pateikė receptų, kaip pasigaminti skanių patiekalų, ir patarimų, kokius vynus su jais vartoti. Rusijoje šios rūšies literatūra susidomėta XVIII a. pab. – XIX a. pr., kai po Didžiosios Prancūzijos revoliucijos (1789 m.) išplito prancūzų kultūra. Remdamasis užsienio šalių patirtimi ir leidiniais, rusas V. Levšinas XVIII a. pabaigoje išleido šešių tomų kulinarijos žodyną. Tokio pobūdžio literatūra populiarė ir Azijos šalyse. Pvz., Kinijoje išleistas 20 tomų kulinarijos žodynas. Analogiškomis knygomis gali pasigirti Indija, Japonija, Indonezijos, Amerikos, Afrikos šalys.

Lietuvos kulinarija formavosi veikiama visų pirma gamtinių sąlygų. Derlingi laukai, miškai, upės, ežerai lėmė tai, kad mūsų šalyje maistui plačiai vartojamos grūdinės kultūros, bulvės, mėsa, pieno produktai, žuvis, vaisiai, uogos, grybai. Iš jų gaminami originalūs, sotūs tradiciniai valgiai.

Lietuvių tauta, nuėjusi garbingą ir ilgą istorijos kelią, negyveno izoliuotai. Nacionaliniam skoniui buvo pritaikytos skolintos maisto gamybos technologijos. Akivaizdi vokiečių kulinarijos įtaka mėsos, ypač kiaulienos, patiekalams, taip pat desertams. Lietuvos didžiojo kunigaikščio Algirdo ryšiai su rytų slavų (rusų, ukrainiečių) tautomis taip pat turėjo įtakos lietuvių mitybos paveldui susiformuoti. Itin seni saitai sieja lietuvių ir lenkų

tautas. Lietuvos didysis kunigaikštis ir Lenkijos karalius Jogaila vertino lietuviškus, o jo žmona Jadvyga mėgo vakarietiškus, ypač prancūziškus, patiekalus, kurių receptai galėjo pasiekti ir mūsų šalį. Tai turėjo įtakos kulinarijos literatūros Lietuvoje pradžiai.

XIX a. pirmojoje pusėje keletą knygų parašė vilnietis J. Šitleris, poznanietis V. Kusovskis – jie rėmėsi ne tik lenkų, prancūzų, kitų šalių literatūra, bet ir lietuviškomis mitybos tradicijomis. Vėliau, 1854 m., V. A. L. Zavadzka parašė knygą „Kucharka Litewska“ („Lietuvos virėja“). Lietuvių kalba pirmosios kulinarijos knygos pasirodė XIX a. pab.–XX a. pr. Šia tema yra rašiusi L. Didžiulienė (slapyvardis Žmona). Ji 1893 m. išleido knygelę „Lietuvos gospadinė“. Vėliau buvo išleista dar keletas knygų. 1936 m. pasirodė V. Varnienės iš rusų kalbos išversta E. Malachoviec „Didžioji virėja“ (pakartotinai išleista 1990 m.). Po Antrojo pasaulinio karo pasirodė daugiau knygų. Būta ne tik verstinių, bet ir originalių leidinių – pvz., „Lietuvių valgiai“, „Maisto ruošimo technologija“, „Medžiotojų vaisės“ ir kt. Knygas rašė kvalifikuoti specialistai.

Lietuvos kulinarijos literatūroje nėra žinyno, kuriame būtų pateikta pagrindinių žinių apie populiariausius valgius ir gėrimus. Šios knygos tikslas, viena vertus, – padėti skaitytojams pasirinkti optimalų mitybos variantą. Antra vertus, ji turėtų reikšmingai papildyti gausų kulinarinės literatūros sąrašą. Knygoje skaitytojas ras kuklių žinių ne tik apie vandenį, sultis, iš jų paruoštus mišinius, pieną, kavą, arbatą, bet ir apie alkoholinius gėrimus. Labai svarbu derinti gėrimus ir patiekalus. Antai pasaulyje gaminama dešimtytis tūkstančių pavadinimų vynų. Kultūringai ir su saiku vartojami gėrimai papildo valgių skonį, žadina apetitą, sukuria šventinę nuotaiką, todėl juos reikėtų vertinti kaip neatskiriamą kulinarijos meno dalį.

Patiekalus labai paskanina, papuošia ir papildo padažai. Jų paruošimas – tai tikras menas. Mūsų tradicijoje padažų nėra daug, jų mažai vartojama kasdienėje mityboje. Knygoje aprašyti populiariausi pasaulio padažai ir prieskoniai, naudojami jiems pagaminti.

Knygoje vyrauja tarptautiniai profesionalių virėjų vartojami valgių ir gėrimų pavadinimai, turintys lotyniškas, prancūziškas, vokiškas ir kt. šaknis. Visi jie atsirado vystantis kulinarijai. Kai kurie terminai susiję su vienu ar kitu istorijos periodu, vietomis, dar kiti – su buitine profesionalų kalba, kai kurie sulietuvinti (pvz., absentas, melanžas). Prie augalų, paukščių, žuvų ir kt. gyvūnų pavadinimų pateikiami lotyniški atitikmenys be trumpinio „lot.“ Prie kitų jis rašomas, pvz.: albuminai (lot.). Baltymų grupė <...>; botulizmas (lot. *botulus* – dešra). Tais atvejais, kai pavadinimai sulietuvinti, jų tarimas nepateikiamas (pvz., čederis, daikiris, tranšeravimas).

Knyga yra naudinga profesionaliems maisto gamintojams, maisto produktų parduotojams, kaip mokymo priemonė studentams ir, be abejo, – vartotojams, tai yra mums visiems.

Autorius nuoširdžiai dėkoja knygos atsakingajai redaktorei Sonatai Jonušaitei, dailininkei Onai Liugailienei ir leidyklos vadovui Petrui Jonušui už atidumą, kruopštų darbą bei kantrybę ilgai ruošiant šią knygą spaudai. Dėkoju konsultantams: dr. Ingai Kepalieniei, Birutei Mielkuvienei, Edvardui Golovinui už vertingus patarimus, praturtinusius šią knygą.



**Bronius Kačkus**, nusipelnęs inžinierius, socialinių mokslų daktaras, gimė 1929 m. Kauno rajone. Baigęs Kauno politechnikos institutą (dab. Kauno technologijos universitetas), įgijo maisto pramonės inžinieriaus technologo specialybę, dirbo Panevėžio cukraus fabrike inžinieriumi, vėliau direktoriumi. Bemaž ketvirtį amžiaus buvo Panevėžio miesto vadovas.

Medziotojas, žinomas medžioklės etikos propaguotojas, kulinarijos specialistas, šiomis temomis išleidęs keletą knygų – „Medziotojų vaisės“, „Medziotojų vaisės. Gėrimai“ ir kt.

Aktyviai reiškiasi visuomeniniame gyvenime, spaudoje.



**ABERTAMAS** (ček. *abertamský sýr*; *Abertam* – vietovė). Fermentinis kietas avių pieno sūris, gaminamas Čekijoje, Karlovi Varų apylinkėse. Pavadinimas kilo nuo Abertamų miestelio vardo.



### ABRIKOSAS, ABRIKOSMEDIS

(*Armeniaca L.*). Erškėtinių šeimos slyvų genties stambus medis, kilęs iš Tian Šanio kalnų. Žinomos 8 rūšys. Abrikosai auginami Šiaurės Indijoje, Irane, Kinijoje, Afrikoje, Pietų Europoje, Šiaurės Amerikoje, Australijoje, Kaukaze, Užkaukazėje, Vidurinėje Azijoje. Didžiausią ūkinę reikšmę turi paprastasis abrikosas. Jo vaisiai – mėsingi arba sausoki kaulavaisiai. Jie turi 4–20 proc. cukraus, 0,38–1,27 proc. pektininių medžiagų, karotino, sėklose – 29–58 proc. riebalų. Valgomi švieži, džiovinti, konservuoti. Vartojami marmeladams, vaisių padažams, bouliams, likeriams (pvz., *Abrikosų brendis*). Iš branduolių gaminamas karčiųjų migdolų aliejaus pakaitalas (marcipanų gamybai).

**ABRIKOSŲ BRENDIS** (angl. *Apricot Brandy*). Gelsvos spalvos abrikosų sulčių ir brendžio likeris su puikiai derančiu abrikosų trauktinės prieskoniu. Jame yra 35 proc. alkoholio.

### ABRIKOSŲ DEGTINĖ

(vok. *Aprikosenbrand*). Taurusis gėrimas, gaminamas iš fermentuotų abrikosų ir vaisių distiliato. Žinoma vengriška abrikosų degtinė *Barack pálinka*. Joje yra apie 45 proc. alkoholio.

**ABRIKOSŲ ROMAS** (vok. *Aprikose mit Rum* – abrikosai su romu). Gelsvos spalvos vaisių likeris, kurį geriant jaučiamas abrikosų skonis ir romo aromatas. Jame yra 32 proc. alkoholio.

### ABRIKOSŲ TRAUKTINĖ

(vok. *Aprikosengeist*). Taurioji abrikosų degtinė, gaminama iš abrikosų ir aukštos kokybės spirito. Dažniausiai vartojama kaip pusgaminis abrikosų likeriams ar, pavyzdžiui, abrikosų brendžiui gaminti. Joje yra 45 proc. alkoholio.

**ABRIKOSŲ VISKIS** (vok. *Aprikose mit Whisky*). Gelsvos spalvos vaisių likeris, geriant jaučiamas abrikosų skonis ir viskio aromatas. Jame yra apie 32 proc. alkoholio.

**ABSENTAS, ABSINTAS** (*Artemisia absinthium L.* – metėlė, pelynas). Stiprus alkoholinis gėrimas – pelynų trauktinė. Pradėtas gaminti Šveicarijoje, italų vienuolyne, XVIII a. pabaigoje. Vėliau, įtarus, kad absentas kenksmingas sveikatai, Šveicarijoje ir Prancūzijoje buvo uždraustas, o Ispanijoje plito toliau. Geriamas su cukrumi, vandeniu, ledu. Populiarus Šveicarijoje, Prancūzijoje, Čekijoje. Galima išgyti ir Lietuvos parduotuvėse. Jame įprastai yra 45 proc. alkoholio.

**ABSOLUT VODKA.** Tradicinė švediška degtinė. 1879 m. buvo pagamintas absoliučiai švarus spiritas (etilo alkoholis), o iš jo degtinė *Absolut Rent Brännvin*.

Tai labai populiarus degtinė, švari arba aromatizuota, citrinų, juodųjų serbentų, mandarinų, karčiųjų pipirų skonio ir kvapo, turinti 40–50 proc. alkoholio: „Absolut Vodka“, „Absolut Citron“, „Absolut Kurant“, „Absolut Mandrin“, „Absolut Peppar“.

**ABTEILIKERIS** (vok. *Abteilkör*).

Aukso geltonumo vienuolių gėrimas. Gaminamas iš daugelio vaistinių žolių, jų kiekis suderinamas taip, kad nė vienas augalas nevyrautų. Likeris pasižymi harmoningu skoniu ir aromatu. Turi apie 35 proc. alkoholio.

**ACTAS.** Acto rūgšties tirpalas vandenyje. Acto rūgštis ( $\text{CH}_3\text{COOH}$ ) gaminama fermentiniu būdu iš etilo alkoholio, kai pastarasis oksiduojasi iki acto rūgšties. Oksidaciją sukelia acto rūgšties bakterijos (*Acetobacter genticus*), kurios aerobinėmis sąlygomis oksiduoja alkoholį alkoholoksidazės fermentu. Gamybai naudojamas praskiestas etilo alkoholis (4–10 proc.), vaisių arba vynuogių vinas.

Vartojamas kaip prieskonis, konservavimui, marinavimui (4–10 proc.). Kulinarijoje actą geriau pakeisti kitomis rūgštimis, pvz., citrinų.

**ADMIRAL,** À la (pranc. – admiroliskai). Keptos žuvies priedas, gaminamas iš keptų moliuskų, austrių, vėžių kaklelių, o kartais ir keptų pievagrybių.

**ADVOKATAS** (ol. *Advocaat*). Olandiškas emulsinis kiaušinių likeris, gaminamas iš kiaušinių trynių ir alkoholio. Dabar gaminamas ir kitose šalyse. Kai kur namų gamybos advokatas dar vadinamas ajerkonjaku (lenk. *ajerkoniak*) arba kiaušinių likeriu. Turi apie 14–16 proc. alkoholio.

**AFLATOKSINAI** (gr.). Toksiška medžiaga, kurią produkuoja dviejų rūšių pelėsiniai grybai – *Aspergillus flavus* ir *Aspergillus parasiticus*. Kieto pavidalo mažais kiekiais jų aptinkama javų grūduose, šiek tiek daugiau žemės riešutuose. Tyrimai rodo, jog aflatoksinais užterštas maistas skatina vėžio atsiradimą.

**AFRIKOS ŠALIŲ VALGIAI.** Egipte ir kitose Šiaurės Afrikos šalyse valgoma avių, ėriukų mėsa. Iš jautienos ir paukštiesenos verdamas sultinys, gaminamas ragu ir maltos mėsos patiekalai. Ryžiai ir daržovės – dažniausi priedai. Populiariausi vaisiai – citrinos, datulės, mėgstamiausios daržovės – baklažanai. Mėgstamos pupelės, duona, stipri turkiška kava, vanduo, paskanintas apelsinų lapais. Egipto kulinarijai būdingi ir italų, graikų, taip pat turkų bei prancūzų tradicijos elementai. Kitose Šiaurės Afrikos pakrančių šalyse – Maroke, Alžyre, Tunise, Libijoje – valgoma daug avienos ir daržovių, pvz., svogūnų, pomidorų, baklažanų ir bulvių. Visi valgiai aštriai pagardinami. Mėgstami vaisiai – persikai, kriaušės, abrikosai, citrinos, vynuogės, figos. Centrinės Afrikos šalyse vyrauja ožkų, antilopių, zebu (kuprajaučių) mėsa, daržovės, soros (ypač Etiopijoje). Vakarų Afrikos pakrančių šalyse mėgstamos



žuvys, vaisiai (apelsinai, citrinos, bananai, ananasai, riešutai, kakavos kultūros). Konge prie patiekalų pridedama sorų, afrikietišių bulvių. Iš kukurūzų miltų kepama duona. Geriama kava, kakava. Pietų Afrikos kraštuose vyrauja olandų tradicijos su amerikietiškais akcentais, taip pat būrų (afrikanų) nacionaliniai patiekalai. Valgoma daug mėsos, ypač antilopių. Pagrindinės javų kultūros – ryžiai ir kukurūzai, iš jų miltų verdama košė. Vaisiai – mangai, ananasai ir bananai – valgomi švieži arba perdirbti. Pagrindiniai prieskoniai – karis ir aitrioji paprika, gėrimai – kava, arbata, vaisių sultys, alus, vynas, apelsinų likeris, persikų degtinė. Šalyse, kuriose išpažįstamas islamas, alkoholinius gėrimus vartoti draudžiama.

## **AFRIKOS VYNAS.** žr. **PIETŲ AFRIKOS VYNAS, ŠIAURĖS AFRIKOS VYNAS.**

**AGANCE.** Saldus armėnų patiekalas iš pakepintų kviečių, kanapių sėklų, graikinių riešutų ir razinų.

**AGARAS, AGARAGARAS.** Angliavandenis, gaunamas iš raudondumblių ir rudadumblių (*Glacilaria*, *Gelidium*). Brinkinamas vandenyje virsta drebučiais. Vartojamas konditerijoje.

**AGARAS** (*Trapa natans* L.), **AGARŪNAS, RAGOTĖ.** Vienmetis vandens agarinių šeimos žolinis augalas, paplitęs Eurazijoje. Jo vaisiai – dygliuoti kaulavaisiai. Sėklos valgomos. Agaras dar vadinamas vandens kaštonu arba plūduriuojančiuoju agaru. Vartojamas kinų kulinarijoje. Lietuvoje XIX a. augo Kilučių ežere, dabar išnykęs.

**AGAVA** (*Agave* L.). Smidrinių šeimos daugiametis augalas. Į Europą atvežtas XVI a. iš Meksikos. Auga Pietų Europoje, Kaukaze, Kryme. Meksikoje iš fermentuotų agavos sulčių gaminamas alkoholinis gėrimas tekila.

**AGNOLETĖS** (it. *agnoletti*). Virtiniai su mėsos ar grybų, daržovių įdaru, ravioliai.

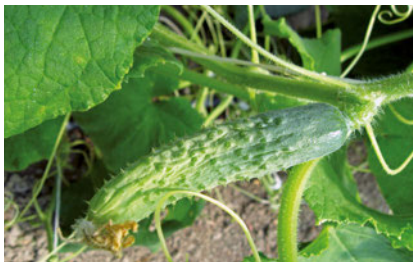


**AGRASTAI** (*Ribes uva-crispa* L.). Agrastinių šeimos daugiametis uogakrūmis. Auga Šiaurės Amerikoje, Europoje, Azijoje ir Afrikoje. Iš viso žinoma apie 50 laukinių agrastų rūšių. Europoje auginamos kultūrinės veislės, išvestos iš paprasto agrasto, augančio Kaukaze. Turi 8–11 proc. cukrų, 1,2–1,7 proc. organinių rūgščių, pektino, vitamino C, fosforo druskų, geležies. Neprinokę agrastai vartojami konditerijoje, prinokę – desertui, marmeladui, vynui, valgomi vieni, ne visai prinokę – konservams, uogienėms. Kulinarijoje padažai su agrastais dera prie žuvies, pvz., skumbrės (Prancūzija).

**AGUONA** (*Papaver* L.). Aguoninių šeimos vienmečių ir daugiamečių žolių genties augalas. Žinoma apie 90 rūšių. Lietuvoje auga 5. Praktinę reikšmę turi daržinė aguona (*Papaver somniferum* L.),

auginama visame pasaulyje. Aguona laikoma aliejiniu augalu. Sėklos turi 40–55 proc. aliejaus, kurį galima gauti vadinamojo šalto spaudimo būdu. Tai baltas arba gelsvas riebusis aliejus, tinkantis salotoms. Aguonų sėklos (aguonos) vartojamos konditerijos pramonėje: beriamos į duonos gaminius, pyragaičius, teslainius. Iš jų gaminami Kūčių patiekalai. Kai kurių rūšių aguonose yra narkotinių medžiagų: opijaus (nesubrendusiose sėklose), opijaus alkaloidų. Pastarosios veikia centrinę nervų sistemą, todėl jų auginimą ir vartojimą riboja įstatymai.

**AGUONŲ PIENAS.** Lietuviškas gėrimas iš maltų aguonų. Vartojamas kaip gėrimas, sriubai užbalinti, prėskučiams ar aviziniam kisieliui užpilti.



**AGURKAI** (*Cucumis*). Moliūginių šeimos vienmečių žolinių genties augalas. Savaime auga Afrikoje, Indijoje. Paprastasis agurkas (*Cucumis sativus* L.) kilęs iš Indijos, ten kaip daržovė buvo auginamas prieš kelis tūkstantmečius. Agurkai valgomi žali, rauginti, marinuoti, iš jų gaminamos salotos ir garnyrai, verdamos agurkinės ir šiupininės sriubos. Agurkai gerina apetitą, padeda geriau pasisavinti riebalus ir baltymus.

Agurkuose yra 97 proc. vandens, ląstelių, azotinių ir beazotinių medžiagų, kalio druskų, šiek tiek vitaminų.

**AGURKAI ĮDARYTI.** Originalus užkandis iš žalių agurkų. Nulupti agurkai supjaustomi skersai 5–6 cm gabalais, išskobiamos sėklos, o ertmė užpildoma įdaru iš virtų žaliųjų žirnelių su kietai virtu ištrintu kiaušiniu, sumaišytu su garstyčiomis bei bičių medumi. Paskaninami druska ir pipirais.

**AGURKAI ĮDARYTI IR APKEPINTI.** Pietų patiekalas, valgomas su bulvėmis. Nulupti agurkai perpjaunami išilgai, pašalinamos sėklos, o jų vieta užpildoma įdaru iš ryžių ir smulkiai supjaustytos dešros. Taip paruošti agurkai sudedami į skardą, užpilami grietine, sumaišyta su miltais, ir kepami keletą minučių.

**AGURKAI MARINUOTI.** Geriausia ruošti stikliniuose indeliuose. Agurkai indeliuose užpilami marinatu, paruoštu iš penkių virinto vandens ir vienos 6 proc. stiprumo acto dalies (5:1). Į marinatą įberama druskos, cukraus, pridedama prieskonių (krapų, krieno šaknų, lauro lapų, kvapiųjų pipirų, garstyčių). Uždengti indeliai virinami dideliame inde su vandeniu 35 min., paskui sandariai uždaromi.

**AGURKAI PARAUGINTI.** Vidutinio dydžio agurkai sudedami į indą (geriausia į keraminį arba stiklinį) ir užpilami valgomosios druskos tirpalu (1 l vandens – 50 g druskos). Nupjovus agurkų galus ar užpylus šiltu tirpalu, rūgimo procesas pagreiteja.

**AGURKAI RAUGINTI.** Rauginami paprastai statinėse, geriausia iš kiėtų lapuočių medienos (pvz., ąžuolinėse) arba kitokiuose rūgščiai atspariuose induose (stikliniuose, porcelianiniuose). Nuplauti, nenupjautais galais agurkai sudedami sluoksniais su vyšnių, ąžuolų, juodųjų serbentų lapais, česnako skiltelėmis, krieno šaknies gabaliukais ir užpilami valgomosios druskos tirpalu (1 l vandens – 50 g druskos). Laikoma 8–10 °C temperatūroje. Agurkai turi būti visiškai apsemti.



**AGURKLĖ** (*Borago*). Agurklinių šeimos vienmečių arba dvimečių žolių genties prieskoninis vaistinis augalas. Savaimė auga Viduržemio jūros šalyse, Mažojoje Azijoje (Anatolijoje), Šiaurės Amerikoje. Auginama beveik visur. Užauga iki metro aukščio. Stiebas ir lapai šiurkščiai plaukuoti, kvėpia agurkais. Žiedai mėlyni, vaisius – riešutėlis. Lietuvoje auginama vaistinė agurklė (*Borago officinalis* L.). Lapų dedama į šaltibarščius, mišraines.

**AGURKŲ PADAŽAS.** Gaminamas iš raugintų nuluptų, supjaustytų kaip makaronai arba stambia tarka sutarkuotų agurkų ir truputį pakepintų miltų tyrelės (sumaišoma), praskiestos kaulų sultiniu su raugintų agurkų sūrymu.

Padažą galima paskaninti grietine arba sutirštinti kiaušinio tryniu. Prieš tiekiant pabarstoma susmulkintais krapais ir petražolių lapeliais. Tinka prie mėsos patiekalų. Populiarus lenkų virtuvėje.

**AGURKŲ SRIUBOS.** Verdamos stipriame sultinyje su raugintais agurkais, bulvėmis, prieskoninėmis daržovėmis, prieskoniais. Lietuvoje populiariausias: naminė agurkų sriuba, agurkų sriuba, Maskvos agurkų sriuba.

Verdant agurkų sriubą, į verdantį pasūdytą vandenį dedama skiltelėmis supjaustytų bulvių, pakepintų baltųjų prieskoninių daržovių ir prieskonių. Bulvėms suminkštėjus, sudedami mažame sultinio kiekyje atskirai troškinti rombais supjaustyti rauginti agurkai. Baigiant virti tinka įdėti virtos mėsos, ypač inkstų. Sriuba užbaltinama grietine arba kiaušinio ir pieno mišiniu bei sviestu.

**AIGO BOULIDO** (oksitanų kalba – verdantis vanduo). Prancūzijos pietryčių srities Provanso sriuba, gaminama visai paprastai: česnakas, sutrintas su druska, keletą minučių paverdamas vandenyje, nukošiamas. Pagardinama kiaušinio tryniu ir pipirais. Tiekama su skrebučiais.

**AJOLIS** (oksitanų kalba *alhòli*). Majonezo padažas, kuriame gausu druskoje sutrinto česnako, sutirštintas išmirkyta ir nuspausta bandele. Populiarus Prancūzijoje, Provanso krašte. Tinka prie kiaušinių ir žuvų patiekalų.

**AIRIJOS LIKERIAI.** Gaminami iš viskio su įvairiais ingredientais: grietinele,

kava, šokoladu, medumi, aromatinėmis žolemis, vanile. Žinomi likeriai: „Carolans“, „Baileys“, „Saint Brendan’s“ ir kt. Alkoholio kiekis – 17–35 proc.

### **AIRIJOS VISKIS** (*Irish Whiskey*).

Populiarus airių alkoholinis gėrimas, žinotas jau viduramžiais. Gaminamas, kaip ir škotų viskis, iš miežių grūdų, sulyklo ir vandens. Skiriasi tik kai kurie technologijos niuansai. Airijoje sulyklos nedžiovinamas durpėmis. Sulyklo ir grūdų misa fermentuojama, taip pat raugas destiliuojamas skyrium, o vėliau destiliuotas sumaišomas, todėl gėrimas yra švelnesnis, saldokas, malonaus aromato. Geriausi viskiai brandinami ąžuolo statinėse 10–21 metus. Žinomi prekių ženklai: „Bushmills“, „Black Bush“, „Irish Mist“, „Jameson Gold“, „Tullamore Dew“.

**AKROLEINAS** (lot. *acer* (kilm. *acris*) – aštrus + *oleum* – aliejus). Bespalvė kvapi substancija, atsirandanti skylant riebalams aukštoje temperatūroje. Riebalai skyla į glicerolį ir laisvąsias riebalų rūgštis. Gliceroliui toliau skylant, išsiskiria akroleinas – kenksminga sveikatai medžiaga. Todėl kepatant mėsą ar bulves būtina vartoti riebalus, kurie skaidosi aukštoje temperatūroje. Aukštoje temperatūroje skaidosi kiaulių taukai ir raguočių lajus; žemiausioje temperatūroje – sviestas, todėl jis vartotinas tik baigiant kepti, kad pagerėtų kepsnio skonis.

**AKVAVITAS** (lot. *aqua vitae* – gyvenimo vanduo). Skandinavijos šalių (Norvegijos, Danijos) alkoholinis gėrimas. Bespalvis,

stiprus, su kmynų prieskoniu. Jo gamybai dar naudojamos citrinų žievelės, anyžiai, kalendros, krapai, gvazdikėliai, cinamonas. Vartojamas grynas, atšaldytas arba kaip sudedamoji kokteilių dalis. Alkoholio kiekis – 40 proc.

**ALANI** (armėn.). Saldus armėnų patiekalas, pagamintas iš specialiai siera aprūkytų persikų, įdarytų cukraus, cinamono, kardamono, graikinių riešutų mišiniu, ir išdžiovintas.

**ALASKA ČORBA**. Buvusios Jugoslavijos šalių sriuba iš karpių, lydekų ir šamų su prieskoniais: petražolėmis, salierų lapais, pomidorais, paprika, kvapiaisiais pipirais, kiaušinio tryniu, vyno actu. Iš žuvų (be šamų) išverdama sultinys, nukošiama, sumaišoma su kiaušinio tryniu ir actu. Į lėkštę įdedama pomidorų, atskirai išvirto šamo gabalų ir užpilama sultiniu.

**ALAŠAS**. Latviškas kmynų likeris, saldus, bespalvis. Pradėtas gaminti Alašo vietovėje ties Ryga. Alkoholio kiekis – 40 proc.

**AL AUS LIKERIS**. Gaminamas iš alaus, cukraus, vanilės ankšties, degtinės. Alus, cukrus ir vanilę pavirinami 5 min. Iš pradžių skystis gali intensyviai putoti, todėl reikia atidžiai saugoti. Baigus virti nukeliama nuo ugnies ir supilama degtinė: 1 l skysčio – 0,75 l degtinės.

**ALBEDAS** (lot. *albus* – baltas). Balta vidinė citrusinių vaisių žievelės dalis, kurią sudaro celiuliozė, cukrus ir pektinai. Naudojama pektino gamybai.

**ALBUMINAI** (lot. *albumen* – (kiaušinio) baltymas). Atskira baltymų grupė. Tirpsta vandenyje. Denatūruoja apie 70 °C temperatūroje. Daugiausia jų kiaušiniuose (ovoalbuminai), piene (laktoalbuminai), kraujo plazmoje (serumo albuminai), taip pat augalų sėklose. Albuminai vartojami konditerijoje, farmacijoje ir medicinoje.

**AL DENTE** (it.). Makaronų virimo būdas: išvirti jie lieka standūs, neištižę.

**ALEATIKAS** (it. *aleatico*).

1. Raudonasis desertinis vynas iš muskatinių vynuogių. Gaminamas Italijoje, Prancūzijoje, Vokietijoje.
2. Itališkos raudonosios silpno muskato skonio vynuogės, dažniausiai auginamos pietrytinėje šalies dalyje.

**ALEMBIKAS** (arab. *al-anbīq*).

- 1) Alkoholio distiliavimo aparatas.
- 2) Degtinės rūšis, išlaikyta, paskaninta karamelenu (skrudintu cukrumi).

**ALENTEŽO SŪRIS**. Minkštas avių pieno sūris, gaminamas Portugalijoje. Gaminamas įvairių dydžių suploto cilindro pavidalo galvomis (dažniausiai po 450 g). Pavadinimas kilęs iš Portugalijos Alentežo (portug. *Alentejo*) srities, esančios piečiau Tacho upės.

**ALERGIJA** (gr. *allos* – kitas + *ergeia* – veikimas). Specifiška organizmo imuninės sistemos reakcija. Ji gali būti padidėjusi (hiperalergija arba tiesiog alergija), sumažėjusi (hipoergija) arba išnykusi (anergija). Hiperalergiją (alergiją) gali sukelti tam tikros medžiagos – alergenai: mikroorganizmai, vaistai,

audiniai, dažai, augalai, maisto produktai (kiaušiniai, braškės, žemuogės).

**AL FORNO** (it.). Patiekalų gamybos būdas keptant krosnyje ar orkaitėje. Taip pat vartojamas prancūziškas terminas *au four* (krosnyje).

**ALIKANTĖS VYNAS**. Raudonasis ispanų desertinis vynas, gaminamas Alikantės regione. Jis priskiriamas sunkiosioms, t. y. turinčioms daugiau alkoholio, vyno rūšims.

**ALIGOTĖ** (pranc.): 1) Burgundijos regiono (Prancūzija) II kategorijos baltosios vynuogės; 2) iš jų pagamintas aštrokas vynas, vartojamas jaunas. Gerai tinka mišiniams. Su juodųjų serbentų likeriu (pranc. *crème de cassis*) gaminamas *kiro kokteilis*.



**ALIEJAI**. Sočiųjų ir nesočiųjų riebalų rūgščių glicerolio esteriai, spaudžiami iš aliejinių augalų sėklų ir vaisių. Pagal konsistenciją aliejai skirstomi į kietuosius, pusiau kietuosius ir skystuosius. Kietieji (palmių, kokoso) yra sočiųjų, pusiau kietieji ir skystieji – nesočiųjų organinių rūgščių gliceridai. Skystieji aliejai pagal gebėjimą kietėti ore skirstomi į džiūvančiuosius (sėmenų, kanapių),

pusiau džiuvančiuosius (saulėgražų, medvilnės) ir nedžiuvančiuosius (alyvmedžio, migdolų, rapsų, ricinos). Pagal vartojimą aliejai skirstomi į techninius ir maistinius, tačiau beveik visi rafinuoti tinka maistui. Sėmenų, rapsų, saulėgražų, medvilnės, alyvų aliejai vartojami kepimui, konservavimui, margarino gamybai, konditerijos ir farmacijos pramonėje; jų yra padažuose, majoneze. Aliejai organizmui naudingesni už taukus ir kitus gyvulinės kilmės riebalus, nes juose nėra cholesterolio.

**ALIOLI** (isp. *all* – česnakas, *oli* – aliejus). Ispaniškas padažas iš česnako, druskos, citrinų sulčių, kiaušinių trynio, alyvuogių aliejaus ir vandens. Vartojamas su mėsa, žuvimis ar paukštiena.

**ALIUMINIO FOLIJA**. Plona aliuminio skarda (mažiau nei 0,1 mm storio), plačiai naudojama technikoje ir virtuvėje. Į ją vyniojami produktai dedant į šaldiklį, vietoj pergamento ją išklojamos dėžutės tortams, įvyniojami kepimui paruošti mėsos ar žuvų produktai.



**ALYVMEDIS** (*Olea*). Alyvmedinių šeimos medžių ir krūmų gentis. Paplitęs tropikų ir subtropikų šalyse. Žinoma apie 60 rūšių. Ūkiniu požiūriu svarbus europinis alyvmedis (*Olea Europaea*),

ilgaamžis (per 1500 metų), iki 12 m aukščio vaismedis. Lapai visžaliai, lancetiški. Žiedai balti, kvapnūs. Vaisiai – kaulavaisiai, panašūs į slyvas, melsvai juodi arba žali. Jų miltingas minkštumas turi 14–40 proc. riebalų, truputį baltymų, cukraus, vitaminų. Naudojami maistui, iš jų spaudžiamas aliejus (pvz., Provanso aliejus), naudojamas maisto ir farmacijos pramonėje. Daugiausia auginamas Viduržemio jūros šalyse (ypač Ispanijoje, Italijoje, Graikijoje), Afrikoje, taip pat Indijoje, Japonijoje, JAV.

**ALYVUOGIŲ ALIEJUS**. Provanso aliejus, gelsvos spalvos, specifinio kvapo, nedžiūvantis augalinis aliejus. Užšąla -3–0 °C temperatūroje. Alyvuogių aliejų sudaro oleino, palmitino, stearino rūgščių gliceridai. Gerai tirpsta organiniuose tirpikliuose. Gaminamas iš alyvmedžio vaisių, kurie sutraiskomi ir iš tokios šaltos arba pakaitintos masės spaudžiamas aliejus. Jis vartojamas maistui, vaistams gaminti. Vienas alyvuogių aliejaus kokybės įvertinimo kriterijų yra jo rūgštingumas, taip pat kitos (pvz., organoleptinės) savybės. Maistui geriausiai tinka mažai rūgščių (iki 1 proc.) turintis aliejus, pagamintas iš šviežių, rankomis surinktų, šaltai išspausių vaisių.

**ALKALOIDAI** (arab. *al-kili* – šarmas + gr. *eidōs* – pavidalas). Painios struktūros baziniai, biologiškai veiklūs organiniai junginiai, kurių esama kai kuriuose augaluose. Daugiausia bespalvės, kristalinės, vandenyje blogai tirpstančios medžiagos – fiziologiškai labai aktyvūs junginiai, stipriai veikiantys žmogaus ir gyvūnų organizmus. Jų žinoma daugiau



nei 2 000. Svarbiausi: nikotinas (randama tabake), kofeinas (kavos pupelėse, arbatoje), morfinas (aguonose), atropinas (šunvyšnėse, durnaropėse). Alkaloidų esama lapuose, šaknyse arba sėklose druskų pavidalu. Daugelis jų – stiprūs nuodai, mažais kiekiais vartojami kaip vaistai. Ilgalaikis kai kurių alkaloidų vartojimas sukelia narkomaniją.

### **ALCHERMES / ALKERMES** (it.).

Raudonasis likeris, gaminamas iš spirito, pridėjus gvazdikėlių, cinamono, vanilės, apelsinų žiedų ir cukraus sirupo. Anksčiau yra buvęs labai populiarus Vakarų Europoje. Gaminant būdavo įdedama *Kermes* genties vabzdžių, todėl XX a. prarado populiarumą.

**ALKOHOLINIAI GĖRIMAI.** Tai gėrimai, kuriuose yra daugiau nei 1,2 proc. etilo alkoholio. Jie skiriasi stiprumu (kai kuriuose alkoholio yra net 80 proc.), skoniu, aromatu. Alkoholiniai gėrimai gaminami:

- a) distiliavimo būdu – arakas (iš ryžių, palmių vyno), kalvadosas (iš vaisių vyno), brendis, konjakas (iš vynuogių vyno), romas (iš raugintos cukranendrių melasos), viskis (iš rugių ar kukurūzų, sucukrinto miežių salyklo);
- b) fermentavimo (rauginimo) būdu – alus (iš miežių salyklo ir apynių), kumysas (iš kumelių pieno), midus (iš medaus), palmių vynas (iš cukringų palmių sulčių), pulkė (iš ryžių), vynas (iš vynuogių ir kt. uogų bei vaisių); c) maišant spiritą arba su vandeniu (paprastoji degtinė), arba su morsais, užpilai, cukrumi, krakmolo sirupu, spirituotomis sultimis (antpilas, likeris, trauktinė); d) maišant spiritą su

nealkoholiniais skysčiais: grogas (romas, konjakas arba brendis su karštu vandeniu ir prieskoniais), kokteiliai (įvairūs alkoholiniai gėrimai su vaisių sultimis), punšas (romas arba konjakas su vynu, vaisių, dažniausiai citrinų, sultimis ir saldžiais vaisiais).

### **ALKOHOLINIS RŪGIMAS** (fermentacija).

Angliavandenių skilimas, kurį anaerobinėmis sąlygomis sukelia mikroorganizmai (bakterijos ir mielės). Pirmojoje anaerobinio rūgimo stadijoje, veikiama fermento gliukokinazės, angliavandeniai fosforilinami, antrojoje – angliavandenių fosforiniai esteriai skyla, susidaro fosfortriozės; trečiojoje – jie defosforilinami, susidaro pirovynuogių rūgštis, kuri skyla į acetaldehidą ir anglies dioksidą. Paskutinėje alkoholinio rūgimo stadijoje acetaldehidas redukuojamas į etilo alkoholį. Daugiausia etilo alkoholio iš to paties angliavandenių kiekio pagamina *Saccharomyces* genties mielės. Vykstant alkoholiniam rūgimui, susidaro dar šiek tiek metilo, amilo ir izoamilo alkoholio, glicerolio, gintaro rūgšties. Alkoholinis rūgimas praktikuojamas spirito, alaus, glicerolio ir duonos pramonėje.

### **ALKOHOLINIŲ GĖRIMŲ PATIEKIMO TEMPERATŪRA**

- apie 6 °C – putojantys vynai, šampanas;
- apie 6–8 °C – alus;
- apie 10–12 °C – desertinis vynas;
- apie 15–18 °C – raudonasis vynas;
- apie 8–12 °C – baltasis vynas;
- labai atšaldyti – visų rūšių degtinė;
- kambario temperatūros – likerai, saldžiosios trauktinės (ypač jeigu geriama su arbata arba kava);
- rankų temperatūros – konjakas, brendis, kiti vyno distiliatai.

## **ALKOHOLIS** (arab. *al kohl*).

Iš alkoholių vienintelis etilo alkoholis ( $C_2H_5OH$ ) yra maistinis, dar vadinamas etanolu, gaminamas fermentuojant augalines medžiagas. Jis naudojamas alkoholinių gėrimų gamyboje. Praktiškai grynas alkoholis (98 proc.) yra bespalvis, deginančio skonio, savito kvapo, degus, gerai skiedžiamas vandeniu bet kokiomis proporcijomis. Kaloringumas: 1 g – 7 kcal. Alkoholio gamybai naudojamos šios medžiagos: cukringosios (cukrus, melasa, vaisiai), krakmolingosios (bulvės, grūdai), celiuliozinės (medienos hidrolizė), tiesioginės fermentacijos gėrimai (vynuogių ir vaisių vynos). Etilo spiritas dar gaunamas perdirbant naftą. Po fermentacijos proceso alkoholis išskiriamas iš mišinio distiliacijos būdu, iš kitų alkoholių ir priemaišų – vykstant rektifikacijos procesui.

**ALKOHOLIZMAS.** Dažno alkoholinių gėrimų vartojimo sukelta liga, pasireiškianti liguistu, sunkiai įveikiamu alkoholio potraukiu, žalojanti žmogų fiziškai ir psichiškai, sukelianti konfliktus su socialine aplinka. Geriant dažnai (kad ir po nedaug), anksčiau ar vėliau atsiranda stabilių pakitimų, būdingų alkoholizmui: liguistas potraukis gerti ir abstinencijos (pagirių) sindromas, alkoholikams dažnai prasideda lėtinis gastritas, kepenų cirozė ir kt. ligos. Alkoholikai gydomi specialiose ligoninėse.

**ALSASIENNE** (pranc. – alzasiskas). Keptos žąsies priedas, gaminamas iš

raugintų kopūstų ir rūkytos kiaulienos (šoninės, kumpio).

**ALTENBURGERIS** (vok.). Avių pieno sūris, gaminamas Vokietijos žemėje Tiuringijoje. Formuojamas apie 20 cm ilgio, 2,5–5 cm skerspjūvio ritinėliais, kurių svoris apie 900 g.



**ALUS.** Gėrimas, prisotintas anglies dioksido ir turintis 1,5–7 proc. ir daugiau etilo alkoholio. Be to, aluje yra angliavandenių (dekstrinų, maltozės, gliukozės, fruktozės, pentozės), azotinių medžiagų, B grupės vitaminų. Alaus maistinė vertė priklauso nuo ekstrahuojamų medžiagų kiekio (apie 5–12 proc.). Pagal alkoholio kiekį skiriamas silpnas (1,5–3 proc. alkoholio), vidutinio stiprumo (3–4 proc.) ir stiprus alus (daugiau kaip 4 proc.). Lietuvos aludarių garbės kodeksas nerekomenduoja gaminti stipresnio nei 7,5 proc. alaus. Pagal spalvą alus skirstomas į šviesųjį ir tamsųjį. Dar rūšiuojamas pagal skonį, kvapą, grūdų veislę. Priklausomai nuo mielių, skirstomas į apatinės fermentacijos (*lager* tipo), viršutinės (*ale*), savaiminės (*lambic*) fermentacijos alų.

Žaliavos:

1. Salyklas – išmirkyti, sudaiginti ir išdžiovinti (pagrūzdinti) dažniausiai miežių grūdai (kartais – žirniai ar kiti priedai). Tinkamiausi alui krakmolingi (58–66 proc.) dveiliai miežiai. Jie mirkomi 2–4 paras iki 42–45 proc. drėgnumo, paskui 7–9 paras daiginami 18–22 °C temperatūroje. Salyklas džiovinamas 24 val. (tamsiam alui – 48 val.), palaispniui keliant temperatūrą iki 75 °C (tamsiam alui – iki 105 °C).

2. Vanduo, dažniausia minkštas. Pašildytame vandenyje (35–80 °C) išmaišomas sumaltas salyklas, gaunamas mentalas, iš kurio, atskyrus netirpias medžiagas, gaunama misa.

3. Apyniai. Po žalsvai gelsvos spalvos apynių spurgų lapeliais yra gelsvų lupulio miltelių, nuo kurių (ir nuo žiedlapių) priklauso aitriųjų medžiagų eterinių aliejų kiekis. Apyniai pagerina alaus skonį, padeda ilgiau išsilaikyti, suformuoja tvirtą ir ilgalaikę putą.

4. Alaus mielės. Tai žemosios pakopos (klasifikacijų požiūriu) grybeliai, kurie dauginasi misos cukrų terpėje ir per fermentus paverčiami alkoholiu ir anglies dioksidu. Alaus mielės būna žemo rūgimo (dauginasi +5 °C temperatūroje, rūgimo procesas trunka apie 10 dienų) ir aukšto rūgimo (dauginasi +15 °C temperatūroje, rūgimo procesas baigiasi per 5 dienas).

Gamyboje paprastai skiriami 3 etapai:

- 1) salyklinėse grūdai sudaiginami, išdžiovinami ir paverčiami salyklu; virimo skyriuje salyklo ekstraktas tampa misa;
- 2) fermentavimo ir brandinimo

rūsiuose misa išrauginama, alus subrandinamas (rauginimo procesas 6–9 °C temperatūroje trunka 7–9 dienas, brandinimas (esant 0–4 °C) – 21–90 dienų);

3) tada alus įprastai filtruojamas ir išpilstomas į statines, skardines ar butelius. Norint, kad alus ilgiau išsilaikytų, jis pasterizuojamas. Tačiau per šį procesą alus praranda dalį maistinių medžiagų. Šiais laikais alus labai išpopuliarėjo. 2005 m. vienam Lietuvos gyventojui teko 87,5 l alaus (Čekijoje – apie 157 l, Airijoje – 131 l, Vokietijoje – 115 l). Alų patariama gerti atšaldytą (6–8 °C), iš tinkamų indų. Kai kuriose šalyse, pvz., Didžiojoje Britanijoje, itin stiprus alus geriamas 13–15 °C temperatūros.

**ALŽYRO VYNAS.** Vynuogių plantacijų XX a. pabaigoje sumažėjo nuo 350 tūkst. iki 200 tūkst. ha. Gaminamas neblogos kokybės raudonasis, rausvasis ir baltasis vynas Tlemseno, Maskaros, Hauto Dagroso, Zakaro, Ain-Besemo ir kituose Viduržemio jūros pakrančių regionuose. Vyno pavadinimai dažnai kilę iš šių regionų. Šiuo metu Alžyro vyno pramonė atsigauja. Dar žr. **AFRIKOS VYNAS.**

**AMARETAS** (it. *Amaretto*). Italų kilmės likeris, turintis abrikosų branduolių arba karčiųjų migdolų skonio ir aromato. Mėgstamas Italijoje, JAV, gana populiarus ir kt. kraštuose. Alkoholio kiekis – apie 16–25 proc.

**AMBIGU** (lot. *ambigere* – sujungti priešybes; pranc. *ambigu* – keliaprasmis, prieštaringas). Kulinarijoje tai reiškia, kad tuo pat metu patiekiami to paties valgių

tipo karštieji ir šaltieji patiekalai, lengvi bei sunkūs užkandžiai. Pvz., *prancūziškas ambigu*: vienu metu patiekiami valgomieji ledai su uogomis ir karšti pyragaičiai, kava.

**AMBROZIJA.** Olimpo dievų mitologinis valgis, padarantis dievus amžinai jaunas ir nemirtingus. Tai galėjo būti medus, granatas, obuolys, prieskoniai.

**AMER PICON** (pranc.). Kartus prieskonių likeris, patiekiamas kaip aperityvas.

**AMERIKIEČIŲ VISKIS,** žr. **VISKIS.**

**AMFORA** (gr.). Degto molio indas su dviem ąsomis. Senovėje jose laikydavo vyną, aliejų, vandenį.

**AMILAZĖ** (gr. *amylon* – krakmolos). Seniau vadinta *diastaze* – fermentai, skaldantys krakmolą. Yra seilėse, taip pat sudaigintuose kviečių, miežių ir kt. grūduose. Dalyvauja skaidant krakmolą iki dekstrinų ir iš dalies iki maltozės. Reakciją aktyvina chlorido jonai.

**AMINORŪGŠTYS.** Organiniai junginiai, turintys amino ( $\text{NH}_2$ ) ir karboksilo ( $\text{COOH}$ ) grupių. Visi baltymai sudaryti iš tam tikrų aminorūgščių. Kai kurios iš jų neįeina į baltymų sudėtį, tačiau atlieka labai svarbų vaidmenį. Aminorūgštys – bespalvės kristalinės medžiagos, gerai tirpstančios vandenyje – lydosi 220–315 °C temperatūroje. Dėl aminorūgščių stokos sutrinka kai kurių baltymų sintezė. Žmogaus organizmui kasdien reikia apie 1 g aminorūgščių.

**AMONIO HIDROKARBONATAS (AMONIO BIKARBONATAS),  $\text{NH}_4\text{HCO}_3$ .** Bespalviai kristalai. 60 °C temperatūroje skyla į amoniaką, anglies dioksidą ir vandenį. Kulinarijoje naudojamas kaip dujodaris – purena kai kurias tešlas (pvz., trapiąją, meduolių).

**AMONTILJADAS** (isp. *amontillado*), žr. **CHERESAS.**

**AMŪRAS BALTASIS** (*Ctenopharyngodon idella*). Karpinių rūšies žuvis. Natūraliai veisiasi Kinijos žemumų upėse ir Amūro intakuose. Šių žuvų, užaugančių iki 2 m ilgio ir iki 50 kg svorio, mėsa skani ir riebi. Dirbtinai veisiamos ir Lietuvoje karpių ūkiuose ir elektrinių baseinuose. Valo užžėlusius vandens telkinius.



**ANANASAS** (*Ananas sativus*). Bromelijinių šeimos neaukštas daugiametis žolinis augalas. Savaime auga Brazilijoje, vėliau išplito tropikų ir subtropikų šalyse: Azijoje, Afrikoje, Havajuose, Puerto Rike, Kuboje. Vaisius – sultingas, kankorėžio formos vaisynas. Turi 11–15 proc. cukraus, mažiau citrinos ir kitų organinių rūgščių, vitamino C, alkaloidų. Vaisiai valgomi žali, jų sultys naudojamos įvairiems gėrimams gaminti, geriamos šviežios arba konservuotos. Iš vaisių ir sulčių gaminami kompotai.



### **ANČIUVIS** (*Engraulis encrasicolus*).

Silkiažuvių būrio ančiuvinių šeimos žuvis. Veisiasi Atlanto vandenyse, Viduržemio, Juodojoje ir Šiaurės jūroje. Lietuvos pakrantėse retas. Užauga iki 15 cm ilgio, masė – 10–15 g. Prekiaujama paprastai sūdytais, be galvų ir vidurių arba sūdytais su prieskoniais. Ančiuvio filė arba vadinamosios ančiuvio silkės labai skanios. Iš ančiuvių gaminama pasta arba ančiuvių sviestas (dvi dalys ančiuvių faršo, viena dalis sviesto).

Jis naudojamas padažams paskaninti. Iš specialių ančiuvių patiekalų žinomi: ančiuvis su velnio padažu, ančiuvio filė su garstyčiomis ir kvapiaisiais pipirais, iškepta ir paskrudinta, ančiuvis tešloje (apteptas tešla, iškeptas riebalų pertekliuje), patiekiamas su petražolėmis ir citrinų riekelėmis.

**ANDALOUSE**, À la (pranc. à *landaluz* – andalūziškai). Patiekalų priedas, gaminamas iš paprikos, pomidorų ir baklažanų, dažniausiai valgomas su kiaušinių patiekalais.

**ANDALŪZIJS PADAŽAS**. Gaminamas iš majonezo, kečupo ir susmulkintų marinuotų juodųjų saldžiųjų pipirų (paprikų). Patiekiamas prie šaltųjų mėsos patiekalų.

**ANDRUT**. VafLIAI, ploni tešlos lapai, kepami apvaliose, kvadrato arba lygiagretainio formose – vaflinėse. Dar žr. **VAFLIAI**.

**A L'ENGLAISE**, À la (pranc. – angliskai; skait. – *alanglez*): 1) patiekalų gaminimo būdas troškinant produktus (daržoves, bulves, žuvis) su aliejumi, pridėjus smulkintų petražolių lapelių; 2) mėsos arba žuvų ruošimo būdas, prieš kepimą pavolijojant aliejuje ir plaktame kiaušinyje arba džiovėsėlių trupiniuose.

**ANGLIAVANDENIAI**, organinių junginių klasės anglies ir vandenilio junginiai. Angliavandeniai vieni nuo kitų skiriasi anglies atomų skaičiumi, jis ryšių tipu (viengubasis, dvigubasis, trigubasis) bei anglies atomų grandinės forma (linijinė, šakota, ciklinė). Skirstomi į alifatinius arba aciklinius ir ciklinius. Alifatiniai dar skirstomi į alkānus ir alkenus. Angliavandeniai yra svarbiausias žmonių ir gyvūnų energijos šaltinis. Jų junginiai su baltymais yra augalų ir daugelio gyvūnų ląstelių sienelių atraminė medžiaga. Randami gamtinėse dujose ir naftoje, gaunami iš gamtinės žaliavos ir sintezės būdu. Angliavandeniai: fruktozė, sacharozė, maltozė, laktozė, krakmolai, ląstelienu (celiuliozė), agaragaras, pektinai. Daug angliavandenių suvartojama konditerijos, alaus, spirito, pieno pramonėje, gaminant cukrų, vaisių ir daržovių konservus.

**ANGLIES DIOKSIDAS**, anglies dvideginis, angliarūgštė CO<sub>2</sub>. Anglies junginys su deguonimi, galutinis anglies oksidavimo produktas. Bepalvės, nedeganti, silpnai rūgšties dujos. Tirpdamas

vandenyje sudaro angliarūgštę  $H_2CO_3$ . Anglies dioksidas susidaro oksiduojantis organinėms medžiagoms (pūvant augalų ir gyvūnų liekanoms, kvėpuojant, degant kurui), fermentacijos proceso metu.

Jį asimiliuoja augalai, jis yra medžiagų apykaitos produktas.

Kraujyje visuomet yra anglies dioksido.

Anglies dioksidas taip pat išsiskiria kepančioms įvairioms kepsnims. Vartojamas cukraus, alaus, vaisvandenių, sodos, organinių rūgščių gamyboje.

**ANGLŲ VALGIAI.** Pasižymi skonių įvairove. Mėgstami ir švelnūs, ir aštrūs patiekalai. Anglų pusryčiai (*breakfast*) gausūs ir maistingi: paprastai valgoma avižinių miltų košė su pienu (*porridge*), kiaušininė su kumpiu (*ham and eggs*), pakepinta duona su uogiene, žuvies ir mėsos patiekalai, švieži vaisiai bei sultys. Priešpiečiai (*lunch*) valgomi vidudienį: dažniausiai patiekiamas kepsnys su sviestu ir virtomis bulvėmis, taip pat sumuštiniai (*sandwiches*). Pietūs (*dinner*) valgomi vakare ir susideda iš šaltųjų patiekalų, sriubos, mėsos bei žuvies su daržovėmis ir saldžiųjų patiekalų (*sweet dishes*). Anglai mėgsta lašišas, upėtakius, menkes ir kitas žuvis.

Padažų esama daug ir labai įvairių, paprastai perkami jau paruošti. Kiekvienas svečias padažą išsirenka pagal savo skonį. Sriubos verdamos sultiniuose iš smulkiai supjaustytos ir apkepintos mėsos. Populiarios tautinės sriubos, virtos jautienos uodegų, veršienos galvų, krabų sultiniuose. Rostbifas (jautienos pjausnys), bifšteksas (žlėgtainis) ir kiti kepsnių pavadinimai yra angliškos kilmės. Kepsniai kepančiamieji

anglišku būdu, t. y. taip, kad paviršius apskrustų, o vidus liktų rožinės spalvos. Mėgstama laukinių paukščių ir žvėrių mėsa. Kaip antrieji daržovių patiekalai valgomi virti žiediniai kopūstai, daržovių pudingas. Paplitę varškės, miltų, uogų bei vaisių pudingai, grikių, avižų, kruopų košės, kiaušininės, omletai.

Desertui gaminami vaisių bei uogų pudingai, paštetai, pyragaičiai, tortai.

Platus sūrių asortimentas.

Populiariausi anglų gėrimai – arbata, kava, alus, desertinis, chereso ir madeiros tipo vynai, taip pat baltasis bei raudonasis vynas. Mėgstamas stipresnis gėrimas – škotiškas viskis (*scotch whisky*).

**ANGOSTŪRA.** Plačiai žinoma raudona bronzinės spalvos karčioji traukinė iš Venesuelos. Pavadinimas kilęs nuo Angostūros miesto (dabar Bolivaras) pavadinimo. Yra daugelio baro gėrimų pagrindinė dalis. Turi 48 proc. alkoholio.

**ANISETTE** (pranc.). Anyžių likeris.



**ANYŽIAI** (*Pimpinella anisum* L.). Vienmetė žolė, išauganti iki 0,35–0,5 m. Žinoma nuo senovės Egipto, Romos ir Graikijos laikų. Šiais laikais auginama Indijoje, Ispanijoje, Italijoje, Meksikoje, Turkijoje, taip pat ir Lietuvoje.

Dėl aromatinių sėklų (*Fructus anisi vulgaris*), kuriose gausu (iki 3 proc.) eterinių aliejų, vaisiai naudojami farmacijos pramonėje, įvairių gėrimų gamyboje, malti – kaip prieskoniai sriuboms, saldiesiems patiekalams, salotoms, kompotams pagardinti.

**ANYŽINĖ.** Daugelio anyžių skonio gėrimų pavadinimas. Prancūzijoje dar vadinami *pastis*. Gaminami iš tikrųjų žvaigždanyžių eterinių aliejų, kurie distiluojami su cukrumi, alkoholiu ir įvairiais priedais: mėta, melisa, paprastuoju saldymedžiu. Geriausias prancūziškos anyžinės yra „Pernod“ ir „Ricard“. Anyžinių degtinių šeimai priklauso graikų ouzai (gr. *ouzo*) ir Balkanų šalių gamintojų bei turkų rakija (*raki*), taip pat bulgarų mastika. Ouzas – saldi anyžinė, turinti 40–50 proc. alkoholio. Rakijai būdingas šaknų ir žolelių skonis. Ji ne tokia saldi, turi 40–50 proc. alkoholio, sumaišyta su vandeniu tampa pieno spalvos.

**ANKŠTINIAI.** Išlukštentos ir išdžiovinotos kai kurių ankštinių augalų sėklos: žirniai, pupelės, lęšiai, taip pat sojų pupelės, žemės riešutai, pupos. Vartojami įvairiems patiekalams, o kai kurie – aliejui gaminti. Tai maistingi, turintys daug baltymų ir riebalų produktai.

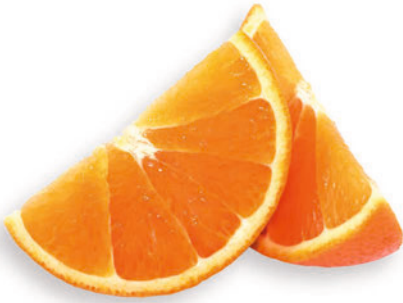


**ANTANINIAI OBUOLIAI,** žr. **OBUOLIAI.**



**ANTYS** (*Anatinae*). Žąsinių būrio vandens paukščių pošeimis. Žinoma apie 150 rūšių (Lietuvoje – 22). Ančių pošeimiui priklauso plaukiojančiosios antys, nardančiosios antys, dančiasnapiai ir urvinės antys. Naminės antys (*Anas platyrhynchos domesticus*) kilusios iš laukinių, prijaukintos bene prieš 3 000 metų. Pagal produkciją skirstomos į mėsines, dėšliąsias ir mišriąsias. Antys Lietuvoje auginamos nuo seno. Nemažai laukinių sumedžiojama. Populiariausias medžioklės objektas – didžioji antis (*Anas platyrhynchos*). Patelės svoris 1 kg, gaigalo – 1,4 kg. Ančių mėsa sunkiai virškinama, bet skani. Antys paprastai kepamos su obuoliais, kopūstais, ananasais, persikais. Prieš tai į kepimo indą įpilama vandens, nes ančių riebalai skaidosi didutinėje temperatūroje. Dar verdamos arba troškinamos.

**ANTREKOTAS** (pranc. *entrecôte*). Keptas jautienos nugarinės gabalas, išpjautas tarp dviejų šonkaulių. Dažniausiai kepamas 2 asmenims (300–400 g). Išpjaunamas svečių akivaizdoje. Žinomi patiekalai: antrekotas su Bearnaro padažu (*Entrecôte à la béarnaise*), iškeptas, patiektas su bulvėmis ir Bearnaro padažu; antrekotas su Liono padažu (*Entrecôte à la lyonnaise*), iškeptas su pakepintais svogūnais.



**APELSINAS** (*Citrus sinensis*): 1) visžalis citrusinių genties vaismedis; 2) to medžio vaisius. Kilęs iš Kinijos ir Indokinijos. Vaisiai sultingi, saldūs ir saldžiarūgščiai, jų forma ir spalva įvairi (nuo šviesiai geltonos iki rausvai oranžinės). Turi 12 proc. cukraus, 0,5–2 proc. rūgšties, vitaminų, kalio, kalcio druskų. Apelsino luobelėje būna iki 2 proc. eterinio aliejaus. Vaisiai valgomi švieži, iš jų gaminami kompotai, ypač populiarūs apelsinų sultys. Vartojami likerių, įvairių kt. gėrimų gamyboje, konditerijos pramonėje, kulinarijoje (padažams prie žuvies, mėsos patiekalų, salotų).

**APENCELERIS** (vok. *Appenzeller*). Puskietis, gelsvas šveicariškas karvių pieno sūris su mažomis skylutėmis ir rusva plutele. Pavadintas Apencelio kantonu (Šiaurės rytų Šveicarijoje) vardu, kur yra gaminamas.

**APERITYVAS**. Vidutinio stiprumo (11–35 proc.) alkoholinis gėrimas, geriamas prieš valgią apetitui sužadinti: vermutas su džinu, cheresas, kamparis, persikų ar slyvų degtinė su ledu, vyšniomis, įvairių rūšių, dažniausiai baltieji vynai, vynų ir sulčių mišiniai (pvz., *kiras*). Pavadinimas kilęs iš lotynų kalbos žodžio *aperitivum*; *aperire* – atidaryti, t. y. sužadinti apetitą.

Sumaišomas prieš vartojant arba perkamas pagamintas.

**APETITAS** (lot. *appetitus* – troškimas, siekimas). Tai noras, tiksliau, potraukis valgyti. Kaip ir alkis, apetitas yra fiziologinis reiškinys. Žodis kildinamas iš vergovinės santvarkos laikų, kai vergai buvo pasmerkti badauti, o vergvaldžiai lėbauti. Vėliau šis žodis reiškė natūralų potraukį valgyti. Potraukį jaučia sveikas, nealkanas žmogus. Apetitui sužadinti tinka aperityvai, buvimas gryname ore, fizinė kultūra. Jeigu apetitas dingsta nepasisotinus, tai gali reikšti ligą arba jos pradžią. Antra vertus, niekaip negalint pasisotinti, reikia imtis priemonių apetitui sumažinti. Tačiau tai neturi nieko bendra su kulinarija, greičiau reiškia, kad sutriko vidaus organų veikla.



**APYNYS** (*Humulus*). Kanapinių (*Cannabaceae*) šeimos dvimetis arba vienmetis augalas. Auga lapuočių miškuose, paupiuose. Nuo seno auginamas prie sodybų, dabar – specialiuose ūkiuose. Žiedai vienalyčiai, balti. Vaisiui bręstant, žiedynai virsta spurgais. Vaisiai ir spurgai nusėti geltonais milteliais, kuriuose gausu lupulino. Spurgai daugiausia vartojami alaus,



midaus, giros ir kt. gėrimų gamyboje, taip pat medicinoje, veterinarijoje. Lietuvoje auga daugiametis paprastasis apynys (*Humulus lupulus*).

**APKEPAS.** Patiekalas, pagaminamas apkepęs virtus makaronus, skrylius, ryžius, košę, bulves kartu su daržovėmis, grybais, kiaušiniiais, dešra, mėsos likučiais, faršu, kepta žuvimi.

**APKEPIMAS, APKEPINIMAS.** Galutinis produktų ar patiekalų paruošimas prieš tai juos apdorojus kuriuo nors kitu šiluminiu būdu. Kad neirtų, į apkepus produktus įmušama kiaušinių. Vietoj jų galima įdėti plaktos grietinės arba kiaušinių miltelių, arba apibarstyti tarkuotu fermentiniu sūriu. Apkepami ir patiekalai su padažu: paruoštas gaminys dedamas į porcijos dydžio keptuvėlę ir užpilamas padažu; gaminio paviršius pabarstomas tarkuotu fermentiniu sūriu ir apšlakstomas sviestu. Kepant iš sūrio susilydo plutelė, todėl padažas neišgaruoja ir gaminys būna sultingesnis. Apkepama 200–240 °C temperatūroje. Paprastai apkepami kruopų, daržovių, varškės, kiaušinių, mėsos, žuvies, grybų patiekalai, apkepos ir dešros jas gaminant. Apkepintas patiekalas gali būti prestižinių vaisių elementas, ypač jeigu patiekiamas kaip karštasis užkandis. Todėl jo gamybai reikėtų parinkti tik vertingus produktus ir atidžiai stebėti paruošimo procesą. Patiekalo paviršius privalo būti lygus, būtina stebėti, kad neapdegtų. Jeigu jis yra galutinai paruoštas ir karštas, orkaitėje rekomenduojama įjungti viršutinį kaitinimo elementą.

**APPERT** Nicolas (1749–1841). Prancūzų konditeris, išradęs mėsos, vaisių, daržovių konservavimą karščiu: produktai kaitinami į vandens vonią (100 °C temperatūroje) įstatytuose pridengtuose induose, kurie paskui sandariai uždaromi. Autoklavuose produktai kaitinami uždaruose induose.

**APSINUODIJIMAS MAISTU.** Staigūs ir smarkūs negalavimai, kuriuos sukelia maiste esančios nuodingosios medžiagos. Apsinuodijimo priežastys gali būti įvairios: cheminės medžiagos arba bakterijos, dažniausiai *Clostridium botulinum* lazdelės. Apsinuodijus pasenusiu maistu: mėsa, žuvis, dešra, visų rūšių konservais ir kt. produktais, po 18–36 val. pradeda skaudėti galvą, raumenis, sutrinka regėjimas, pablogėja rijimas, gali prasidėti viduriavimas. Tokiu atveju patariama gerti stipriai pasūdytą vandenį ir nedelsiant kreiptis į gydytoją. Besidauginant botulino bakterijoms, hermetiškai uždarytuose indeliuose išsiskiria dujos, pakyla slėgimas ir indelių dangteliai išsipučia (bombažas). Tai rodo, kad maistas sugedęs ir jo negalima vartoti net ir termiškai apdoroto, nes bakterijos išveria aukštą temperatūrą. Kartais galima apsinuodyti valgant ledus, varškės tortus su pasenusiu kremu, salotas, grietinę, kiaušinius. Liga pasireiškia vėmimu, viduriavimu po 30 min.–6 val. pavalgius. Šią ligą sukelia salmonelių bakterijos. Bakterijas atrado amerikiečių mokslininkas Theobaldas Smithas, dirbęs D. E. Samono administruojamame skyriuje. Jos neišskiria toksinių medžiagų, tačiau staigiai besidauginamos apnuodija organizmą.

Prieš vartojant maistą, būtina patikrinti, ar nepakitusi jo spalva, kvapas, vengti paruoštų produktų, kurie ilgesnį laiką buvo laikomi kambario temperatūroje. Galima apsinuodyti ir grybais (pvz., žaliaja musmire), kurie turi nuodingųjų medžiagų. Cheminių medžiagų maiste gali atsirasti nuo pesticidų, įvairių trąšų, pvz., su gyvulių pašaru. Todėl maistui būtina vartoti tik veterinarijos ir kitų tarnybų patikrintus produktus.



**ARACHIS VALGOMASIS** (*Arachis hypogaea*). Žemės riešutas, pupinių šeimos vienmetis augalas. Savaimė auga Pietų Amerikoje. Apvaisinti uždarieji žiedai su pailgėjusiu žiedkočiu įsirusia į žemę ir ten auga vaisiai. Auginami tropikų ir subtropikų šalyse (Indijoje, Kinijoje, Afrikos šalyse, JAV). Vaisiai valgomi pakepinti. Juose yra apie 42 proc. arachio aliejaus, naudojamo konservų, margarino, muilo ir kt. pramonės šakose.

**ARACHIO ALIEJUS** (žemės riešutų aliejus). Augaliniai riebalai, sudaryti iš sočiųjų riebalų rūgščių: oleino, lanolino, palmitino, arachino rūgščių. Lydymosi temperatūra +3 °C, tankis – 910 kg/m<sup>3</sup>. Gaminamas iš žemės riešutų – arachio sėklų. Muilo ir margarino gamybos priedas.

**ARAGATO SŪRIS.** Rauginto pieno kietas, aštraus pikantiško skonio sūris, gaminamas Kaukazo kalnuose iš avių pieno su karvių pieno priedais.

**ARAKAS.** Stiprus taurusis alkoholinis gėrimas. Bespalvis, turintis specifinį raugintos odos prieskonį. Iš fermentuotos cukranendrių melasos arba iš ryžių misos su cukrinės palmės (*Arenga saccharifera*) sultimis gaminamas Javoje, Šri Lankoje, Ceilone, Indijoje ir kitur. Vartojamas švediškam punšui, kokteilams gaminti. Geriamas, kaip ir romas, su arbata arba juoda kava. Alkoholio – 60 proc.



**ARBATA** (lot. *herba* – žolė). 1. Arbatžolės – perdirbti arbatmedžio lapai ir iš jų gaminamas gėrimas. Labiausiai paplitusi juodoji ir žalioji, mažiau – geltonoji ir raudonoji arbata. Juodoji arbata gaminama iš vytintų ir fermentuotų, žalioji – iš šuntintų garais, geltonoji ir raudonoji – iš ne visai fermentuotų arbatmedžio lapų. Arbata gali būti biri, presuota (dažniausiai iš biriosios trupinių) ir ekstrahuota (skysta arba kristalinė), paprastai iš blegesnės žaliavos. Arbata pirmąkart aprašyta 350 m. Guo Puo kinų žodyne. Plačiai auginama Kinijoje, Japonijoje, Indijoje ir kt. Azijos šalyse, taip pat

Anglijoje, Gruzijoje, Rusijoje. Arbata vertinama dėl joje esančio kofeino (2–3,7 proc.) ir tanino (6–23 proc.), aromatinių medžiagų.

Arbata labai populiarius gėrimas, išplitęs visame pasaulyje. Geriama su priedais arba be jų. Priedai: cukrus, medus, uogienės, vaisių ir uogų sultys, grietinėlė, druska, pipirai, aromatinės medžiagos bei augalai (pvz., jazminų žiedai).

Arbata geriama iš specialių puodelių arba stiklinių, kartais iškilmingai, su ceremonijomis, pvz., Japonijoje. Kai kuriose Amerikos šalyse geriama itin koncentruota matė. Rusijoje arbatai buvo sukurtas specialus virdulys – *samovaras*.

2. Arbata, gaminama iš vaistažolių ir kt. augalų: aviečių, džiovintų mėtų lapų, erškėtrožių vaisių, jazminų žiedų, džiovintų aviečių, žemuogių, mėlynių uogų, kmynų sėklų. Šios rūšies arbatos populiarūs Lietuvoje. Vaistažolių arbatas gamina UAB „Švenčionių vaistažolės“, įkurta 1883 m.

**ARBATINĖ DEŠRA.** Gaminama iš pjaustytuvu (smulkintuvu) labai susmulkintos jautienos ir kiaulienos mėsos, lašinių taukinės, su saldžiosiomis paprikomis ir romu. Ji maloniai rūgštoka, švelnaus dūmų kvapo, pjaustoma arba tepama.

**ARBATINIAI SAUSAINIAI.** Smulkūs sausainiai iš trapios tešlos.

**ARBATINIS GRYBAS.** Acto rūgšties ir mielių simbiozinė kolonija. Auginamas pasaldytame arbatžolių nuovire. Mielės skaido cukrų į organines rūgštis (askorbo, pantoteno, nikotino, citrinos,

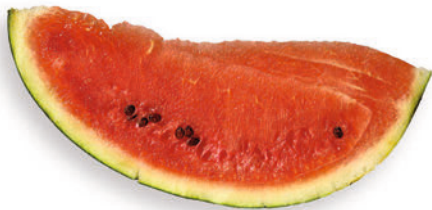
pieno), alkoholi ir anglies dioksida, o bakterijos perdirba alkoholi į acto rūgštį. Skystis, kuriame auga arbatinis grybas, vartojamas kaip gaivusis gėrimas. Jis gerina apetitą, naikina kai kurias bakterijas ir stabdo jų augimą. Juo skalaujama gerklė sergant angina, dantenų uždegimu.



**ARBATMEDIS** (*Thea* ar *Camellia*).

Arbatmedinių šeimos visžalių krūmų gentis. Skiriamos 2 pagrindinės arbatmedžių rūšys: kininis (*Camellia sinensis*, iki 5 m aukščio, lapai apvalūs arba pailgi, 2–11 cm ilgio) ir Asamo (*Camellia assamica*, medis iki 10–20 m aukščio, lapai 11–35 cm ilgio). Daugiausia auginamas Indijoje, Kinijoje, Ceilone. Iš pumpurų ir jaunų lapų gaminama arbata. Turtingas vitaminų, tanino, kofeino.

**ARBATOS UŽPLIKYMAS.** Pagal taisyklės užplikoma taip: arbatinukas pašildomas karštu vandeniu, įberiamas norimas kiekis arbatžolių, užpilama verdančiu vandeniu ir palaikoma 3 min. Geriausia laikyti ant karštos viryklės arba ant indo su karštu vandeniu. Tada įpilama dar vandens ir palaikoma 3–5 min. Arbatos esencija išpilstoma per sietelį į puodelius ir įpilama verdančio vandens. Patariama užplikyti arbatos tiek, kiek jos išgeriama.



**ARBŪZAS** (*Citrullus vulgaris*). Moliūginių šeimos vienmetis augalas. Vaisius – labai didelė, rutuliška netikra uoga lygiu paviršiumi, žievė 0,5–1,5 cm ir storesnė, minkštimas rožinis arba raudonas, labai sultingas ir saldus. Minkštyme yra 5,5–10,6 proc. angliavandenių, sudarytų iš sacharozės, gliukozės ir fruktozės, pektininių medžiagų, vitaminų B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, C, PP.

Arbūzai kilę iš Afrikos. Žinomos 4 rūšys. Auginami Indijoje, Irane, Pietryčių Europoje, Kaukaze, Moldovoje, Azijoje. Lietuvoje prinoksta šiltnamiuose. Paprastai prinokę arbūzai valgomi švieži. Jie taip pat sūdomi, spaudžiamos sultys, gaminamas arbūzų medus (koncentruotos sultys). Iš žievės gaminama uogienė. Arbūzai turi gydymųjų savybių.

**ARBŪZŲ ŽIEVIŲ UOGIENĖ.** Arbūzai nulupami, išpjauamas minkštimas, paliekamas tik baltasis žievės sluoksnis, kuris supjaustomas dideliais gabalais ir pavirinamas vandenyje, kol suminkštės. Gabalai išpilami ant sieto atšaldyti, supjaustomi juostelėmis ir sumerkiami į sirupą (1 kg žievių, 1 kg cukraus, 0,5 l vandens, 4 citrinų žievelės). Verdama 5 min. Tada citrinų žievelės išimamos, nuvalomos ir supjaustomos juostelėmis. Arbūzų žievelės verdamos iki sutirštės.

Į sirupą vėl sudedamos citrinų žievelės ir toliau verdama. Išvirta uogienė supilama į indus. Uogienė skani kaip cukatos.

**ARENGA** (*Arenga saccharifera*). Neaukštas arekinių (palminių) šeimos augalas, cukrinė palmė. Auga Azijoje, Indijoje, Malaju, Filipinų, Karolinos salose. Nupjovus jaunas burbuoles, iš pjūvio teka saldžios sultys (3–5 proc. cukraus). Iš jų gaminamas cukrus ir daromas vynas. Šerdyje daug krakmolo.

**ARENI.** Armėnijos vynuogės ir tų vynuogių vyno pavadinimas. Dar žr. **KAUKAZO ŠALIŲ VYNAS.**

**ARGENTEJIS** (pranc. *Argenteuil*).

1) Baltos mėsos patiekalų (paukštienos, veršienos, ėrienos) priedas, gaminamas iš šparagų (smidrų); 2) vietovė netoli Paryžiaus, garsi geros veislės šparagais.

**ARGENTINOS VYNAS.** Vynininkystė sutelkta Andų kalnų papėdėje, Čilės pasienyje. Šalies vynuogynų plotai siekia 350 tūkst. ha, iš kurių Mendosos provincijai tenka 72 proc., San Chuano – 18 proc., Rio Negro – 5 proc., likę 5 proc. – La Riochos, Katamarkos bei Saltos provincijoms. Auginamos *Cabernet*, *Chardonnay*, *Malbec*, *Merlot*, *Pinot Blanc*, *Pinot Noir*, *Riesling*, *Syrah* ir kt. veislių vynuogės. Iš jų gaminamas vinas vynininkystės kompleksuose (isp. *bodegas*). Žinomi vynininkystės ūkiai: „Bodegas Bianchi“, „Bodegas Crillon“, „Esmeralda“, „Bodegas Norton“, „Bodegas Lopez“, „Pénaflo“, „Bodegas Proviar“ ir daugelis kitų. Pažymėtini šie vynai: baltieji „Don Baltazar Chardonnay-

Viognier“, „Elsa Bianchi Chardonnay-Semillon“, „Lo Tengo Torrontes“, „Luxos Demi Sec“ (putojantis), „Trapiche Chardonnay“; raudonieji: „Alzamora Malbec Achaval Ferrer“, „Elsas Bianchi Cabernet Sauvignon“, „Lo Tengo Malbec“, „Norton Famiglia Manchi Malbec“, „Trivento Famiglia Manchi Syrah“, „Trapiche Pinot Noir“.

Argentinijos vyno gamyba labai padidėjo per XX a. paskutinį ir XXI a. pirmąjį dešimtmečius. Jis išplito Europos šalyse, taip pat ir Lietuvoje.

**ARGININAS.** Viena iš daugelio aminorūgščių, sudaranti augalų ir gyvulių baltymus.

**ARISA** (armėn.). Armėnų patiekalas, gaminamas iš vištienos, vištienos sultinio, kvietinių kruopų. Produktai verdami iki vištienos masės. Pateikiama su aliejuje pakepintais svogūnais arba cinamonu ir ištirpintu sviestu.

**ARKLIENA.** Mėsa, ypač jaunų arklių, labai panaši į jautieną, tačiau ją būtina ilgiau brandinti. Todėl prieš terminį paruošimą arkliena marinuojama aštriuoju acto marinatu. Labiausiai vertinama nugarinė ir šlaunų mėsa, kuri kepama arba spirginama. Senesnių gyvulių šlaunų mėsa dažniausiai troškina. Iš kitų skerdenos dalių gaminami maltos mėsos patiekalai, paštetai, daromos dešros ir kt. Arkliena mėgstama kai kuriose šalyse, pvz., Prancūzijoje.

**ARMANJAKAS** (pranc. *Armagnac*). Prancūzų vyno distiliatas – brendis

iš Pietvakarių Prancūzijos, Gaskonijos krašto. Pavadintas Armanjako regiono vardu. Šiame regione vyndarystė ir vyno distiliavimas žinomi nuo XV a. pradžios. Armanjakas gaminamas iš 12 rūšių vynuogių vyno, kurio distiliatas (spiritas) pirmiausia brandinamas naujose ąžuolo statinėse, vėliau – senesnėse.

Armanjakas nepasizymi tokiu puikiu skoniu kaip konjakas, tačiau vertinamas kaip sausas, aitrokas, pigesnis gėrimas. Alkoholio kiekis – 40 proc.

Armanjakas pagal brendimo amžių žymimas taip: *V. O. Monopole* – 2 metai, *V. S. O. P arba Réserve* – 5–15 m., *Napoleon, Extra, XO, Hors d'Age* – ne mažiau nei 5–15 m.

Žinomas armanjakas: „Baron de Sigognac“ (brandinama 25 metus), „Château de Laubade“, „Janneau“.

**ARMĖNIJOS VYNAS.** Manoma, kad vynuogių auginimas ir vyndarystė prasidėjo Armėnijoje, Ararato kalno papėdėje, senojoje Urartu karalystėje. Istoriniai rašytiniai šaltiniai (Urartu dantiraščiai) teigia, kad prieš du tūkstančius metų Armėnija į daugelį pasaulio šalių eksportuodavo kokybišką vyną. Armėnijoje auginamos senųjų veislių vynuogės *Areni, Kachet, Voskehat, Vorsevat*. Anksčiau buvo žinomas švelnaus skonio ir puikaus aromato „Ečmiadzin“, „Lavari“, „Mischali“, „Vorsevat“, „Aigešat“ vynas. Pastaraisiais metais degustatorių dėmesio sulaukė „Areni“, „Hin Berd“, „Iljevan“, „Nerharat“. Dar žr. **KAUKAZO ŠALIŲ VYNAS.**

**ARMĖNŲ VALGIAI.** žr. **KAUKAZO TAUTŲ VALGIAI.**





### **ARONIJA** (*Aronia melanocarpa*).

Erškėtinių šeimos 0,5–2 m aukščio krūmai. Lapai tamsiai žali, vaisiai – juodos blizgančios uogos, susitelkusios kekėmis. Jose yra 8 proc. cukrų, obuolių ir kt. organinių rūgščių. Uogos vartojamos šviežios, iš jų spaudžiamos sultys, gaminami sirupai, kiselieniai, uogienės, marmeladai, vynai, traukstinės, likeriai, konditerijos gaminiai.

### **ARTIMŲJŲ RYTŲ ŠALIŲ VALGIAI.** Turkija,

Sirija, Jordanija ir Libanas yra islamo tikėjimo šalys, kurių mityboje vyrauja du pagrindiniai elementai: aviena ir ryžiai. Turkijoje patiekalai iš avienos paskaninami česnaku, svogūnais ir raudonosiomis aitriosiomis paprikomis. Kaip mėsos patiekalų priedas patiekiamas ryžių ir daržovių, dažniausiai baklažanų. Džiovintos vynuogės, figos, lazdynų riešutai pajvairina šalies valgių stalą. Rytų konditerijos menas, jų saldumynai seniai pripažinti pasaulyje. Pagrindinis gėrimas Turkijoje – kava. Ji verdama su cukrumi, keletą kartų užvirinant. Taip pat geriamas jogurtas, alus, vynas, rakija.

Sirijoje, Jordanijoje ir Libane nevalgoma kiaulienos. Tačiau šių šalių tarptautiniuose viešbučiuose ir

restoranuose vyrauja prancūziškos ir turkiškos valgių gamybos tradicijos. Aviena verdama, troškinama, kepama arba kepama sausai (keptuvėje su grotelėmis). Mėgstama ir paukštiena. Daržovės dažniausiai taisomos su sezamo aliejumi. Mėgstamiausi prieskoniai – svogūnai, česnakai, paprikos. Geriama daug vandens, rauginto pieno, bet populiariausias gėrimas – kava.



**ARTIŠOKAS** (*Cynara*). Graižaziedžių šeimos daugiamečių augalų gentis. Auga Viduržemio jūros šalyse, Pietų Europoje. Maistui vartojami tikrojo artišoko (*Cynara scolymus*) virti ir konservuoti mėsingi neprisikleidusių žiedynų žiedynosčiai, jų skraisčių apatinių eilių žvynelių sustorėjusios dalys, kartais augalų šaknys. Artišoko sudėtyje yra angliavandenių (15,5 proc.), azotinių medžiagų (3,2 proc.), šiek tiek riebalų. Jis turi gydomųjų savybių. Auginamas ir Lietuvoje, tačiau šaknys žiemai iškasamos. Dauginamas sėklomis, atlankomis.

**ASAMAS.** Prekinis indiškos arbatos pavadinimas. Arbata pasižymi gera kokybe ir gaminama iš Kalnų Asame augančių arbatmedžių.

**ASIAGAS** (it. *asiago*). Fermentinis karvių (anksčiau avių) pieno sūris, gaminamas

Italijoje, Vičencos provincijoje. Ilgai (12–18 mėn.) brandinamas senoviškai, virtuveje ant lentynos.

**ASKORBO RŪGŠTIS.** Vitaminas C. Rūgšti, balta, vandenyje tirpstanti kristalinė medžiaga. Dalyvauja baltymų, nukleino rūgščių, cholesterolio apykaitoje, būtina hemoglobino sintezei, stiprina organizmo atsparumą. Askorbo rūgšties trūkumas sukelia skorbutą. Daugiausia askorbo rūgšties yra daržovėse, vaisiuose, uogose. Sintetinama iš gliukozės.

**ASTI SPUMANTE** (it.). Putojantis italų vynas, gaminamas iš muskatinių (*Moscato Bianco*) vynuogių. Saldus ir labai kvapnus, aukso arba gintaro spalvos muskato skonio vynas tinka prie desertų ir kepinų. Pateikiamas atvėsintas (8–10 °C).

**AL SUGO** (it.). Pateikalų gaminimas padaže.

**AU BLEU** (pranc., skait. *oblio* – mėlynas):  
1) gėlavandenių žuvų (karpių, lynų, upėtakių) gaminimo būdas, kai gleivės nenuvalomos, o žuvis lėtai verdamos pasūdytame, šiek tiek parūgštintame vandenyje, nuo to jos įgyja melsvą spalvą;  
2) labai mažai kepta mėsa, kai jos vidurys lieka žalias. Šiuo metodu kepami tik aukštos kokybės produktai: mėsa (pvz., išpjova), daržovės (pvz., žiediniai kopūstai).

**AUGALINIS SVIESTAS.** Truputį sutirštintas augalinis aliejus, pagamintas iš saulėgrąžų sėklų, naudojamas kepiniams.

**AU GRATIN** (pranc., skait. *o graten*). Pateikalai, iškepti krosnyje, paprastai Mornė (*Mornay*) padaže arba apibarstyti susmulkinta bandele, palaistant išlydytais riebalais.

**AU JUS** (pranc., skait. *o žiu*). Bendras mėsos pateikalų, pagamintų savo sultyse, pavadinimas.



**AUKŠLĖ, PAPRASTOJI AUKŠLĖ** (*Alburnus alburnus*). Karpinių šeimos žuvelės. Gyvena būriais gėluose ir sūrokuose vandenyse. Ilgis –12–15 cm. Gaudomos kaip žaliava žuvų produktams gaminti. Iš žvynų gaminama bižuterija. Ūkinė reikšmė menka. Sraunesnėse upėse dar gyvena srovinė aukšlė (*Alburnoides bipunctatus*).

**AUKŠTAIČIŲ GIRA.** Gaminama iš džiovintų vaisių (obuolių, kriausių), duonos, cukraus, gvazdikėlių, cinamono, mielių. Nuplauti vaisiai užpilami vandeniu, pridedama prieskonių ir 10 min. pavirinama. Sudžiovinta duona užpilama verdančiu vandeniu su vaisiais ir paliekama 10–12 val. Nukošiama. Į nukoštą skystį sudedamas cukrus, su cukrumi ištrintos mielės ir dvi paras rauginama. Gira išpilstoma į butelius ir sandariai užkemšama. Geriama po 1–2 parų.

## AUKŠTAITIŠKAS ŽIRNINIS BLYNAS.

Žirniinių miltų antrasis patiekalas. Iš miltų ir pasūdyto vandens užmaišoma tirštoka tešla ir labai gerai išplakama. Kepama krosnyje, riebalais išteptoje ir miltais pabarstytoje skardoje. Valgomas su varške, užpylus karštų taukų. Atšalęs sukietėja ir būna neskanus.

**AU NATUREL** (pranc. – natūraliai, paprastai). Patiekalų, pagamintų natūraliai, be prieskonių (išimtis – druska) ir padažų, pavadinimas. Patiekiami prie gėrimų ir vaisių.

**AUSELĖS.** Maži tešlos gaminiai su įdaru (dažniausiai svogūnais, grybais), panašūs į koldūnus. Gaminami trikampio formos. Nuo seno jas deda į lietuviškas sriubas arba jomis užkanda. Auseles populiarūs ne tik lietuvių, bet ir lenkų, baltarusių kulinarijoje. Kartais jos įdaromos mėsa.

**AUSTRALIJOS VALGIAI.** Panašūs į anglų, tik papildyti keletu egzotiškų patiekalų. Valgoma daug vaisių bei daržovių. Mėgstama papaja (papajinio melionmedžio vaisius), yakiso (vijoklinio augalo) šaknys, mangai, mandarinai, bananai, pomidorai. Iš jų gaminami įvairūs patiekalai ir salotos. Australai mėgsta omarus ir didžiąsias austres. Daugiausia valgoma mėsos patiekalų, pagamintų iš jautienos, avienos, ypač triušienos. Salotų padažai dažnai pasaldinami, pvz., saldžiu kondensuotu pienu. Mėgstami gėrimai: arbata, vaisių sultys, limonadas, mišinių gėrimai, taip pat vynas.

**AUSTRALIJOS VYNAS.** Šalies vyno pramonė, žinoma jau 150 metų, prieš 40–50 metų buvo modernizuota. Gamina gerą, dažniausiai stalo vyną. Australijos dirvožemis ir klimato sąlygos palankios vynuogėms auginti visoje šalyje, tačiau daugiausia jų išauginama pietuose: Naujojo Vello ir Pietų Australijos valstijose, Darlingo, Mario, Maranebidžio upių slėniuose. Baltasis vynas gaminamas iš *Semillon*, *Chardonnay* ar *Riesling* vynuogių, aklimatizuotų šilto klimato regionuose, raudonieji – dažniausiai iš *Cabernet Sauvignon*, *Syrah* vynuogių. Vėsesnio klimato rajonuose gerai dera *Cabernet*, *Chardonnay*, *Merlot*, *Pinot Noir* ir *Sauvignon Blanc* vynuogės. Iš jų pagal naują technologiją sufermentuotas ir subrandintas vynas turi didelę paklausą pasaulyje ir Lietuvoje, nors Australijos vynas dar neseniai buvo žinomas tik Londone ir Niujorke. Žinomi vinyininkystės ūkiai (ir kartais vynai): „Allandale“, „Angove’s“, „Bailey’s“, „Balgownie“, „Brand“, „Brown Brothers“, „Cape Mentelle“, „Château Hornsby“, „De Bortoli“, „Drayton“, „Evans Family“, „Huntington Estate“, „Katnook Estate“, „Lake’s Folly“, „Leconfield“, „Lindeman“, „Mildara“, „Mitchells“, „Moorilla Estate“, „Morris“, „Moss Wood“, „Orlando“, „Penfold’s“, „Petaluma“, „Reynella“, „St. Huberts“, „Seppelt“, „Stanley“, „Tisdall Wines“, „Tyrrell“, „Virgin Hills“, „Wirra Wirra“, „Wynns“, „Yalumba“, „Yellowglen“. Gamina gerą baltąjį, raudonąjį, rausvajį ir putojantį vyną. Australijos stalo vynu pavadinimai kildinami iš vynuogių veislių (*Riesling*, *Claret*, *Chablis*). Panašiai vadinamas putojantis ir spirituotas vynas.



Kartais pavadinimai susiję su gamintoju (pvz., „Angove’s Bleu Crossing Chardonnay“). Dar gali būti etiketėse spausdinamas specialus numeris ir pagaminimo metai (pvz., „Penfold’s Bin 122 Connararra Shiraz 1976“).



**AUSTRĖS** (*Ostreidae*). Dvigeldžių moliuskų klasės šeima. Paplitusios Šiaurės pusrutulio jūrose netoli krantų (1–70 m gylyje). Kiautas tvirtas, su vėduokliškais ruoželiais. Gyvena kolonijomis, kairioji geldelės pusė priaugusi prie akmenų. Paplitusios valgomosios austrės (*Ostrea edulis*) yra veislinės žvejybos objektas. Veisiamos Prancūzijoje, Japonijoje, JAV. Valgomos žalios su citrina, konservuotos, keptos.

**AUSTRIJOS VYNAS.** Austrija pripažinta Europoje šalis, gaminanti ir tiekianti šviežių vaisių skonio bei aromato sausą, daugiausia (84 proc.) baltąjį, aukštos kokybės vyną. Jo gamybos technologija ir terminai panašūs į vokiečių, tačiau dažniausias skirtumas – austrų vynas yra stipresnis už vokiečių. Austrų vyno kokybės ženklas – *Weingutsiegel* arba *WGS* – tai raudonas, baltas arba aukso spalvos žymeklis ant butelio, kuris rodo, jog vynas yra oficialiai fiksuoto standarto

skonio ir aprobuotas. Vynuogės, iš kurių gaminamas vynas, dažniausiai vokiškos kilmės, tačiau nemažai baltos vynu rūšių gaminama iš originalių vynuogių veislės *Grüner Veltliner*. Daug Austrijos vyno pagaminama iš *Müller Thurgau* baltųjų vynuogių. Vynuogės dažniausiai auginamos nedideliuose 5–6 ha ploto ūkiuose. Daugumą jungia kooperatyvai. Austrijos vyno pavadinimai neretai kildinami iš vynuogių veislių pavadinimų. Paminėtini raudonieji vynai iš *Blaufränkisch*, *Gamay*; baltieji iš *Chenin Blanc*, *Grüner Veltliner*, *Muscat Ottonel*, *Silvaner*, *Traminer*, *Welschriesling*, *Zierfandler* vynuogių veislių; rožinis vynas *Schilcher*. Gaminamas ir putojantis vynas, taip pat mažai alkoholio turintis, iš obuolių ar kriausių pagamintas vaisvynis – sidras.

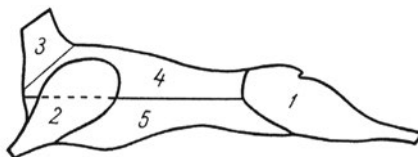
**AUSTRŲ VALGIAI.** Mitybos įpročiai formavosi veikiami bohemiskų tradicijų. Žymi vokiškos, vengriškos ir itališkos kulinarijos įtaka. Austrų valgiai pasižymi saikingu įvairių prieskonių vartojimu. Valgoma daug kiaulienos, jautienos, paukštienos, rečiau avienos. Paminėtini nacionaliniai patiekalai: Tirolio lašinių arba kepenų sriuba (*Leberpüreesuppe*), jautienos, veršienos, kiaulienos guliašas, ypač Vienos šnicelis (pjautosnys) iš veršienos, pavoliotas miltuose, paskrudintas, patiekiamas su citrinos griežinėliais ir petražolėmis, ir patiekalai iš virtos kiaulienos šoninės (*Wiener Backhendl*, *Krenfleisch*). Mėsos patiekalai tiekiami su padažu, saikingai paskaninti paprika ir svogūnais. Garnyrai, be bulvių, patiekiami daržovių salotų, žiedinių kopūstų, špinatų, cikorijų.

Valgoma patiekalų iš kiaušinių, pvz., istorinis Kaizerio omletas, omletas su vyšniomis. Labai gausu saldžiujų patiekalų, kurie gaminami su obuoliais, razinomis, migdolais, kitais riešutais (*Quarkpalatschinken, Salzburger Nockerin*). Mėgstami tortai – *Zacherio, Linco*. Austrai geria daug kavos, alaus, vyno, sidro, selterio ir kitų gėrimų. Kava mėgstama su išplakta grietinėle arba pienu (*Wiener Melange*), arba su vandeniu.

**AVIENA.** Avių mėsa. Geriausios skerdenos dalys – nugarinė, šlaunų ir menčių mėsa. Vidaus organai, išskyrus smegenis ir inkstus, retai vartojami. Riebalai yra specifinio skonio ir kietėja esant kambario temperatūrai, todėl vartojami tik karšties patiekalams. Žinomiausi patiekalai: Nelsono avienos kotletas su svogūnų tyre, apkeptas su sūriu; *Irish stew* – patiekalas iš avienos su baltaisiais kopūstais, bulvėmis, svogūnais; aviena su žaliomis pupelėmis ir kt. Iš avienos gaminami šašlykai, plovas ir kt. Rytų šalyse populiarūs patiekalai.

**AVIES SKERDENOS SUPJAUSTYMAS.** Skerdena pradedama pjaustyti išilgai neperpjauta. Pirmiausia atskiriama užpakalinė skerdenos dalis per liniją, einančią palei šlaunies kontūrą, dubenį ir tarp stuburo juosmens bei kryžkaulio slankstelių. Užpakalinę dalį perpjovus išilgai, išpjaunama šlaunis. Iš skerdenos priekinės dalies atskiriamos mentės ir sprandas. Sprandas atpjaunamas palei krūtinkaulio išsikišimo liniją tarp stuburo, kaklo dalies paskutinio ir krūtinės dalies pirmojo slankstelių. Likusi skerdenos dalis padalijama

išilgai į nugarinę ir šoninę. Analogiškai pjaustoma ožkų, veršių ir stirnų skerdena. Kulinariniu požiūriu labiausiai vertinama nugarinė ir šlaunys. Šoninė ir mentės troškinamos ir verdamos. Atpjovos ir sprandas tinka maltiems gaminiams. Avienos stambiagabalinių pusgaminijų išeiga: nugarinė – 12 proc., šlaunis – 16,5–17,5 proc., mentė ir šoninė – po 9–10 proc., kotletų mėsa (sprandas, atpjovos) – 25,5–26,5 proc., kaulai ir sausgyslės – 23–24,5 proc.



1 – šlaunis, 2 – mentė, 3 – sprandas,  
4 – nugarinė, 5 – šoninė.

**AVIES ŠLAUNIES KEPSNYS PAGAL ANGLIŠKĄ RECEPTĄ.** Mėsa nuvaloma, nupjaustoma riebalai, prismaigstoma česnako ir pamerkiama 36 val. šaltoje (+7 °C) patalpoje į daržovių marinatą. Paskui mėsa iš visų pusių apkepama kartu su daržovėmis įkaitintuose riebaluose, įdedama į kaistuvą su daržovėmis, užpilama riebalais ir kepama gerai įkaitintoje orkaitėje. Kai, įsmeigus peilį ar šakutę iki kaulo, pasirodo rausvos sultys, mėsa padedama šiltai. Padažui į kaistuvą įpilama miltų, gerai pakaitinama, įpilama vandens, užverdama, nukošiama. Kepsnys pjūvyje turi būti rausvas. Mėsa supjaustoma plonomis riekelėmis ir patiekiami su padažu, bulvėmis, šparaginėmis pupelėmis, žaliaisiais žirneliais arba žiediniais kopūstais. Taip galima kepti ir stirnos šlaunį.

**AVIES ŠLAUNIS.** Skerdenos užpakalinė dalis, padalyta išilgai pusiau, nukirtus kojų dalį iki minkštimo ir pašalinus juosmens kaulą. Iš jos galima pagaminti daug patiekalų: šašlykus, kepsnius, kotletus, virti, kepti visą šlaunį.



**AVIETĖ** (*Rubus idaeus*). Erškėtinių šeimos augalų gentis. Lietuvoje auga 11 rūšių. Tai vasaržaliai daugjamečiai krūmai, puskrūmiai, rečiau žolės. Lapai – paprastieji arba sudėtiniai. Žiedai dvilyčiai. Vaisiai (uogos) raudoni, geltoni arba juodi. Paprastoji avietė dažna miškuose, skynimuose, krūmuose. Kitos paplitusios rūšys: katuogė, gervuogė, tekšė. Dar žinoma šiaurinė avietė (*Rubus arcticus*). Kultūrinės avietės išvestos iš laukinių. Paprastųjų, ypač miško aviečių, uogos yra sultingos ir kvapios. Jose yra 9–10 proc. cukrų, iki 2 proc. organinių rūgščių, mineralinių druskų, pektino, vitaminų. Iš jų dažniausiai spaudžia sultis. Išspaudos, kurias Vokietijoje vadina saldžiomis kruopomis, su vanile vartojamos saldiems patiekalams gaminti. Aviečių padažas laikomas pačiu geriausiu uogų padažu. Uogos valgomos šviežios, šaldytos, džiovintos. Iš jų verdami kompotai, uogienės, kisieliai, džemas, želė, saldinių įdaras. Aviečių sultys vartojamos įvairiems gėrimams: vynams, vaisvandeniams, likeriams, trauktinėms, boiliams gaminti. Džiovintų vaisių ir šakelių arbata vartojama prakaitui varyti.

**AVITAMINOŽĖ.** Liga, kuria susergama dėl vitaminų trūkumo. Pvz., rachitas, skorbutas, beriberis ir kt.

### **AVIŽINIŲ DRIBSNIŲ APKEPAS SU MĖSA.**

Lietuvių patiekalas, gaminamas iš išbrinkintų avižinių dribsnių su kepta arba virta, smulkiai supjaustyta mėsa, pagardinta pakepintais svogūnais, kalendra, pipirais, druska. Su šiais komponentais užminkyta tešla sudedama į riebalais išteptą, miltais pabarstytą skardą ir 30–40 min. kepama orkaitėje arba krosnyje. Valgoma su pomidorais, raugintais agurkais ir kopūstais.

### **AVIŽINIŲ DRIBSNIŲ BLYNELIAI.**

Lietuvių patiekalas, gaminamas iš išbrinkintų avižinių dribsnių, kvietinių miltų, kiaušinių, vandens arba pieno, druskos. Valgomi su grietine. Galima įmaišyti tarkuotų obuolių arba keptos mėsos, paskaninti svogūnais, salierais, kalendra.

### **AVIŽOS, AVIŽA SĖJAMOJI**

(*Ovena sativa* L.). Grūdinė kultūra, paplitusi Šiaurės pusrutulyje. Svarbus pašarinis ir maistinis augalas. Maisto pramonė iš avižų gamina dribsnius, kruopas, sausinius ir kt. produktus. Avižiniai patiekalai maistingi, lengvai virškinami. Avižų grūdai (avižos) turi apie 40 proc. krakmolo, 11–18 proc. baltymų, 4–6,5 proc. riebalų, 4 proc. druskų.

### **AVIŽŲ KISIELIUS.**

Lietuvių liaudies valgis, anksčiau labiau paplitęs kaimuose, ypač per adventą ir gavėnią. Gaminamas iš avižinių miltų arba dribsnių, kurie brinkinami drungname vandenyje

apie parą, vėliau perkošiami. Skystis pasūdomas ir paverdamas 2–3 min. Karštas jis valgomas su sviestu, spirgučiais. Atšaldytas sutirštėja, valgomas su aguonų pienu. Avių kisielius yra specifinio rūgštoko skonio, vertingas dietinis produktas.



**AVYS** (*Ovis*). Dykaragių šeimos naminiai gyvuliai. Kilusios iš laukinių avinų (argalių ir muflonų). Prijaukintos VIII–VII a. iki Kr. Pietvakarių Azijoje. Pasaulyje yra apie 350 veislių. Auginamos vilnai, mėšai, pienui, kailiams arba karakuliniams kailiukams. Avių mėsa labai populiari Azijoje, Kaukaze, kai kuriose Afrikos šalyse, taip pat Europoje, pvz., Prancūzijoje. Iš pieno gaminami įvairių rūšių sūriai.



**AVOKADAS** (*Persea*). Laurinių šeimos aligatorinė kriaušė. Medžių aukštis 10–20 m, vaisiai – kaulavaisiai, tamsiai

žali arba beveik juodi, stambūs (250–600 g), sviesto skonio su graikinio riešuto prieskoniu. Naudingi diabetikams; turi iki 30 proc. riebalų, baltymų, vitaminų. Valgomi žali, su salotomis, sumuštiniais. Paplitęs Floridoje, Kalifornijoje, Havajuose, Brazilijoje, Kaukaze ir kt.

## **AZERBAIDŽANIEČIŲ VALGIAI,** žr. **KAUKAZO TAUTŲ VALGIAI.**

**AZU.** Antrasis rytiečių patiekalas, gaminamas iš jautienos. Mėsa supjaustoma apie 1 cm storio, 3–4 cm ilgio gabaliukais, užpilama sultiniu ir ištroškinama su pomidorų tyre bei pakepintais svogūnais. Tada sultinys nupilamas, į jį įdedama raugintų agurkų, susmulkinto bei su druska ištrinto česnako, keptų bulvių, sudedama mėsa ir dar 10–15 min. troškinama. Prieš tiekiant pabarstoma smulkintais krapais arba petražolėmis.



**AŽUOLO GILĖS.** Ažuolo medžio vaisiai senovėje pakeisdavo kavą. Tai puikus pašaras kiaulėms. Kai kuriuose kraštuose (pvz., Ispanijoje) kiaulių, kurios buvo šeriamos gilemis, mėsa, ypač kumpis, labai vertinama.

**BADACSONY.** Balatono apylinkės, kuriose auga aukštos kokybės vengriškos vynuogės. Čia gaminami žinomi vynai „Badacsony–Kéknellyű“, „Badacsony–Szürkebarát“. Be baltojo, gaminamas ir kitoks vynas.

**BADAVIMAS.** Ilgalaikis neprivalgymas arba visiškas nevalgymas.

- Formos: 1) absoliutus (organizmas negauna nei maisto, nei vandens);  
2) visiškas (organizmas negauna maisto);  
3) nevisiškas (nuolatinis neprivalgymas);  
4) dalinis (nevisavertė mityba).

Badaujantis organizmas vartoja savo kūno atsargas. Žmogus, negaudamas nei maisto, nei vandens, išgyvena 4–6 dienas, o gerdamas vandenį – kelias savaites. Organizmas žūva, kai kūno svoris sumažėja 40–50 proc. ir suyra 40–45 proc. kūno baltymų. Badavimu kartais gydomas nutukimas, rečiau kitos ligos, pvz., podagra, cukrinis diabetas.

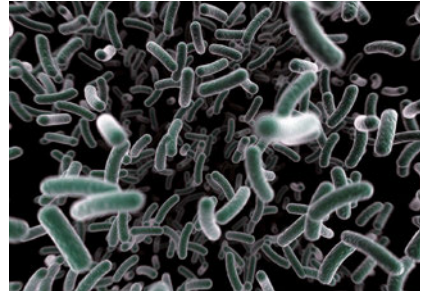
**BAGNES.** Kietas fermentinis karvių pieno sūris, gaminamas Šveicarijos Alpių apylinkėse, brandinamas 3–4 mėn.

**BAHMI.** Indonezijos patiekalas, gaminamas iš specialių makaronų, vadinamų *Mie*, su vištienos arba kiaulienos gabaliukais, krevėčių, daržovių (kiniškų kopūstų, žaliųjų žirnelių, porų, salierų, česnakų) priedais.



**BAKLAŽANAS** (*Solanum melongena*). Bulvinių šeimos tropikų ir subtropikų

augalas, kilęs iš Indijos. Vėliau išplito Europos, Azijos ir kt. šalyse. Stiebas tvirtas, kartais aukštesnis kaip 1 m. Lapai žali, dideli. Žiedai violetiniai, pavieniai ar kekėmis. Vaisiai – apvalios, kriaušės ar cilindro formos uogos (geltonos, žalios arba violetinės po 0,4–1 kg), turinčios 7–11 proc. sausųjų medžiagų, 2,7–4 proc. cukraus, 0,6–1,4 proc. baltymų, riebalų, kalcio, fosforo, geležies, druskos. Maistui vartojami kepti, troškinti, marinuoti. Labai populiarūs baklažanų ikrai, juos gamina ir konservų pramonė.



**BAKTERIJOS** (gr. *bactērion* – lazdelė). Tai vienaląsčių mikroorganizmų grupė. Būna rutulio formos, tiesių ir vingiuotų lazdelių. Pavieniai rutulėliai vadinami kokais, sukibę po 2 – diplokokais, grandinėle – streptokokais, krūvelėmis po 4 – tetrakokais, paketeliais po 8 – sarcinomis, kekėmis – stafilokokais. Dauguma bakterijų yra 1–7 mikronų ilgio ir 0,3–2 mikronų storio, matomos per mikroskopą. Bakterijų yra visur: ore, vandenyje, dirvožemyje, augaluose, gyvūnuose. Kai kurios jų, patekusios į žmogaus organizmą, gali sukelti ligas, nes gamina toksinus, nuodijančius organizmą. Jos gali būti ir naudingos, nes reguliuoja virškinimą (žarnyno

flora), jungia laisvą atmosferos azotą (azotobakterė), padeda surauginti pieną, kopūstus, agurkus, gaminti actą, alkoholį, raugina vyną, fermentuoja sūrį.

**BALANDĖLIAI**, kopūstainiai. Plačiai slavų šalyse ir Lietuvoje žinomas patiekalas (rus. *golubcy*, lenk. *gołąbki*). Gaminami iš įvairaus faršo su priedais (svogūnų, sviesto, grietinės, kiaušinių, pipirų, ryžių) kukulių, kurie įvyniojami į apvirtus žalio kopūsto lapus, pavoliojami miltuose, apkepami taukuose ir ištroškinami sultinyje arba vandenyje. Pateikiami su virtomis bulvėmis, raugintais agurkais, užpilti troškinimo sultiniu.

**BALATON**. Raudonasis vengriškas vynas, gaminamas iš įvairių veislių vynuogių, kurios auginamos Balatono ežero apylinkėse. Tai gana lengvas vynas, neturi rauginių medžiagų. Pateikiamas 12–15 laipsnių temperatūros.

**BALKANFOJERIS** (vok. *Balkanfeuer*). Raudonasis desertinis bulgarų vynas – stiprus, malonaus skonio, saldus.

**BALTA DUONA**. Gaminama iš smulkių kvietinių miltų. Ji yra švelnaus skonio, tačiau ne tokia maistinga kaip juoda ruginė duona. Valgyklose ir restoranuose pateikiama su ikrais, sriuba, su ja daromi sumuštiniai.

**BALTARUSIŲ VALGIAI**. Jie sudaro tarpinę grandį tarp rusų, ukrainiečių ir lietuvių patiekalų. Aromatui vartojamos prieskoninės daržovės bei prieskoniai: lauro lapai, pipirai, mažiau česnakų.

Paplitę barščiai, kopūstų sriubos, bulvienės, grikių košė. Sriubos verdamos su grybais ir užspirginamos lašinukais. Šaltibarščiams naudojamas rūgštus pienas. Baltarusiški barščiai gaminami iš kaulų ir rūkytos mėsos sultinio, burokėlių su mėsos ir pjaustytų dešrelių priedu. Daug patiekalų iš bulvių: *pirožki* (pyragėliai), *pampuški* (bandelės), *lepioški* (paplotėliai) su mėsos, kopūstų arba varškės įdaru. Iš tarkuotų bulvių kepami blynai, bulvių plokštainiai, bandelės (pvz., *kopitka*). Valgoma daug įvairių košių. Mėsos patiekalai įvairūs. Troškinta mėsa grietinės padaže vadinama *mačianka*. Gaminami omletų baltarusiai prideda miltų. Žuvis verdamą, kepama, gaminami kotletai, kukuliai. Anksčiau baltarusiai virdavo avižų kisielių. Geria arbatą, girą, alų, degtinę, stiprias trauktines, pvz., „Belovežskaja puščia“.



**BALTIJOS LAŠIŠA** (*Salmo salar* L.). Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos žuvis, paplitusi Atlanto ir Ramiojo vandenyno šiaurėje, Kaspijos, Juodojoje jūroje. Pasiiekia ir Lietuvos upes Miniją, Žeimeną. Neršti plaukia į sraunias upes. Jaunikliai čia išbūna vienerius arba kelerius metus, vėliau grįžta į jūrą, kur tampa plėšriosiomis žuvimis. Paprastai suaugusi būna 40–110 cm ilgio ir 1,5–20 kg masės. Sakoma, jog tai žuvis praeivė, turinti sidabrinis žvynus ir auksinę mėšą. Ji pjaustoma vidutinio dydžio gabalais arba dalijama porcijomis. Patiekalai gaminami labai įvairiai:

B

šutinant, kepanč sausai (grilis), kepanč įprastai, kepanč pavoliojus džiuėvėsių miltuose, troškinant arba rŭkant.



**BALTİKAS** (*Tricholoma*). Agarikiečių grybų gentis. Europoje iširta 60 rūšių, iš jų apie 20 valgoma. Kepurėlė mėsinga, įvairių spalvų. Lietuvoje auga 35 rūšys. Labiausiai paplitęs žalsvasis baltikas (*Tricholoma flavovirens*), žinomas žaliuokės vardu, ir juosvažalis baltikas (*Tricholoma portentosum*). Abu valgomi.

**BALTYMAI.** Stambiamolekuliniai organiniai junginiai, susidarę iš aminorūgščių. Tai visų organizmų ląstelių struktūros pagrindas. Daugiausia baltymų yra gyvūnų raumenyse (21 proc.), kepenyse (18 proc.), širdyje (17 proc.). Baltymuose yra apie 50 proc. anglies, 23 proc. deguonies, 16 proc. azoto, be to, vandenilio, fosforo, geležies. Pagal molekulių formą skiriami fibriliniai ir globuliniai baltymai. Fibrilinių molekule yra siūliška, globulinių – rutuliška, elipsiška, karolių formos. Baltymai klasifikuojami pagal struktūrą ir kitus požymius. Vien tik iš aminorūgščių sudaryti baltymai vadinami paprastaisiais arba proteinais, baltymai, turintys ir nebaltyminių junginių (cukrų, lipidų, nukleino rūgščių), vadinami

proteidais. Baltymai katalizuoja ir reguliuoja medžiagų ir energijos apykaitą organizme. Jie yra svarbiausia maisto produktų sudedamoji dalis, vertinga pramonės žaliava.

**BALTOJO VYNO PADAŽAS** (pranc. *Sauce vin blanc*, skait. *ven blan*). Baltųjų padažų rūšis, paskaninta baltuoju vynu. Pateikiama prie žuvies patiekalų.

**BALZAMAS.** Stipri žolių bei šaknų trauktinė, pasižyminti vaistažolių aromatu ir savitu skoniu. Tai tirštokas juodos arba tamsiai rudos spalvos alkoholinis gėrimas, turintis gydomųjų savybių. Tinka gerti su kava, arbata. Žinomiausi – „Rygos balzamas“, Kirgizijos balzamas „Arašan“, Rusijoje, Baltarusijoje ir kitur gaminamas balzamas.

**BAMBUKO ŪGLIAI.** Kai kurių rūšių bambukinių (*Bambusoideae*), varpinių augalų jauni ūgliai. Jie yra malonaus saldoko skonio ir vartojami Azijos šalių (ypač Kinijos) kulinarijoje. Prekiaujama dažniausiai džiovintais ir raugintais arba konservuotais ūgliais.



**BANANAS** (*Musa*). Bananinių šeimos bananų genties augalas. Kilęs iš Pietryčių Azijos. Paplitęs tropikų ir subtropikų

šalyse. Žinoma apie 70 rūšių. Aukšta, labai stambi žolė su stipriu šakniastiebiu ir trumpu stiebu. Lapai iki 4 m ilgio. Vaisius ankšties formos, 15 cm ilgio, 3–4 cm skersmens, 40 proc. sudaro luobelė, likusi dalis – miltingas saldus minkštimas, turintis 14–22 proc. cukraus, 5–8 proc. krakmolo, iki 1,5 proc. proteinų. Vaisiai valgomi švieži, džiovinti, iš jų gaminami miltai, konservai, marmeladas, sirupas, vynas, likeris, desertai.

**BANDOL.** Prancūziškas raudonasis vynas, gaminamas Provanso apylinkėse iš *Mourvèdre, Grenache, Cinsault* vynuogių.

**BANKETAS** (pranc. *banquet*). Iškilmingi kvietiniai pietūs arba vakarienė kokio nors asmens arba įvykio garbei. Banketuose sakomos kalbos.

**BANKROFTAS.** Obuolių rūšis, išvesta Kanadoje, sukryžminus *Forcit* ir *Mc Intosh*. Šios veislės obuoliai ilgai laikosi, tinka desertams, taip pat konservavimui.

**BAOBABAS** (*Adansonia digitata*, duonos medis). Bombakmedinių šeimos medis, auga Afrikos savanoje. Aukštis iki 25 m, kamieno perimetras iki 25 m. Išgyvena 4–5 tūkst. metų. Lapai sudėtiniai, tarsi pirštuoti. Žiedai stambūs (iki 20 cm skersmens), balti. Vaisiai panašūs į ilgus moliūgus, valgomi. Iš žievės gaminamas šiurkštus pluoštas. Auginamas tropikuose.

**BARACK PÁLINKA**, žr. **ABRIKOSŲ DEGTINĖ**.

**BARAS** (angl. *bar*): 1) nedidelis restoranas-užkandinė, kur lankytojai aptarnaujami prie bufeto; 2) bufetas, prie kurio

aptarnaujami sėdintys ant aukštų kėdžių arba stovintys klientai. Barai įrengiami ir namuose (bufetai, baro spintelės).



**BARAVYKAS** (*Boletus edulis*). Tikrinis baravykas, baravykinės šeimos grybas. Paplitęs Europoje, Šiaurės Amerikoje, Azijos rytuose. Vaisiakūniai stambūs. Kepurėlė masyvi, šviesiai arba tamsiai ruda. Mėsa (trama) balta. Himenoforas – iš pradžių baltas, vėliau gelsvas, žalsvas. Kotas storas. Lietuvoje auga nuo birželio iki vėlyvo rudens beržynuose, pušynuose ir mišriuose miškuose. I kategorijos valgomasis grybas. Maistui vartojamas šviežias, marinuotas, džiovintas, sūdytas, šaldytas, miltų ir sulčių pavidalu. Žinomi patiekalai: baravykai su kremu – riekelėmis supjaustyti, svieste apkepinti ir ištroškinti grietinės padaže; baravykai su kiaušiniene – troškinti, užpilti išplaktu kiaušiniu ir iškepti; baravykai šiaurietišškai – riekelėmis supjaustyti, svieste apkepinti, užpilti grietine, paskaninti ir ištroškinti.

**BARAVYKAS LEPEŠĖ**, lepšis, paberžis, miškinis (*Leccinum scabrum, Boletus scaber*). Baravykinių šeimos miško grybas. Kepurėlė 5–15 cm skersmens, pilka, pilkai ruda, kartais net juodai ruda. Kotas 5–15 cm ilgio, 1–2 cm storio, lieknas,



tvirtas, su pilkais, rudais ar net juodais plaukeliais. Trama balta, kieta, senesnių grybų minkštoka, o senų – ištįžusi.

Auga gegužės–rugsėjo mėn. drėgnuose arba pelkėtuose bei lapuočių miškuose, kur esama beržų. Valgomas šviežias, džiovintas, sūdytas ir marinuotas.

II kategorijos grybas.



**BARAVYKAS RAUDONVIRŠIS** (*Leccinum aurantiacum* arba *Boletus versipellis*), raudonviršis, raudongalvis, raudonikis. Kepurėlė 3–30 cm, jaunų – pusrutuliška, senesnių – plokščiai iškili, raudona, geltonai ar rudai raudona. Kotas kietas, trama balta, perpjovus keičia spalvą, pasidaro pilkai melsva, violetinė. Vertingas II kategorijos grybas. Valgomas šviežias, marinuotas, džiovintas (džiovinamas juoduoja).

**BARAVYKINIAI** (*Boletaceae*).

Baravykiečių eilės grybų šeima. 13 genčių, apie 180 rūšių. Paplitę visame pasaulyje. Auga spygliuočių, lapuočių ir mišriuose miškuose. Dauguma šios šeimos rūšių, išskyrus truputį nuodingą šetonbaravykį ir nevalgomą aitrųjį baravyką, yra vertingi valgomieji grybai: baravykas, geltonasis baravykas, kazlėkas, lepšė, pušinis baravykas, raudonkepuris baravykas, raudonviršis ir kt.

**BARBEKIU** (pranc. *barbeque*):

1) kilnojama krosnis su grotelėmis, ant kurių galima atvirame ore kepti mėsą, žuvį, kūrenama malkomis arba anglimis, išrasta XVII a. Amerikoje, Virdžinijos valstijoje; 2) padažas mėšai;

3) prieskoniai mėšai.

**BARBERA**. 1. Raudonųjų vynuogių rūšis, auginama Pjemonto, taip pat Lombardijos, Veneto ir kituose Šiaurės Italijos regionuose. Pastaruoju laiku išplito ir kitose šalyse, pvz., JAV (Kalifornijoje). 2. Iš jų gaminamas stiprus, dažnai aštrus, aromatingas vynas, pvz., „Barbera d’Alba“, „Barbera d’Asti“, „Barbera del Monferrato“.

**BARDERIS** (pranc. *barde* – šarvai, plonas lašinių pjausnelis, aprišimas). Laukinių paukščių (kurapkų, fazanų, putpelių) paruošimo kepti pavadinimas. Kad mėsa neišdžiūtų, aprišami lašinių juostelėmis (angl. *barding*, vok. *bardieren*).

**BARMENAS** (angl.). Profesionaliai parengtas baro darbuotojas arba savininkas, kuris gamina baro gėrimus ir aptarnauja klientus prie bufeto.

**BARO GĖRIMAI**. Įvairių alkoholinių ir nealkoholinių gėrimų mišiniai su įvairiais priedais, prieš pat vartojant gaminami restoranuose, baruose ar namuose; žr. **BOULIS, KOBLERIS, KOKTEILIS, KRIUŠONAS** ir kt.

**BAROLO** (it.). Raudonasis išlaikytas vynas, gaminamas Italijoje, Turino apylinkėse. Prieš išpilstant į butelius, 3–15 metų laikomas ąžuolinėse statinėse.

Gaminamas iš *Nebbiolo* veislės vynuogių. Išpilstytas į butelius, kaip ir burgundiškas, įgauna dar intensyvesnę raudoną spalvą. Tai rinktinis vynas (*grand vin*), stiprokas (12 proc.), sausas, malonaus vaisių skonio.

**BARŠČIAI.** Iš slavų tradicijos kilusi sriuba, mėgstama Rusijoje, Baltarusijoje, Ukrainoje, Lenkijoje, taip pat ir Lietuvoje. Rusijoje barščius (*šči*) verda iš mėsos sultinio: su kumpių, rūkyta šonine, lašiniiais, antiena, žąsiena. Galima pridėti grybų, džiovintų slyvų, vaisių. Pagrindinė daržovių masė – burokėliai ir kopūstai, be to, dar dedama morkų, svogūnų, petražolių. Kopūstus kartais pakeičia burokėlių lapų stiebais, rūgštyinėmis, pomidorų tyrė.

Ukrainietiški barščiai verdami iš burokėlių, riebalų, acto, cukraus, riebaluose pakeptų svogūnų, bulvių, kopūstų. Pridedama saldžiųjų paprikų, miltų, česnakų, žalių daržovių ir lašinių. Lenkijoje populiarūs barščiai iš raugintų burokėlių ir kaulų sultinio, parūgštinami burokėlių raugu. Gali būti ir baltinti grietine, rečiau – kiaušinių baltymu, be riebalų, su džiovintais grybais, grybais įdarytais virtiniais. Lietuviški barščiai gali būti iš įvairių sudėtinių dalių: iš mėsos ar kaulų sultinio, raugintų burokėlių, rūkyto kumpio sultinio, svogūnų, morkų, petražolių, pipirų, lauro lapų, burokėlių raugo, rūgštynių. Baltinami grietine. Bulvės patiekiamos atskirai.

**BASTURMA.** 1) Vytinta jautiena su daug prieskonių. 2) Gruziniškas šašlykas, gaminamas iš jautienos nugarinės, keletą valandų marinuotos skiestame acte su svogūnais. Iškepta ant iešmo, basturma

patiekiami su pomidorais ir svogūnais, česnakais arba riešutų padažu.

**BATATAS** (*Ipomoea batatas*). Saldžioji bulvė, vijoklinių šeimos augalas. Stiebas 1–1,5 m ilgio, šliaužiantis. Lapai paprasti, plaštakiški, skiautėti. Žiedai stambūs, piltuviški, rožiniai arba balti. Subrendusiuose šakniagumbiuose yra 24–28 proc. krakmolo ir cukraus. Dauginama gumbų daigais arba stiebų ūgliais. Gumbai išauga iki 10 kg. Vartojamos maistui ir pašarui, iš jų gaminamas krakmolas, sirupas, miltai. Batato tėvynė – Meksika ir Centrinė Amerika. Auginama daugiausia Indijoje, Indonezijoje, Kinijoje, Japonijoje, Ispanijoje, Italijoje, JAV.

**BAUMKUCHENAS**, žr. **ŠAKOTIS**.

**BAVARKA** (pranc.). Karštas gėrimas, gaminamas iš 1) stiprios arbatos ir pieno; 2) stiprios arbatos, pieno ir romo bei kiaušinio trynio, išplakto su cukraus pudra. Romą galima pakeisti kitais alkoholiniais gėrimais, pvz., brendžiu.



**BAZILIKAS, KRŪMINIS BAZILIKAS** (*Ocimum gratissimum*). Notrelinių šeimos puskrūmių ir krūmų genties augalas. Žinoma apie 150 rūšių, savaime augančių tropikų ir subtropikų šalyse. Vidutinio klimato kraštuose kai kurios baziliko rūšys auginamos eteriniams

aliejams. Baziliko stiebuose, lapuose ir žieduose yra apie 0,3 proc. eterinio aliejaus (70 proc. aliejaus sudaro eugenolis). Aliejus ir eugenolis vartojami maisto ir parfumerijos pramonėje. Pietuose dar auginamas kvapusis bazilikas (*Ocimum basilicum*). Kaip prieskonis vartojamas konditerijos pramonėje, likerų gamyboje. Baziliką galima auginti ne tik darže, bet ir ant palangės arba balkone. Vartojami švieži arba džiovinti lapai. Jie yra kartoko skonio, malonaus pipirų kvapo, kaip prieskonis tinka mėsos, ypač žvėrienos, patiekalams, dešroms, sriuboms, padažams pagardinti. Itin gerą prieskonį suteikia baziliko, krapų ir peletrūno mišinys.

**BAZLERIO SMEGENŲ SRIUBA** (vok. *Basler Hirnsuppe*). Populiari šveicariška sriuba, gaminama iš veršio smegenų, skaidrinama kiaušinių tryniais ir pabarstoma petražolių lapeliais.

**BEARNARO, BEARNERIO PADAŽAS** (pranc. *Sauce béarnaise*, vok. *Bearner Soße*). Gaminamas iš olandiško padažo, baltojo vyno ir peletrūno. Pateikiamas su keptuvėje arba ant grotelių kepta mėsa. Pvz., *Entrecôte à la béarnaise*. Valgomas taip pat su kiaušiniiais ir žuvies patiekalais.

**BEAUJOLAIS** (pranc., skait. *božolė*). Prancūziškų vynų grupė, kurie gaminami iš *Gamay* vynuogių, auginamų Burgundijoje, Božolė regione. Populiarus raudonasis vynas – filosofiškas, nuplaunantis blogą nuotaiką. Geresnis yra „Beaujolais Villages“ vynas. „Beaujolais nouveau (Primenos)“

geriamas jaunas, pagamintas prieš kelias savaites. Šio vyno gėrimas tapo tradicija, švente Prancūzijoje, neseniai paplito ir kitose šalyse, taip pat ir Lietuvoje.

**BEBRAS** (*Castor fiber*). Grauzikų būrio žinduolis. Senovėje buvo paplitęs Europoje, Pietų Sibire, Azijoje, Šiaurės Amerikoje. Vėliau dėl nesaikingos medžioklės bebrų labai sumažėjo. Kūno ilgis iki 1 m, masė iki 30 kg. Kojų pirštai sujungti plaukiojamąja plėve. Uodega plokščia, plati. Kailis šviesiai rusvas, rudas, juodas. Bebrai gyvena prie miškais apaugusių upių ir ežerų. Minta drebulių, gluosnių, beržų žieve ir šakutėmis, o vasarą – žole. Lietuvoje gyvena Nemuno baseine. Buvo medžiojami dėl vertingo kailio, mėsos, vilnos, sruoglių. Todėl jų labai mažėjo ir po Antrojo pasaulinio karo beveik išnyko. Pastaruoju metu bebrų labai pagausėję, dėl daromos žalos leidžiama jų sumedžioti daugiau. Bebrų mėsa buvo valgoma viduramžiais, šiais laikais vėl pradėta vartoti visai neseniai. Ji troškinama, rūkoma. Jų sruogliai nuo seno vartoti liaudies medicinoje, dabar – parfumerijos pramonėje.

**BEICAS** (vok. *Baize*), žr. **MARINATAS**.

**BEFSTROGENAS**, jautienos troškinytis, vadinamasis Stroganovo kepsnis, populiarus mėsos patiekalas, plačiai žinotas ir tarybiniais laikais. Tai rusų ir prancūzų kulinarijos kūrinys, pradėtas tiekti XIX a. rusų grafo A. Stroganovo (1798–1891) labdaros valgyklose kaip labai patogus valgis. Prie patiekalo sukūrimo, manoma, prisidėjęs rusų caro

Aleksandro I dvaro kulinaras prancūzas M. A. Kareme (Marie-Antoine C  reme, 1784–1833). Bėfstrogenas gaminamas iė jautienos iėpjovos, ji supjaustoma maėais pailgais gabaliukais, pakepinama su svogūnais, vėliau iėstroėkinama grietinės ir pomidorų padaėe su prieskoniais. Priedai: bulvių traėkučiai, bulvių koėe, ėalieji ėirneliai, ėiediniai kopūstai, salotos ir kt.

**BEIGNETS** (pranc., skait. *benje*). 1. Karėti saldūs patiekalai – sklindėiai. ėalių arba konservuotų vaisių gabaliukai, įsukti į keptą teėlą, apkepinti iki auksio geltonumo riebaluose, apibarstyti cukrumi ir uėpilti vaisių sirupu. Gali būti obuolių, kriauėi  , ananasų arba bananų sklindėiai. 2. ėalios arba paruoėtos pauėėtienos arba kitokios mėsos maėi gabaliukai, įsukti į keptą teėlą ir dar kartą apkepinti.

**BEKERIO LIKERIS, CARLSBAD BECHER LIQUER.** Karlsbado Bekerio likeris yra harmoningo prieskonių derinio, nuo 1807 m. gaminamas Karlovi Varuose (ėekija). Alkoholio kiekis – 38 proc. Geriamas atėaldytas, su ledu, praskiestas, su kava ar arbata.



**BEKONAS** (angl. *bacon*). Nes  rus mėsos produktas iė specialiai apdorotų bekonų skerdenų. Bekono gamybai tinka 5–8 mėn.

baltosios geros veislės – ilgo liemens ir stambių kumpi   – kiaulės, kurių masė 75–100 kg. Apdorotos skerdenų pusės sūdomos 24 proc. valgomosios druskos su maėu kiekiu (2 proc.) kalio salietros sūrymu, brandinamos apie 10 dienų rietuvėse. Bekonas – tradicinis anglų produktas, iė kurio gaminami įvairių patiekalai, pvz., bekonas su kiaušiniais. Lietuvoje gaminamas nuo 1926 m. Iki Antrojo pasaulinio karo buvo labai svarbus eksporto į Angliją produktas.

**BELGŲ VALGIAI.** Šalies mityboje ėymi prancūzų virtuvės įtaka. Nacionaliniai patiekalai daėniausiai gaminami namuose. Taėiau kai kuri   galima uėsisakyti Briuselio ir kitų miestų (specialiose) valgyklose arba restoranuose, pvz., dėiovint   plekėni  , sraigių, marinuotų silkių, sūrio su ridikais. Uėkandai belgai valgo sumuėtinius, ėuvų, mėsos ir darėovi   salotas. Sriubos verdamos iė darėovi  , raudonųjų kopūstų su duonos skrebuėiais, mėsos sultinių, grybų ir kt. Mėgstami ėuvų patiekalai iė skumbri  , ungurių, silkių, plekėni  . Populiariausi mėsos patiekalai: bifėteksai, vyniotiniai, karbonadai, verėienos šniceliai, avienos kumpiai, kiaulienos kotletai, triuėienos ragu; patiekiami su bulvėmis ir darėovėmis. Belgai mėgsta kavą, geria daug alaus. Jis verdamas įvairių atspalvių ir stiprumo.

**BEL PAESE** (it., skait. *bel paeze*). Fermentinis italiėkos kilmės sūris, gaminamas iė karvių pieno, minkėstas, ilgai brandinamas. Pradėtas gaminti Lombardijoje, vėliau iėplito ir Europoje, Kanadoje, JAV.

**BENEDIKTINAS** (*Benedictine D.O.M.*).

Prancūziškas likeris, pavadinimas kilęs iš Fekampo benediktinų vienuolyno (prie Lamanšo sąsiaurio) vardo. Pirmasis jį pagamino italų kilmės vienuolis Bernardo Vincelli. Benediktino gamybos receptai ilgą laiką buvo slepiami. Raidės *D.O.M.* (lot. *Deo Optimo Maximo*) reiškia *Geriausiam Aukščiausiam Dievui*. Alkoholio jame – 43 proc., cukraus – 35 proc. Gaminamas daugelyje šalių. Lietuvoje pradėtas gaminti praėjusio šimtmečio pirmojoje pusėje.

**BERBERISAS**, žr. **RAUGERŠKIS**.**BERKŠYRAI**. Kiaulių veislė, išvesta

Anglijoje, Berkšyro grafystėje. Paršavedės masė – iki 250 kg. Greitai bręsta: 6–7 mėn. priauglio masė jau 85–100 kg (tinka bekonui). Turėjo įtakos įvairių šalių ir Lietuvos kiaulininkystei.

**BEŠAMELIS** (pranc. *sauce Béchamel*).

Padažo, gaminamo iš miltų, sviesto ir pieno arba iš miltų ir sviesto, svogūnų, kumpio, lašinių, sultinio, druskos, pipirų, pagrindas. Miltai išmaišomi šaltame piene, užvirinama. Tada galima pridėti kitų padažų su krienais, sūriu, kurie tarptautinėje kulinarijoje vadinami

*Mornay*. Padažo pavadinimas kilęs iš prancūzų markizo, Liudviko XIV dvaro gastronomo Luiso de Bešamelio (Louis de Béchamel, 1630–1703), pavardės. Pateikiamas prie mėsos, žuvies ar daržovių (žiedinių kopūstų, šparagų).

**BIFŠTEKSAS** (angl. *beefsteak*), žlėgtainis.

Keptos jautienos patiekalas, gaminamas iš filė (viršutinės dalies). Mėsa supjaustoma 20–30 mm storio gabalais, pamušama ir iškepama labai įkaitintuose riebaluose. Kepimo laikas priklauso nuo užsakovo skonio: apkeptas, pusiau iškepęs arba iškeptas. Pateikiama pašildytoje lėkštėje, užpylus mėsos sultimis ir sviestu su žalumynais arba kitais priedais. Žinomi bifšteksai: *beefsteak lyonnaise* – su keptais svogūnais; bifšteksas su kiaušiniu; su priedais (rūkyta lašiša, sardinėmis, krienais ir salotomis); totoriškas bifšteksas (*beefsteak à la tartare*) – žalios mėsos faršas su žaliu kiaušiniu, svogūnais, pipirais, paprika, agurkais, sardinėmis, kapariais ir garstyčiomis.

**BIGOSAS**. Tradicinis senovinis lenkiškas

patiekalas, gaminamas iš raugintų arba šviežių kopūstų, troškintų su smulkiais mėsos (kiaulienos, jautienos, paukštienos, dešros) gabaliukais ir prieskoniais, grybais, džiovintomis slyvomis, kartais su raudonuoju išlaikytu vynu.

**BISKVITAS**. Kvietinių miltų, kiaušinių, cukraus (proporcija 1:2:1) švelnios tešlos gaminiai, iškepti 200 °C temperatūroje. Naudojami saldiems patiekalams (tortams, pyragaičiams) gaminti. Miltai turi būti geros kokybės, glitimo ne mažiau nei 20 proc.



**BITĖS** (*Apis*). Bitinių antšeimio vabzdžių gentis. Žinomos 4 rūšys. Europoje gyvena viena rūšis – naminė bitė (*Apis mellifera*). Bitėmis dar vadinami ir kai kurie bitiniai (pvz., kamanės). Vertingi naminių bičių produktai – medus, bičių duona, pienelis, pikis, geluonies nuodai, vaskas. Jos duoda daug naudos žemės ūkiui, apdulkindamos ir kultūrinius augalus.

**BLANQUETTE** (pranc., skait. *blanket*). Baltos mėsos troškiny.

**BLANŠIRAVIMAS** (pranc. *blanchir* – nuplūkyti). Maisto (dažniausiai augalinio) trumpalaikis apdorojimas karštu vandeniu arba garais, kad išlaikytų natūralų pavidalą iki galutinio paruošimo. Pvz., kopūstų galvučių blanširavimas prieš ruošiant jas farširuoti arba balandėliams.

**BLEKBERI BRENDIS** (angl. *Blackberry brandy*). Gervuogių arba juodųjų serbentų uogų sulčių likeris su brendžiu, spalva gali įvairuoti nuo tamsiai raudonos iki violetinės. Likeris gervuogių skonio su stipriu brendžio prieskoniu. Alkoholio – 35 proc.

**BLYNAI**. Maži 8–10 cm skersmens miltų, kiaušinių tešlos sklandžiai, apkepti iš abiejų pusių. Tradicinis rusiškas patiekalas. Tešla ruošama su pienu

arba su riebalais, cukrumi, mielėmis. Pateikiami su įvairiais priedais: grietine, ištirpintu sviestu, ikrais. Lietuvoje populiarius ir bulviniai blynai.



**BOBAUSIS VALGOMASIS** (*Gyromitra esculenta*). Aukšliagybių klasės, bobausinių šeimos miškų valgomasis III kategorijos grybas. Auga balandžio ir gegužės mėn. pušynuose, miškų aikštelėse, kirtavietėse, gaisravietėse. Žalias nuodingas. Ruošiant maistui reikia 10–15 min. pavirinti, perkošti, išplauti, tik tada virti, troškinti arba kepti. Džiovinti nenuodingi. Vartojami padažams, valgomi troškinti su spirgučiais, grietine, svogūnais.

**BOČIŲ LIKERIS**. Lietuviškas likeris, gaminamas iš specialaus antpilo, konjako ir cukraus. Tamsiai rudos spalvos su rusvu atspalviu, švelnaus skonio ir malonaus aromato. Stiprumas – 35 proc.

**BOČIŲ MIDUS**. Lietuviškas midus, gaminamas Stakliškėse (Prienu r.) iš medaus, apynių, kadagio uogų, fermentuojant vitaminizuotomis alaus mielėmis. Brandinamas vienerius metus. Tai – švelnaus skonio, gintaro spalvos saldus gėrimas. Alkoholio apie 14 proc.

**BODEGA** (isp.). 1) Vyno rūšys, vyninė; 2) vynininkystės ūkinis vienetas, kuriame auginamos vynuogės, gaminamas vynas. Ten jis dažniausiai išpilstomas ir parduodamas. Šis pavadinimas išplitęs visose ispanakalbėse šalyse.



**BOIKEN.** Žieminių obuolių veislė, kilusi iš Vokietijos. Vaisius vidutinio dydžio, geltonas, rausvašonis, saldus, išlaikomas iki pavasario.

**BOKBYR** (vok. *Bockbier*). Vokiškas tradicinis alus, stiprus, aiškaus salyklo skonio. Misos fermentuojamų medžiagų kiekis apie 15,7 proc.

**BOLONIJOS PADAŽAS** (it. *Sauce bolognese*). Tirštas pomidorų padažas, gaminamas iš pomidorų sulčių, pridėjus taukuose pakepintos, smulkiai supjaustytos jautienos, sumaišytos su supjaustyta šonine, smulkintomis morkomis, patroškintais pievagrybiais, raudonuoju vynu ir prieskoniais (druska, pipirais, česnakais, muskato riešutais, baziliku, čibreliais). Verdama apie 40 min. ant silpnos ugnies. Patiekiamas su makaronais (*spaghetti*).

**BOMBAŽAS** (pranc. *bombé* – išpūstas). Konservų indelių dangtelių arba dėžučių

išspūtimas dėl bakterinio ar kitokio produkto gedimo metu atsiradusių dujų. Konservuoti produktai iš išspūstųjų dėžučių negali būti naudojami maistui, nes jais galima apsinuodyti. Bombažo priežastis gali būti blogos kokybės žaliava, dėžučių metalas arba technologinio proceso pažeidimai, pvz., nepakankamai aukšta pasterizavimo temperatūra arba per trumpas laikas.

**BONIFIKATORIUS** (pranc. *bonificateur*). Likierių, trauktinių ir kitokių alkoholinių gėrimų skonio bei aromato stipriklis. Bonifikatoriumi paprastai būna ąžuolo drožlės, slyvos, skrudinti arba neskrudinti migdolai, nesubrendę riešutai ir panašios organinės medžiagos, kurių aromatingi elementai, tirpdami alkoholio ir vandens mišinyje, teikia gėrimui savitą skonį, spalvą, aromatą.

**BONNE FEMME.** À la (pranc. – ūkiškai; skait. *bonfam*). Priedas prie patiekalų, susidedantis iš gabaliukais supjaustytų lašinių, svogūnų, bulvių ir pievagrybių. Visi šie žali produktai sudedami į kepimo indą, kuriame kepama (arba troškinama) paukštiena, pvz., antis, žąsis. Prie žuvies patiekalų *Bonne femme* gaminamas iš mažų svogūnelių (šaločių), pievagrybių griežinėlių ir petražolių. Itin tinka prie keptos žuvies.

**BORDO** (pranc. *Bordeaux*) vynas. Prancūziško vyno rūšys, gaminamos Žironos (*Gironde*) upės baseine, Žironodos departamente iš tradicinių *Cabernet Sauvignon*, *Cabernet Franc*, *Merlot*, *Malbec*, *Sauvignon*, *Semillon*, *Muscadelle* ir kt. vynuogių. Šis Prancūzijos regionas

skirstomas į kelis rajonus, garsėjančius visame pasaulyje geriausių rūšių vynu. Medoko rajone gaminamas geriausias raudonasis prancūziškas vinas, pvz., „Châteaux Lafite“, „Châteaux Latour“, „Châteaux Margaux“ (*Châteaux* – pranc. pilis); Grave rajone – raudonasis vinas „Châteaux Haut Brion“ ir saldus baltasis vinas „Graves“; Soterno rajone – garsus baltasis ir saldus Bordo vinas, pvz., „Châteaux d’Yquem“ ir „Hautes Sauternes“; Sent Emiljono rajone – garsus raudonasis vinas „Lalande-de-Pomerol“, „Pomerol“.

**BOSBAŠAS.** Armėniška sriuba iš žirnių, avienos, bulvių, pomidorų pastos, skrudintų svogūnų, obuolių, kartais džiovintų slyvų.

**BOTULIZMAS** (lot. *botulus* – dešra). Sunkus apsinuodijimas maisto produktais (dešra, žuvis, grybais ir pan.), kurie užkrėsti botulino bakterijomis.

**BOUILLABASSE** (pranc., skait. *bujabes*). Prancūziška žuvų sriuba (populiari Provanso apylinkėse, geriausia – Marselyje), gaminama iš Viduržemio jūroje sugaunamų žuvų su langustais ir krabais. Pridedama pomidorų, česnako, svogūnų, alyvuogių aliejaus, šafrano. Verdama trumpai ant didelės ugnies. Atskirai patiekiamos žuvis, langustai, krabai ir specialios rūšies duona (*Marette*).

**BOUILLON** (pranc., skait. *buljon*), buljonas, sultinys. Kaulų ir mėsos nuoviras, paskanintas pakepintomis daržovėmis ir dažytas paskrudintais svogūnais. Vartojamas sriuboms, padažams gaminti.

**BOULANGÈRE.** À la (pranc., skait. *bulažer*). Priedas prie avienos patiekalų, gaminamas iš griežinėliais supjaustytų bulvių, kapotų svogūnų, keпамų kartu su mėsa, palaistant kepimo sultimis.

**BOULIAI** (angl. *bowl* – taurė, bokalas, pasilinksminimas). Šalti baro gėrimai, gaminami iš vyno, su vaisių, daržovių, gėlių priedais. Juose mažai alkoholio. Boulių rūšys: vaisių (ananasų, abrikosų ir kt.), daržovių (salių, agurkų), gėlių (pvz., rožių). Cukrumi apibarstyti vaisiai, daržovės, gėlės užpilami trupučiu vyno, prieš pat servavimą įpilama dar vyno ir, kad putotų, – selterio arba putojančio vyno. Vakarų Europoje labai paplitę neįprastų pavadinimų bouliai: *Kardinolas*, *Vyskupas*, *Auksinis fazanas*, *Šaltoji antis*.

**BOUQUET GARNI** (pranc. – aromatu puokštė; skait. *buket garni*). Keletas šakelių petražolių, lauro lapų, truputis čiobrelių (geriausia šviežių) surišama į šluotelę ir įmerkama į sultinius, padažus. Baigiant gaminti išimama.

**BOURGEOISE.** À la (pranc., skait. *buržuaz* – miestietiška). Troškintos avienos šlaunies arba jautienos liežuvio priedas. Gaminamas iš stambiais gabalais supjaustytos kiaulienos, mažų morkų ir svogūnų, dedamų į troškinimo indą kartu su mėsa. Kartais įdedama ir veršiuko koja.

**BOURGOGNE** (pranc., skait. *buržon* – burgundiškas). Prancūzijos karalių raudonasis vinas, gaminamas iš *Gamay* arba *Pinot Noir* vynuogių. Esama apie 100 šios kilmės vyno pavadinimų. Paplitę – „Chablis“, „Maçon“.



**BOURGUIGNONNE.** À la (pranc., skait. *burginjon* – burgundiškai). Mėsos (dažniausiai jautienos), žuvies arba paukštienos paruošimo būdas, troškinant su pievagrybiais, svogūnais (šaločiais), pomidorais ir išlaikytu raudonuoju vynu. Prieš troškinimą mėsą reikia apkepti alyvuogių aliejuje.

**BOZA** (bulg.). Gėrimas iš fermentuotų sorų, populiarus Bulgarijoje.

**BEAUJOLAIS NOUVEAU (PRIMEUR).**

Raudonasis, prancūziškas vynas, kilęs iš Burgundijos, gaminamas iš Gamay vynuogių. Tai melsvai raudonos spalvos, aviečių, persikų aromato, šviežias, rūgštokas, vaisių skonio vynas, geriamas jaunas, pagamintas prieš kelias savaites. Jo gėrimas tapo tradicija.

**BRANDINIMAS.** Fizinis, cheminis ar biologinis procesas, suteikiantis maisto produktams savitą skonį, kvapą, išvaizdą. Brandinami pieno produktai (sūris, grietinė, grietinėlė), vynas, alus, mėsa, grūdai, miltai, vaisiai, daržovės. Sūrius subrandina fermentai, mikroorganizmai, pieno rūgštis, valgomoji druska. Brandinamame jauname vyne ar aluje oksiduojasi rauginės dažančiosios medžiagos, alkoholiai, aldehidai, gaminasi esteriai. Brandinamoje mėsoje sumažėja glikogeno, padaugėja pieno rūgšties (ypač būtina brandinti senų laukinių žvėrių mėsą). Brandinamuose po pjūties grūduose tirpūs baltymai tampa netirpiaisi, cukrus – krakmolu. Vaisiai ir daržovės subręsta savaime natūraliomis sąlygomis. Jų brandimą galima pagreitinti nesočiaisiais

angliavandeniliais, šildant oru, arba sulėtinti laikant anglies dioksido atmosferoje.



**BRAŠKĖS** (*Fragaria*). Kultūrinės žemuogės, erškėtinių šeimos daugiametis žolinis augalas, paplitęs Šiaurės ir Pietų pusrutuliuose. Išvesta apie 2 000 veislių. Beveik visos kilusios iš čilinės (*Fragaria chiloensis*) ir virgininės (*Fragaria virginiana*) braškės. Stiebas šakotas, lapai triskiaučiai, žiedai stambūs, dažniausiai dvilyčiai. Vaisiai – raudonos, kartais rausvos ar baltos spalvos, uogos iki 10–40 g masės. Vartojamos šviežios, šaldytos, perdirbtos į uogienes, pastiles, sultis. Su jomis gaminami įvairūs alkoholiniai ir nealkoholiniai gėrimai. Cheminė sudėtis: 80–90 proc. vandens, 4,5–10 proc. cukraus, 0,8–1 proc. organinių rūgščių, be to, šiek tiek pektininių, rauginių, azotinių medžiagų.

**BRATISLAWSKIE HRADNE.** Išlaikytas baltasis vynas, gaminamas Slovakijoje.

**BRAZILIJOS VALGIAI, žr. PIETŲ AMERIKOS VALGIAI.**

**BRAZILIJOS VYNAS.** Manoma, kad pirmąsias vynuoges į šalį atgabeno portugalų kolonistai, vėliau – italų imigrantai. 65 proc. vynuogynų išauginama Garibaldžio, Bento

Gonsalvos miestų apylinkėse, tačiau derlingiausi plotai (70 tūkst. ha) – Urugvajaus pasienyje. Krašto gamtinės sąlygos palankiausias amerikietiškomis *Izabela* hibridinėms vynuogėms auginti. Populiarios ir europietiškos: *Barbera*, *Cabernet Franc*, *Merlot*, *Riesling*, *Syrah*, *Trebbiano*. Didžioji dalis vyno gaminama vietos poreikiams, tačiau nemažai eksportuojama. Vyno pramonė yra JAV verslininkų rankose. Esama ir vietos firmų: *Cinzano*, *Martini*, *National Distillers* ir kt. *Dreher's* firmos „Marjolet“ vynas – vienas geriausių Pietų Amerikoje.

**BRENDIS** (angl. *brandy*). Alkoholinis gėrimas, vyno distiliatas. Šis stiprus gėrimas gaminamas distiliuojant išrūgusių vynuogių arba kitokių uogų bei vaisių mišą. Pagamintas brendis paprastai 3–4 metus brandinamas medinėse statinėse. Taip jis įgyja savitą skonį, aromatą, paprastai – gintaro spalvą. Supilščius brendį į butelius, ant etikečių užrašoma jo kilmė, nurodant kilmės vietovę arba vaisius, iš kurių pagamintas. Pavyzdžiui, rašoma: *Cherry Brandy* – vyšnių brendis; konjakas – Šaranto (Prancūzija) srityje pagamintas vynuogių brendis; kalvadosas, t. y. obuolių brendis; armanjakas – brendis, pagamintas Žero (Prancūzija) departamente. Kai kuriose slavų, šalyse vynuogių brendis vadinamas vinjaku. Alkoholio kiekis brendžiuose – 36–45 proc. Terminas pradėtas vartoti XVII a. ir yra olandiško žodžio *brandewijn*, kurį sudaro 2 žodžiai (*branden* – išdegti, distiliuoti ir daiktavardis *wijn* – vynas), santrumpa. Brendį, kaip vyno distiliavimo produktą, yra apibrėžusi Europos Bendrija: brendis

(*brandy* arba vokiškas *Weinbrand*) – tai vyno spiritas, turintis tam tikrą kiekį lakiųjų medžiagų, kurios skiriasi nuo etilo spirito ne mažiau kaip 200 gramų spirito hektolitruvi. Jis turi būti išlaikytas mažiausiai vienerius metus metaliniuose rezervuaruose arba mažiausiai 6 mėn. ąžuolinėse statinėse, kurių tūris mažesnis nei 1 000 litrų.

**BRETLINGIS** (*Sprattus sprattus balticus*). Baltijos šprotas, silkinių šeimos žuvis. Paplitęs Baltijoje. Ilgis 9–14 cm, masė 9–14 g. Bretlingiai plaukioja kartu su strimėlėmis, nuo jų skiriasi liemens slankstelių skaičiumi. Verslinės žvejybos objektas. Marinuoti bretlingiai dažnai vadinami kilkėmis.



**BRI** (pranc. *Brie* – vietovė Šiaurės rytų Prancūzijoje). Minkštas, gelsvas fermentinis prancūziškas sūris, padengtas valgoma baltųjų pelėsių plutele. Gaminamas iš natūralaus karvių pieno, turi charakteringą sūrio ir grybų (pievagrybių) aromatą. Jo spalva varijuoja nuo baltos iki kremos arba gelsvos, aukso spalvos. Originaliai gaminamas trijų matmenų: vidutiniškai 54, 42 ir 33 cm skersmens diskais. Laikomas vėsioje vietoje, iki +8 °C.

**BRIEDIENA**, briedžio mėsa. Sausoka, tvirta, pasižymi puikiomis skonio ir kulinarinėmis savybėmis, turtinga vitaminų ir baltymų. Patiekalai iš briedienos gaminami pagal ypatingą technologiją. Dažniausiai kepama stambiais gabalais (ne mažiau nei 1 kg), prismaigstyta lašinių arba jais apvyniota, aprišta (barderis). Kepama ilgai (2–2,5 val.) orkaitėje arba krosnyje, ugniai atspariame storasieniam inde. Iš briedienos gaminami kotletai, kepami šašlykai. Ypatingas delikatesas – briedžio lūpa drebučiuose. Vartojami ir subproduktai: kepenys, inkstai, smegenys, liežuvis.



**BRIEDIS** (*Alces alces*). Stambiausias elnių šeimos žinduolis, paplitęs daugelyje šalių: Skandinavijoje, Lenkijoje, Kinijoje, Kanadoje, Rusijoje, JAV ir kt. Kūno masė 387–538 kg, Sibire – iki 800 kg. Lietuvoje briedžiai žinomi jau nuo senovės. Po Antrojo pasaulinio karo jų skaičius padidėjo nuo 90 iki 9 900 (1972 m.). Veliau dėl propagandos apie jų daromą žalą miškams ir kitų aplinkybių briedžių skaičius buvo sumažėjęs. Dabar jų yra 14 tūkst. Medžiojamas mėšai, iš odos gaminama zamša. Briedžių mėsa, kaip ir elnių, turi daug

baltymų, galima pagaminti daug skanių patiekalų. Anksčiau briediena buvo eksportuojama, ypač į kai kurias Vakarų Europos šalis, kuriose briedžiai jau seniai išnyko.

**BRIEDŽIUKAI**, ežiukai. Lietuviškas patiekalas, gaminamas iš kvietinių miltų tešlos, vandens, suformuojamas ant antrosios tarkos pusės. Verdami pasūdytame vandenyje. Pateikiami užpilti sviestu, grietine arba spirgučiais.

**BRIEDŽIUKAS VALGOMASIS** (*Morchella esculenta Fr.*). Skanus III–IV kategorijos miškų grybas. Auga pavasarį, balandžio ir gegužės mėn., praretintuose lapuočių miškuose, miškų pakraščiuose, parkuose. Trama gelsva, trapi, malonaus skonio ir kvapo. Vartojamas šviežias ir džiovintas. Atsargumo dėlei, kad nesupainiotume su bobausiais, reikia ilgiau (15 min.) pavirti, vandenį, kuriame virė, išpilti. Vartojamas padažams, salotoms, frikadelėms. Lietuvoje dažniausiai gaminami, kaip ir kiti grybai, su spirgučiais, keptais svogūnais, grietine. Pateikiami su virtomis bulvėmis. Pasaulinėje kulinarijoje žinomi šie patiekalai: *briedžiukai valstietiškai* – troškinti su aliejumi, sviestu ir susmulkintomis daržovėmis; *briedžiukai ispaniškai* – troškinti su alyvų aliejumi, baltuoju vynu, kumpiu, paprika, citrina.

**BRILLAT-SAVARIN** Jean Anthelme (1755–1826). Žymus prancūzų teisininkas, gastronomas, garsios knygos „Skonio fiziologija“ („Physiologie du goût“) autorius. Knyga išversta į daugelį pasaulio kalbų. Prancūzai gerbia tėvynainio

atminimą. Jo vardu (*Savarin*) pavadinti labai pikantiški patiekalai, pvz., sūrių rinkinys, paskanintas trumais, svarainių uogiene, vynuogėmis ir taurele 45 metų *Tėilos portvynio*.

**BRINZA** (rum. *brinză*). Minkštas sūryme brandintas fermentinis sūris. Gaminamas dažniausiai iš avių, rečiau – iš karvių pieno. Baltas ar gelsvas. Paviršius lygus, be gleivių ir žievės. Riebumas – 30–45 proc., druskos – 6–8 proc. Gaminamas Rumunijoje, Vengrijoje, Moldavijoje, Gruzijoje, Ukrainoje.

**BRINZOS IR SARDINIŲ ARBA ŠPROTŲ PASTA.** Tiršta masė, pagaminta iš sardinių (arba šprotų), kurios, nulupus odeles, sutrinamos kartu su brinza, pridėjus konservuotų alyvmedžio uogų ir smulkiai kapotų kaparių. Valgoma su duona arba daromi sumuštiniai.

**BRIOCHEs** (pranc., skait. *brios*). Mielinės tešlos bandelės, iškeptos briaunotose formelėse su mažu iškilimu viršuje. Skaniausios bandelės – dar šiltos, patiekiamos su baltinta kava. Kartais dedama daug sviesto (pusė miltų svorio) ir kiaušinių, bet mažai cukraus, tik tiek, kad bandelės gražiai pagelstų.

**BROILERIAI.** Ypatingos veislės vištytės arba gaidžiukai. Specialiai lesinami, per 9 arba 12 savaičių pasiekia 1,2 kg svorį. Broilerių vištiena, pasūdyta ir pabarstyta karčiaisiais pipirais, kepama grilyje arba paprastu būdu, gražiai pagelsta. Broilieriais arba broikomis vadinama dar ir tam tikra triušių veislė, kurie po 100 dienų pasiekia 2,5–3 kg masę.



## **BROKOLIAI, BROKOLINIS KOPŪSTAS**

(*Brassica oleracea var. italica*). Bastutinių šeimos vienmetė daržovė, žiedinių kopūstų porūšis. Auginami šilto klimato rajonuose, taip pat Lietuvoje. Valgomas mėsingas žiedynas.



## **BRUKNĖ** (*Vaccinium vitis-idaea* L.).

Erikinių šeimos visžalis šakotas krūmelis. Jo vaisiai – rutuliškos raudonos rūgštosios uogos, turinčios iki 7 proc. cukraus, apie 2–3 proc. organinių rūgščių, glikozido, vakcinino, vitaminų C, A. Bruknės atsparios puvimui, nes jose yra antiseptiškos benzoinės rūgšties. Uogos valgomos šviežios, iš jų verdamos uogienės, džemai, marmeladas, marinatai, sultys, gira ir vaisių gėrimai, saldainių įdaras, alkoholiniai gėrimai (pvz., „Palanga“). Lietuvoje populiarūs bruknių uogienės su obuoliais, kriaušėmis, labai tinkančios prie paukštienos bei žvėrienos patiekalų.

**BUFETAS** (pranc. *buffet*). 1) Gamyklos, mokyklos 8–50 vietų užkandinė, kurioje maitinama iš kitų visuomeninio maitinimo įmonių atvežtais patiekalais arba šaltais užkandžiais, gėrimais; 2) stoties, valgyklos, restorano prekystalis, prie kurio pardavinėjami užkandžiai, gėrimai, rūkalai; 3) indų, staltiesių, užkandžių ir gėrimų spinta, indauja.

**BULIS DARŽINIS** (*Anthriscus cerefolium* L.). Salierinių šeimos vienmetis žolinis, apie 70 cm aukščio augalas. Lapai triskart plunksniški, smulkūs gelsvi žiedai susitelkę skėčiais. Bوليو lapai skleidžia subtilų, panašų į anyžių kvapą. Paprastai jie skinami iki žydėjimo ir vartojami švieži, kaip uždaras sriuboms ir antriesiems patiekalams. Bulis ne tik aromatizuoja, bet ir vitaminizuoja maistą, nes turi daug vitamino C ir provitamino A. Pasižymi vaistinėmis savybėmis.

**BUKIETAS** (pranc. *bouquet*). Individuali vyno, kavos, arbatos savybė – įvairių aromatų puokštė, skonio komplekso rezultatas, atsirandantis vykstant fermentacijai. Vyne susidaro vaisių, gėlių arba abiejų komponentų buketas. Jis papildoma bręstant vynui statinėse, buteliuose. Labai vertinama vaisių ir uogų puokštė vyne. Bukietas vertinamas organoleptinės degustacijos būdu. Tai – svarbiausias ir esminis vyno (kavos, arbatos) kokybės rodiklis. Vertintojai – degustatoriai.

**BULGARŲ VALGIAI.** Jie gana aštrūs, nes gaminami su paprikomis, svogūnais, česnakais, kopūstais, pomidorais. Vartojama daug daržovių ir jų gaminių.

Kaip užkandis mėgstamos įdarytos daržovės: saldžiosios paprikos, pomidorai, taip pat salotos. Sriubos gaminamos iš raugintų kopūstų, vištienos, ryžių, mėsos faršo, pvz., *čiorba topčeta*. Paminėtini nacionaliniai patiekalai: *giuvečas* – daržovių su mėsa arba mėsos apkepas; *kebabčeta* – maltos avienos, kiaulienos ir jautienos dešrelės, keptos ant grotelių; *kiufteta* – gaminama panašiai kaip *kebabčeta*; bulgarų piemenų valgis – jautienos, kiaulienos, avienos ir taukinės patiekalas, kepamas ant iešmo su paprikomis, grybais, pomidorais ir svogūnais; *taskebab* – veršienos guliašas; *pastarma* – rūkyta ožkų mėsa. Žinomas saldus patiekalas *banica* – vyniotinis su avienos, sūrio, medaus, kiaušinių, cukraus ir sviesto įdaru. Pusryčiams bulgarai retai valgo mėsos, dažniausiai geria stiprią rytietišką kavą, arbatą arba limonadą, patiekiamą su balta duona, sviestu ir uogiene, valgo jogurto arba rūgštaus pieno sriubas su smulkintais riešutais, česnakų ir ledo gabaliukais (*tarator*). Geriama daug vyno. Paminėtini stiprieji alkoholiniai gėrimai: vyno distiliatas „Pliska“, trauktinės „Mastika“, „Rakija“, „Slivova“, rožių likeris.

**BULGARIJOS VYNAS.** Bulgarija turi senas vynininkystės tradicijas. Manoma, jog dabartinėje šalies teritorijoje vynuogės augo prieš 4000 metų. Tačiau karai, okupacijos, politiniai pokyčiai trukdė plėtoti vyno pramonę. Viduramžiais vynas buvo gaminamas dažniausiai vienuolynuose.

Po II pasaulinio karo vynininkystė Bulgarijoje pradėjo vystytis itin sparčiai; šalis tapo svarbiausia vyno eksportuotoja

vaadinamajame socialistiniame lageryje. Labai išsiplėtė vynuogynų plotai. Baltasis vynas gaminamas iš *Dimiat*, *Misket*, *Vinenka*, raudonasis – iš *Gamza*, *Mavrud* ir *Pamid* vynuogių. Žinomiausi bulgarų vynai: „Asenovgrad“, „Cabernet“, „Chardonnay“, „Dimiat“, „Fetiaska“, „Gamza“, „Iskra“ (putojantis), „Kagor“, „Karlovo“, „Melnik“, „Misket“, „Novi Pazar“, „Novo Selo“, „Rcatziteli“, „Riesling“, „Rosentaler Kadarka“, „Sylvaner“, „Sofia“, „Sonnenkuste“, „Tirnov“, „Trakia“, „Varna“.

Bulgarijos kaimuose gaminama nemažai geros kokybės vyno, bet jis niekur neregistruojamas ir apie jį niekas nežino. Lietuvos rinkoje šiuo metu galima įsigyti pigaus, nepasižyminčio aukšta kokybe bulgariško vyno.



**BULVĖS** (*Solanum tuberosum* L.). Bulvinių šeimos žoliniai, gumbus auginantys augalai, kilę iš Pietų Amerikos. Į Europą atvežė ispanai 1570 m., tačiau pagrindiniu Europos mitybos objektu tapo vos prieš 100–200 metų. Dabar bulvės auginamos beveik visur. Žinoma apie 100 jų rūšių. Bulvių gumbuose yra apie 25 proc. sausųjų medžiagų, iš kurių 85 proc. sudaro krakmolos. Be to, yra baltymų, riebalų, organinių rūgščių. Bulvės skirstomos pagal formą (apskritos ir ovalinės), pagal luobelės spalvą

(geltonos, raudonos, mėlynos), pagal bulvės spalvą (baltos, geltonos), pagal brendimo laiką (ankstyvosios, vidutinio brendimo ir vėlyvosios), pagal vartojimo pobūdį (maistinės, veislinės, pašarinės, pramoninės). Daug bulvių maistui vartoja baltarusiai, lenkai, rusai, vokiečiai ir, žinoma, lietuviai.

Mūsų kulinarijoje vartojamos ir atskiriems patiekalams (pvz., bulvių sriuba, didžkukuliai, plokštainis, bandelės ir kt.), bet dažniausiai – kaip kitų patiekalų priedas.

Prancūzai valgo įvairiai pagamintas bulves.

**Virtos bulvės:**

sūdytos bulvės (*pommes nature* – skait. *natjūr*),

petražolių bulvės (*pommes persillées* – skait. *persije*),

bulvės su lupyna (*pommes en robe de chambre*),

bulvės su grietine (*pommes à la crème* – skait. *a la krem*),

bulvių košė (*pommes purée* – skait. *piurè*).

**Keptos bulvės:**

keptos bulvės (*pommes sautées* – skait. *sote*),

paryžietiškos bulvės (*pommes parisienne* – skait. *parizien*),

pilies (dvaro) bulvės (*pommes château* – skait. *šato*),

svogūnų bulvės (*pommes lyonnaise* – skait. *lionez*),

Kolberto bulvės (*pommes Colbert* – skait. *kolber*).

**Riebaluose keptos bulvės (fri):**

bulvių šiaudeliai (*pommes paille* – skait. *pajj*),

bulvių juostelės (*pommes allumettes* – skait. *aliumet*),

bulvių lazdelės (*pommes frites* – skait. *frit*),  
naujo tilto (*pommes ponts neuf* –  
skait. *pont neuf*),

bulvių traškučiai (*pommes croquettes* –  
skait. *kroket*),

bulvių pagalvėlės (*pommes soufflées* –  
skait. *sufle*),

bulvių lizdeliai (*nids de pommes* –  
skait. *ni de pom*).

#### Krosnyje keptos bulvės:

Anos bulvės (*pommes Anna*),

kepėjos bulvės (*pommes boulangère* –  
skait. *bulanžer*),

Florencijos bulvės (*pommes florentine* –  
skait. *florantyn*),

bulvių bandelės (*pommes en brioche* –  
skait. *brioš*),

bulvės su parmezanu (*pommes au  
parmesan* – skait. *o parmezan*).

#### Troškintos bulvės:

bulvės flamandiškai (*pommes flamande* –  
skait. *flamand*),

šeimininkės bulvės (*pommes à la bonne  
femme* – skait. *fam*),

bulvės olandiškai (*pommes  
à l'hollandaise* – skait. *olandez*),

bulvės rusiškai (*pommes à la russe* –  
skait. *rius*),

bulvės vengriškai (*pommes à l'hongroise* –  
skait. *ongruaz*).

#### Iškeptos bulvės:

Bairono bulvės (*pommes Byron* –  
skait. *bairon*),

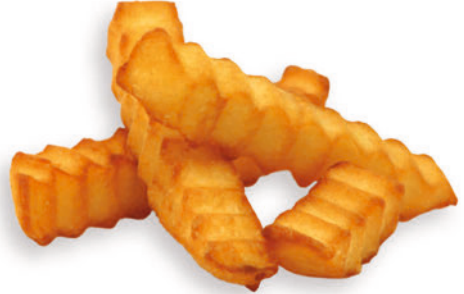
Kareme bulvės (*pommes à la Carême*),

bulvės normandiškai (*pommes à la  
normande* – skait. *normand*),

bulvės šveicariškai (*pommes à la suisse* –  
skait. *sius*).

Iš bulvių galima pagaminti apie 200  
patiekalų, taip pat etilo spirita, klijinių  
medžiagų, krakmolą, acetoną ir kt.

**BULVĖS APKEPTOS.** Nuluptos bulvės  
supjaustomos stambokomis riekelėmis  
ir iškepamos keptuvėje, pabarstomos  
petražolių lapeliais. Apkepti galima ir  
virtas bulves. Patekiamos su mėsos  
patiekalais.



**BULVĖS, KEPTOS RIEBALŲ PERTEKLIUJE  
(RIEBALUOSE), žr. FRITIŪRAS.**

#### BULVĖS, KEPTOS SU KMYN AIS.

Vidutinio didumo bulvės gerai  
nuplaunamos, nulupamos, pabarstomos  
kmynais, pasūdamos, sudedamos į skardą  
ir kepamos orkaitėje, kol gražiai pagelsta.  
Taip paruoštos bulvės patekiamos su  
silkių patiekalais.

**BULVĖS SU SPIRGUČIAIS.** Gerai nuplautos  
bulvės nuskutamos, sudedamos į  
pasūdytą vandenį ir išverdamos. Bulvėms  
verdant, paspirginama lašinių su smulkiai  
supjaustytais svogūnais.

Išvirusios bulvės nusunkiamos,  
išgarinamas likęs vanduo, sudedamos  
į salotinę ir užpilamos spirgučiais su  
svogūnais. Bulves galima užpilti ir  
ištirpintu sviestu, pabarstyti petražolių  
lapeliais ir pateikti prie mėsos ar žuvies  
valgių. Galima valgyti su raugintu pienu,  
kefyru.

**BULVĖS, VIRTOS SU LUPENOMIS.** Vienodo dydžio bulvės gerai nuplaunamos su šepetėliu, užpilamos verdančiu vandeniu, išverdamos uždengtame puode ir nusunkiamos. Sudedamos į salotinę, valgomos su sviestu ir druska. Taip virtas bulves galima naudoti salotoms, kotletams, krocketams ir kitokiems garnyrams. Sudygusių bulvių taip virti nepatariama.

**BULVIŲ APKEPAS.** Nuluptos ir plonomis riekelėmis supjaustytos bulvės sluoksniais sudedamos į ugniai atsparų indą. Kiekvienas bulvių sluoksnis palaistomas grietinėle arba pienu ir pabarstomas tarkuotu kietu sūriu, įdedama sviesto arba margarino gabaliukų, pasūdoma, pabarstoma pipirais. Taip paruoštos bulvės, pridengtos aliuminio folija, 45 min. kepamos įkaitintoje orkaitėje. Prieš baigiant kepti folija nudengiama. Apkepas iš virtų bulvių yra ne toks skanus.

**BULVIŲ KOŠĖ.** Nuskustos ir nuplautos bulvės supjaustomos, užpilamos pasūdytu vandeniu, išverdamos ir nusunkiamos. Karštos bulvės gerai sugrūdamos, įpilama pieno, įdedama šviežio sviesto, gerai išmaišoma, sudedama į pusdubenį arba salotinę ir pabarstoma petražolių lapeliais. Košę galima nudažyti virtais gerai ištrintais špinatais, pomidorų tyre arba kiaušinio tryniu. Gražiai atrodo kelių spalvų košė. Košę galima valgyti ir kitą dieną. Tam ji sumaišoma su virtais (geriausia grietinėje) smulkiai supjaustytais svogūnais, sudedama į riebalais išteptą ugniai atsparų indą ir kepama orkaitėje, kol paviršius paruduoja. Taip paruoštą

košę galima valgyti su rūgusiu pienu, kefyru arba su mėsos patiekalais.

## **BULVIŲ MILTAI, žr. KRAKMOLAS.**

**BULVIŲ RUTULIAI,** kamuoliukai, dražė. Didelės, vienodos bulvės gerai nuvalomos, sulyginamas paviršius, kad nebūtų įdubimų, ir su specialiu šaukšteliu išpjaunami vienodi rutuliukai, kurie išverdami pasūdytame vandenyje. Verdama trumpai, kad nesukristų ir neprarastų formos. Taip išvirtos bulvės užpilamos ištirpintu sviestu ir pabarstomos sukaptais petražolių lapeliais. Patekiamos kaip mėsos patiekalų, keptų ar troškintų, garnyras, kartu su daržovėmis.

**BURBONAS (BOURBON).** Amerikiečių viskis, gaminamas iš kukurūzų, rugių, kviečių misos. Kuo daugiau kukurūzų grūdų misoje, tuo švelnesnis viskio skonis. Distiliatas brandinamas ąžuolinėse statinėse ne mažiau nei 2 metus. Prieš pilant į statines, jų vidus išdeginamas. Tai suteikia viskiui ypatingą spalvą ir saldumo bei lengvą vanilės aromatą. Geras burbonas turi būti laikomas statinėse 4–6 metus, dažnai – net aštuonerius metus ir ilgiau. Alkoholio kiekis – 40–65 proc. Pavadinimas kilęs iš Kentukio valstijos Burbono apygardos pavadinimo. Populiarios burbono rūšys: „Jim Beam“, „Four Roses“, „Old Forester“.

**BURGUNDIJOS PADAŽAS** (pranc. *Sauce bourguignonne*, skait. *burginjon*). Pilkųjų padažų rūšis, paskaninta Burgundijos svogūnais ir paprika *Cayenne*.



Pateikiamas su kiaušiniiais, žuvis ir mėsos patiekalais, pvz., kiaušinis burgundiškai, upėtakis burgundiškai, veršio smegenys burgundiškai. Dar žr. **PILKIEJI PADAŽAI**.

**BURGUNDIJOS VYNAS.** Pavadinimas kilęs iš Rytų Prancūzijos provincijos Burgundijos, kurios penkiuose rajonuose nuo senų senovės gaminamas raudonasis vynas, tapęs geriausio pasaulyje šios rūšies vyno etalonu. Čia gaminamas ir puikus baltasis vynas. Burgundijos vyno markės pavadintos didžiausių šių rajonų miestų, apie kuriuos gausu vynuogynų, vardais. Garsiausias vyno rūšys: „Beaujolais“, „Côte de Nuits“, „Mâcon“. Raudonasis Burgundijos vynas yra švelnus, baltasis, pavyzdžiui, „Šablis“ (*Chablis*), aitroko skonio, švelnoko kvapo. Dar žr. **PRANCŪZIJOS VYNAS**.

B

56



**BUROKĖLIS** (*Beta vulgaris subsp. rapaceae var. rubra*). Dvimetė burnotinių šeimos daržovė. Burokėliai kilę iš savaime augančių runkelių. Paplitę Šiaurės ir Pietų pusrutuliuose. Šakniavaisiai tamsiai raudoni, apvalūs, jų cheminė sudėtis: 9–16 proc. cukraus, 1,8–3 proc. baltymų, 0,9 proc. organinių rūgščių, be to, dar yra

celiuliozės, pelenuų, vitaminų (ypač PP). Burokėlių lapai, lapkočiai, šakniavaisiai vartojami barščiams, marinatams, mišrainėms, įvairių patiekalų (pvz., kiškienos) priedams gaminti.

### **BUVUSIOS JUGOSLAVIJOS TAUTŲ VYNAS.**

Nėra toks garsus kaip, pavyzdžiui, prancūzų, italų ar ispanų. Daugiausia buvo gaminami saldoki, ne tokie rūgštūs gerimai, kurie atitiko tų laikų pagrindinio importuotojo, buvusios TSRS, vartotojų poreikį. Vynai gaminami dažniausiai iš vynuogių veislių, kurios nuo seno buvo paplitusios kitose Europos šalyse, tačiau turi ir nacionalinių (pvz., *Prokupac*, *Zilavka*). Populiariausiomis vynuogių veislėmis reikėtų laikyti *Cabernet*, *Chardonnay*, *Kadarka*, *Merlot*, *Muskat*, *Pinot Blanc*, *Pinot Gris*, *Refosco*, *Riesling*, *Traminer*, *Tocai*. Vynai gaminami visose respublikose, tačiau kiekviena turi savų, tai šaliai būdingų: Bosnijoje ir Hercegovinoje populiarius „Zilavka“ vynas; Juodkalnijoje – „Pinot Noir“, „Podgorica“, „Traminer“; Kroatijoje, ypač Dolmatijos regione, gaminami geros kokybės vynai „Babic“, „Cabernet“, „Dingac“, „Kadarka“, „Malvasia“, „Maraština“, „Plavač“, „Teran“. Makedonija gali pasigirti visų rūšių vynais (baltaisiais, raudonaisiais, rausvaisiais, putojančiais), iš jų paminėtini „Bovin Chardonnay“, „Bovin Chiraz“, „Chardonnay du Monde“, „Merlot“, „Muskat Ruzica“; Slovėnija garsėja „Čviček“, „Burgundec Bijeli“, „Malvasia“, „Laski Riesling“, „Tocai“. Vynininkystė šalyse pamažu grįžta į buvusias pozicijas, prarastas po TSRS ir kitų socialistinių šalių griuvimo.

**CABERNET MERLOT.** Raudonasis, Pietų Afrikos vinas (Kapo regionas), gaminamas iš dviejų aukščiausios klasės vynuogių veislių Cabernet Sauvignon ir Merlot mišinio. Šis, tamsiai raudonos spalvos, miško uogų, vanilės kvapo, sausas, stiprus, pikantiškas, turintis daug rauginių medžiagų vinas, 5-18 °C temperatūros, kaip ir kiti tokio tipo vynai, pateikiamas prie raudonos mėsos kepsnių, žvėrienos, sūrio.

**CABERNET SAUVIGNON** (pranc., skait. *kabernė sovijnon*). 1) Populiari vynuogių veislė, pasižyminti specifiniu kartoku tanidų skoniu, auginama daugelyje pasaulio šalių; 2) to paties pavadinimo vinas.

**CACIOCAVALLO** (it., skait. *kačiokavalo*). Fermentinis sūris, gaminamas Sicilijoje iš karvių pieno. Gabalai cilindro formos, apie 2 kg svorio. Jauno sūrio skonis švelnus, o ilgiau laikomo – aštrėja. Trintas sūris dažnai vartojamas patiekalams gaminti. Pavadinimas kilęs iš dviejų itališkų žodžių: *caccio* – sūris ir *cavallo* – žirgas.

**CAYENNE** (*Capsicum frutescens* L.). Geltonai raudonų ispaniškų aitriųjų paprikų veislė, labai aštri daržovė, dar vadinama *chilli*. Vartojami padažams (pvz., burgundiškiems, svogūnų) paskaninti. Manoma, kad į Europą pateko Kristupo Kolumbo laikais. Išplitusi Amerikos, Afrikos, Azijos, Europos žemynų šalyse. Dar žr. **CHILLI**.

**CALVADOS**, žr. **KALVADOSAS**,  
**CAHORS** (skait. *kahor*), raudonasis

prancūziškas vinas iš pietinės šalies dalies, gaunamas iš *Auxerrois* vynuogių. Tai tauriai raudonos spalvos, subtilaus uogų bei vaisių kvapo vinas. Stiprus, pilnas, turintis daug rauginių medžiagų. Gerai dera prie raudonos mėsos, kepsnių, makaronų patiekalų. To paties pavadinimo vynus gamina ir kitos šalys, pvz., Moldova, Bulgarija, tačiau šie vynai neprilygsta prancūziškiems.

**CAMPARI** (it., skait. *kampari*). Vinas su prieskoniais, pateikiamas kaip aperityvas arba kokteilių priedas.

Kamparis gaminamas iš įvairių žolių mišinio su kartokais priedais, pvz., apelsinų žievelėmis ir kt. Šį puikų rubino spalvos vyną pirmasis 1861 m. Milane pagamino K. D. Kamparis. Žinomas kokteilis *Americano* gaminamas iš kampario ir saldaus raudonojo vermuto santykiu 1:1, pridedant ledo ir mineralinio vandens.

**CAMUS** (skait. *kamiu*). Plačiau žinomas prancūzų konjakas, kurį nuo 1863 m. pradėjo gaminti J. B. Kamju (Camus), vadovaudamasis formule „konjakas Camus būna tik aukščiausios kokybės“. Ir taip Kamju šeima šį gėrimą gamina jau pusantro šimto metų. Ypač populiarus buvo carinėje Rusijoje, Nikolajaus II dvare. Tradicijas tęsė ir sovietinė Rusija, kuri 1959 m. pasirašė importo sutartį su šia firma. Kamju konjakas buvo žinomas ir tarpukario Lietuvoje, taip pat po 1959 metų. Žinomos rūšys: „Ekstra“, „Extraordinaire“, „Grand VSOP“, „Neon“, „Jubilee“, „Joséphine“ (skirtas moterims), „Napoleon“, „XO superior“ ir kt. Dar žr. **KONJAKAS**.





**CANAPÉS** (pranc., skait. *kanape*, liet. minkštasuolis, kanapa). Sumuštiniai iš paskrudintos baltos, juodos (kvadrato, trikampio, ovalo formos) duonos riekelių su įvairiais švelniais užtepais. Pvz., kanapė olandiškai: su krienais, rūkyta lašiša, silkės filė, ikrais; pavasario kanapė: sviestas, kiaušinis, ridikėliai, svogūnų laiškai; sostinės kanapė: su sviestu, ementalio sūriu, salamio dešra.

**CANNELONI** (it.). Maži vamzdeliai iš tešlos, įdaryti malta mėsa, daržovėmis, prieskoniais. Labai svarbus vaidmuo tenka populiariems italų kulinarijos prieskoniams: raudonėliui, mairūnui, šalavijui ir kt. Iš miltų, kiaušinių, druskos, vandens užmaišoma skysta tešla. Po 2 val. keptuvėje iškepami blynai. Malta mėsa su špinatais ar kt. daržovėmis apkepama aliejuje kartu su prieskoniais. Mišinys sumaišomas su kiaušiniu, džiovėšiais, pomidorų tyre ir įdaras užtepamas ant blynų, šie susukami į vamzdelį. Prieš kepant pašlakstomi ištirpintu sviestu ir pabarstomi tarkuotu sūriu. Kepama 220 °C temperatūroje 12–15 min. Pateikiami su pikantišku pomidorų padažu arba žaliomis salotomis.

**CANTAL** (pranc., skait. *kantal*). Nuo senų laikų žinomas karvių pieno sūris, gaminamas Prancūzijos Kantalio departamente. Tikriausiai šį sūrį aprašė Plinijus Vyresnysis (*Historia Naturalis*). Sūris malonaus skonio, minkštas, elastingas. Gaminamas stambiais cilindro formos gabalais po 25–30 kg.

**CARÊME**, Marie Antoine (1784–1833). Kelių kulinarijos knygų (pvz., kulinarijos

biblija vadinamos *L'Art de la Cuisine française – Prancūzų virtuvės menas*) autorius, žymus Europos kulinaras. Buvo Napoleono II, Rusijos caro Aleksandro I dvaro virėjas. Sukūrė nemažai valgių gaminimo receptų, kurie tapo ne tik prancūzų kulinarijos puošmenomis, bet yra populiarūs ir kitose šalyse.

**CASTELLER**. Raudonasis, populiarus, solidus Italijos stalo vynas, kilęs iš Pietų Tirolio (Trentinas), gaminamas iš Sahiava, Merlot, Lambrusco vynuogių. Tai rubino spalvos, švelnaus skonio vynas.

**CASSOULET** (pranc., skait. *kasulė*). Liaudiškas patiekalas, Prancūzijoje valgomas vidurdienį. Gaminamas iš stambių baltųjų pupelių su dideliais avienos gabalais, pomidorais, svogūnais, kiaušės odomis, baltuoju išlaikytu vynu. Kai kuriose vietovėse dar dedama žąsienos. Patiekalas pamažu kepamas keptuvėje, joje ir patiekiamas.

**CATALANE**, À la (it. – kataloniškai). Priedas prie keptos mėsos, gaminamas iš ryžių, pomidorų, dažnai su troškintais baklažanų gabalais.

**CAVA**. Ispaniškas putojančio vyno rūšių pavadinimas.

**CAVIAR** (pranc.), žr. **IKRAI**.

**CELIULIOZĖ**, žr. **ANGLIAVANDENIAI**.

**CEPELINAI**, žr. **DIDŽKUKULIAI**.

**CHABLIS** (pranc., skait. *šabli*). Prancūziškos kilmės baltasis Burgundijos

vynas, gaminamas iš *Chardonnay* veislės vynuogių. Žalsvos spalvos, švelnaus kvapo, lengvo vaisių skonio. Tinka prie žuvies, baltos mėsos, sūrio. Naudojamas ir kulinarijoje, pvz., sterkas šabli padaže.

**CHALVA** (arab.). Konditerijos gaminys iš gruzdintų riešutų ar riebalingų sėklų (saulėgrąžų, sezamų) ir karamelės tešlos, išplaktos su putojančiomis medžiagomis (muilo šaknų nuoviromis). Chalvoje yra 30–35 proc. cukraus, 20–35 proc. riebalų, 15–20 proc. baltymų.

Gaminamos kelios chalvos rūšys: paprasta, su vanile, kakavos milteliais, migdolais, riešutais, cukatais, razinomis, glaiстыta šokoladu. Populiarus skanėstas Artimųjų Rytų šalyse.

### **CHAMPAGNE, žr. ŠAMPANAS.**

#### **CHAMPAGNE „BLANC de NOIRS“.**

Putojantis vynas – šampanas, gaminamas Prancūzijoje, Šampanėje, iš *Pinot Noir*, *Pinot Maunier* vynuogių. Tai šviesiai geltonos spalvos, vaisių kvapo ir skonio, aštrokas, dažnai gali priminti ir mielių skonį. Jei vynuogės išspaudžiamos ir rauginamos tuojau pat, gaunamas baltasis vynas, iš kurio galima gaminti šampaną. Geriamas pašaldytas (8–10 °C) prie paštetų, paukštienos, žuvies bei jūros gėrybių, taip pat kaip aperityvas.

#### **CHAMPIERRE CINSULT ROSÉ.**

Rožinis prancūziškas vynas, gaminamas iš rinktinių *Cinsault* veislės vynuogių. Tai rožinės, gelsvai rožinės spalvos subtilus, aromatingas, vaisių skonio gėrimas, gerai derantis prie baltos

mėsos, paukštienos, šparagų, švelnaus sūrio. Pateikiamas pašaldytas – 8–10 °C temperatūros.

### **CHAMPIGNON, žr. PIEVAGRYBIS.**

#### **CHANAHI** (arab.), žr. ČANACHAI.

**CHANTILLY** (pranc., skait. *šantiji*). 1) Plakta grietinė, sumaišyta su cukraus pudra ir vanile – priedas prie desertų; 2) šiltas padažas, gaminamas iš olandiško padažo ir plaktos grietinės; 3) šaltas padažas iš majonezo ir plaktos grietinės.

**CHAPATI** (skait. *čapati*). Prėski lietuvių storumo sklandžiai, valgomi Indijoje kaip duona. Kepami ant skardos, susukti į velenėlį pakeičia šaukštelį.

**CHARČO**. Gruziniška sriuba, verdama iš jautienos mėsos sultinio su svogūnais, česnaku, pomidorais, paskaninama prieskoniais (kalendra, gvazdikėliais, cinamonu), prieskoninėmis žolėmis (čibreliais, baziliku), citrinų sultimis, sutirštinama ryžiais. Pateikiama pabarstyta susmulkintomis petražolėmis arba kalendra. Būtinai priedas *tklapi* – iš tam tikros slyvų veislės pagamintas produktas. Iš kitokios mėsos, žuvies, paukštienos pagaminta sriuba nėra tikras gruziniškas patiekalas.

#### **CHARDONNAY** (pranc., skait. *šardone*).

Viena geriausių prancūziškų baltųjų vynuogių veislių. Auginama ir kitose šalyse: JAV, Afrikoje, Australijoje, Europoje. Iš jų gaminamas šampanas, aukštos kokybės putojantis vynas, taip pat kitos baltojo, sauso vynu rūšys.



**CHARTA VYNAS.** Baltasis, vokiškas vynas, kilęs iš Reingau apylinkių, gaminamas iš Riesling vynuogių. Tai šviesiai žalsvos spalvos, subtilaus, pikantiško kvapo, šviežių vaisių skonio. Atvėsintas 10-12 °C temperatūros gerai dera prie žuvies, jūros produktų, baltos mėsos, žuvies patiekalais, sūriu.

**CHASSELAS.** Baltasis, šveicariškas vynas, kilęs iš Waatlando, gaminamas iš Chasselas (Gutadel) vynuogių, šiaudų geltonumo spalvos, subtilaus vaisių, gėlių kvapo, sausas, stipraus skonio gėrimas. Jis, kaip ir kiti, pvz. Aigle, Saint-Saphoring vynai gerai tinka prie žuvies, jūros produktų, baltos mėsos, daržovių, šparagų, kiaušinių patiekalų.

**CHASSEUR.** À la (pranc., medžiotojiškai, skait. *šasior*). Mėsa, žvėriena, paukštiena, kiaušiniai, patiekiami su padažu, paruoštu iš keptų pievagrybių, paskanintų svogūnais (šalotėmis) su pomidorų koncentrato priedu, patroskintu su riebalais ir baltuoju vynu.

**CHÂTEAU** (skait. *šató*). Bordo vyno rūšių, kilusių iš Pietų Prancūzijos Garono ir Žirondo upių baseino apylinkių, pavadinimo dalis. Žinomos vyno markės: „Château-Chalon“, „Château d'Arlay“, „Château-Gris“, „Château Vignelaure“.

**CHATEAUBRIAND** (pranc., skait. *šatobrijan*). Dvigubo (apie 6 cm) storio bifšteksas, išpjautas iš jautienos nugarinės, truputį pamuštas ir iškeptas ant grotelių arba keptuvėje. Patiekiamas su Bearnaro padažu ir bulvėmis, lėtai ir ilgai

keptomis riebaluose ir apibarstytomis susmulkintomis petražolėmis. Patiekiamas padažinėje.

**CHERESAS** (isp. *jerez*, angl. *sherry*, pranc. *xérèz*). Aitroko skonio vynas – sausokas, desertinis (*cream*), stiprus, gelsvai rudos spalvos. Pavadinimą gavo iš Pietų Ispanijos Andalūzijos miesto Cheres de la Fronteras. Chereso gamyba paplitusi ir kituose kraštuose, pvz., Portugalijoje, Moldovoje. Ispanijoje gaminamas iš *Moscatel*, *Pedro Cximenez*, *Palomino* vynuogių pagal originalią solera technologiją. Žinomos rūšys: „Amontillado“ (sausas ir pusiau sausas, alkoholio – iki 25 proc.), „Fino“ (ilgai brandintas, alkoholio – 15–17 proc.), „Manzanilla“ (aštrokas, apie 16 proc. alkoholio), „Oloroso“ (alkoholio – 18 proc.). Iš chereso gaminami distiliatai – brendžiai. Žinomi: „Lepanto“ ir „Soberano“.

**CHERRY BRANDY** (angl., skait. *čeri brendi*). Vyšnių likeris, gaminamas iš vyšnių sulčių, spirito, su trupučiu karčiųjų migdolų aliejaus, kuris suteikia likeriu kartoką skonį ir specifinį aromatą. Vyšnių sultys suteikia likeriu gražią purpuro spalvą (papildomai nedažoma). Stiprumas – 35 proc. Žinomos likerio markės: „Cherry Heering“ (danų), „Luxardo“, „Maraschino“ (italų).

**CHESTER** (angl. *chester cheese*, skait. *česte čyz*). Fermentinis brandintas pusiau kietas karvių pieno sūris, vienas geriausių Anglijos sūrių. Žinoma 3 rūšys: 1) trumpo brendimo, gaminamas tarp

kovo ir gegužės mėn., skirtas vartoti vietoje; 2) vidutinio brendimo (apie 5 mėn.), gaminamas nuo gegužės iki birželio mėn., ruošiamas vartoti rudenį; 3) ilgo brendimo (apie 10 mėn.), gaminamas vasarą, skiriamas tolimesnei rinkai. Populiarus ne tik Anglijoje, bet ir kitose šalyse, taip pat Lietuvoje.

**CHENAS.** Raudonasis prancūzų Burgundijos (Božolė) vynas, gaminamas iš Gamay vynuogių. Tai rubino spalvos, stipraus vaisių bei pievų kvapo, švelnaus, harmoningo, rūgštoko skonio vynas. Dera prie raudonos mėsos, jautienos kepsnio, žvėrienos, sūrio.

**CHIANTI,** žr **KIANTIS**



**CHILLI** (skait. čili; *Capsicum frutescens*).

1. Tropikų prieskoninė daržovė, tos pačios šeimos kaip ir aitriosios turkiškos paprikos. Vaisiai būna iki 2 cm ilgio, labai kartūs, deginantys, nes juose yra iki 0,55 proc. kapsaicino. Subrendę vaisiai ryškiai raudoni. Kai kur dar vadinami kajano pipirais (*Cayenne*). *Chilli* populiarūs Lotynų Amerikos šalių kulinarijoje.

2. Aštrus padažas, gaminamas pramoniniu būdu, panašiai kaip kečupas. Jo sudėtinės dalys: pomidorai, smulkinti *chilli*, svogūnai, česnakai, actas, cukrus, druska. *Chilli* padažas pikantiškesnis už kečupą, patiekiamas su mėsos patiekalais arba kaip sudėtinė kitų šiltųjų ir šaltųjų padažų dalis.

**CHIPOLATA** (it., skait. *cipolata*). Priedas prie paukštienos ir jautienos patiekalų. Pagrindinės sudėtinės dalys: dešrelės, lašinių kubeliai, kaštainiai.



**CHIPS** (angl., skait. čips), traškučiai.

Plonomis riekelėmis supjaustytos žalios bulvės, padžiointos ir iškeptos panardinus į 150–180 °C temperatūros aliejų. Pateikiamos su kepta arba troškinta mėsa arba kaip užkanda prie gėrimų. Paprastai gaminamos pramonės įmonėse ir parduodamos maišeliuose.

**CHLORELĖ** (*Chlorella*). Žalėsiečių – žaliadumblių eilės, chlorelinių šeimos gentis, paplitusi visame pasaulyje. Auga vandenyje, drėgname dirvožemyje, ant uolų, medžių kamienų, kerpėse. Ląstelės rutuliškos, elipsiškos, kartais kiaušiniškos, su plona membrana. Dauginasi sporomis. Chlorelės biomasės sausoje medžiagoje yra vidutiniškai 50 proc. baltymų, 22 proc. riebalų, 12 proc. angliavandenių. Chlorelės labai sparčiai dauginasi (palankiomis sąlygomis biomasė padvigubėja per keliolika valandų). Vartojama pašarui. Tinka maistui. Perspektyvus maisto produktas būsimoms kartoms, kai gyventojų skaičius Žemėje labai padidės.



**CHOLESTEROLIS, C<sub>27</sub>H<sub>46</sub>O.** Sterolių grupės policiklinis alkoholis. Randamas visose gyvų organizmų ląstelėse. Jo itin daug smegenyse, kepenyse, tulžyje. Organizmas cholesterolio gauna su maistu (pvz., riebia mėsa, kiaušiniai), be to, jis sintetinasi kepenyse. Balti kristalai, tirpstantys riebaluose ir organiniuose tirpikliuose. Cholesterolio perteklius organizme kartu su kitais veiksniais gali sukelti kai kurias ligas, pvz., aterosklerozę, tulžies pūslės akmenligę.

**CHORIZOS** (isp.). Pikantiškos, paskanintos paprikomis dešrelės su mažais riebalų gabaliukais, gerokai parūkytos ir padžiointos, su pelėsių sluoksniu. Plačiai gaminamos Ispanijoje (Kastilijoje), valgomos kaip užkanda.



**CHOPS** (angl., skait. *čops*). Dvigubi šonkaulių gabaliukai: avienos (*mutton chops*, skait. *matn čops*), ėrienos (*lamb chops*), kiaulienos (*pork chops*), iškepti keptuvėje arba grilyje. Žinomas anglų patiekalas *chips and chops* su fritiūre (riebalų pertekliuje) keptomis bulvėmis. Dar žr. **FRTIŪRAS**.

**CHORONO PADAŽAS** (pranc. *Sauce Choron*, skait. *šaron*). Olandiškų padažų, paskanintų pomidorų drebučiais, rūšis.

Pateikiami prie žuvies arba mėsos patiekalų, pvz., laiša Chorono padaže, ungurys *à la Pompadour* ir kt.

**CHOWDER** (angl., skait. *čauder*). Anglų arba amerikiečių sriuba iš austrių, žuvies ir paukštienos. Pagardinama prieskoniais.

**CHUTNEY** (angl., skait. *katni*, hindi kilmės). Saldžiarūgštis tyrės pavidalo pagardas (užkulas), pateikiamas dažniausiai prie šaltųjų mėsos patiekalų, gaminamas iš vaisių: obuolių, bananų, datulių, apelsinų, taip pat pomidorų, pievagrybių ir kt. Obuolių tyrei tinka rūgštoki, supjaustyti, vaisiai be sėklų, kurie sudedami į riebalais išteptą indą, įpilama aliejaus, įberiami truputis kario miltelių ir iškepama krosnyje. Minkšti obuoliai sugrūdami, pasūdomi, pagardinami pipirais, garstyčiomis, muskatu, actu ir išverdama tirštoka tyrė. Tinka prie kiaulienos ir žvėrienos patiekalų.

Bananų tyė gaminama panašiai kaip obuolinė. Ja paskaninami paukštienos, žvėrienos, laukinių paukščių patiekalai. Datulių tyrei naudojamos prinokusios datulės, kurios supjaustomos gabaliukais ir ištroškinamos truputyje vandens arba baltojo vyno.

Po to pridedama smulkiai supjaustytų svogūnų, saldžiosios paprikos, vyno acto, pipirų, imbiero, sugrūdama, pasūdoma.

Pateikiama prie žvėrienos patiekalų. Prie panašių patiekalų dera ir apelsinų tyrė, kuri gaminama iš šių vaisių ir obuolių (2:1), paskaninama imbieru, apelsinų marmeladu, baltuoju vynu.

## CIKORIJA, žr. TRŪKAŽOLĖ PAPERASTOJI.

### **CINAMONAS** (*Cinnamomum verum*).

Lauramedinių šeimos medis, auginamas daugelyje tropikų ir subtropikų šalių. Kilęs iš Pietryčių Azijos. Tai nedidelis visžalis medis (krūmas) odiškais lapais. Žievė yra rūdžių spalvos ir stipraus specifinio malonaus kvapo bei salstelėjusio skonio. Jaunų šakų džiovinta žievė – cinamonas – nuo seno vertinama kaip prieskonis.

Konkuruoja dvi cinamono veislės: kininių ir Ceilono. Žievė turi daug ląstelienos, rauginių medžiagų, sakų, dervos, kalcio oksalo ir 2–3,5 proc. eterinio aliejaus. Galima vartoti gaminant kone visus patiekalus, kurie yra saldomi. Tai – vaisių sriubos, apkepai, kompotai, kisieliai, pudingai, vaisių vyniotiniai, pyragai, ypač su vaisių įdaru, kepti obuoliai, pieno gėrimai, likerai, grogai, punšai, karštas vynas. Kartais dedama į faršą, kuriuo įdaroma žąsis, kepant viščiukus, taip pat nedaug ant kumpio, į kotletus, verdant žuvį, į kavą, ant žvėrienos.

**CINANDALI.** Baltasis gruziniškas vynas, gaminamas iš *Mcvane* ir *Rkaciteli* vynuogių veislių, išaugintų Gruzijos Telavo, Kvarelis ir Achmeto rajonuose. Gamybos centras – Cinandalio miestas. Tai tipiškas vynas, gaminamas pagal klasikinę Europos technologiją: vynuogių sultys be tirščių rauginamos statinėse. Skonis švelnus, harmoningas.

**CINZANO** (it., skait. *činzano*). Žinoma vermuto vyno markė, gaminama Turine nuo 1835 m.

Dar žr. **VERMUTO VYNAS.**



**CITRINA** (*Citrus limon*). Citrinmedis, rūtinių šeimos daugiametis visžalis vaismedis. Kilusi iš Kinijos, kultivuojama Viduržemio jūros šalyse, JAV, Kinijoje, Užkaukazėje. Medžio aukštis 3–10 m. Lapai odiški, žiedai dvilyčiai, balti, vaisiai kiaušinio formos, luobelė geltona. Turi 3,5–8,1 proc. rūgščių (daugiausia citrinos rūgšties), 1,9–3 proc. cukrų, vitamino C. Daugiausia eterinių aliejų yra išoriniame luobelės sluoksnyje – cedroje. Ji vartojama šviežia ir džiovinta. Ja aromatizuojami įvairiausi patiekalai. Baltas luobelės sluoksnius, esantis po geltonu, nevartojamas, nes šildant nuo jo maistas apkarsta. Citrinų dedama į konditerijos gaminius, gaiviuosius gėrimus, likerius, degtinę. Dėl rūgštaus skonio ir malonaus kvapo citrina vartojama įvairiems valgiams paskaninti: pvz., supjaustyta skilteleimis citrina patiekama prie arbatos, kavos, konjako, tinka prie mėsos, žuvies ir kai kurių kiaušinių patiekalų. Citrinos sultimis gali būti šlakstomi mėsos patiekalai, jų dedama į įvairius padažus.

### **CITRINOS RŪGŠTIS** ( $\text{CH}_2\text{COOH}$ )<sub>2</sub> **C(OH)COOH.** Trikarboninė oksirūgštis.

Tirpsta vandenyje, etilo alkoholyje. Sudaro druskas ir esterius, vadinamus citratais. Citrinos rūgšties yra uogose,





vaisiuose, kai kurių augalų lapuose ir stiebuose. Susidaro organizmuose sklytant angliavandeniams. Gaminama iš citrinų, machorkos stiebų, medvilnės lapų, fermentuojant cukraus tirpalus, melasą. Buvo gaminama ir Lietuvoje, Panevėžio spirito kombinate. Vartojama konditerijoje, vaisvandenių gamyboje, maisto pramonėje. Organizme iš dalies palaiko rūgščių ir šarmų pusiausvyrą.

**CITRINMEDIS KARČIAVAISIS** (*Citrus aurantium*). Rūtinių šeimos daugiamečiai visžalis vaismedis. Kilęs iš Rytų Himalajų. Daugiausia auginamas Viduržemio pajūrio šalyse, Artimuosiuose Rytuose, Gruzijoje. Medis iki 10 m aukščio, lapai elipsiški. Žiedai dideli, balti, pavieniai arba susitelkę žiedynais. Vaisiai apvalūs, 5–6 cm skersmens, oranžiniai, minkštimas rūgščiai kartus, oranžinės spalvos, sultingas, su sėklomis. Iš vaisių spaudžiamos sultys, iš žiedų – eterinis aliejus, vartojamas parfumerijos pramonėje. Citrinvaisių žievė ir minkštimas vartojami marmeladams ir likeriams gaminti.

**CITRONAS** (*Citrus medica*). Rūtinių šeimos daugiamečiai visžalis vaismedis ar vaiskrūmis. Kilęs iš Indijos ar Kinijos. Daugiausia auginamas Italijoje, Graikijoje, JAV, Gruzijoje. Auga iki 10 m aukščio. Lapai panašūs į citrinos lapus, žiedai balti, dideli. Vaisiai – daugializdės uogos – stambūs (15–30 cm ilgio), ovalūs ar pailgi su labai stora citriniškai geltona ar oranžine žieve, iš kurios gaminamos cukatos. Minkštimas rūgštus, apykartis. Vartojamas gėrimų, marmelado, džemų gamyboje.

**CITRUSAI.** Citrusiniai augalai, rūtinių šeimos vaiskrūmiai ir vaismedžiai. Žinomos trys gentys: *citrus* (apelsinas, citrina, citronas, greipfrutas, klementina, mandarinas), *fortunella* (kinkanas), *poncirus* (trifoliata). Paplitę subtropinio klimato regionuose: JAV, Viduržemio jūros šalyse, Japonijoje, Brazilijoje, Kaukaze, Pietų Afrikoje, Kinijoje. Vaisiai turtingi vitaminų, rūgščių, aromatinių medžiagų. Ukinę reikšmę turi apelsinai, citrinos, greipfrutai, mandariniai, vartojami maisto pramonėje, parfumerijoje, valgomi žali, konservuoti. Iš jų spaudžiamos sultys, gaminamos cukatos, aliejai, likerai, kiti alkoholiniai gėrimai, vartojami kulinarijoje.

**CIULENT.** Žydų kulinarijos patiekalas, gaminamas iš stambių miežinių kruopų, pupelių, riebios jautienos gabaliukų, svogūnų, su atitinkamu kiekiu sultinio ir prieskonių (druska, pipirai, paprikos). Patiekalas ilgai kepamas keptuvėje iki sutirštėjimo ir patiekiamas pašildytoje lėkštėje. Pavadinimo etimologija nėra tiksliai nustatyta. Žydai šį patiekalą valgo šeštadienį, o gamina išvakarėse ir laiko šiltą iki valgymo.

**CYMES** (jid. – desertas, užkanda, skait. *cimes*). Žydiškas patiekalas, saldus pudingas, dažnai – priedas prie paukštienos arba kitų mėsos patiekalų. Pagrindiniai produktai: morkos, medus, vištų taukai, džiovintos slyvos, kartais ir bulvės.

**CLASSICO.** Itališkų vynu, kurie gaminami vynuogių auginimo vietoje, pavadinimas (pvz., *Chianti classico*).

**COCA-COLA**, žr. **PEPSI-COLA**.

**COCK-A-LEEKIE-SOUP** (angl.). Škotiška sriuba, gaminama iš vištienos, porų, džiovintų slyvų, druskos, pipirų.

**COCKTAIL** (angl.), žr. **KOKTEILIS**.

**COCHITO AL HORNO**. Populiarus meksikiečių patiekalas iš kiaulienos kumpio ar mentės mėsos, kuri, supjaustyta nedideliais gabaliukais, dvi- tris valandas marinuojama prieskonių tyrėje. Jos sudėtis: pipirai, druska, gvazdikėliai, kvepiantieji pipirai, čili, citrina, actas, čiobreliai. Taip paruošta mėsa sumaunama ant iešmo ir kepama žarijų atokaitoje arba grilyje.

**COGNAC** (pranc.), žr. **KONJAKAS**.

**COINTREAU**. (pranc., skait. *kuantró*) Bespalvis karčiųjų apelsinų likeris, turintis 40 proc. alkoholio, geriamas be priedų arba su ledu. Dažnai vartojamas baro gėrimas, taip pat kepiniams aromatizuoti, saldiems patiekalams gaminti.

**COLA**. Gazuoti gėrimai, kurie, be cukraus, prieskonių ir vandens, dar turi ir kofeino.

**COLBERT SAUCE** (pranc. *Sauce Colbert*, skait. *kolbjar sous*). Pilkųjų padažų rūšis, paskaninta svogūnais, kapotomis žaliomis prieskoninėmis daržovėmis (petražolėmis, salierais ir kt.) ir citrina. Pateikiama su kiaušinių, mėsos arba žuvies patiekalais, kai padažas yra patiekalo sudedamoji dalis, pvz., kiaušinis su kolbjaru, lašiša su kolbjaru.

**CONSOMME** (pranc., skait. *konsome*).

Tirštas mėsos, žvėrienos arba žuvies sultinys (buljonas), nuskaidrintas kiaušinio baltymu ir mėsos faršu.

*Consommé double* – dvigubas (sutirštintas) sultinys. *Consommé glacé* – labai sutirštintas sultinys (atšaldant).

Pateikiamas šiltas arba šaltas su įvairiais priedais, kurie įvardyti pavadinime.

Pvz., *Consommé julienne* – su daržovių šiaudeliais; *Consommé Caroline* – su ryžiais.

**CORDIAL MEDOC** (pranc.). Rusvai raudonos spalvos taurusis likeris, gaminamas iš vyno distiliato ir trupučio Bordo vyno, kuris suteikia jam būdingą prieskonį. Aromatizuojamas kepintų slyvų ir kvapiosios našlaitės šaknų ekstraktu. Alkoholio – 35 proc.

**CORNED BEEF** (angl.). Sūdytos ir marinuotos jautienos konservai, gaminami fabrikuose. Galima valgyti šiltus ir šaltus.



**CORN FLAKES** (angl.). Kukurūzų dribsniai.

**COSIDO** (isp. – gabalas mėsos). Ispanų ir amerikiečių pusiaudienio patiekalas, gaminamas iš mėsos ir daržovių su prieskoniais.



**CÔTE.** Burgundijos (Prancūzija) dalies vynu pavadinimas. Pvz., „Côtes de Provançe“ – rausvasis Provanso apylinkėse iš *Cinsault, Granache, Syrah* ir kitokių vynuogių gaminamas vynas, „Côtes-du-Rhône“ – raudonasis vynas, išgarsinęs Roną. „Côtes du Roussillon“ – viena geriausių Pietų Prancūzijos vynu markių.

**COTNARI** (skait. *kotnari*). Desertinis rumunų vynas, kilęs iš dabartinės Moldovos apylinkių. Geltonos aukso spalvos, kvapus, saldokas, turi nemažai glicerino.

**COUPE** (pranc., skait. *kup*). Elegantiškas saldus patiekalas, patiekiamas šampano arba kitokiame taurėse. Gaminamas iš šviežių vaisių, ledų, kremo. Viskas sudedama sluoksniais, užpilama grietinele, papuošiama dekoratyviniais kepiniais.

**COURVOISIER** (pranc., skait. *kurvuazje*). Žinoma Prancūzijos konjako markė. Išpopuliarėjęs kaip Napoleono Bonaparto, o vėliau – Napoleono III mėgstamas gėrimas. Aukštos klasės konjakui specialistai naudoja šimtus vynu distiliato rūšių, pagamintų iš vynuogių, išaugintų Konjako rajone. Žinomos rūšys: „Initiale Extra“, „L'Esprit de Courvoisier“ (*Korvuazje dvasia*, tai – šio konjako „viršūnė“), „XO Imperial“.

**CRAMBAMBULI**, žr. **KRAMBAMBULIS**.

**CRÉCY**, À la (pranc., skait. *kresy*).

- 1) Patiekalas, kurio pagrindinė sudedamoji dalis yra morkos, pvz., *Potage Crécy* – morkų sriuba;
- 2) įvairių patiekalų priedas, pvz., prie

baltos keptos arba troškintos mėsos, kuriame yra įvairiai paruoštų morkų.

**CRÈME** (pranc. kremas). Daugiareikšmis žodis: 1) saldus pieno pagrindu pagamintas patiekalas, pvz., migdolų kremas; 2) priedas: *à la crème* (pagamintas su grietine); 3) *farce* (pranc. įdaras, faršas): smulkiai sumaltos mėsos kiaušinių, vyniotinių įdaras.



**CRÊPES** (pranc., skait. *krep*). Prancūziški ploni skindžiai, paskaninti grietinele, likeriu, konjaku. Bene žinomiausi: *crêpes Suzette*, ištepti citrinų sviestu, pabarstyti cukrumi, paskaninti degtine ir Kiurasao likeriu; *crêpes Johanna*, užpilti riešutų sviestu, paskaninti „Maraschino“ likeriu.

**CROMESQUIS** (pranc., skait. *kromeski*). Pašteto rūšis, pagaminta iš keptos mėsos (paukštienos, laukinių žvėrių ar paukščių), supjaustyta gabaliukais ir apipilta padažu.

**CRQUETTES** (pranc., skait. *kroket*). Pailgi arba apvalūs kukuliai: 1) iš bulvių košės, pavolioti džiovintų miltuose ir iškepti riebaluose, patiekiami kaip kitų patiekalų priedas; 2) iš ryžių, manų kruopų, su vaisiais, iškepti, paskaninti vaisių padažu (saldus patiekalas).



### **CROUSTADES** (pranc., skait. *krustad*).

1. Maži įvairių formų kepinėliai-indeliai iš prancūziškos arba kitokios tešlos.

Kepami specialiose formelėse, paskui užpildomi įvairiais įdariais. Patiekiami šalti arba šilti.

2. Šiltų patiekalų priedas, gaminamas iš kvietinės bandelės. Jos viršus nupjaunamas, išimamas minkštimas, vidus užpildomas įdaru, uždengiama viršeliu ir iškepama.

3. Krustadus galima kepti iš bulvių košės su sviestu ir žaliu kiaušinio tryniu, prieš tai masę paskaninus. Iš jos formuojami maži (mandarino dydžio) indeliai, kurie iškepami panardinus į riebalus, užpildomi įdaru (mėsos gabaliukais, lašinių kubeliais, virtais kiaušiniiais, manų koše, makaronais, ryžiais ir kt.). Taip paruošti krustadai gali būti keptos, troškintos ar virtos mėsos, įvairių patiekalų priedai.

### **CROUTONS** (pranc., skait. *kruton*), žr. **KRUTONAI**.

**CRUSTA** (*Long drink*). Lėtai geriamas baro gėrimas, patiekiamas su šiaudeliais elegantiškose plono stiklo pūstose taurėse, kurių briaunos apcukruojamos. Gaminamas iš spiritinių gėrimų su

ledu, gerai juos suplakus plakimo inde. Citrinos žievelės spiralė padabina šį gėrimą ir suteikia jam charakteringą skonį ir aromatą. Pavadinimas atspindi pagrindinius gėrimus, pvz., *Whisky-Crusta*: viskis, „Maraschino“ likeris, citrinų sultys, cukraus sirupas, vyšnios ir citrinos spiralė.

### **CSÁRDAS** (vengr., skait. *čardaš*).

Rubino raudonumo vengriškas desertinis vynas. Stiprokas, kvapnus, harmoningo charakterio.



**CUKATOS** (it. *succada*). 1) Cukrintos citrusinių kultūrų vaisių žievelės, gaminamos dažniausiai Italijoje ir eksportuojamos į daugelį šalių; 2) meliono (*Cucumis melo*) arba arbūzo (*Citrullus vulgaris*) žievelės, pakepintos cukruje. Vartojamos konditerijos pramonėje.



### **CUKINIJA** (*Cucurbita pepo*).

Moliūgų šeimos aguročių rūšis, augalas ilgais šliaužiančiais stiebais.

Vaisiai žalios spalvos, 8–20 cm ilgio, 3–5 cm skersmens. Labai populiarūs daržovė Italijoje (*zucchina*) ir Prancūzijoje (*courgette*). Galima vartoti žalią, virtą, keptą, troškintą. Iš jos kepami blynai, ji farširuojama.

### **CUKRANENDRĖ** (*Saccharum officinarum*).

Miglinių šeimos daugiametis augalas. Kilusi iš Indijos. Daugiausia auginama tropikų šalyse, Indijoje, Indonezijoje, Filipinuose, Kuboje, Brazilijoje. Stiebo aukštis – 2–6 m, skersmuo – 4–5 cm, minkštis – 15–20 proc. sacharozės. Cukranendrė, pagrindinė cukraus žaliava, teikia apie 60 proc. pasaulinės cukraus produkcijos, be to, iš jos gaminama daug spirito, romo, sirupo.

### **CUKRINIAI RUNKELIAI** (*Beta vulgaris*).

Burnotinių šeimos kultūriniai augalai. Auginami dėl šakniavaisių, kuriuose yra 14–20 proc. sacharozės. Cukriniai runkeliai – svarbi cukraus gamybos žaliava. Iš jų gaunama apie 40 proc. pasaulinės cukraus produkcijos. Lapai, šaknys, cukraus gamybos atliekos, išspaudos ir melasa yra vertingas pašaras ir žaliava (melasa – spirito, mielių, citrinos rūgšties gamyboje).

**CUKRINIMAS** (vaisių). Vaisių virimas tirštame cukraus sirupe, kad jie pasidengtų cukraus kristalais. Apdžiovinti vaisiai dar pabarstomi smulkiu cukrumi. Cukrinami obuoliai, kriaušės, abrikosai, rojauš obuoliukai, apelsinų žievelės. Taip cukrintus vaisius galima ilgai laikyti hermetiškuose induose. Vartojami tortams ir kitokiems saldiesiems patiekalams dekoruoti.



**CUKRUS.** Maisto produktas, kurį sudaro gryna sacharozė (99,7 proc.). Balta, kristalinė, saldi medžiaga, organizmo lengvai įsisavinama. Cukraus energetinė vertė – 4 kcal/g. Gaminamas fabrikuose iš cukrinių runkelių arba cukranendrių pagal sudėtingą technologiją: paprastas smulkus, rafinuotas smulkus arba gabalinis cukrus (formuotas arba retai – lietas), cukraus pudra, sirupas. Plačiai vartojamas maistui, konditerijos pramonėje, konservams, vaisvandeniams, alkoholiniams gėrimams ir kt. Pradėtas gaminti iš cukranendrių Arabijoje, Sirijoje, Egipte. Iš cukrinių runkelių pirmą kartą pagamintas 1747 m., Lietuvoje – 1931 m. Marijampolėje. Beje, vadinamuoju naminiu būdu buvo gaminamas nuo XIX a. pradžios.

### **CUMBERLAND** (angl., skait. *kembelend*).

Šaltas arba šiltas padažas, gaminamas iš juodųjų serbentų ir bruknių drebučių, sumaišius juos su raudonoju vynu, paskanintas trupučiu garstyčių, pipirų, imbiero bei trintomis citrinų ir apelsinų žievelėmis. Pateikiamas su žvėrienos ar paukštienos ir kitais patiekalais.

### **CURAÇAO** (pranc., skait. *kiurasao*).

Apelsinų likeris, gaminamas iš spirito

ir Karibų jūros šalyse augančių karčiųjų apelsinų (*curaçao*) žievelių, prieskoninių žolių ir šaknelių. Gaminamas skaidrus baltasis (*Curaçao Triple Sec*) ir žalsvai melsvasis (*Curaçao Blue*), oranžinis (*Curaçao Orange*), taip pat – sausas ir saldokas. Kilmės šalis – Olandija, dabar gaminamas daugelyje šalių. Pateikiamas prie kavos, yra daugelio baro kokteilių sudedamoji dalis. Alkoholio – 30–38 proc.

**CURAÇAO ORANGE** (pranc.). Vaisių aromato, kartokas, geltonos auksos spalvos arba raudonas apelsinų skonio likeris, gaminamas iš karčiųjų apelsinų žievelių. Alkoholio – 38 proc.



**CURRY** (angl., skait. *kari*). 1. Indiškų prieskonių mišinys, žalsvai gelsvos spalvos milteliai. Tinka indiškiems patiekalams (pvz., indiškam kalakutui), taip pat įvairiems paukštienos, mėsos, žuvies patiekalams, padažams paskaninti. Pagrindinės sudedamosios dalys: kalendra, geltonasis imbieras, dažinė ciberžolė (kurkuma), kmynai, aitriosios paprikos, kvapieji pipirai, česnakas, druska, cukrus, garstyčios. Vartotinas saikingai, nes yra ganėtinai aštrus. 2. Indiškų patiekalų pavadinimas, pvz., *Curry ragout* (skait. *ragu*) iš avienos, paukštienos, žuvies.

**ČACHOCHBILIS**. Gruzinių antrasis patiekalas, gaminamas iš avienos, jautienos, paukštienos. Mėsa supjaustoma gabalais (po 2 vienai porcijai) ir ištroškinama sultinyje su pakepintais svogūnais, pomidorais arba pomidorų pasta. Paskaninama baltuoju vynu, vyno actu arba citrinų rūgštimi, krapais, mėtomis, česnaku, šafranu, kalendra ir baltuoju padažu.

**ČANACHAI**. Kaukazo šalių (gruzinių) antrasis patiekalas, gaminamas iš avienos, svogūnų, baklažanų, paprikos, žaliųjų pupelių, bulvių griežinėlių, pomidorų, paskaninamas petražolėmis, kalendra, baziliku, raudonaisiais ir juodaisiais pipirais. Visi produktai ištroškinami su trupučiu vandens ugniai atspariuose induose ir juose pateikiami kiekvienam svečiui.



**ČEBUREKAI**. Krymo totorių nacionalinis patiekalas iš tešlos, avienos faršo, prieskonių. Iš miltų ir vandens užminkoma tirštoka tešla (kaip makaronams), iškočiojama 2 mm storio lakštais, sutepama išplaktu kiaušiniu, supjaustoma gabalais, ant jų uždedama pasūdyto, paskaninto pipirais ir svogūnais faršo ir suformuojamas pusmėnulio formos pyragėlis. Kepama riebaluose (fritiure). Pateikiami karšti.



**ČEDERIS** (angl. *cheddar*; *Cheddar* – vietovė Pietvakarių Anglijoje). Kietas, baltas, geltonas arba oranžinis angliškas karvių pieno sūris.

**ČEKŲ IR SLOVAKŲ VALGIAI.** Aromatingi, bet švelnaus skonio (austrų virtuvės įtaka). Nors vartojama įvairių prieskonių: mairūno, imbiero, kmynų, muskato, įvairių pipirų, tačiau jų dedama saikingai. Aštresni vengrų ir turkų kilmės patiekalai. Užkandžiams populiarūs sumuštiniai su sviesto mišiniais, daržovių salotos, įdaryti pomidorai, agurkai, mėsos gaminiai. Mėgstamos sriubos: daržovių, bulvių, žirnių su kiaulių ausimis, sultiniai, žuviensės. Verdamos sriubos su miltiniais priedais bei sausučiais. Sriubos valgoma nedaug – 250–350 g.

Mėsos patiekalai gaminami dažniausiai iš neriebios kiaulienos, veršienos, jautienos, vištienos, laukinių žvėrių ir paukščių mėsos. Maltos mėsos šių tautų atstovai vartoja mažai. Mėsa kepama pavoliota miltuose, kad pasidengtų plutele, troškinama su vynu arba alumi. Žinomi patiekalai: kiaulienos kepsnys, gaminamas iš rūkyto kumpio, patiekiamas su miltų kukuliais (kniedlikais) arba troškintais kopūstais; veršienos kepsnys (*Hovězí maso*) su krienų padažu; Prahos mėsininkų kiaulienos kotletas, gaminamas iš nugarinės, kumpio, svogūnų, grybų ir dešrelių; muštiniai su alumi – porcijose dydžio kiaulienos gabalai, patroškinti alaus ir juodos duonos padaže su pakepintais svogūnais, miltais, kmynais. Gausu patiekalų iš miltų, bulvių. Žinomi kniedlikai, išgarsinti J. Hašeko knygoje „Šauniojo kareivio Šveiko nuotykių“.

Nemažai patiekalų gaminama iš kiškių, stirnų, fazanų mėsos: stirnienos šnicelis, kepta elnio šlaunis vyno marinatė, šernienos kepsnys ir kt. Čekai ir slovakai vartoja daug daržovių. Prieš saldujį patiekalą patiekiami sūrio. Saldieji patiekalai dažnai patiekiami su plakta grietine. Mėgstami ledai, pyragaičiai, tortai. Geriama daug stiprios kavos, vyno, mineralinio vandens, itin mėgstamas alus. Žinomas gėrimas – prieskonių trauktinė *Becherovka*.

**ČESNAKAS** (*Allium sativum* L.).

Amarilinių šeimos daugiametis žolinis augalas plačiais linijiskais lapais ir smulkiais žiedais. Kilęs iš Pietų Azijos, iš ten išplito po visas šalis prieš 5 000 metų. Populiarus buvo senovės Graikijoje ir Romoje. Pitagoras jį vadino visų prieskonių karaliumi. Česnako svogūnas sudarytas iš 6–30 svogūnelių skiltelių, aptrauktų balsva plėvele. Česnakui aštrų skonį ir stiprų kvapą suteikia eterinis aliejus. Be to, česnake yra azotinių medžiagų, glikozido alijino, fitosterinų, metalų druskų ir B grupės vitaminų. Česnakas vartojamas kaip prieskonis rauginamiems produktams, marinatams, konservams, dešroms. Kulinarai jo deda į daugelį mėsos (ypač žvėrienos, avienos) bei daržovių pirmųjų ir antrųjų patiekalų, į šaltieną, įdarytą žuvį ir kai kuriuos padažus. Jis suteikia patiekalams aštrų, pikantišką skonį ir savitą kvapą. Kad šios savybės išliktų, susmulkinto česnako dedama į patiekalus baigiant gaminti.

**ČESNAKAS MARINUOTAS.** Nuvalytos česnako skiltelės (be plėvelės)

nuplaunamos ir sudedamos į konservų indelius. Iš acto, druskos, cukraus, gabaliuko cinamono, kvapiųjų ir karčiųjų pipirų, lauro lapų išverdamos marinatas. Atšaldytu marinatu užpilti česnakai pasterizuojami keliolika minučių.

Gruzinių kulinarijoje marinuoti česnakai naudojami kaip sudedamoji salotų dalis arba patiekiami su kitomis marinuotomis daržovėmis ir vaisiais.

### **ČESNAKŲ PADAŽAS** (pranc. *alloli*).

Majonezo padažas, į kurį gausiai dedama su druska sutrinto česnako ir išmirkytos nuspaustos bandelės. Populiarus Prancūzijoje (Provanse). Pateikiamas per pietus su kietai virtais kiaušiniiais.

**ČICHIRMA.** Gruziniška sriuba iš apkeptos vištienos. Pridėjus apkepintų svogūnų, paskaninama kiaušinių tryniais, vynu actu ir šafranu. Pateikiama su vištienos gabaliukais sriuboje. Analogiška yra armėnų sriuba – charma.

### **ČILĖS VALGIAI,**

žr. **PIETŲ AMERIKOS VALGIAI.**

**ČILĖS VYNAS.** Šalies dirvožemis, klimato sąlygos labai tinka vynuogėms auginti, itin gerai jos dera centrinėje dalyje, piečiau Santjago miesto. Nurimus politinėms audroms, vyno pramonė pradėjo sparčiai vystytis: išsiplėtė vynuogynų plotai, vynas pradėtas gaminti naudojant modernius įrenginius, progresyvią technologiją. Labai pagerėjus vyno kokybei, atsirado galimybė rimtai konkuruoti su Europos ir Amerikos vynais.

Populiariausios vynuogių rūšys: *Cabernet Sauvignon*, *Merlot*, *Pinot Noir*, *Riesling*, *Sauvignon Blanc*. *Syrah*  
Žinomos vyno markės: „Cabernet Sauvignon“, „Carmen Punto Niño Chardonnay“, „Cono Sur Carmenère“, „Escudo Rojo“, „Perot“, „Santa Rita 120 Sauvignon Blanc“, „Tormenta“, „Valdivieso Reserve Chardonnay“, „Viña Leyda Classic Merlot“. Čilės vinas pasižymi aukšta kokybe ir didėjančiu populiarumu, ypač Europos, taip pat ir Lietuvos, rinkoje.



### **ČIOBRELIŠ** (*Thymus serpyllum* L.).

Notrelinių šeimos daugiametis puskrūmis šakotu, besidriekiančiu žeme stiebu. Lapai smulkūs, pailgi, žiedai violetiniai, žydi nuo gegužės iki rugpjūčio mėn., auga smėlėtose dirvose, kalvų šlaituose, pušynuose.

Čiobrelių antžeminėje dalyje yra eterinių aliejų. Svarbiausias – timolis, deginančio skonio ir specifinio kvapo terpenas. Šviežiais ar džiovintais žalio čiobrelio lapais skaninama daugelis mėsos, ypač žvėrienos, patiekalų, dešros, sriubos, padažai, salotos, taip pat pupelių, žirnių, pupų valgiai.

Čiobrelių eterinis aliejus vartojamas farmacijos, konservų pramonėje, alkoholinių gėrimų gamyboje.





**DAIKIRIS** (angl. *daiquiri*). Aitrus greitai geriamas gėrimas, patiekiamas kaip aperityvas. Gaminamas iš baltojo romo, citrinų sulčių ir cukraus sirupo.

**DAINAVA**. Lietuviška trauktinė, gaminama iš šermukšnių, vyšnių uogų, obuolių sulčių ir portveino. Jos skonis rūgštokas, spalva oranžinė, aromatas – vaisių su išsiskiriančiu obuolių kvapu. Alkoholio – 40 proc.

**DAISY** (angl., skait. *deizi*). Lėtai geriamas baro gėrimas, patiekiamas nedidelėse stiklinėse, gaminamas iš cukraus, likerio, ledo, vaisių ir sodos vandens. Pvz., *Brandy daisy*: sumaišoma ledo, cukraus sirupo, geltono „Šartre“ likerio, degtinės, perkošiama, pridedama vaisių ir užpilama sodos vandeniu. Saldus, laikomas moterišku gėrimu. Patiekiamas su kokteilio šaukšteliu arba smeigtuku.



**DANABLU** (dan.). Vienas labiausiai žinomų daniškų fermentinių sūrių. Jo išvaizda ir skonis labai panašūs į rokforo (*Roquefort*) sūrio.

**DANIELIUS** (*Cervus dama*). Elnių šeimos žinduolis. Iš kitų tauriųjų elnių genties individų išsiskiria savitais kastuvo formos ragais. Anksčiau buvo paplitęs Pietų

Europoje. Dabar natūralus arealas apima Viduržemio jūros kraštus ir dalį Mažosios Azijos. Introdukuotas beveik visoje Europoje. Gyveno ir Lietuvoje, XVI–XVII a. išnyko, reaklimatizuotas 1976–1977 m. Kūno ilgis apie 140 cm, aukštis ties mente – 80–100 cm, kūno masė – 50–125 kg. Danieliaus mėsa malonaus skonio, rudenį gana riebi. Per rują patinų mėsa įgauna nemalonų prieskonį. Mėsa kepama, troškinama su bruknių, kaparių arba grybų padažu.

## DANŲ VALGIAI.

žr. **SKANDINAVIJOS ŠALIŲ VALGIAI.**

**DĀO**. Populiarus raudonasis arba baltasis portugaliskas vynas, gaminamas Dao slėnio apylinkėse iš vynuogių mišinio (*Alfrocheiro Preto, Barcello, Bastardo, Encruzado, Malvasia, Touriga Nacional*). Tai švelnus, daug rauginių medžiagų turintis vynas, patiekiamas prie tamsios arba baltos mėsos, žvėrienos, sūrio. Geros kokybės vyno pavadinimas – „Reserva“.

**DARJEELING** (skait. *dardžiling*). Indijos rajonas (Bengalija), garsus arbata. Čia auginama arbata yra medaus aromato ir laikoma geriausia juodąja arbata.

**DARŽOVĖS**. Žoliniai augalai, kurių įvairios dalys vartojamos maistui (šviežios, virtos, keptos, raugintos, sūdytos, marinuotos, šaldytos). Turi biologiškai aktyvių medžiagų: vitaminų, mineralų, organinių rūgščių, celiuliozės, pektino. Skatina apetitą, gerina virškinimą. Žinoma apie 250 daržovių rūšių. Jos priklauso šioms augalų šeimoms: 1) ankštinių (pupelės, pupos, žirniai), 2) burnotinių

(burokėliai, špinatai), 3) bulvinių (ankštiniai pipirai, baklažanai, bulvės, dumplainiai, pomidorai), 4) astrinių (artišokai, peletrūnai, salotos), 5) bastutinių (griežčiai, kopūstai, krienai, pipirnės, ridikai, ridikėliai, ropės), 6) amarilinių (česnakai, porai, svogūnai), 7) moliūginių (agurkai, arbūzai, melionai, moliūgai), 8) salierinių (krapai, morkos, petražolės, pastarnokai, salierai), 9) rūgtinių (rabarbarai, rūgštynės), 10) miglinių (kukurūzai). Pagal vegetacijos trukmę skirstomos į vienmetes, dvimetes ir daugiametes. Pagal naudojamas dalis – į vaisines, lapines, šakniavaisines, svogūnines. Pagal kilmę – į tropikų, vidutinio klimato ir šalto klimato daržoves. Pagal prigimtį gali būti sodų, laukų arba laukinės daržovės. Vartojamos jų šaknys (šakniagumbiai, šakniastiebiai), stiebai, lapai, žiedai, vaisiai, taip pat sėklos. Daržovės gali būti valgomos šviežios arba konservuotos. Jų esama ir labai vandeningų, labai įvairios sudėties, turtingų vitaminų, mineralinių, balastinių medžiagų (celiuliozė), pvz., kopūstai ir morkos. Jaunos daržovės yra garinamos, subrendusios, kietesnės – troškina, verdamos, kepanos. Jos vartojamos įvairiems patiekalams (sriuboms) arba kaip mėsos ir žuvies patiekalų priedas, kaip sultinių dalis.



**DAŠIS** (*Satureja hortensis* L.). Notrelinių šeimos vienmetis žolinis, apie 30 cm aukščio augalas šakotu stiebu, linijiškai

lancetiškais lapais. Žiedai smulkūs, rožiniai arba violetiniai, su raudonomis dėmelėmis. Savaiame auga Viduržemio ir Juodosios jūros šalyse. Lietuvoje auginamas darželinis dašis (*Satureja hortensis*). Dašyje yra daug eterinio aliejaus, jis suteikia augalui savotišką skonį. Lapai, švieži arba džiovinti, vartojami kaip pagardas salotoms, padažams, sūrymams, marinatams, sriuboms, kiaušinių, grybų, mėsos ir žuvies patiekalams gaminti.



**DATULĖ** (*Phoenix dactylifera*).

Finikinė palmė – arekinių šeimos aukštasis (iki 30 m), grakštus medis, turintis 40–80 labai stambių, ilgų (apie 6 m) lapų. Šios palmės savaiame neauga.

Jų sodiniai paplitę Rytų arabų šalyse, Irane ir Pakistane, auga Ispanijoje ir JAV (Kalifornija). Datulės vaisiai – gintaro raudonumo, stambios, ovalios ir rutuliškos sultingos uogos. Paprastai valgomos vytintos arba džiovintos, taip pat ir virtos, keptos, kartais su kiaušiniiais. Iš jų daroma želė, džemai, gėrimai. Sultys, išgaunamos iš kamienų, naudojamos vynui gaminti. Vaisių minkštyme yra apie 70 proc. cukrų, riebiojo aliejaus, baltymų, ląstelienos, kalio, fosforo, magnio, geležies.

**DAUPHINE**, À la (pranc., skait. *dofin*).

Priedas prie laukinių paukščių (pvz., anties) kepsnių. Gaminamas iš bulvių, yra kukulių pavidalo. Dar vadinamas *Pommes de terre dauphine*.

### **DEBRÖER LINDENBLÄTTRIGER** (vengr.).

Baltasis vengriškas vynas, malonaus aromato, švelnaus skonio, natūraliai saldus.

**DEFROSTACIJA**, defrostavimas (de + angl. *frst* – šaltis). Sušaldytų produktų (mėsos, žuvies ir kt.) atšildymas, atitirpinimas.

Mėsa atšildoma paprastai pamažu žemoje temperatūroje (nuo 0 iki +6 °C, šaldytuvuose namų sąlygomis) arba įrenginiuose (defrosteriuose) drėgnu (56–70 °C) oru. Taip atšildyta mėsa lieka vertingesnė. Šiais laikais ir namų sąlygomis galima defrostuoti produktus aukšto dažnio elektros srove, pvz., mikrobangų krosnelėje.

**DÉGLACER** (pranc.). Skysčių, kurie pilami į indą kepat ar troškinant mėsą, paukštieną ar žuvis, bendras pavadinimas. Šių skysčių (vanduo, grietinė, baltasis arba raudonasis vynas, kitokie alkoholiniai gėrimai) pilama nedaug, kad praskiestų ir parūgtintų kepsnio sultis, iš kurių gaminami padažai.

**DEGORGŽAS** (pranc. *dégorgé*).

1. Būdas pašalinti vyno mielių likučius iš rūsiuose besifermentuojančio šampano (puojančio vyno) butelių. Staigiu judesiu atkemšamas kamštis ir pašalinamos ant jo susikaupusios nuosėdos.

2. Proceso pavadinimas, kai į šaltą vandenį įmerkiamas produktas (pvz., veršio galva), kad būtų lengviau pašalinti kraują ir nešvarumus.

**DÉGRAISSER** (pranc. – pašalinti). Riebalų pašalinimo iš sultinio, padažo ir kt. proceso pavadinimas.

**DEGRÉ ALCOHOLIQUE** (pranc. – alkoholio kiekis, lygis). Alkoholio kiekis skysčio tūrio vienete.



**DEGTINĖ**. Maistinio etilo spirito mišinys su vandeniu ir skonį bei aromatą turinčiais priedais arba be jų.

Galimi priedai: kmynai, stumbražolės, kadagio uogos, slyvos, pipirai, persikai, abrikosai. Grynoji degtinė gaminama iš geros kokybės spirito ir švaraus (minkštinto) geriamojo vandens. Dar žr. **VODKA**.

**DEGUSTACIJA** (pranc. *dégustation* – ragavimas, lot. *degustare* – ragauti). Kurio nors produkto (vyno, tabako, arbatos, kavos) kokybės organoleptinis nustatymas vykstant gamybos procesui (arba pagaminto produkto) pagal išvaizdą, skonį, kvapą. Tai atlieka degustatorius arba tos srities specialistų komisija.

**DÉJEUNER** (pranc., skait. *dežione*). Pusryčiai.

**DEKSTRINAI** (lot. *dexter* – dešinysis). Krakmolo ir glikogeno skilimo tarpiniai produktai, įvairaus didumo molekulių mišinys. Kieti, tirpsta vandenyje. Gaunami iš šildomo arba veikiamo

rūgštis (arba fermentais) krakmolo. Vartojami kaip klijai, jais tiršinami kisieliai, padažai. Dekstrinų susidaro keptant duoną. Netirpus krakmolas tampa tirpus. Lengvai virškinamas.

**DEMI-DOUX** (pranc., skait. *demi dū* – pusiau saldus). Vyno, ypač šampano ir kt. putojančio vyno, rūšių vertinimas pagal cukraus kiekį gėrime. Dar žr. **ŠAMPANAS**.

**DEMI-GLACE** (pranc.). Tamsus, labai koncentruotas, su raudonuoju išlaikytu vynu (*madera*) padažas. Pateikiamas prie keptuvėje keptos mėsos. Dar vadinamas *Espagnole*.

**DEMI-SEC** (pranc. – pusiau sausas). Vyno, ypač putojančio, vertinimas pagal cukraus kiekį gėrime.



**DESERTAS** (pranc. *dessert*). Šilti arba šalti patiekalai, pateikiami pietų pabaigoje. Tai – vaisiai, saldumynai (tortai, kisieliai, kompotai, kremai, ledai) su derančiais gėrimais.

**DESERTINIS VYNAS**. Iš rinktinių vynuogių pagal specialią technologiją pagamintas vynas. Naudojamos cukringų vynuogių veislės, nepridedant spirito (*tokajus, malaga*) arba spirituojant (*cheresas*). Dar žr. **VYNAS**.

**DEŠRA**. Mėsos gaminys. Pagal apdoravimo būdą skirstoma į žalias, virtas, pusiau rūkytas, rūkytas, o pagal žaliavas – į mėsinės, kepeninės, šaltieninės, mėsos sūrius, kraujines. Gaminamos iš jautienos, kiaulienos, lašinių, rečiau avienos ir paukštienos subproduktų (kepenų, smegenų, plaučių, širdžių, mėsos atraižų, skrandžių, kraujo). Baltymų padaugėja pridėjus į dešras pieno, kiaušinių, kraujo plazmos. Skoniui pagerinti pridedama valgomosios druskos, cukraus, pipirų, muskato, svogūnų, česnakų, kalendros, o raudonai spalvai išlaikyti – silpno natrio nitrato tirpalo.

Dešroms formą suteikia ir nuo gedimo apsaugo natūralios žarnos arba dirbtiniai apvalkalai. Dešros gaminamos iš subrandintos mėsos, specialiai ją paruošus. Virtos dešros po vadinamojo nusėdimo apkepamos, verdamos ir atšaldomos. Pusiau rūkytos dešros išvirtos dar rūkomos. Virtos rūkytos dešros verdamos ir rūkomos 2 kartus. Rūkytos dešros rūkomos 3–4 paras, džiovinamos 25–30 parų. Lietuvos valstiečiai nuo seno gamino žalias ir rūkytas kiaulienos, rečiau – jautienos dešras.

**DEŠRA VIRTA**. Vandenyje išvirtų dešrų rūšis. Tai kepeninė, kraujinė, mėsinė, šaltieninė dešros ir jų rūšys.

**DEUTSCHES WEINSIEGEL** (vok., skait. *doičės vainzygel*). Vokietijos nacionalinis vyno kokybės ženklas. Vokiečių vyno *antspaudas* trijų spalvų: geltonu ženklu žymimas sausas vynas, žaliu – pusiau sausas, o raudonu – malonus desertinis, ganėtinai rūgštus vynas.

**DIABETAS** (gr. *Diabêtês*), cukraligė. Liga, kai dėl kasos hormono insulino trūkumo sutrinka angliavandenių apykaita, neįsisavinamas cukrus. Cukraligė gydoma insulinu ir kitokiais vaistais. Svarbu laikytis dietos ir nevalgyti saldaus, riebaus maisto.

**DIABETINIS VYNAS.** Tai sausas vynas, kurio viename litre negali būti daugiau nei 4 g natūralaus cukraus. Vokietijoje žymimas žaliu spaudu ir specialia etikete.

**DIANOS PADAŽAS** (pranc. *sauce Diane*). Gaminamas iš grietinės, citrinų ir sviesto. Pagardinamas pipirais.



**DIDYSIS ERŠKETAS** (*Huso huso*). Lašišinių (*Storarten*) šeimos žuvis klajūnė, pasižyminti stambiais, geriausias rūšies juodaisiais ikras. Užauga iki 9 m ilgio ir 1 400 kg svorio. Išplitusi Azovo, Juodojoje, Adrijos jūrose, Sibiro upėse. Mėsa vartojama sūdyta, rūkyta arba šviežia. Joje gausu baltymų. Iš šios žuvies kaulų gaminama labai gera želatina.

**DIDKEPSNIS.** Plonas gabalas (apie 1 cm) kiaulienos (sprandinės, nugarinės), veršienos (nugarinės), avienos (nugarinės) arba žvėrienos

(elnienos, briedienos), iškeptas prieš pat valgant. Kiaulienos, žvėrienos didkepsnis patiekiamas su pakepintais svogūnais, veršienos – užpiltas sviestu, o avienos – su trintu česnaku.

**DIDŽIASTYVAS** (angl. *digestiv*). Gėrimas, gerinantis virškinimą, patiekiamas po valgio. Tai degtinė, kartieji ir žoliniai likeriai, karčiosios trauktinės (pvz., „Trejos devynerios“).

**DIDŽKUKULIAI**, cepelinai. Lietuviškas patiekalas, gaminamas iš tarkuotų ir virtų bulvių ir įdaro. Virtos bulvės sugrūdamos, žalios tarkuotos nusunkiamos, krakmolos sudedamas į tarkius. Iš virtų ir tarkuotų bulvių formuojami pailgi kukuliai, prikemšami įvairaus įdaro: mėsos faršo, kapoto rūkyto kumpio, spirgučių, grybų, varškės. Patiekama su spirgučiais ir pakepintais svogūnais arba grietine, kartais su padažu iš spirgučių ir grietinės. Kai kur, pvz., Dzūkijoje, padažas gaminamas iš svieste pakepintų svogūnų, miltų, grybų, jų nuoviro ir pipirų.

**DIETA** (gr. *diata* – gyvenimo būdas, maistas). Tam tikras sveiko arba sergančio žmogaus maitinimosi režimas. Sveiko žmogaus organizmui reikalingi angliavandeniai, baltymai, cukrinės medžiagos, riebalai, mineralinės medžiagos ir vitaminai. Žmogaus paros maisto kaloringumas 2 500–3 500 kcal. Sergantiems žmonėms maistas parenkamas atsižvelgiant į ligų pobūdį.

**DIETETIKA.** Mokslas apie taisyklingą ir tikslingą sveiko ar sergančio žmogaus maitinimąsi.

**DIETINIS MAITINIMAS.** Maitinimas, skiriamas sergantiems vaikams arba suaugusiesiems gydyti, jų organizmui stiprinti. Kartais ligonis gali pasveikti be vaistų, vien tik tinkamai maitindamasis: taip gydomos skrandžio opos, kepenų, inkstų ligos. Dietiškai maitinama ligininėse, sanatorijose, mokyklose, kai kuriose valgyklose bei restoranuose. Be to, maisto pramonė gamina dietinius valgius, konservus, dešras. Dietinį maistą skiria gydytojai. Didelę reikšmę turi maitinimosi režimas – valgyti reikia tuo pačiu laiku. Maistas organizmui gali būti kenksmingas dėl mechaninių, cheminių, šiluminių dirgiklių bei produktų sudedamųjų dalių: baltymų, riebalų, angliavandenių. Mechaninis skrandžio arba žarnyno dirgiklis yra ląsteliena, nesumulkintas maistas. Cheminiai dirgikliai – žuvies, mėsos ir grybų ekstraktinės medžiagos, įvairūs prieskoniai, druska, rūgštys. Šiluminio dirgiklio išvengiama, kai nevartojama nei labai šiltų, nei labai šaltų patiekalų bei gėrimų. Dietos sudaromos atsižvelgiant į ligos pobūdį. Pvz., dieta skiriama liginiams, sergantiems skrandžio ir dvylikapirštės žarnos ligomis, sergantiems skrandžio kataru, sergantiems žarnyno ligomis, kepenų, tulžies takų, širdies ir kraujagyslių ligomis sergantiems liginiams, sergantiems inkstų ligomis, nutukusiems, sergantiems cukriniu diabetu, sergantiems širdies ligomis, liginiams, sergantiems tuberkuloze, mažakraujyste ir sveikiems žmonėms.



### **DILGĖLĖ DIDŽIOJI** (*Urtica dioica* L.).

Visur auganti piktžolė, gerai visų pažįstama dėl deginančių savybių, kurias sukelia skruzdžių rūgštis, esanti dilgėlės stiebus ir lapus dengiančiuose plaukeliuose. Lapuose daug vitaminų, baltymų, cukraus, krakmolo, todėl jauni dilgėlių lapai valgomi, iš jų verdama sriuba. Užkaukazėje iš jaunų lapų gaminami skanūs nacionaliniai patiekalai.

**DIMIAT.** Žalsvai gelsvos spalvos baltasis bulgariškas vynas, gaminamas iš *Dimiat* veislės vynuogių. Kvapus, rūgštokas, su aitriu prieskoniu. Šis vynas labai tinka prie žuvies patiekalų ir boulių gamybai. Alkoholio – apie 13 proc.

### **DIRVAPINTĖ AVINĖ** (*Albatrellus ovinus* Fr.).

IV kategorijos valgomasis grybas. Auga liepos ir rugsėjo mėn. spygliuočių ir mišriuose miškuose, ypač senuose eglynuose, vietomis gausiai. Vaisiakūniai 6–15 cm skersmens, kepurėlių pavidalo, pavieniai arba suaugę po kelis. Kepurėlė labai netaisyklinga, balta, gelsva arba pilkai gelsva. Kotas centrinis. Trama balta, minkšta, malonaus grybų skonio ir kvapo.

### **DISTILIACIJA** (lot. *distillatio* – nulašėjimas).

Skysčių mišinio išskaidymas dalimis juos kaitinant ir paskui garus kondensuojant. Metodas remiasi nevienoda komponentų

virimo temperatūra. Pradžioje išgaruoja žemesnės virimo temperatūros mišinio dalys. Distiliacija – pagrindinis alkoholio išskyrimo iš misos būdas, atsiradęs gilioje senovėje. Plačiai naudojamas degtinės, konjako, brendžio, viskio ir kitokių alkoholinių gėrimų gamyboje. Fraccinė distiliacija, kai iš mišinio reikia preciziškai išskirti kelis komponentus, atliekama specialiuose rektifikavimo aparatuose.

Dar žr. **REKTIFIKACIJA**.

**DISTILIATAS.** Distiliacijos proceso produktas.



**DJUVEČ.** Apkepas iš mėsos, ryžių, pomidorų, paprikų, daržovių, svogūnų, su prieskoniais ir atitinkamu kiekiu sultinio. Valgomas Balkanų šalyse.

**DOBOŠO TORTAS.** Daugiasluoksnis vengriškas tortas, kepamas iš biskvitinės tešlos, perteptas šokolado mase, padengtas karamele. XIX a. 2-ojoje pusėje Budapešte jį sukūrė konditeris J. Dobošas, kurio vardą ir pavadintas šis tortas.

**DOINA.** Markinis vyno distiliatas – moldaviškas brendis, brandintas 8–10 metų. Spalva – šviesiai gintarinė su aukso atspalviu. Originalaus skonio su vanilės prieskoniu. Alkoholio – 45 proc., cukraus – 0,7 proc.

**DOLCETTO.** 1) Raudonųjų vynuogių, auginamų Pjemonto (Italija) apylinkėse, pavadinimas; 2) vyno rūšių grupė, gaminama iš šių vynuogių (*Dolcetto d'Acqui, Dolcetto d'Alba*).

**DOLMA** (turk.). Panašus į balandėlius turkiškas patiekalas, gaminamas iš maltos avienos su ryžiais, suvyniotas į vynuogių arba kopūstų lapus ir iškeptas.

**DOSAGE** (angl., skait. *dozadž* – dozavimas). Viena iš specialių putojančio vyno gamybos operacijų. Po degorgažo, pašalinus iš butelių rūgimo proceso nuosėdas, į šampaną pilama labai švaraus cukraus ir vyno tirpalo, suteikiančio šampanui reikiamo saldumo. Pavyzdžiui, gaminant pusiau saldų šampaną, dedama mažiau cukraus negu į saldų.

**DRAŽĖ** (pranc. *dragée*). 1) Smulkūs apvalūs saldainiai; 2) vaistinės tabletės, padengtos cukrumi ar šokoladu.

**DREBUČIAI** (šaltienos padažai, vok. *Sulzsoße*, skait. *zulcsose*, pranc. *sauce chaudfroid*, skait. *šofrua*). Gaminami iš skaidrių mėsos, paukštienos arba žuvies sultinių. Jeigu sultinys pakankamai koncentruotas, kambario temperatūroje drebučiai būna šaltienos standumo. Jei reikia, galima pridėti želatinos. Vartojami šaltiesiems patiekalams užpilti. Mėsa užpilama mėsos drebučiais, paukštiena – paukštienos, žuvis – žuvies. Drebučius galima dažyti: raudonai – pomidorų tyrę, žaliai – špinatais, geltonai – kiaušinių tryniais. Drebučiai – želė, drebučių pavidalo pektino turtingas vaisių ir cukraus

koncentratas, pvz., obuolių želė. Jeigu gaminama iš vaisių, neturinčių pektino, pridedama želatinos arba agaro.



**DRIBSNIAI.** Pagal specialią technologiją pagaminti grūdų pusgaminiai, vartojami sriuboms, įvairioms košėms, saldiesiems patiekalams gaminti. Dažniausiai vartojami avižų ir kukurūzų dribsniai. Patiekalai iš jų lengvai paruošiami ir gerai virškinami bei įsisavinami.

**DRINKS** (angl. – gėrimai). Baro aplinkoje įprastas žargoninis terminas.  
Dar žr. **MIŠINIŲ GĖRIMAI.**

**DRY** (angl., skait. *drai* – sausas). Gėrimų, turinčių mažą cukraus kiekį, angliškas žymėjimas. Pvz., *London dry gin*.

**DRUSKA,** valgomoji druska, natrio chloridas (NaCl). Sūrūs bespalviai kubiniai kristalai, gerai tirpstantys bet kokios temperatūros vandenyje. Gamtoje paplitusi kaip nuosėdinė uoliena (akmens druska) ir ištirpusi jūrų, ežerų, požeminiuose vandenyse. Gaunama iš akmens druskos, ją susmulkinus ar ištirpinus vandenyje, paskui išgarinus. Druska reikalinga žmogaus ir gyvūnų gyvybei.

Vartojama greitai gendantiems maisto produktams konservuoti, kaip prieskonis. Per parą žmogus suvartoja 10–15 g druskos. Sergant kai kuriomis ligomis, pvz., inkstų, druskos vartojimas ribojamas.

**DUBARRY.** *Jeane Bécu du Barry* (1743–1793), vadintas Dubarry. Liudviko XV laikų kulinaras, pateikęs patiekalų iš žiedinių kopūstų receptų. Pvz., nuvalyti žiediniai kopūstai išverdami pasūdytame vandenyje su trupučiu muskato ir sviesto, užpilami Villerio padažu, pabarstomi džiovėšiais ir apkepinami. Arba jautienos, veršienos, kiaulienos, kepsniai patiekiami su pakepintais žiediniais kopūstais, užpiltais Madeiros padažu.

**DUBELTAS,** žr. **STULGYS.**

**DUCHESE,** À la (pranc., skait. *diušės*). Priedas prie mėsos ar paukštienos patiekalų, gaminamas iš bulvių. Dar vadinamas *Pommes de terre Duchesse*.

**DUONA.** Gaminama iš sumaltų javų. Elementarus, vertingas žmonių maisto produktas, žinomas nuo gilių senovės. Šveicarijoje kepta prieš 4000 metų, Egipte – prieš 3500 m. Šiais laikais dažniausiai kepama iš natūraliu raugu ar mielėmis iškeltos tešlos, sumaišytos iš miltų, vandens ir druskos. Kartais pridedama salyklo, kmynų, cukraus, pieno, išrūgų. Miltai dažniausiai ruginiai arba kvietiniai. Gali būti naudojami ryžiai (Kinija, Japonija), sorai (Indija), aviziniai arba miežiniai miltai (Škotija).



Lietuvoje labiausiai mėgstama ruginė duona, nors pastaruojų laikų vis daugiau vartojama kvietinės, t. y. baltos, duonos. Paprastai ruginėje ar kvietinėje duonoje yra 5–8 proc. baltymų, 40–45 proc. angliavandenių, mineralinių druskų. Vitaminų B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP yra daugiau juodoje duonoje. Jos kaloringumas šiek tiek mažesnis nei baltos.

Praėjusio šimtmečio pirmojoje pusėje kaimuose duoną kepėdavo iš ruginių miltų, užmaišytų dažniausiai ažuoliniuose duonkubiliuose, kuriuose po 1–3 dienų tešla įrūgdavo nuo praeito kepimo palikto tešlos gabaliuko. Okupacijos metais dėl grūdų stygiaus ir kaimo žmonės pirkdavo duoną miestuose. Šiais laikais duonos suvartojimas šiek tiek sumažėjo, ji kepama pramoniniu būdu kepyklose pagal sudėtingą technologiją. Pastaraisiais metais labai vertinama juoda duona, iškepta kaimo krosnyse: kepalas suformuojamas ant ližės, apibarstytos miltais, apklotos džiovintais ajerais, kopūsto ar klevo lapais.

**DUXELLES** (pranc., skait. *diuksel*).

Nuvalyti, supjaustyti ir ant mažos ugnies su riebalais ilgai troškinti pievagrybiai. Vartojamas kaip faršo ir padažų priedas. Restoranuose šio priedo pagaminama daugiau ir laikoma šaldytuvuose. Pavadintas markizo d'Uxelles (XVII a.), pirmą kartą panaudojusio šį padažą, garbei.

**DVIN.** Armėnų markinis vyno distiliatas (brendis), brandintas ilgiau nei 10 metų. Alkoholio – 50 proc. Nepaisant stiprumo, jame puikiai dera vadinamasis šviežias buketas.

**DŽEMAS** (angl. *jam*). Vaisių ar uogų (arba kartu) gaminys su cukrumi. Nuo marmeladų skiriasi tuo, kad gamybai naudojami įvairūs sveiki arba gabalais supjaustyti vaisiai, išvirti cukraus sirupe. Džemas tirštas, nes į sirupą pereina pektininės vaisių arba uogų medžiagos. Verdamas garais atviruose dviseniuose katiluose.

Džemas gaminamas pasterizuotas, nepasterizuotas ir sterilizuotas.



**DŽINAS** (angl. *gin*). Bespalvis spiritinis gėrimas su stipriu kadagių uogų skoniu bei aromatu.

Manoma, kad pradžią džinui davė Olandijoje nuo XVI a. gaminamas kadagių aromato gėrimas dženeveris (*Genever*), kuris vėliau nukeliavo į Angliją, tapo vienu populiariausių alkoholinių gėrimų (po viskio) anglosaksų šalyse. „Vilniaus degtinės“ gamyklėje iš kadagio uogų, krapų, kalendrų, apelsinų aromatinio spirito ir praskiesto rektifikuoto spirito gaminamas 45 proc. stiprumo „Vilniaus džinas“.

Vartojamas praskiestas arba gaminant baro gėrimus. Žinomos džino rūšys: „Beefeater“, „Gordon's dry Gin“, „London dry Gin“, „Old Tom Gin“, „Plymouth Gin“. Alkoholio – 40–50 proc.

**DŽIOVINIMAS.** Maisto pramonės produktų konservavimo būdas, kai iš jų pašalinama drėgmė ir užkertamas kelias gedimo procesams. Džiovinami beveik visi maisto produktai: mėsa, žuvis, duona, vaisiai, cukrus, grybai, pienas, kava, arbata, daržovės ir kt. Džiovinant gali negrįžtamai keistis džiovinamo produkto fizinės savybės: konsistencija, spalva, kvapas, gali denatūruoti baltymai, skilti vitaminai. Tai iš dalies priklauso nuo paties proceso atlikimo technikos ir technologijos. Džiovinama ore arba specialiuose įrenginiuose – džiovyklose. Moderniose sublimacinėse, purkštuvinėse, vakuuminėse, būgninėse, kamerinėse džiovyklose prarandama mažiau produktų kokybinių savybių.

**DŽIULEPAS** (angl. *julep*). Lėtai geriamas baro gėrimas, gaminamas alkoholio arba pieno pagrindu. Gaivinosios džiulep savybės priklauso nuo įdedamų džiovintų arba žalių pipirmėčių lapų. Smulkūs ledų gabaliukai sutrinami su cukrumi ir pipirmėčių lapais, pridedama alkoholinių gėrimų, cukraus, sirupo, citrinos sulčių ir užpilama selteriu arba sodos vandeniu. Pvz., *Mochito* (Kuba), viskio džiulepas.

**DŽIŪVĖSIAI.** Sudžiovinta specifiskai iškepta duona (dažniausiai balta), skirta ilgiam saugojimui arba vartojimui kulinarijoje. Susmulkintų džiūvėsių dedama į kotletų masę, sriubas, pudingus, konditerijos gaminius, jie naudojami apvoliojimui. Jeigu vartojami nemalti džiūvėsiai, pvz., kotletams, juos rekomenduojama išmirkyti virintame piene.

**ÉBOUILLANTER, ÉCHAUDER** (pranc.), nuplikymas. Veiksma, kai produktas (pvz., pomidorai) panardinamas į karštą vandenį, kad jį būtų lengviau apdoroti, pavadinimas.

**ÉCARLATE.** À la (pranc. – ryškiai raudonas, skait. *eskarlat*). Mėsos, pirmiausia jautienos liežuvio, paruošimo būdas prieš ją sūdant ar verdant. Mėsa gražią spalvą įgauna pamirkus ją silpname salietros (natrio nitrito) tirpale.

**ÉCUMER, ÉCUMAGE** (pranc., skait. *ekumė, ekumaž*), putų nugraibymas. Veiksma, kai nugraibomos putos nuo uogienių, sultinių ir kt. paviršių, pavadinimas.

**EČMIADZINAS.** Markinis baltasis vynas, gaminamas Ečmiadzino miesto (Armėnija) apylinkėse. Malonaus, šiek tiek primenančio medų ir vaisius skonio bei aromato. Stiprumas – 15–17 proc.



**EDAMAS** (oland. *Edammer kaas* – Edamo sūris; oland. *Edam* – vietovė Vakarų Olandijoje). Puskietis arba kietas, gelsvas olandiškas karvių pieno sūris, dažniausiai su raudono vaško apvalkalu. Galvos svoris – apie 2 kg. Dabar gaminamas ir kituose kraštuose, pvz., Lenkijoje. Sūrio sausos masės riebalų kiekis – 30, 40, 45 proc.

**EGLUTĖ.** Lietuvių vestuvinis kepinys (tortas), kepamas iš miltų, cukraus, sviesto, kiaušinių, vanilinio cukraus, uogienės. Iš paruoštos tešlos daromi įvairaus dydžio papločiai, kurių kraštai išpjaustomi imituojant eglės šaką. Papločiai iškepami, atšaldomi, sudedami vienas ant kito, kylant į „viršūnę“ – vis mažesni, pertepant uogiene. Viršus aptepamas baltu glaistu arba apibarstomas cukraus pudra.



**EGNOGAS** (angl. *egg-nog*, *egg-flip*). Baro gėrimas (flipas), gaminamas iš šviežių kiaušinių trynių ir pieno su spiritiniais priedais. Tai gali būti stiprieji gėrimai: degtinė, viskis, romas, džinas, vyšnių likeris arba desertinis vynas ir cukrus. Visi komponentai sumaišomi plakikliu. Prieš patiekiant užbarstoma cinamono arba muskato miltelių. Geriamas per šiaudelį šaltas arba šiltas. Pavyzdys – degtinės egnogas: degtinė, kiaušinis, pienas, cukrus, vanilinis cukrus.

**EGRI BIKAVÉR** (vengr. – jaučio kraujas). Raudonasis vengriškas vynas, gaminamas iš *Kadarka*, *Cabernet*, *Gamay* vynuogių, išaugintų Egerio miesto apylinkėse. Pasižymi puikiu bukietu ir koncentruota spalva (*Erlauer Stierblut* variantas).

**EINIAI** (*Otides*). Stambūs, į kalakutus panašūs paukščiai. Paplitę Afrikoje, Azijoje ir Europoje. Kūnas masyvus, kaklas storas, ilgas, kojos stiprios. Gerai bėgioja. Gyvena atviraime biotope (dykumose, stepėse, laukuose). Deda 2–5 margus kiaušinius, peri ant žemės. Medžiojami. Į Lietuvą kartais atklysta 2 rūšys: didysis (*Otis tarda*; kūno ilgis – 100 cm, masė – iki 16 kg) ir mažasis (*Otis tetrix*; kūno ilgis – apie 50 cm, masė – apie 1 kg). Mėsa valgoma.

**EILIS** (angl. *ale*). Stiprus, šviesus, ryškaus apynių prieskonio angliškas alus. Jis gaminamas kelių rūšių: pvz., *pale ale* – misa tirštesnė, kartesnio skonio, *mild ale* – skystesnė misa, truputį tamsesnis.



**EKLERAS** (pranc. *éclair* – blizgesys). Populiarūs pailgos formos, 10 × 4 cm dydžio pyragaičiai iš plikytos tešlos. Dažniausiai pripildyti saldaus kremo (iš plaktos grietinėlės) ir aplieti šokoladu ar kitokia glazūra. Tai – „patogūs“ desertiniai patiekalai, kuriuos galima ilgiau išlaikyti.

**EKSTRAKTAS** (lot. *extractum* – ištrauka). Tirpalas, gaunamas ekstrakcijos būdu. Farmacinis produktas, gaunamas iš vaistinių augalų, rečiau – iš kai kurių

gyvulių audinių ir organų. Maistinis ekstraktas – tirpalas, gautas iš žaliavų, kurios gamyboje sutirštinamos arba išdžiovinamos. Pvz., skysta vanilė arba kavos pupelės paverčiamos milteliais. Kitais atvejais tai daroma, kad būtų patogiau eksportuoti.

**ELIKSYRAS.** 1) Mistingis gėrimas, galintis pailginti žmogaus gyvenimą (gyvybės eliksyras), kurio ieškojo alchemikai; 2) stiprus uogų, vaisių ekstraktas, vartojamas kulinarijoje bei konditerijoje, aromatizuojantis, nuspalvinantis, pagerinantis gaminio skonį. Gali būti rožių arba migdolų eliksyras. Produktas naudojamas medicinoje ir gaminant kosmetiką. Prancūzijoje eliksyru vadinamos uogų ir vaisių trauktinės.

**ELNIAI** (*Cervidae*). Atrajotojų pobūrio žinduolių šeima. 8 pošeimiai. Paplitę Europoje, Šiaurės Afrikoje, Šiaurės ir Pietų Amerikoje, Australijoje. Stambiausias yra briedis (ūgis – apie 200 cm, masė – iki 540 kg), mažiausias – pudu (ūgis – apie 35 cm, masė – 7–10 kg). Elniai gyvena miškuose, miškastėpėse, kalnuose, tundroje. Medžiojami mėšai ir kailiams. Iš dėmėtojo elnio, iziubrio jaunų ragų gaminamas vaistas pantokrinas. Lietuvoje gyvena 5 elnių rūšys: briedžiai, danieliai, dėmėtieji elniai, stirnos, taurieji elniai.

**ELNIAS**, žr. **TAURUSIS ELNIAS**.

**ELNIENA.** Briedžių, elnių, danielių ir šiaurės elnių lengvai virškinama, neriebi, turtinga baltymų mėsa. Iš nugarinės, kumpių (šlaunų) ir menčių gaminami skanūs kepsniai. Kita mėsa vartojama

troškiniams. Vienas patiekalų – elnio kumpis grietinės padaže (marinuotas, lašinių prismaigstytas keptas elnio kumpis). Priedai – grybai, raudonieji kopūstai. Kiti patiekalai: lenkiška elnio nugarinė (marinuota, su grietine ir pankolio (*Foeniculum vulgare*) padažu); troškinta elnio nugarinė (Priedai: rauginti kopūstai su keptais baravykais); troškinta briediena su obuoliais, troškinti briedienos gabalai su morkomis, obuoliais, pomidorų tyre, prieskoniais.



**EMENTALIS** (pranc. *emmental*; *Emmental* – vietovė Centrinėje Šveicarijoje). Kietas, gelsvas šveicariškas karvių pieno sūris su didelėmis skylutėmis. Pradėtas gaminti Berno kantono apylinkėse, Emos upės slėnyje, vėliau išplitęs ir kitose šalyse, pvz., Prancūzijoje, Lenkijoje. Tai švelnaus skonio sūris, brandinamas 10–12 mėn. Akys, kiaurymės sūrio masėje, apvalios arba ovalo formos. Produktas formuojamas diskais, kurių diametras – 70–100 cm, aukštis – 10–15 cm. Šveicarai jį vadina sūrio karaliumi. Analogiškas sūris gaminamas ir Lietuvoje, vadinamas *žementaliu*.

**EMULSIJA** (lot. *emulgare* – melžti). Skystis, kuriame yra mikroskopiniais lašeliais pakibusio (suspensuoto) kito skysčio. Viena pirmųjų ištirtų emulsijų –

pienas. Šiuolaikinėje kulinarijoje maisto produktų-emulsijų yra nemažai, pvz., majonezas, olandiškas padažas ir kt.

**ENTREMETS SUCRES** (pranc., skait. *antreme siukre*). Prancūziškas saldžių patiekalų pavadinimas.

**ENZIMAI** (gr. *en* – vietoje + *zyme* – raugas), žr. **FERMENTAI**.

**EREVANAS**. Markinis vyno distiliatas (brendis), kurio stiprumas 57 proc. Nors tai pats stipriausias armėniškas gėrimas, jis pasižymi švelniu aromatu ir maloniu šviežumu.

**ERGOSTEROLIS**. Sterolių grupės alkoholis, esantis grybuose, mielėse, skalsėse. Veikiamas ultravioletinių spindulių organizme jis virsta vitaminu D<sub>2</sub>.



**ĖRIUKŲ MĖSA**. Ėriena, jaunų ėriukų skerdena. Ji pasižymi ypatingu švelnumu. Iš nugarinės ir šlaunelių gaminami delikatesiniai, dažniausiai kepti patiekalai, pvz., ėriuko nugarinė su svogūnų tyre (*à la gastronomie*), ėriuko nugarinė su pavasario daržovėmis (*à la printanière*, skait. *prentanjer*), ėriuko šlaunis su kadagio uogomis (*liegeoise*, skait. *lyezoaz*),

ėriuko kotletai su svogūnų tyre (*soubise*, skait. *subyz*). Iš mažų gabaliukų gaminamų patiekalų galima būtų paminėti ėrienos kotletus, ragu, guliašą, plovą.

**ERLAUER STIERBLUT** (vengr.). Raudonasis vengriškas vynas, gaminamas iš *Kadarka*, *Merlot* vynuogių. Kilmė – Egerio apylinkės. Tamsios rubino spalvos, stiprus, aromatingas.

**ERMITAGE** (pranc.). Šveicarijoje (*Valais* regione) iš *Marsanne* vynuogių gaminamas baltasis, dažniausiai sausas vynas. Rinktinis, koncentruotas, sunkokas.

**ERŠKETINĖS ŽUVYS** (*Acipenseridae*). Eršketinių būrio šeima, 4 gentys: eršketiniai (*Acipenser*), didieji eršketai (*Huso*), Amerikos menčianosiai, Azijos menčianosiai. Nykstančios žuvys, gyvena 50–100 ir daugiau metų. Paplitusios Šiaurės ašgalyje (daugiausia Kaspijos, Juodosios jūros baseinuose ir Sibiro upėse). Kai kurios, pvz., didysis eršketas, užauga iki 1–1,5 t masės ir 9 m ilgio, kūną dengia 5 išilginės kaulinių plokštelių eilės. Vidaus skeletas kremzlinis. Burna apatinė, jos priekyje ūseliai. Vidaus organai primityvūs. Lytiškai subręsta vėlai: didysis eršketas per 12–18, sterlė (mažiausia iš eršketinių) – per 3–4 metus. Vienos (pvz., sterlė, žvaigždėtasis eršketas) minta bentosu, kitos (didysis eršketas, kaluga) – plėšrios. Vertingiausias rūšys: didysis eršketas, žvaigždėtasis eršketas, sterlė. Kuršių marių šiaurinėje dalyje retkarčiais sugaunamas Baltijos eršketas (*Acipenser sturio*). Kūno ilgis iki 2 m, masė iki 200 kg.

Erškėtinės žuvis neršia upėse. Erškėtinių žuvų mėsa yra skani, ypač vertinami ikrai (juodieji). Dar žr. **STERLĖ**.



**ERŠKĖTIS** (*Rosa*). Erškėtinių šeimos vasaržalių, rečiau visžalių krūmų ir medžių gentis. Paplitęs daugiausia Šiaurės pusrutulio vidutinio ir subtropinio klimato juostose. Lietuvoje auga 9 rūšys. Stiebas stačias, lapai plunksniški. Žiedai taisyklingi, dvilyčiai, balti, rožiniai, raudoni, geltoni. Vaisius – netikros uogos, kuriose yra daug vitamino C. Pvz., miškinis erškėčio (*Rosa majalis*) vaisiuose yra 4–6 proc. askorbo rūgšties, daug karotino ir vitaminų B<sub>2</sub>, P, K. Be to, turi cukraus, pektinų, citrinos, obuolių rūgšties, rauginių ir kitokių medžiagų. Vaisiai vartojami džiovinti, iš jų daroma arbata, sirupas, uogienės, kisieliai, kompotai, vitaminizuotas maistas. Vartojami ir žiedų vainiklapiai. Jais galima aromatizuoti vyną, likerį, užpiltines, arbatą, baro gėrimus, maistą bei prieskonius. Auginamos ir kultūrinės erškėčio atmainos.

**ESENCIJA** (lot. *essentia* – esmė).

1) Distiliacijos būdu iš augalų gaunami lakūs aliejai; 2) stiprus tirpalas, ištrauka (ekstraktas), kurią prieš vartojant reikia

praskiesti vandeniu (pvz., acto esencija, mėsos, grybų sultinys).

**ESKALOPAS** (pranc. *escalopes*, skait. *eskalop*). Veršio, kiaulės, stirmos ar elnio nugarinės gabaliukas, truputį pamuštas, iškeptas riebaluose ir patiektas su atitinkamais priedais. Tarptautinis delikatesas – *escalope de veau cordon bleu* (veršienos šnicelis, įdarytas kumpiu, pavoliotas džiovusių miltuose ir iškeptas tarp dviejų sūrio riekelių). Dar žr. **ŠNICELIS**.

**ESKORIALAS** (*Eskorial*). Vokiškas žolių likeris. Gaminamas geltonos ir žalios spalvų, vartojamas baro mišiniams, kokteiliams paskaninti.

**ESPAGNOLE** (pranc., skait. *espanjol*).

1. Tamsus padažas, gaminamas iš tiršto kaulų sultinio ir paskrudintų miltų. Yra daugelio kitų padažų gamybos pagrindas, pvz., *demi glace*.
2. Ispaniškas įvairių valgių iš kiaušinių, žuvis, paukštienos ar kitokios mėsos paruošimo būdas.



**ESPRESSO** (it.). Kavos Italijoje, Vengrijoje ir kitur pavadinimas. Gaminama aparatais, ekstrahuojant beveik verdančiu vandeniu nestambiai maltas kavos pupeles.



### **ESTRAGONAS, žr. PELETRŪNAS.**

**ESTŲ VALGIAI.** Labai panašūs į lietuvių ir lietuvių, tačiau yra dar švelnesnio skonio ir riebesni. Daugiau valgių gaminama iš žuvies. Sriubos, antrieji patiekalai, garnyrai verdami iš miežinių arba perlinių kruopų.

Daug gaminama iš subproduktų, pvz., kiaulių kojų, kepenų. Būdingesni patiekalai: salotos iš kilklių – smulkintos kilkės su kietai virtu kiaušiniu ir svogūnais; rauginto ir šviežio pieno sriuba; sriuba su alumi, gaminama iš išplaktų su cukrumi kiaušinių, alaus, pieno, bandelės kubelių; kiaulių kojos su žirniais; *mulgi-kapsadas* – kiaušienos gabalai sudedami sluoksniais su raugintais kopūstais, kruopomis, svogūnais ir išverdami vandenyje. Estai geria daug kavos, arbatos, alaus, vyno, mineralinio vandens. Žinoma degtinė „Virus Valge“, likeriai „Gabriel“ ir „Vana Tallinn“, neblogas estų džinas.

**ESZENCIA** (vengr., skait. *esencija*).

Aukščiausios kokybės tokajų (*Tokaji*) grupės (panašūs į likerinį) vynas,

gaminamas iš rankomis skintų ir džiovintų *Furmint*, *Hárslevelü* veislių vynuogių (razinų) koncentruotų sulčių. Vynas turi 200–400 g/l cukraus, apie 10 proc. alkoholio.

Tai gintaro spalvos, sudėtingo skonio ir aromato vynas.

Geriausias ir brangiausias vengrų vynas.

Dar žr. **TOKAJUS.**



### **EŠERYS** (*Perca fluviatilis*).

Ešerinių šeimos žuvis. Aptinkamas Europoje (išskyrus Ispaniją, Italiją, Šiaurės Skandinaviją), Juodosios, Kaspijos, Aralo jūros baseinuose, Sibire ir Kolymos upėse, Šiaurės Amerikoje.

Dažniausiai 15–28 cm ilgio, masė – 70–500 g, rečiau – 35–50 cm ilgio, iki 2,5 kg masės.

Gyvena geluose vandenyse.

Labiausiai paplitusi žuvis Lietuvoje.

Mėsa skani, riebi. Labai tinka žuvienei virti. Mažesni ešeriai paprastai kepami.

**ETAMINA** (pranc. – plona; *étamine* – sietelis). Praleidžianti skysčius medvilninė arba kitokios medžiagos servetėlė, skirta padažams ir skysčiams košti.

### **ETANOLIS, žr. ALKOHOLIS.**

**ETERINIAI ALIEJAI.** Lakūs organinių junginių mišiniai, išsiskiriantys iš augalų

ir suteikiantys jiems kvapą. Svarbiausi komponentai – terpenoidai – bespalviai, geltoni, žalsvi ir rausvi skysčiai. Kaupiasi įvairiose augalo dalyse. Eterinių aliejų yra daugelyje augalų, bet pramonėje naudojama tik keli šimtai. Kmyną, krapų, česnako, citrusinių kultūrų eteriniai aliejai suteikia maisto pramonės gaminiams gerą kvapą ir skonį.

**ETERINIŲ ALIEJŲ AUGALAI.** Augalai, turintys eterinių aliejų, paplitę visose klimato juostose.

Svarbiausi eterinių aliejų augalai: anyžinė ožiažolė, blakinė kalendra, citrusiniai augalai, damaskinis erškėtis, gvazdikmedis, kamparmedis, kvapusis rozmarinas, kvapusis šalavijas, pankolis, rožinė ir kvapioji pelargonija, tikroji levanda, vaistinis santalas.

Eteriniai aliejai kaupiasi visame augale (česnakas) arba kai kuriose jo dalyse: žieduose (rožės), vaisiuose (kmynai), lapuose (pipirmėtės), šakniastiebiuose (ajerai), žievėje (cinamonas).

Lietuvoje auga ir auginami ajerai, bazilikai, čiobreliai, kalendros, kmynai, mairūnai, melisos, petražolės, pipirmėtės, raudonėliai, rūtos, salierai, šventagaršvės, vaistiniai šalavijai.

Eteriniai aliejai vartojami medicinoje, maisto pramonėje, kulinarijoje.

**ÉTOUFFÉE.** À la (pranc., skait. *etufe*).

Troškinimas, produktų terminis paruošimas su riebalais ir nedideliu kiekiu skysčio.

**ÉTUVÉE** À la (pranc., skait. *etiuve*), žr. **ÉTOUFFÉE**.

**FARŠAS** (pranc. *farce*). Įdaras, kamšalas, smulkiai kapota, malta mėsa (kartais ir kas kita, pvz., grybai) kotletams ir kitiems valgiams gaminti, prikimšti (įdaryti).

**FAZANAI** (*Phasianidae*). Vištinųjų paukščių būrio šeima. Žinomos 174 rūšys. Paplitę visur (išskyrus poliarines sritis), ypač tropinėje ir subtropinėje juostose. Masė – nuo 100 g iki 4 kg. Gyvena miškuose, laukuose, stepėse, kalnuose. Dauguma rūšių medžiojamos, kai kurios veisiamos nelaisvėje. Europoje dažnas paprastasis fazanas (*Phasianus colchicus*). Uodega ilga. Patinai ryškių spalvų, patelės margai pilkos. Sėslūs. Dedą 8–12 kiaušinių. Minta sėklomis, grūdais. Šiai paukščių šeimai priskiriamos kurapkos ir putpelės. Lietuvoje auginamos 2 fazanų rūšys: paprastasis (auksinis, *Chrysolophus pictus*) ir kaukazietiškas. Lietuvoje veisiami, tačiau dėl plėšrūnų ir šaltų žiemų, nepapildant nelaisvėje išaugintais paukščiais, po kelerių metų populiacija išnyksta. Vertinamas dėl skanios mėsos ir kaip egzotiškas medžioklės objektas. Fazano krūtinėlės kepsnys priskiriamas prie rinktinių delikatesų. Nepakartojamai skani fazanų sriuba.

**FERMIÈRE.** À la (pranc. – fermeriškai).

Priedas prie keptos jautienos arba avienos patiekalų, gaminamas iš smulkiai supjaustytų ir patroškintų morkų, salierų ir svogūnų.

**FERMENTACIJA** (lot. *fermentare* – sukelti rūgimą). Biocheminis anaerobinis procesas, kai enzymų arba mikroorganizmų veikiami suskyla cukrūs arba kitokios medžiagos. Dažniausiai



praktikuojamas alkoholio, duonos, tabako, arbatos, pieno fermentavimas (rauginimas).

**FERMENTAI** (lot. *fermentum* – raugas).

Enzimai, baltyminiai biologiniai katalizatoriai, reguliuojantys organizmų medžiagų apykaitos reakcijas. Jų žinoma apie 1 500. Daugelis bespalviai, kai kurie geltoni, žali, mėlyni, rudi arba raudoni. Dauguma tirpsta vandenyje arba praskiestuose druskų tirpaluose. Pagal katalizuojamas reakcijas skiriamos šios fermentų klasės: oksidoreduktazės, transferazės, hidrolazės, liazės, izomerazės ir ligazės. Vartojami maisto produktams gerinti, alui, vynui, spiritui gaminti, duonai kepti. Daug jų suvartoja kailių, odų, linų, tekstilės fermentacijos pramonė.



**FETA** (graik.). Minkštas, baltas, sūdytas, gūdėtos struktūros graikiškas avių, ožkų ar karvių pieno sūris. Dar gaminamas Prancūzijoje, JAV, Australijoje, Lietuvoje.

**FETESKA** (*Feteasca*). Rūšinis baltasis vynas, gaminamas Moldovoje, Rumunijoje ir kitur iš *Fetesca* rūšies vynuogių. Pasižymi maloniu, švelniu ir lengvu skoniu, laukinių gėlių bukietu. Šviesiai gelsvos šiaudų spalvos. Alkoholio – 9–14 proc.

**FETTUCCINE** (it.). Pateikalas iš skrylių su mėsos padažu, pomidorais ir sūriu.



**FIGA**. Skiautėlapio fikuso (*Ficus carica* L.), dar vadinamo figmedžiu, vaisius. Šis 3–5 cm subrendęs vaisius yra sultingas, raudonas, violetinis arba geltonas, saldus. Figos valgomos šviežios arba džiovintos. Vaisiai yra minkšti ir ilgai neišilaiko. Šviežiose figose yra 12–23 proc. cukraus, pektininių medžiagų, daug B grupės vitaminų. Džiovintose būna iki 65 proc. angliavandenių, apie 3 proc. baltymų, vitaminų, kalcio, fosforo, magnio, geležies. Iš figų verdamos uogienės, kompotai.

**FILÈ MIGNON** (pranc., skait. *filè minjon*). Maži kepsniai (1 porcijai 2 gabaliukai) iš jautienos nugarinės, iškepti keptuvėje arba ant grotelių. Pateikiami su keptomis bulvėmis (*fri*), daržovėmis. Ant kepsnio uždedami gabaliukai sviesto su petražolių lapeliais.

**FILÈ RŪTA**. Įdarytas jautienos vyniotinis. Jautienos išpjovos gabalai išmušami, į vidų pridedama įdaro, suvyniojama ir iškepama. Įdaras – supjaustyti lašiniai, virti džiovinti grybai ir pakepinti svogūnai. Viskas sumaišoma, pridedama

pipirų ir su druska trinto česnako. Pateikiama su bulvių šiaudeliais ar virtomis bulvėmis.

**FILET** (pranc., skait. *filè*). 1) Aukščiausia mėsos rūšis – veršienos, jautienos, kiaulienos ar žvėrienos skerdenos nugaros vidurinė dalis, nugarinė; 2) žuvis, iš kurios išimti kaulai ir nulupta oda. Taip žuvis paruošiama įvairiems patiekalams gaminti.

**FINES HERBES** (pranc., skait. *finzerb*). Smulkiai supjaustyti žalių prieskoninių daržovių mišinys (petražolių, peletrūno lapelių, svogūnų laiškų, bulio ir kt.), labai populiarus prancūzų kulinarijoje. Juo paskaninami padažai, omletai, kepsniai. Mišinių sudėtis parenkama pagal patiekalus.

**FINLANDIA**. Suomiška degtinė, pradėta gaminti 1880 m. Tai – Skandinavijos šalių degtinės etalonas. Gaminama iš miežių grūdų, naudojant šaltinio vandenį. Po daugelio valymo ir filtravimo procesų pagamintas produktas pasižymi aukšta kokybe. Būna gryna ir su priedais – spanguolių, juodųjų serbentų, citrinų skonio. Alkoholio – 40 proc.

**FINO**. Ilgai brandinto, Ispanijoje gaminamo chereso vyno grupė. Tai – šviesiai gelsvos šiaudų spalvos, švelnaus migdolų skonio, turintis 15–17 proc. alkoholio vynas. Pvz., „Elegant Fino“ – klasikinis sausas cheresas. Dar žr. **ISPANIJOS VYNAS**.

**FITONCIDAI** (gr. *phyton* – augalas, lot. *caedo* – žudau). Lakios arba pusiau

lakios substancijos, esančios svogūnuose, česnakuose, krienuose, saugančios augalus nuo parazitų, kenkėjų, žolėdžių gyvūnų, bakterijų. Daug fitoncidų yra vėdryninių, kryžmažiedžių, bulvinių, erškėtinių šeimų augaluose. Nemažai jų sintetina ažuolai, alksniai, tuopos, spygliuočiai. Kai kurie turi gydomųjų savybių, pvz., česnakas.

**FIZA** (angl. *fizz* – šnypšti, putoti). Baro gėrimas, gaminamas sumaišant ledo gabaliukus, citrinos sultis, cukraus sirupą ir nedidelį kiekį alkoholinių gėrimų. Išpilstomas į aukštus stiklus, atskiedžiamas sodos vandeniu. Geriamas per šiaudelį.

**FIŽONAS** (port. *feijao* – pupelės). Braziliškas patiekalas, gaminamas iš pupelių.

**FLAGEOLET** (pranc., skait. *flazole*). Prancūziškas mažų, žalsvų pupelių, panašių į žirnius, pavadinimas. Prekiaujama dažniausiai konservuotomis.

**FLAMBER** (pranc. – liepsnoti, degti). Gaminimo procedūra, kai patiekalai apšlakstomi konjaku arba romu ir uždegami. Tai – baigiamoji patiekalų gamybos ir patiekimo stadija. Restoranuose tai daro kelneris svečio akivaizdoje. Kelneris turi būti pakankamai kvalifikuotas. Šis procesas dažniausiai taikomas mėsos patiekalams, keptiems keptuvėje arba ant grotelių, taip pat omletams. Jo pavadinimas atkeliavo į Austriją, Vokietiją (*flambieren*), anglosaksų šalis

(*flambe cooking*). Anglijoje kai kurių viešbučių restoranuose taip gaminama daug patiekalų.

**FLAMRI** (pranc.). Šaltas saldus patiekalas.

**FLEKAI** (lenk. *flaki*), žarnokai.

Patiekalas iš atrajojančių gyvulių (galvijų, veršių, avių), kartais kiaulių skrandžių. Žinomas Lenkijoje nuo senų laikų. Jį mėgo karalius Vladislovas Jogaila. Analogiškas valgis populiarus ir kituose kraštuose: Prancūzijoje, Portugalijoje. Anksčiau buvo žinomas ir Lietuvoje (Suvalkijoje).

**FLEURONS** (pranc., skait. *fleron*).

Kepinėliai iš prancūziškos sluoksnuotos tešlos – priedai prie sriubų arba mėsos ir žuvies patiekalų.

**FLIPAS**. Baro gėrimas, gaminamas sumaišant ledo gabaliukus, cukrų ir alkoholį su šviežiais kiaušiniaiis. Pilamas į plačias taures, įberiama muskato miltelių. Pavyzdžiui, degtinės flipas: degtinė, kiaušinis, apelsinų sultys, cukraus sirupas sumaišomi su ledais ir įberiama muskato miltelių.

**FLORENTINE**, À la (pranc. – florentietiška). Priedas prie žuvies arba kiaušinių patiekalų, gaminamas iš špinatų (košė arba troškinti lapai). Dažniausiai patiekalai prieš kepimą padengiami špinatų sluoksniu, pabarstomi susmulkintu kietu sūriu, taip pat sviesto gabaliukais.

**FLUORAS** (lot. *Fluorum*, F). Cheminis elementas, halogenas, chemiškai

aktyviausias iš visų elementų. Kambario temperatūroje lengvai reaguoja beveik su visais metalais ir nemetalais, net su kai kuriomis inertinėmis dujomis. Fluoro yra augalų ir gyvūnų organizmuose.

Pvz., sausumos gyvūnų ir žmogaus kauluose yra 0,01–0,055 proc. fluoro. Dar daugiau – jūrų gyvūnų kauluose. Dėl fluoro pertekliaus geriamajame vandenyje gyvūnai ir žmonės gali susirgti fluoroze, o dėl trūkumo – dantų ėduonių, todėl daugelyje dantų pastų yra fluoro.

**FOND** (pranc., skait. *fon*). 1) Sulčių, kurios išsiskiria iš mėsos ją kepant, pavadinimas; 2) sultinys, gaminamas iš veršienos arba paukštienos atliekų, verdant jas su daržovėmis, vartojamas padažams gaminti; 3) sultinys iš raguočių kaulų ir mėsos, verdant juos su daržovėmis ir išgarinant iki sriubos tirštumo. Vartojamas mėsai užpilti. Pamažu verdant toliau, lieka koncentratas, iš kurio gaminami šaltieji padažai, pvz., *espagnole*.



**FONDUE** (pranc., skait. *fondiu* – išlydytas). Šveicarų kilmės patiekalas, gaminamas iš kieto sūrio, baltojo vyno ir tam tikros bespalvės vyšnių degtinės (*kirsch*) ant spiritinės lemputės variniame indelyje.

Kai masė išsilydo, į ją ilga dvidante šakute dažomi duonos gabaliukai ir geriama aitrūs vynai. Gaminamas ir mėsos fondiu: svečių akivaizdoje maži jautienos filė gabaliukai analogiškai kepami įkaitintame alyvuogių aliejuje. Prie jo tinka raudonasis vynas. Dar gali būti žuvies, sraigčių, varškės fondiu.

**FONDUE BOURGUIGNONNE** (pranc. – burgundiškai, skait. *burginjon*). Viena *fondiu* rūšių, kai su alyvuogių aliejuje keptais mėsos gabaliukais ir aštriais padažais bei pikantiškais salotomis geriamas raudonasis vynas.



**FONTINA** (it.). Fermentinis brandintas pusiau kietas riebus sūris, gaminamas iš riebaus karvių pieno. Patys geriausiai šios rūšies sūriai, turintys riešutų skonio, gaminami Pjemonto (Italija) apylinkėse. Brandinamas 2 mėn.

Šis sūris vartojamas kaip prieskonis.

**FORESTIÈR**, À la (pranc. – miškiniškai). Priedas prie keptų paukštienos ir mėsos patiekalų, gaminamas iš grybų (dažniausiai briedžiukų), troškintų kartu su jautienos šoninės gabaliukais ir keptomis bulvėmis, supjaustytomis griežinėliais.

## FORMAVIMAS.

žr. **PAUKŠČIŲ FORMAVIMAS.**

**FORŠMAKAS** (vok. *Vor(ge)schmack* – gardžiavimasis iš anksto, prieš valgį). Patiekalas (apkepas) iš įvairių sudėtinių dalių: apkeptos, kapotos mėsos arba silkės su bulvėmis; kapotos silkės, rūkytos šoninės, svogūnų, kieto sūrio, grybų, paukštienos gabaliukų.

**FOSFOLIPIDAI**, fosfatidai. Sudėtiniai riebalai. Susideda iš fosforo rūgšties liekanų, glicerolio, riebalų rūgščių, aldehidų, azotinių junginių. Fosfolipidų yra visų organizmų membranų ląstelėse. Su cerebrozidais, cholesteroliu ir kt. junginiais sudaro apie pusę nervinio ir smegenų audinio sausosios masės. Nemažai jų yra širdyje ir kepenyse.

Svarbūs organizmo riebalų apykaitai. Sutrikus fosfolipidų susidarymui, gali prasidėti kepenų ligos.

**FOSFORAS** (lot. *Phosphorus*, P). Cheminis elementas. Gamtoje aptinkamas tik junginių pavidalu. Nemetalas. Yra keletas fosforo alotropinių modifikacijų: baltasis, raudonasis ir juodasis. Būtinasis visų organizmų mikroelementas. Daržovėse jo yra 0,01–0,1 proc., ankštiniuose augaluose – apie 0,4 proc., kauluose – apie 5 proc., smegenų ląstelėse – apie 4 proc. Organizme egzistuoja neorganinių ir organinių junginių pavidalu. Fosforo trūkumas žmonėms ir gyvūnams sukelia osteoporozę ir kt. kaulų ligas. Suaugusiam žmogui per parą reikia 1–1,2 g fosforo. Jo šaltiniai: mėsa, žuvis, ankštiniai augalai, miežinės košės.

**FOURCHETTE**, À la (pranc., skait. *a lia furšet*). Savarankiškas ant stalo išdėliotų patiekalų pasirinkimas šakute. Plačiau žr. **FURŠETAS**.



**FRANKFURTER** (vok.). Jautienos arba jautienos ir kiaulienos mažos dešrelės. Pavadinimas kilęs iš Frankfurto miesto (Vokietija), kurio apylinkėse nuo senų laikų gaminamos šios dešrelės. Dar vadinamos *hot dog*, patiekiamos su bandele arba be jos.

### **FRANKO, FRANKONIJS VYNAI**

(vok. *Frankenweine*). Raudonasis ir baltasis vynas, kildinamas nuo Maino upės krantų (Vokietija). Populiarios šios markinių Franko vynų rūšys: „Escherndorf“, „Iphofen“, „Randersacker“, „Würzburger Stein“. Šie paprastai į specialius butelius išpilstomi gėrimai vertinami kaip stiprokas ir labai geras vynas.

Dar žr. **VOKIEČIŲ VYNAS**.

**FRICASSÉE** (pranc.). Patiekalų iš veršienos, avienos, vištienos, viščiuko arba žuvies gamybos būdas. Mėsos arba žuvies gabaliukai apkepami riebaluose, tada troškinami su daržovių sultiniu, baltuoju vynu, mažais svogūnais (šalotėmis) ir pievagrybiais. Baigiant troškinti, užpilami kiaušinio tryniu, išplaktu grietinėlėje.

### **FRIKADELĖ** (vok., pranc. *frikadelle*).

Vyšnios arba graikinio riešuto dydžio kapotos mėsos arba žuvies kukulis, išvirtas sultinyje. Į mėšą gali būti pridėjama miltų, kruopų, paskanintų krapais, petražolėmis, svogūnais, česnakų ir pipirais.

Dar gali būti kepama, troškinama. Patiekama kaip atskiras patiekalas, bet dažniausiai – su sriubomis.

### **FRIKANDO** (pranc. *fricandeau*, skait. *frikando*).

1) Pusgaminiai įvairiems patiekalams, paruošiami specialiuose cechuose iš jautienos, veršienos, žvėrienos (stirnos, šerno, elnio, briedžio) šlaunies; 2) kepta veršio arba kitokio gyvulio šlaunis.

Patiekiami su daržovėmis, su kuriomis buvo ruošiami.

### **FRI TIŪRAS** (pranc. *friture*).

1) Indas, kuriame riebaluose kepamos bulvės, supjaustytos šiaudeliais arba kitaip (*fri* – skrudintos), kiti kulinarijos gaminiai; 2) valgomieji riebalai, skirti kepti.

### **FROMAGE** (pranc., skait. *fromaž*).

Prancūziškas žodis, reiškias sūrį, pvz., *fromage de Brie* – Brie sūris.

### **FRUKTOZĖ** (lot. *fructus* – vaisius).

Vaisių cukrus,  $C_6H_{12}O_6$ , vienas angliavandenių, monosacharidas. Bespalvė, bekvapė kristalinė medžiaga, gerai tirpstanti vandenyje ir etilo alkoholyje. Saldžiausia iš visų cukrų. Fruktozės yra daugelyje saldžių vaisių, meduje (apie 50 proc.), cukruje. Vartojama kaip diabetinis cukrus.



**FRUTTI DI MARE** (it.). Jūros vaisiai: valgomieji moliuskai, kriauklės, jūrų vėžiagyviai, populiarūs prancūzų, italų, ispanų ir kitų Viduržemio jūros tautų kulinarijoje kaip priedas prie daugelio patiekalų (pranc. *fruits de mer*, isp. *frutas del mar*). Šiose šalyse yra specifinių jūrų gėrybių restoranų.

**FURMINT.** Garsi vynuogių rūšis, auginama Vengrijoje. Iš jų gaminami puikūs stalo vynai, pasižymintys obelų žiedų bukietu. Dar žr. **TOKAJUS FURMINT.**

**FURŠETAS** (pranc. *fourchette* – šakutė). Atviras stalas (*a la furset*), už kurio ne sėdima, bet stovima. Paprastai jis ruošiamas gausioms sueigoms, kad svečiai galėtų greitai užkąsti ir pabendrauti. Pateikiami dažniausiai šaltieji patiekalai. Ant atskiro staliuko sudedamos lėkštės, šakutės, kartais ir peiliai, kuriuos pasiėmę svečiai įsideda patinkančio patiekalo ir pasitraukia, kad netrukdytų kitiems. Paprastai stalas būna patalpos viduryje, kad padavėjai jį galėtų matyti ir laiku papildyti. Fursetuose geriamas vynas, vanduo, sultys.

**GAIDUKAS** (*Philomachus pugnax* L.). Tilvikinių šeimos paukštis, sveriantis apie 200 g, patelė – 120–150 g. Per tuoktuves patinėlis pasipuošia spalvingomis plunksnomis. Lietuvoje retas paukštis. Gausu jų būna pavasarį, taip pat rudenį, kai trumpam apsistoja šiauriniai paukščiai. Gyvena plačiose, klampiose pelkėse, užpelkėjusių ežerų pakraščiuose. Gaidukai yra vertingi medžiojami paukščiai. Jų mėsa skani, rudenį nušauti paukščiai būna labai riebūs. Gaminami kaip slankos ir kiti tilvikiniai paukščiai.



**GAIVA.** Gaivusis nealkoholinis gėrimas, buvęs populiarus tarpukario Lietuvoje, gamintas iš vietoje augusių arba augintų uogų ir vaisių: vyšnių, juodųjų serbentų, aviečių, žemuogių, mėlynių, spanguolių, obuolių su citrinų, gvazdikų priedu. Gamino akcinė bendrovė „Sodyba“, veikusi Kaune 1934–1940 m.

**GALAKTOZĖ** (gr.).  $C_6H_{12}O_6$ , monosacharidas, viena labiausiai paplitusių gamtoje heksozių. Gerai tirpsta vandenyje, blogai – etilo alkoholyje. Augaluose galaktozė yra rafinozės, melibiozės, polisacharidų – galaktano, gumiarabiko, agarų, saponinų – sudėtinė dalis. Gyvūnų ir žmogaus organizme

galaktozės yra laktozėje, iš kurios ji susidaro hidrolizės būdu. Gyvūnų ir augalų audiniuose galaktozė virsta gliukoze.

### **GALANTINAS** (pranc. *galantine* – šaltiena).

Vyniotinis iš paukštienos, žuvų, mėsos, gaminamas su daržovių sultiniu, kartais su baltuoju vynu. Paukščių skerdenėlių, iš kurių bus gaminamas galantinas, mėsa atsargiai, nepažeidžiant odelės, nuimama nuo kaulų. Ant mėsos gabalų uždedama mėsos faršo, susukama odelė, surišama ir pamažu ištroškinama sultinyje. Pateikiama kaip šaltasis užkandis, gražiai papuoštas, supjaustytas gabaliukais. Žinomi patiekalai: ančių, fazanų ar kalakutų galantinas, ungurio galantinas, veršienos vyniotinis.

**GALIANAS** (*Galliano*). Žinomas italų likeris. Apie 70 įvairių žolių ir augalinių ištraukų suteikia jam būdingą aromatą. Bepalvis arba aukso spalvos apelsinų ir migdolų skonio bei kvapo gėrimas, turintis 35 proc. alkoholio. Dažnai naudojamas kokteiliams.

### **GALVIJŲ SKERDENOS SUPJAUSTYMAS.**

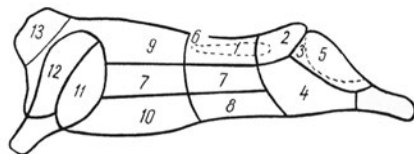
Skerdenos pusė pjaustoma pagal mėsos kategoriją. Ji dalijama į priekinį ir užpakalinį skerdenos ketvirtį, perpjaunant tarp stuburo krūtinės dalies 13 ir 15 slankstelio išilgai paskutinio šonkaulio. Prieš dalijant į ketvirčius išpjaunama vertingiausia skerdenos dalis – išpjova. Paskui kiekvienas ketvirtis supjaustomas į mažesnius gabalus: nuo priekinio ketvirčio atpjaunama mentė, o prie paskutinio slankstelio – kaklinė. Užpakalinis ketvirtis pjaunamas per

liniją, einančią šlaunies kontūru juosmens ir kryžkaulio dalies stuburo slankstelių susijungimo vietas link.

Skerdenos pusė padalijama į 6 dalis:

- a) mentė, kuri vėliau dalijama į 2 dalis;
- b) sprandas; c) šlaunys, dalijamos į 4 dalis – kryžmę, uodeginę, šoninę ir vidinę šlaunies dalį; d) nugara, dalijama į 3 dalis – nugarinę, šoninę, krūtinės šoninę; e) juosmens slėpsnos dalis – dalijama į juosmens dalį, šoninę ir slėpsną; f) išpjova.

Analogiškai supjaustoma ir briedžių, elnių bei danielių skerdena.



- 1 – išpjova, 2 – kryžmė, 3 – uodeginė,
- 4 – šoninė šlaunies dalis, 5 – vidinė šlaunies dalis,
- 6 – juosmens dalis, 7 – šoninė, 8 – slėpsna, 9 – nugarinė,
- 10 – krūtininė šoninė, 11 – mentės dalis, 12 – pomentė,
- 13 – kaklinė.

**GAMAY** (pranc.). Garsi raudonųjų vynuogių veislė, iš kurios gaminami burgundiški vynai, pvz., *Božolė*. Lengvesni vynai iš šių vynuogių gaminami Luaros upės slėnio apylinkėse, taip pat Šveicarijoje ir kitur. JAV (Kalifornijoje) ši vynuogių veislė žinoma kaip *Napa Gamay*, Vokietijoje, Austrijoje – kaip *Blaufränkisch*.

**GAMZA**. 1) Raudonosios vynuogės, auginamos Bulgarijoje prie Dunojaus, Vidino, Pleveno ir Pavlikemo rajonuose; 2) savitas, harmoningo bukieto, rubino spalvos labai malonus bulgariškas vynas,

gaminamas iš šių vynuogių.  
Skonis panašus į vengriškos *kadarkos*.  
Alkoholio – 11 proc.

**GARAM MASALA.** Indijos kulinarijoje plačiai vartojamas prieskonių mišinys iš juodųjų pipirų, kalendros, kmynų, cinamono, kardamono, gvazdikėlių. Pirmieji trys dominuoja mišinyje.



**GARNYRAS** (pranc. *garnir* – puošti). Daržovės, makaronai, košės, bulvės ir kitokie mėsos ir žuvies patiekalų priedai. Garnyras gali būti iš vieno elemento (troškintų kopūstų, žiedinių kopūstų, šparaginių pupelių, grybų, šparagų ir kt.) arba iš kelių (daržovių, bulvių ir kt.).



**GARSTYČIA** (*Sinapis*). Bastutinių šeimos vienmečių, rečiau daugiamečių augalų gentis. Kilusi iš Viduržemio jūros rajonų, paplitusi Europoje, Šiaurės Afrikoje, mažiau Azijoje, Amerikoje. Lietuvoje žinomos dvi rūšys.

1. Vienmetis augalas – baltoji garstyčia (*S. alba*). Stiebas 20–100 cm aukščio.

Lapai kotuoti, pailgi, žiedai šviesiai geltoni. Vaisiai – ankštaros. Sėklos beveik apvalios, rusvos arba balsvos, turi iki 35 proc. aliejaus (*Oleum sinapis*), apie 1 proc. eterinio aliejaus. Auginama laukuose ir daržuose. Iš sėklų gaminamos garstyčios, vartojamos daržovėms, grybams, žuvims konservuoti. Garstyčių milteliai vartojami kulinarijoje, ruošiant mėsos, žvėrienos ir paukštienos patiekalus, gėrimų gamyboje.

2. Dirvinė garstyčia (*S. arvensis*), auganti laukuose kaip piktžolė (garstukas).



**GARSTYČIOS.** Prieskonis, pagamintas iš garstyčių grūdų. Parduotuvėse jis būna sufasuotas į mažus įvairios talpos stiklinius arba plastikinius indelius. Restoranuose ir valgyklose jos patiekiamos su dešrelėmis, dešromis, kumpiu ir sūriu. Iš garstyčių gaminami padažai, kaip prieskonis patiekiami prie daugelio patiekalų, pvz., vyniotinių.

**GARSTYČIŲ PADAŽAS.** 1. Šiltas gaminamas iš pakepintų miltų košelės, praskiestos veršio kaulų sultiniu, pridėjus grietinėlės, sumaišytos su garstyčiomis. Nuėmus nuo ugnies, pridedama kiaušinio trynio. Vartojama prie mėsos patiekalų.

2. Šaltas padažas gaminamas iš majonezo, pridėjus nemažai garstyčių. Patiekiamas su šalta mėsa.



**GASTRONOMAS** (pranc. *gastronome*, gr. *gaster* – skrandis + *nomos* – įstatymas, dėsnis). 1) Rinktinių valgių mėgėjas ir žinovas; 2) didesnė rinktinių maisto produktų parduotuvė.

**GASTRONOMIJA** (pranc. *gastronomie*):

1) puikus valgių gaminimo meno supratimas; 2) pagamintų aukštos kokybės maisto produktų visuma.

Dar žr. **GASTRONOMAS**.



**GAZPACHO** (isp., skait. *gaspachio*). Ispanų šalta sriuba iš trintų daržovių su priedais (bandelės skrebučiai, smulkiai pjaustyti agurkai, svogūnai ir kt.). Pateikiama atskiruose induose, kad būtų galima pasirinkti pagal skonį. Dominuoja pomidorai, paprikos, švieži agurkai, kartais burokėliai ir būtinai česnakas. Pavadinimas kilęs iš miesto vardo.

**GAZUOTAS VANDUO**. Anglies dioksido ( $\text{CO}_2$ ) prisotintas (0,4–0,5 proc.) geriamasis vanduo, gaminamas iš geriamojo vandens, kuris atšaldomas iki 2–6 °C ir 0,5–0,6 MPa slėgio ir saturatoriuose prisotinamas anglies dioksido. Gazuotas vanduo dar vartojamas vaisvandeniams bei girai gaminti.

**GAZUOTI GĖRIMAI**. Šalti gairieji gėrimai, nefermentuoti, turintys iki 0,7 proc. alkoholio. Prisotinti angliarūgštės ( $\text{CO}_2$ ). Gaminami: 1) nesaldinti (sodos vanduo, mineraliniai vandenys);

2) saldinti gazuoti vandenys (limonadas ir kt.); 3) gazuoti vandenys su vaisių sultimis; 4) aromatizuoti arba paskaninti valgomosiomis rūgštimis.

**GĖLATINE** (pranc.), žr. **ŽELATINA**.

**GELEŽIS** (lot. *Ferrum*, Fe). Cheminis elementas, metalas, gamtoje paplitęs dažniausiai oksidų pavidalu. Gyvuose organizmuose kartu su variu ir kobaltu reguliuoja kraujo apytaką. Daugiausia geležies (60–70 proc. bendro jos kiekio organizme) yra hemoglobine (raudonuosiuose kraujo kūneliuose), kepenyse, blužnyje (apie 20 proc.), kituose žmogaus organuose, iš viso – 0,2 proc. suaugusio žmogaus svorio. Žmogus geležies gauna su maisto produktais ir vandeniu. Daug geležies yra kakavoje (100 gramų kakavos – 11,8 mg geležies), jautienos kepenyse (6,4 mg), petražolių lapeliuose (4,4 mg). Geležies trūkumas sumažina hemoglobino kiekį kraujyje. Galima susirgti mažakraujyste (anemija).



**GELSVĖ VAISTINĖ** (*Levisticum officinale*). Salierinių šeimos daugiameis augalas,

kurio šaknų ir lapų kvapas panašus į salierų. Vartojama kaip prieskoniai, dedama į sriubas, keptą avienu ir vyniotinius, šaknys vartojamos sultiniams virti, taip pat medicinoje. Manoma, kad gelsvė yra kilusi iš Persijos, o iš ten atkeliavo į Europą. Auginama ir Lietuvoje.



**GELTEKLĖ VALGOMOJI** (*Scorzonera hispanica*). Astrinių šeimos daugiametis augalas. Šaknis stambi, juoda (todėl dar vadinama juodąja šaknimi), minkštimas baltas, miltingas. Praeityje gelteklė buvo žinoma liaudies medicinoje kaip priemonė nuo gyvatės įkandimo. Vėliau pastebėta, kad jos šaknis gana skani, žiemą gali pakeisti smidrą. Gelteklės nereikia skusti, tik nulupti juodą žievę ir tuojau pat įmerkti į truputį parūgštintą vandenį. Paruošti galima įvairiais būdais. Dažniausiai ji kepama riebaluose, pabarstyta bandelės trupiniais. Galima kepti Bešamelio padaže, pabarstyta tarkuotu sūriu. Gelteklės pavadinimas kildinamas iš katalonų žodžio *escorso* – gyvatė. Lietuvoje miškuose, pievose savaime auga pušyninė gelteklė (*S. humilis*). Kaip daržovė auginama valgomoji.

### **GENETIŠKAI MODIFIKUOTI PRODUKTAI.**

Biotechnologijos mokslo genų inžinerijos metodais sukurtų genetiškai modifikuotų organizmų (GMO) paveiktos žaliavos, naudojamos žmonių maistui. GMO genetinė medžiaga pakeista tokiu būdu,

kuris nepasireiškia gamtoje. Genetiškai modifikuoti gali būti visi gyvi organizmai: nuo mikroorganizmų, augalų iki gyvulių. Per pastaruosius dešimtmečius labai išsiplėtė GMO praktinis panaudojimas. Pasaulio žemės ūkyje daugėja žemės plotų, kuriuose auginamos genetiškai modifikuotos sojos, kukurūzai, medvilnė, rapsai, ryžiai ir kitos kultūros. Daug tokių augalų auginama JAV, Kinijoje, Indijoje, Filipinuose, Argentinoje, Brazilijoje, Meksikoje, Urugvajuje, Paragvajuje, Pietų Afrikos Respublikoje, Kanadoje. Europoje kol kas kai kurias genetiškai modifikuotas kultūras leidžiama auginti Čekijoje, Ispanijoje, Portugalijoje, Prancūzijoje, Vokietijoje. Kitose valstybėse jų auginimas uždraustas, nes mokslininkai dar nėra pateikę galutinių išvadų apie poveikį žmogaus organizmui.

Genetiškai modifikuotų augalų derlius daug didesnis nei įprastas, tačiau neišku, ar jų nauda yra didesnė nei galbūt daroma žala žmogaus sveikatai. Į Lietuvą genetiškai modifikuotų produktų patenka su importuojamu aliejumi, margarinu, šokoladu, pašarais. Produktai, kurių gamybai panaudotos genetiškai modifikuotos žaliavos, turi būti pažymėti etiketėse. Kol vyksta tyrimai ir nėra galutinių išvadų, jų reikėtų vengti.

**GENEVER** (genoveris, oland.). Ypatingais metodais pagamintas senas stiprus olandų alkoholinis gėrimas, susidedantis iš gero grūdų spirito su *genoverio* distiliatu (išrauginta ir distiliuota rugių ir kukurūzų salyklo bei kadagio uogų misa). Aiškiausio salyklo degtinės charakterio su kadagių prieskoniu. Alkoholio – paprastai 38 proc. tūrio.

**GĖRIMAI.** Tai vanduo, įvairios sultys, kava, kakava, arbata, gira, alus, vynai, įvairių vynu, kitokių krakmolingų medžiagų distiliatai, įvairūs mišiniai su cukrumi, medumi. Nuo seno gėrimai buvo skirstomi į dvi grupes: malšinantys troškulį nealkoholiniai ir alkoholiniai. Tikslinga būtų juos suskirstyti smulkiau. A grupei priskiriami gėrimai, kurių gamyba paremta natūraliomis žaliavomis. Iš šios grupės reikėtų išskirti gėrimus, kuriuos žmogus gauna iš gamtos, t. y. vanduo, sultys. Šiai grupei taip pat priskiriami gėrimai, kurie gaunami iš natūralių žaliavų, tačiau jos pakeičiamos įvairiais technologiniais procesais, pvz., fermentacija. Tai arbata, kava, kakava ir kt. Gėrimai, turintys alkoholio, tačiau be cukraus. Tai – sausi vynai, medaus gaminiai, vyno distiliatai, degtinė, viskis, kalvadosas, romas. Dar reikėtų išskirti nealkoholinius gėrimus, gaunamus iš natūralių žaliavų, ir alkoholinius gėrimus su cukrumi ir kitokiais priedais. Tai vaisių ir uogų sultys, gėrimai su sultimis, pvz., limonadas, vynai, prisotinti angliarūgštės, pvz., putojantys vynai, šampanas, pastiprinti vynuogių vynai (stalo, pusiau sausi, pusiau saldūs). Šiai grupei priklauso trauktinės, likerai su natūraliomis sultimis su cukrumi, brendžiai, alus. B grupei priskiriami dirbtiniai gėrimai: nealkoholinis gazuotas vanduo su sirupais, vaisvandeniai, *Coca cola*, *Pepsi cola*, *Fanta* ir kt. Šiai grupei priklauso alkoholiniai gėrimai su sintetiniais priedais: pigūs vaisių-uogų vynai ir kiti, pagaminti iš nestandartinių žaliavų. C grupei priklauso gėrimai, kurie paruošiami prieš vartojimą iš įvairių komponentų: kokteiliai, grogai, kriušonai.

**GERVAIS** (pranc., skait. *žervė*). Plačiai žinomas prancūzų gamybos minkštas sūris.



**GERVUOGĖ** (*Rubus*). Erškėtinių šeimos neaukštas krūmas. Lietuvoje dažna juodavaisė arba paprastoji gervuogė (*Rubus caesius*), paplitusi Azijoje, Europoje. Žinoma apie 200 rūšių. Jos šakos dygliuotos, išlinkusios lanku, lapai trilypiai, žiedai balti. Vaisiai – sudėtiniai (juodi kaulavaisiai), turi apie 5 proc. cukraus, 2–4 proc. ląstelių, organinių rūgščių, vario, mangano, vitaminų C ir B. Sultingos, aštraus skonio uogos valgomos šviežios, iš jų gaminamos sultys, vinas, verdami kompotai, sirupai, uogienės. Jomis puošiami saldūs patiekalai, pvz., tortai.

**GETAŠENAS.** Desertinis *kahoro* tipo vaisių ir uogų bukieto armėniškas tamsios rubino spalvos vinas, gaminamas iš *Kacheti* rūšies vynuogių. Sutrintų vynuogių masė kaitinama iki 60 °C, kad iš uogų žievelių geriau išsiskirtų dažų pigmentai. Paskui masė atšaldoma, presuojama, sultys fermentuojamos, spirituojamos. Vinas brandinamas statinėse 3 metus. Stiprumas – 16 proc., cukraus – 18 proc.

## **GEWÜRZTRAMINER TRAMINER,**

(skait. *geviurc traminer*). Aitroko skonio baltosios vynuogės, iš kurių gaminamas dažniausiai pusiau sausas, stiprus ir švelnus baltasis vynas. Populiarios Prancūzijoje, Vokietijoje, Italijoje, Austrijoje, Australijoje, Kalifornijoje. Vokietijoje iš jų pagamintas vynas dar vadinamas *Dreimannerwein* („trijų vyrų vynas“), norint pabrėžti jo stiprumą.

**GHEE** (skait. *gy*). Skystas sviestas, gaminamas Indijoje iš buivolio pieno.

**GIN** (angl.), žr. **DŽINAS**.

**GIRA**. Gaiivusis nealkoholinis gėrimas. Turi 5,6 proc. sausųjų medžiagų, 0,4–0,6 proc. alkoholio. Yra keletas giros rūšių: duonos gira (daroma iš duonos džiovėsių ir misos su mielėmis), vaisių gira (gaunama fermentuojant vaisių-uogų sulčių ir praskiesto cukraus mišinį), salykinė gira (daroma iš giros koncentrato, paruošiamo garinimo aparatuose iš rugių ar miežių salyklo ir ruginių miltų misos), rusiška gira (į koncentratą dedama cukraus, citrinos rūgšties, mėtų, praskiedžiama gazuotu vandeniu), lietuviška gira (papildomai dedama medaus, apynių, kmylių).

**GPUVEČ**. Bulgarų ir kitų šalių patiekalas iš mėsos, svogūnų, pomidorų ir kitokių produktų, iškeptų krosnyje.

**GLACÉ** (pranc., sušalęs, skait. *glase*).

**GLAZŪRA**. Ekstraktas, gaunamas ilgai verdant sultinį ir išgarinant daug skysčio. Žinomi mėsos, žuvies, žvėrienos

ir daržovių ekstraktai. Vartojamas padažams ir sultiniams paskaninti. Juo, kad blizgėtų, palaistomi kepti patiekalai.

**GLIKOGENAS**. ( $C_6H_{10}O_5$ )<sup>n</sup>, gyvulinis krakmolos, polisacharidų grupės angliavandenis. Balti amorfiniai milteliai. Gerai tirpsta vandenyje. Svarbiausias atsarginis žmogaus ir gyvūnų organizmo, kai kurių bakterijų, mielių, grybų angliavandenis. Ypač daug glikogeno yra gyvūnų kepenyse, raumenyse. Organizme lengvai hidrolizuojasi iki gliukozės arba, vykstant glikolizei, virsta pieno rūgštimi.



## **GLINTVEINAS, arba GLIUVAINAS**

(vok. *Glühwein*). 1) Visų karštų vynu (karštvyinių) bendras pavadinimas; 2) raudonojo vyno punžas, gaminamas iš pakaitinto raudonojo vyno, cukraus, cinamono, gvazdikėlių ir citrinos. Itin populiarius Vokietijoje, Švedijoje.

**GLITIMAS**. Plastiška, tūsi masė iš vandenyje išbrinkusių kviečių, miežių ir kai kurių laukinių augalų sėklų baltymų (gliutenino, gliadino). Susidaro maišant tešlą. Sujungia kitus tešlos komponentus, padaro tešlą stangrią, klampią, pagerina iškeptos duonos ar pyrago minkštimo struktūrą, padidina kepalą. Išdžiovinus iš tešlos išplautą glitimą, gaunamas sausasis

glitimas. Iš jo gaminamos kai kurios duonos rūšys diabetikams. Kvietiniuose miltuose glitimo būna iki 40 proc.

**GLIUKOZĖ** (gr. *glykys* – saldus).  $C_6H_{12}O_6$ , vynuogių cukrus, dekstrozė. Bene „populiariausias“ gamtoje heksozių grupės angliavandenis. Bespalviai kristalai, gerai tirpsta vandenyje. Būtinasis visų organizmų komponentas. Vartojama konditerijoje, chemijos, mikrobiologijos pramonėje, medicinoje.

**GLUTAMINAS**.  $C_5H_{10}O_2N_2$ , glutamo rūgšties monoamidas. Jo esama visuose organizmuose, ypač daug gyvūnų audiniuose. Sintetinasi ląstelėse iš glutamo rūgšties ir amoniako (taip šalinamas iš ląstelės nuodingo amoniako perteklius). Daugelio reakcijų amino grupių rezervas, baltymų komponentas.

**GLUTAMO RŪGŠTIS**.  $COOH-CH_2-CH_2-CH(NH_2)-COOH$ , monoamino karboninė rūgštis. Bepalvė kristalinė medžiaga, tirpi vandenyje. Sintetinasi augaluose ir gyvūnuose. Baltymų, glutationo, folio rūgšties, fosfatidų ir kitų fiziologiškai aktyvių junginių komponentas. Svarbi ornitino, prolino, oksiprolino sintezei, peramininimo, dekarboksilinimo reakcijai. Virsdama glutaminu, ląstelėse sujungia amoniaką. Jos daug kazeine, želatinoje, kraujo plazmoje, sėklų baltymuose. Glutamo rūgšties natrio druska – natrio glutamatas, E 621 – plačiai vartojamas maisto produktų skoniui gerinti.

**GLOBULINAI** (lot. *globulus* – rutulėlis). Baltymų grupė. Jų molekulė beveik

rutulinė. Gerai tirpsta praskiestose rūgštyse, šarmuose, netirpsta vandenyje. Kai kurie globulinai atlieka apsauginę funkciją, didina organizmo atsparumą.

**GOLDFASAN** (vok. – auksinis fazanas). Baro gėrimas, boulis, gaminamas iš raudonojo Burgundijos vyno ir šampano.

**GOLDWASSER** (vok. – auksinis vanduo). Skaidrus prieskonių aromato likeris, kuriame plaukioja bronzos folijos gabaliukai. Gaminamas Vokietijoje, Lenkijoje. Alkoholio – 40 proc.

**GORGONZOLA** (it. *Gorgonzola* – vietovė Šiaurės Italijoje). Fermentinis, brandintas, minkštas, baltas ar gelsvas sūris su mėlynujų pelėsių (*Penicilium glaucum*) gyslelėmis. Gaminamas Italijoje iš karvių pieno. Formuojamas cilindro formos, 21–27 cm diametro, 18–22 cm aukščio, 6–8 kg svorio gabalais (galvomis). Brandinamas 2 mėn. Skoniu panašus į prancūzišką rokforo sūrį (*Roquefort*) ir yra jo konkurentas.

**GORILKA**. Populiari ukrainiečių degtinė, gaminama iš aukščiausios klasės kviečių spirito ir gėlo vandens, kuris elektromagnetiniame lauke dar valomas aktyvuota anglimi, ultravioletiniais spinduliais. Kupažas dar perleidžiamas per kvarco smėlį, anglies koloną, magnetinį lauką. Tarybiniais laikais buvo žinomos dvi rūšys: „Gorilka“ ir „Ukrainskaja gorilka“. Šiais laikais firma „Nemiroff“ (ir kitos) gamina kelių rūšių degtinę: „Gorilka s miodom i percem“ (su medumi ir pipirais), „Gorilka s percem“ (su pipirais), „Ochota“,

„Ukrainskaja gorilka“, „Ukrainskaja gorilka Anisovka“, kurios eksportuojamos į daugelį šalių.

**GORZALKA** (lenk.). Senovinis lenkiškas degtinės pavadinimas. Dar vadinama *okowita*.

**GOUDA** (oland. *Goudse kaas* – Goudos sūris; *Gouda* – vietovė Vakarų Olandijoje). Žinomas pusketis olandiškas sūris su vaško apvalkalu, gaminamas iš karvių pieno. Gelsvos sviesto spalvos, su didokomis kiaurymėmis („akimis“), pasižymi aštroku, pikantišku skoniu. Brandinamas 2–4 mėn. Vadinamosios galvos plokščio cilindro formos, diametras – apie 35 cm, aukštis – 11 cm. Gaminamas ir Lietuvoje.

**GRAHAMO DUONA**. Kepama be mielių iš stambaus malimo kvietinių arba ruginių miltų su sėlenomis. Tai dietinis produktas, gerinantis žarnyno peristaltiką. Receptūrą parengė amerikiečių diatetikas Silvestras Grahamas (1794–1851).



**GRAIKINIS RIEŠUTMEDIS** (*Juglans regia*). Riešutmedinių šeimos medis. Savaimė auga Azijoje, Balkanų pusiasalyje, Irane, Indijoje, auginamas JAV, Pietvakarių Europoje, Užkaukazėje. Medis užauga

iki 20–40 m. Jo vaisiai – rutuliški arba ovalūs, raukšlėti riešutai, vartojami konditerijoje, kulinarijoje salotoms, ledams gaminti. Lietuvoje auginamas retai, nes neatsparus šalčiams.

**GRAIKIŠKAS PADAŽAS**. Tirštas, saldokai rūgštaus skonio padažas, gaminamas iš alyvuogių aliejaus, vandens ir daržovių (svogūnų, morkų, salierų, petražolių), pridėjus pomidorų koncentrato, citrinos sulčių, garstyčių ir prieskonių (druskos, pipirų, paprikos). Patiekiami prie žuvies (pvz., graikiško karpio) patiekalų.

**GRAIKŲ VALGIAI**. Skonis rytietiškas. Vartojama daug alyvmedžio vaisių ir aliejaus, figų, migdolų, pomidorų, baklažanų, česnakų. Dažnai daržovės įdaromos. Graikiški užkandžiai dažniausiai gaminami iš daržovių, nors valgoma žuvies bei mėsos. Tai – alyvmedžio vaisiai, ridikėliai, pomidorai, baklažanai, krabai, avių kepenys, keptos žuvis, dešros. Kaip aperityvas patiekiami taurelė anyžių degtinės. Graikai mėgsta tirštas sriubas. Žuvis kepamos, troškinamos arba kepamos sausai (grilyje), mėgstamas žuvies ragu (*kakavia*). Mėgstamiausi mėsos patiekalai: graikiškas šnicelis, guliašas, avienos šašlykas, rostbifas. Populiarūs vieno patiekalo valgiai ir įdarytos daržovės. Graikai mėgsta saldžius patiekalus. Miltų kepiniai gaminami su medumi ir cinamonu. Spurgos, riešutų pyragaičiai kepami su figomis, migdolais ir razinomis. Taip pat kepami ir kiaušininiai pyragaičiai bei biskvitai. Mėgstami valgomieji ledai. Kava geriama su cukrumi ir gaminama turkiškai, aukštakakliuose induose.

**GRAIKIJOS VYNAS.** Vyno gamyba Graikijoje turi tūkstantmetes tradicijas. Galima teigti, kad šalis yra Europos vynininkystės tėvynė.

Ilgą laiką vinas buvo gaminamas naminiu būdu. Didelę žalą šiai ūkiui šakai padarė turkų viešpatavimas. Ji atsigavo tik XIX a. ir tapo plačiai žinoma pasaulyje. Šiais laikais, įvedus vynu kontrolės sistemą (EEC) ir šaliai įstojus į Europos ekonominę bendriją, galima kalbėti apie geras vynininkystės perspektyvas.

Graikai vynus gamina dažniausiai iš gausybės savų, tradicinių, vynuogių: *Kotsifali, Liatiko, Mandilaria, Mantilari, Malvasia, Monemvassia, Mavrodaphne, Savagatiano, Vilana*. Populiarios ir pasaulyje pripažintos veislės – *Muscat, Müller-Thurgau, Silvaner*.

Graikiški vynai yra charakteringo aitroko skonio. Tai pasakytina tiek apie raudonuosius, tiek apie baltuosius vynus. Baltieji dar kartais turi pušų sakų prieskonį. Šalyje žinomi ir stiprūs desertiniai vynai. Kiekviena Graikijos sala turi savų vynu, kurių pavadinimai atitinka salos pavadinimą, pvz., „Vin de Crete“.

Paminėtini baltieji graikiški vynai: „Imiglykos Limnos“, „Kritikos“, „Lemnos“, „Moscat de Rhodes“, „Retsina“, „Rombola“, „Santorini“, „Vin de Crete“, geriausi raudonieji vynai: „Archanes“, „Daphnes“, „Malvasia“, „Mavrodaphne von Patras“, „Paros“; puikus rožinis vinas „Kokkineli“. Garsūs vynu distiliuoti brendžiai, pvz., „Akropolis“, „Metaxa“.

**GRANAPADANAS** (it. *grana padano*; *grana* (grūdas) + *padano* (iš Po slėnio);

Po – upė Šiaurės Italijoje). Kietas, gelsvas arba geltonas, grūdėtos struktūros itališkas karvių pieno sūris.



**GRANATMEDIS** (*Punica granatum*).

Granatmedinių šeimos krūmas arba medis (iki 5 m aukščio). Savaimė auga Vidurinėje Azijoje, kalnų rajonuose, Užkaukazėje, Indijoje, Irane, Afganistane. Kultivuojamas subtropikų rajonuose. Ūgliai dygliuoti, lapai odiški, žiedai dvilyčiai, purpuriniai. Vaisiai apvalūs, iki 12 cm skersmens, masė – 300–600 g, valgomoji dalis – sultingas sėklų apvalkalas.

Granatmedžių vaisių sultys turi 8–19 proc. cukraus, 0,2–9 proc. citrinos ir obuolių rūgšties, vitamino C. Vaisiai valgomi švieži, vartojami sultims, sirupams, alkoholiniams ir nealkoliniams gėrimams gaminti.

**GRAND MARNIER** (pranc., skait. *grand marnje*). Prancūziškas iš konjako ar brendžio ir Haityje auginamų karčiųjų apelsinų žievelių gaminamas žalios, gelsvos arba raudonos spalvos likeris, populiariesnis moterų draugijoje. Prancūzų kulinarijoje žinomi virtiniai, kurie prieš patiekiant užpilami *Grand Marnier* ir uždegami (*Crêpe Suzette*).

**GRAPA** (it. *grappa*). Stiprus gėrimas, gaminamas distiliuojant raugintas vynuogių atliekas. Skonių panašus į brendį. 1997 m. Italijos prezidento dekretu grapa pripažinta itališku produktu. Žinomos markės: „Marzardo“, „Still dor“, „Vecchia“.

Gaminama ir kitose šalyse.

**GRATIJEŠTI**. Desertinis baltasis rūšinis moldavų vinas, gaminamas iš *Rkaciteli* veislės vynuogių, auginamų Vidurio Moldovoje. Originalaus bukieto, lauko žolių medaus aromato, harmoningo skonio. Alkoholio ir cukraus – 16 proc.

**GRATINÉE**. Prancūziška tiršta svogūnų sriuba, paskaninta tarkuotu kietu sūriu ir apkepata.

**GRATINER** (pranc.). Kulinarinis procesas, kai patiekalas užpilamas Bešamelio padažu, pabarstomas tarkuotu kietu sūriu ir apkepinamas krosnyje arba orkaitėje. Tai suteikia patiekalui originalią išvaizdą ir skonį. Dažniausiai apkepami makaronų patiekalai, sriubos (pvz., svogūnų, *minestra*).

**GRAUS** (angl. *grouse* – kurapka). Patiekalas iš pilkosios laukų kurapkos. Turi gilią tradiciją anglų kulinarijoje. Praeityje gamintas tik didikams – lordams. Ir šiomis dienomis Anglijoje, jeigu valgiaraštyje yra žodis „grouse“, vadinasi, per pietus gali dalyvauti lordai ir net vienas iš perų.

**GRAVES**. Prancūzijos rajonas kairiajame Garonos upės krante, žymus jame gaminamais raudonaisiais ir baltaisiais

Bordo vynais. Šį kraštą ypač išgarsino raudonieji „Châteaux-Haut-Brion“, baltieji „Château Carbonnieux“ ir „Château Olivier“ vynai.



**GREIPFRUTAS** (*Citrus paradisi*).

Medžio, išvesto sukryžminus citriną su apelsinu, vaisius. Auginamas Sirijoje, Kipre, Izraelyje, Pietų Afrikoje ir JAV. Sveria iki 700 g, labai sultingas, saldžiai rūgštoko ir kartoko skonio, turi daug vitamino C, pasižymi gaivinosiomis savybėmis. Vartojamas kaip užkandis (pvz., greipfrutai su vyšniomis, greipfrutai drebučiuose, greipfrutų kokteilis), taip pat sultimis, uogienėmis, kompotams gaminti.

**GRENACHE** (pranc. *grenache*).

Prancūziškos kilmės į populiariausių pasaulyje raudonųjų vynuogių sąrašą įrašyta veislė, žinoma ne tik Prancūzijoje, bet ir Ispanijoje (čia ji vadinama *Garnacha*), Kalifornijoje. Vinas gaminamas tik iš šių vynuogių arba iš mišinių su kitomis veislėmis. Pasižymi intensyvia spalva, švelniu, charakteringu skoniu.

**GRYBAI**. Gyvi organizmai be chlorofilo. Grybai dauginasi sporomis. Pagal kilmę skirstomi į miško, pievų ir specialiai auginamus, pagal vartojimą – į valgomus



ir nevalgomus, pagal struktūrą – į lakštabūdinius, skylėtbūdinius, dyglinius, bobausinius, triufelinius, pelėsius.

Apie 300 grybų rūšių yra valgoma.

Juose yra baltymų, angliavandenių, vitaminų, mineralinių druskų.

Maistingumu grybai prilygsta daržovėms ar jautienai. Dažniausiai pas mus

vartojami miško grybai: baravykai, raudonviršiai, ūmėdės, kazlėkai, rudmėsės, kelmučiai, lepšės, šilbaravykiai.

Iš auginamų grybų populiariausi pievagrybiai. Grybai valgomi švieži, jie

džiovinami, konservuojami, rauginami, užšaldomi. Vartojami padažams,

troškiniams, kepami ar troškunami.

Nepakankamai pažįstantieji grybus

gali prisirinkti nuodingų. Apsinuodijus reikia nedelsiant kreiptis į gydytoją.

Surinktų grybų negalima ilgai laikyti, nes jie

kirmija ir gali atsirasti nuodingųjų medžiagų. Itin nuodinga žalioji musmirė,

bet ir vertingus grybus, pvz., bobausius,

reikia gerokai pavirti.

Grybai vartojami sriuboms, pvz.,

pievagrybių; priedams, pvz., prie lašišos,

žvėrienos patiekalų, ragu; įdarams, pvz.,

paukštienos; salatoms, pvz., *Champignons à la crème*; padažams paskaninti, pvz., medžiotojų, čigonų, pievagrybių padažai.

**GRYBIENA**, arba micelis. Beveik visų grybų vegetatyvinė dalis. Tai plonų, dažniausiai šakotų gijų rezginys, dar vadinamas hifais. Augdama hifų galais, grybiena driekiasi substrato paviršiumi (paviršinė) arba įsiskverbia į jį (substratinė), sudarydama švelnias, purias apnašas, panašias į voratinklį arba vatą. Grybiena būna įvairių spalvų: baltos, pilkos, melsvos, gelsvos, violetinės,

geltonos. Daugiausia pasitaiko baltos ir pilkos. Paviršinė grybienos dalis yra visa tai, ką vadiname grybu.

### **GRYBŲ IR DARŽOVIŲ SULTINYS.**

Dažniausiai gaminamas iš džiovintų grybų. Grybai gerai nuplaunami, užpilami karštu vandeniu ir palaikomi keletą valandų, vėliau verdami vandenyje, kuriame mirko. Prieš baigiant virti pridedama prieskoninių daržovių ir svogūnų, pagerinančių sultinio skonį.

**GRIETINĖ.** Pieno riebalai, gaunami išseparavus riebų pieną. Pagal riebalų kiekį skirstoma į grietinėlę (10–20 proc.), grietinę (9–30 proc.), raugintą grietinę (30 proc. riebalų).

**GRIETINĖS PADAŽAI** (pranc. *Sauce à la crème*, skait. *krem*). Bešamelio padažai, papildyti šviežia grietine. Tinka prie žvėrienos patiekalų.



**GRIEŽLĖ** (*Crex crex* L.). Vandeninių vištų (*Rallidae*) šeimos paukštis. Paplitusi Europoje ir Azijoje. Kūno ilgis – apie 23 cm, masė – apie 150 g. Rusvai pilka, su dėmelėmis nugaroje ir skersinėmis juostomis šonuose, ryškiai rudais sparnais. Gyvena pievose, javuose, greitai

bėgioja. Lietuvoje dažna, atskrenda gegužės, išskrenda spalio mėn. Kai kuriuose kraštuose medžiojama (gaudoma). Mėsa skani, panaši į kurapkos.



### **GRIEŽTIS** (*Brassica napus* L.).

Bastutinių šeimos dvimetis augalas, prie mėsingos šaknies turintis lapų. Paplitęs Europoje, Šiaurės Afrikoje, Šiaurės Amerikoje. Pirmaisiais metais vystosi lapai ir šaknis. Ji turi beazočių ekstrakcinių medžiagų (8,8 proc.), proteino, celiuliozės, cukraus (iki 10 proc.), vitamino C. Vartojamas maistui, bet dažniausiai gyvuliams šerti.



**GRIKIAI SĖJAMIEJI** (*Fagopyrum esculentum*). Vienmečiai rūgtinių šeimos augalai (rečiau daugiamečiai), paplitę Europoje ir Azijoje. Stiebas pilkas, mažai šakotas, lapai trikampiški, nusmailėję, žiedai dvilyčiai, žalsvi, rausvi arba balti, vaisius – riešutėlis.

Grikliai sėjami daugelyje šalių, taip pat ir Lietuvoje (nuo XIII a.), dažniausiai kruopų gamybai, nes juose yra lengvai pasisavinamų baltymų (9–14 proc.), krakmolo (80–84 proc.), riebalų, organinių rūgščių, mineralinių druskų, vitaminų B<sub>1</sub> ir B<sub>2</sub>. Kvepiantys grikių laukai vilioja bites, šios sunėša daug vertingo medaus (40–60 kg iš 1 ha).

### **GRILADES** (pranc., skait. *grijad*).

Valgiai, iškepti ant grotelių arba kitaip pagruzdinti.

**GRILIAŽAS** (pranc. *grillage* – spraginimas). Spraginti cukruoti riešutai arba saldainiai.



**GRILIS** (angl. *grill*). 1. Sauso kepimo būdas, kai produktai (mėsa, žuvis, daržovės ir kt.) kepami ant grotelių, iešmų žarijų kaitroje, specialiuose keptuvuose aukštoje temperatūroje (iki 350 °C). Riebalais patepti produktai greitai apkepa, pasidengia plėvele ir dėl to įgauna specifinį skonį ir lieka sultingi. Pvz., lašiša, kepta grylyje (su dešrelių sviestu), mišrus grilis (kaimiškas pjausnys, avienos inkstai, veršio kepenys, dešrelės, liesos kiaulienos griežinėliai). Prie taip paruoštų patiekalų labiausiai tinka

Beamerio, totoriškas padažas.

2. Specialus įrenginys mėsos, žuvis patiekalams, daržovėms ir kt. produktams kepti.



**GRUIJERIS** (pranc. *gruyère*; *Gruyères* – vietovė Šveicarijoje). Fermentinis, brandintas, kietas, geltonas sūris su mažomis skylutėmis (akimis). Gaminamas iš karvių pieno, panašus į ementalį. Originalas kilęs iš Šveicarijos Fryburgo apylinkių. Formuojamas cilindro formos gabalais (galvomis) su iškiliumi paviršiumi, diametras – apie 50 cm, aukštis – 13 cm, svoris – apie 40 kg.



**GROGAS.** Karštas baro gėrimas, panašus į punšą, gaminamas iš vandens, cukraus ir romo, arako, viskio, degtinės arba konjako (brendžio). Gėrimą pasiūlė anglų admirolas Edvardas Vernonas (1684–1757), norėdamas atpratinti jūreivius gerti grynus stipriuosius gėrimus: įsakė juos gerti su karštu vandeniu ir cukrumi.

**GROTELĖS,** ardeliai. Įrenginys, ant kurio kepama mėsa, paukštiena arba žuvis. Jos gali būti pritaikytos kepti ant laužo, bet dažniausiai dedamos į orkaitę arba elektrinę krosnį (grilį). Po grotelėmis patariama pastatyti kaistuvą su ryžiais arba virtomis supjaustytomis bulvėmis, kad galima būtų surinkti kepat ištekėjusias sultis.

**GRÜNER SILVANER.** Baltasis Rumunijos ir daugelio kitų šalių vinas. Lengvas, aitrokas ir kvapus.

**GRÜNER VELTLINER.** Baltos, intensyvaus ir subtilaus skonio gana rūgščios vynuogės, plačiai auginamos Austrijoje, Vienos ir Vachau apylinkėse. Iš jų pagamintas to paties pavadinimo vinas pasižymi puikiu šviežių vaisių skoniu. Jis lengvas ir gaivus. Geriausia gerti jauną.



**GRUZDINIMAS.** Produktų pakaitinimas aukštoje temperatūroje iki jų skrudinimo pradžios. Gruzdinama duona, salyklas, grūdai, kava ir kt. Namų sąlygomis tai daroma skrudintuvuose (vok. *rösten* – kepti, spiginti).

**GRUZIJS VYNAS.** Vynuogės auginamos beveik visoje šalyje, daugiausia – Kachetijoje, Imeretijoje, Migrelėje.

Ten vinas gaminamas daugelyje rajonų: pagal naują technologiją – stambiose gamyklose, tradiciniu primityviu būdu – namuose.

Stambiausios vyno gamyklos sukonzentruotos šalies sostinėje Tbilisyje. Čia gaminamas labiausiai pagarsėjęs „Samtrest“ firmos vinas ir brendis. Vyrauja nacionalinės vynuogių veislės: *Cipuri*, *Colikauri*, *Mcvane*, *Rkaciteli*, *Saperavi*.

Seniau gruzinų vynai būdavo žymimi numeriais (kuo didesnis numeris, tuo vinas saldus), taip pat turėdavo ir savo pavadinimus. Pavyzdžiui, Nr. 1 „Cinandali“ – sausas vinas, o Nr. 19 „Tviši“ – pusiau saldus. Šiais laikais dažniausiai naudojamas tik vyno pavadinimas. Plačiai žinomi šie gruzinų vynai: sausi baltieji – „Cinandali“, „Gurdzaani“, „Naparauli“, „Rkaciteli“, raudonieji – „Kvareli“, „Mukuzani“, „Naparauli“, „Saperavi“, „Teliani“; pusiau sausi ir pusiau saldūs baltieji – „Achmeta“, „Čchaveri“, „Tetra“, „Tviši“, raudonieji – „Achašeni“, „Barakona“, „Chvančkara“, „Kinzmarauli“, „Pirosmani“; desertiniai baltieji – „Chichvi“, „Samo“, raudonieji – „Salchino“; spirituoti – „Anača“, „Kardanachi“. Populiarūs vyno distiliatai (brendžiai): „Eniseli“, „Gruzija“, „Rustaveli“, „Tbilisi“, „Varciche“.

Šalyje gaminama nemažai vaisvynių, putojančių vynu. Namuose iš vyno gamybos atliekų gaminamas stiprus alkoholinis gėrimas *čaca*, legalizuotas 2001 m. (panašus į italų grapa).

## **GRUZINŲ VALGIAI.**

žr. **KAUKAZO TAUTŲ VALGIAI.**

**GRUŽLYS**, grūžas, kilbukas (*Gobio gobio* L.). Gėlavandenė karpinių šeimos žuvelė, gyvenanti didesnėje Europos dalyje, Vakarų Sibire. Lietuvoje plačiai paplitęs. Mėgsta švarius vandenius su smėlietu, žvirgždėtu ar akmenuotu dugnu. Gyvena būreliais. Gružlių kūno ilgis – 6–8 cm, suaugusių – iki 10 cm, svoris – iki 14 g, pasitaiko iki 13 cm ilgio ir 35 g svorio. Verslinės reikšmės neturi, nors mėsa labai skani. Tinka žuvieneš.



**GUDOBELĖ RAUDONOJI** (*Crataegus sanguinea* Pall). Erškėtinių šeimos stambus iki 5 m krūmas arba nedidelis medis, spygliuotas. Lapai plačiai rombiški, nusmailėję. Žiedai balti, rečiau rožiniai, raudoni, smulkūs, specifinio kvapo, susitelkę tankiais skydiškais žiedynais. Vaisiai kraujo raudonumo ar rusvi, rutuliški, iki 3 cm skersmens, su 2–3 kauliukais. Juose gausu vitamino C, turi cukrų, organinių rūgščių, rauginių medžiagų. Vaisiai valgomi, iš jų gaminamos cukatos, uogienės, kisieliai, džemai, vartojami likerių, vaisvynių ir degtinės gamybai. Itin skanūs pašalę vaisiai. Gudobelės preparatai naudojami medicinoje širdies ligoms gydyti, mažina cholesterolio kiekį kraujyje.



**GULIAŠAS** (vengr.). Smulkiais gabaliukais supjaustyta, be kaulų, raumeninga jautiena, avienu, veršiena, kiauliena, ištroškinta pikantiškame padaže su prieskoniais, paprikomis, svogūnais, pomidorais. Kartais guliašas gaminamas iš dviejų rūšių mėsos, pvz., jautienos ir kiaulienos. Guliašas – populiarus patiekalas restoranuose ir valgyklose. Jis kilęs iš vengrų nacionalinio *vieno puodo* patiekalo – tirštos sriubos su mėsos (jautienos, kiaulienos, avienu) gabaliukais, išvirtos su paprikų milteliais, svogūnais, pomidorais, bulvėmis, lakštiniiais. Valgomas su šaukštu. Svarbiausios rūšys: sultingas guliašas (natūralus jautienos guliašas), itališkas guliašas (su makaronais), veršienos guliašas (su paprika ir grietine), avienu guliašas (su svogūnais, paprika, kmynais ir česnakų).

**GURJEVO KOŠĖ.** Senas rusiškas originalus patiekalas, gaminamas iš manų kruopų, uogienės, riešutų, cukraus, sviesto su prieskoniais (citrinų žievelėmis, kardamonu, cinamonu).

**GUTEDEL.** 1) Baltos vokiškos kilmės vynuogės; 2) baltasis Vokietijos vynas iš Badeno apylinkių (Markgreflerio žemė),

gaminamas iš *Gutedel* vynuogių. Šis lengvas vinas puikiai tinka turintiems jautrų skrandį. Vartojamas prie baltos mėsos, veršienos, kiaušinių patiekalų.



**GVAZDIKAI.** Gavzdikėliai, džiovinti gvazdikmedžio žiedpumpuriai. Turi malonaus kvapo eterinio aliejaus eugenolio. Vartojami kaip prieskonis kulinarijoje, konditerijoje, degtinėse, likerių gamyboje, karštiems vynams, bouliams ir kitokiems gėrimams paruošti.

**GVAZDIKMEDIS** (*Syzygium aromaticum*). Mirtinių šeimos visžalis 10–20 m aukščio medis. Tėvynė – Indonezija. Auginamas daugelyje tropinių šalių, daugiausia Madagaskare, Zanzibare, Molukų salose, taip pat Indijoje, Šri Lankoje, Gvinėjoje. Lapai priešiniai, odiški. Žiedai smulkūs, susitelkę kekėmis. Vaisius – raudona uoga. Visose augalo dalyse yra eterinio aliejaus (pumpuruose iki 26 proc.), daugiausia eugenolio (jis naudojamas farmacijoje, parfumerijoje). Džiovinti gvazdikmedžio žiedpumpuriai – gvazdikėliai vartojami kaip prieskonis. Su gvazdikėliais gaminami likeriai, karšti vyno gėrimai, vaisių sultys. Jais aromatizuojami konservuoti vaisiai, gvazdikėlių dedama į kopūstus, kiaulienos, avienu, žvėrienos mėsos, grybų, žuvies patiekalus, žlėgtainius, paštetus, padažus, picą.

**HAGGIS** (skait. *hegis*). Škotiškas valgis, gaminamas avies skrandį prikimšus faršo, paruošto iš smulkintų subproduktų su avių koše, galvijų lajumi ir prieskoniais. Gaminamas kaip pudingas ir patiekiamas per šventes.

**HALÁSZLÉ** (skait. *halašle*). Plačiai žinoma vengriška žuviene, verdama iš įvairių žuvų: karpių, lydekų, šamų arba iš smulkių žuvelių, svogūnų, aitriųjų ir saldžiųjų paprikų. Yra keletas jos gamybos būdų, besiskiriančių technologija ir priedais. Pvz., balatoniška žuvinė skiriasi nuo dunojiškos, nes į pastarąją dedama naminių kukulių.



**HAM AND EGGS** (angl., skait. *hemendegz*). Anglų patiekalas iš dviejų keptų kiaušinių ir kelių gabaliukų kepto kiaulienos kumpio. Apkepamas kumpis ir ant jo išleidžiami 2 kiaušiniai. Populiarus patiekalas ir Lietuvoje – kepti kiaušiniai su kumpiu.

**HARCO SŪRIS**. Vokiškos kilmės fermentinis rūgštaus pieno sūris. Į suformuotą *žalią* sūrį, brandinamą rūsyje, išvirksčiama sūrymo ir pelėsių grybelių kultūros. Harco sūriai gaminami geltonos ir raudonos spalvos.

**HARICOT DE MOUTON** (pranc., skait. *ariko de muton*). Patiekalas iš avienuos (ragu pavidalo) su baltosiomis pupelėmis, ropėmis ir kartais bulvėmis. Patiekalas pavadintas pakeitus pirminį pavadinimą iš *halicot* į *haricot*, t. y. *pupelė*.

**HARVE**. Minkštas, fermentinis, brandintas sūris, gaminamas Belgijoje iš karvių pieno. Formuojamas įvairaus dydžio galvomis. Skonis labai panašus į Linbursko sūrio, gaminamo taip pat Belgijoje.



**HASCHEE** (vok., skait. *hašė*).

- 1) Smulkinta mėsa – faršas;
- 2) iš mėsos gabalų (atliekų, atraišų), plaučių ir širdies faršo su prieskoniais išvirtas arba troškintas patiekalas. Labiausiai žinomas plaučių hašė.

**HAUT DAHRA**. Raudonasis Alžyro vinas. Išsiskiria puikia rubino spalva. Gaminamas iš vynuogių, auginamų šalies sostinės apylinkėse. Alkoholio – 12 proc.

**HEMUS**. Baltasis bulgariškas vinas, pasižymintis geru bukietu, ganėtinai rūgštus, kvapus, puikaus saldoko skonio.

**HETE BLIKSEM.** Populiarus olandų valgis, gaminamas iš kiaulienos šoninės arba dešros. Patiekiamas su bulvių ir obuolių koše.

**HEX VON DASENSTEIN.** Raudonasis Vokietijos vynas iš Badeno apylinkių (Markgreflerio žemė), gaminamas iš *Blauer Spätburgunder* vynuogių. Tai tamsiai raudonos spalvos, subtilaus gervuogių kvapo, švelniai kartoko skonio vynas, tinkantis prie raudonos mėsos, jautienos, makaronų patiekalų, pikantiško sūrio.

**HIDROLIZĖ** (gr. *hidro* – vanduo, *lysis* – irimas, skaidymas). Medžiagų cheminė sąveika su vandeniu, kai sudėtinė medžiaga suskyla į dvi ar daugiau medžiagų. Metodas taikomas spirito, pašarinių mielių, sirupo gamyboje.



**HIMMEL UND ERDE** (vok. – dangus ir žemė). Patiekalas, gaminamas iš dešros, pakepintos taukuose su svogūnais, patiekiamas su bulvių koše ir obuolių padažu.

**HIPERVITAMINOZĖ** (gr. *hyper* – priešdėlis, rodantis normos viršijimą). Intoksikacija, kurią sukelia vitaminų

perteklius organizme. Pasitaiko D ir A hipervitaminozės.

**HIPOVITAMINOZĖ** (gr. *hipo* – priešdėlis, rodantis buvimą po ko nors, sumažėjimą). Vitaminų trūkumas organizme. Atsiranda, kai maiste trūksta vitaminų arba sutrinka jų įsisavinimas.

**HOCHÉ POT** (pranc., skait. *ošpo*). Patiekalas, gaminamas iš jaučių uodegų, ištroškintų riebaluose su svogūnais, daržovėmis (morkomis, salierais, kopūstais, porais) ir baltuoju vynu.

**HOMOGENIZAVIMAS** (gr. *homogenines* – vienodos). Pieno, grietinėlės apdorojimas prieš sterilizavimą. Tada riebaliniai pieno rutulėliai tiek susmulkinami, kad neišplaukia į paviršių. Dėl to homogenizuotas pienas geriau įsisavinamas ir ilgiau išsilaiko. Homogenizavimas atliekamas aparatuose – homogenizatoriuose.

**HONIG LIKÖR** (vok.), žr. **KRUPNIKAS**.



**HORS D'OEUVRE** (pranc., skait. *ordiov*). Užkandis, apetitą žadinantis patiekalas prieš valgį. Restoranuose ir valgyklose gaminamas kaip šaltasis patiekalas.

Tai paprastai nesotus, neriebus valgis: vėžiagyviai (krevetės, omarai, langustai), minkštakūniai (austrės, moliuskai), žuvis (unguriai, lašišos, ikrai), mėsa (kumpio riekelės, veršio smegenėlės, vištų krūtinėlės ir kt.), daržovės (įdaryti pomidorai, įdaryti agurkai, mišrainės), vaisiai (įdaryti greipfrutai, arbūzai).  
Dar žr. **UŽKANDŽIAI**.



**HOT-DOG** (angl. *karštas šuo*), dešrainis. Virta dešrelė, patiekama su perpjauta bandele ir dažniausiai su garstyčiomis arba kečupu. Populiarus patiekalas JAV, pastaraisiais laikais išplitęs ir kitose šalyse, taip pat ir Lietuvoje.

**HRACHOVÁ POLEVKÁ** (ček.). Čekų ir slovakų žirnių sriuba su kiaulės ausimis.

**HUBERTUS**. Tamsiai rudos spalvos karčioji medžiotojų trauktinė. Pasizymi harmoningu vaistinių žolių skoniu ir aromatu.

Gaminama Vengrijoje, Vokietijoje.  
Stiprumas – 43–45 proc.

**HUCHEN** (vok.). Dunojaus upėje ir jos baseine besiveisianti lašišų rūšis.

**HUNGARIA**. Putojantis vengriškas vynas.

**ĮDARAI**. Kulinarijos gaminių kamšalai, specialiai pagaminti produktų mišiniai, skirti konditerijos, mėsos ir kitokiems gaminiams įdaryti. Gali būti mėsos, paukštienos, grybų, žvėrienos, žuvis, kruopų, morkų ir kt. produktų įdarų.

**ĮDARYTA LYDEKA**. Lydeka be žvynų atsargiai nulupama: pirmiausia apipjaunama apie galvą ir aštriu peiliu atskiriama mėsa nuo odos. Mėsa nuimama nuo kaulų, išrenkamos ašakos. Iš galvos (be žiaunų), stuburkaulio, pelekų, uodegos ir daržovių išverdama sultinys ir perkošiamas. Mėsa 2 kartus sumalama su piene išmirkyta bandele ir pakepintais svogūnais. Faršas sumaišomas su trupučiu manų košės ir kiaušiniu, pasūdomas, pabarstomas pipirais, gerai išmaišomas su trupučiu pieno.

Į lydekos odą prikemšama įdaro ir užsiuvama. Taip įdaryta lydeka dedama į didesnį indą, užpilama sultiniu ir apie 2 val. pamažu verdama. Išvirta žuvis dedama į lėkštę, supjaustoma, papuošiama petražolių lapeliais ir pomidorų ketvirčiais. Atskirai patiekama krienų padažu, garstyčių, pomidorų, virtų bulvių. Taip pat galima dalį sultinio, kuriame virė žuvis, paskaninti grietine su joje išplaktais miltais, užvirinti ir šiuo padažu užpilti žuvį.

**ĮDARYTA SILKĖ**. Šviežia silkė nuvaloma, aštriu peiliu perpjaunama išilgai per nugarą, pašalinami viduriai, išpjaunamas nugaros kaulas, nupjaunama galva ir pelekai. Silkė išplaunama, apdžiovinama, įdaroma džiovintų miltų, sumaišytas



su sviestu, kiaušiniu ir pakepintais svogūnais, pasūdoma, pabarstoma pipirais. Apkepta silkė įmerkiama į išplaktą kiaušinį ir vartant iškepama aliejuje. Patiekama su keptomis bulvėmis.

**IEŠMAS.** Metalinis, plokščias strypas, ant kurio užmaunami mėsos gabalai, kepančios žarijų kaitroje arba specialiose elektrinėse krosnyse. Paukščius reikia užmaiti taip, kad jų paviršius būtų vienodai nutolęs nuo iešmo, tada jie geriau iškepa. Geriausi iešmai gaminami iš nerūdijančio plieno. Iešmas gali būti ir medinis – iš lapuočių medienos.



**IKRAI.** Maisto produktai, gaminami iš neapvaisintų kai kurių žuvų ikrų. Turi lengvai pasisavinamų baltymų, riebalų, vitaminų. Skiriama eršketinių žuvų (juodieji), lašišinių žuvų (raudonieji) ir kitokių žuvų (sykinių, sterkių, sazanų) ikrai. Vertingiausi eršketinių žuvų (didžiojo, žvaigždėtojo eršketo) ikrai. Ikrai išimami iš gyvų žuvų, mechanškai (trinant per sieta) pašalinama plėvelė, sūdomi, kartais pasterizuojami, presuojami, rūkomi; fasuojami į dėžutes ar į stiklinius indelius. Rusijoje su ikrais geriama degtinė, kituose kraštuose – dažniausiai šampanas.



**IMBIERAS** (*Zingiber officinale Roscoe*). Į viksvamedį panašus imbierinių šeimos apie 1 m aukščio augalas. Imbiero šakniastiebyje yra daug eterinio aliejaus (3,5 %), krakmolo, ląstelių, riebalų, jis kvapus, saldus, mėsingas. Augalas kilęs iš Indijos, Japonijos, auginamas daugelyje Azijos šalių. Šakniastiebis, susmulkintas į gabalėlius ir išdžiovintas prieš saulę, kaip prieskonis dedamas į kai kuriuos kulinarinius, konditerijos gaminius, alkoholinius gėrimus, pvz., į švedišką karštą vyno gėrimą.

**INDIŠKAS GARNYRAS.** Priedas prie patiekalų, kurio pagrindinės sudedamosios dalys yra ryžiai su kario prieskoniais.

**INDŲ VALGIAI.** Kulinarijos pobūdį lemia religijos: budistai nevalgo jautienos, o musulmonai – kiaulienos, bet mėgsta aviėną ir paukštieną. Dauguma indų yra vegetarai: valgo tik žuvį, kiaušinius, daržoves, vaisius, ryžius, pieną. Yra ir griežtų vegetarų, kurie nevalgo gyvulinės kilmės produktų. Budistai, kurie karvę laiko šventu gyvuliu, nevalgo nei mėsos, nei pieno. Indų valgiai aštroko skonio. Vartojama daug aštrių prieskonių: įvairių rūšių pipirų, muskato, anyžių, migdolų. Tautinis indų prieskonis karis (*curry*) gaminamas iš daugelio prieskonių bei prieskoninių daržovių ir patiekiamas su

ryžiais, žuvimi, mėsa. Indija yra daugelio pasaulyje žinomų prieskonių tėvynė. Indijoje išauginama daug Pietų vaisių – datulių, citrininių ir kt. Užkandžiaudami indai valgo natūralias žalias daržoves, daržovių salotas, įdarytas daržoves bei grybų patiekalus. Sriubas verda grybų arba daržovių sultinyje. Plačiai vartojamos pertrintos vegetariškos ir saldžios sriubos su ryžių garnyru. Indai musulmonai gamina keptus ir troškintus avienos arba paukštienos valgius. Tautinis patiekalas – kebabas. Tai mažos, aštraus skonio maltos avienos dešrelės, keptos ant iešmo. Žuvis verdama, šutinama, kepama žarijų kaitroje. Pagrindinis indų maistas – ryžiai, daržovės bei grybai.

Indai mėgsta saldumynus. Labai daug vartoja natūralių vaisių, vaisių košių, vaisių salotų. Gaminami kompotai, drebučiai, putėsiai. Desertui dažnai valgomi karšti saldūs patiekalai: košės su vaisiais, ryžių apkepai. Indai geria arbatą, prie kurios atskirai patiekama pieno, rožių esencija paskanintą kavą, taip pat vaisių sultis, jogurto gėrimus.

**INGREDIENTAS** (lot. *ingrediens* – įeinantis). Kurio nors junginio, mišinio, valgio, gėrimo sudėtinė dalis.

**INKSTAI.** Porinis organas, esantis abipus stuburo, strėnų srityje. Jis padengtas riebalų sluoksniu ir yra pupelės formos. Inkstuose yra 3 sluoksniai: išorinis, vidurinis ir vidinis. Tai šlapimo atskyrimo organas. Todėl prieš perdirbant inkstus reikia gerai išmirkyti ir nuplauti. Juose yra riebalų, vitaminų A, B ir C. Naudojami delikatesiniams konservams gaminti.

Inkstus galima kepti (*sauté*) arba troškinti, dėti į sriubas (pvz., agurkines). Itin vertinami veršių inkstai.

Žinomiausi patiekalai: kepti veršio inkstai Bordo padaže (*à la bordelaise*); veršio inkstai, kepti ant iešmo (*en broche*, skait. *broše*); veršio inkstai su pievagrybiais.

**INVERSIJA** (lot. *inversio* – apkeitimas, perstatymas). Sudėtingų cukrų (daugiausia cukranendrių) suskaidymas į paprastesnius (į fruktozę ir gliukozę), veikiant rūgštimis ir fermentams. Plačiai naudojama sriubų, kisielių, kompotų, dirbtinio medaus gamyboje. Gamtoje invertuoto cukraus yra bičių meduje.

## IRANO VALGIAI,

žr. **VIDURINĖS AZIJOS ŠALIŲ VALGIAI.**



**IRISH STEW** (angl., skait. *airiš stju*). Anglų nacionalinis patiekalas, gaminamas iš svogūnų, avienos, bulvių ir baltųjų kopūstų. Ingredientai sudedami paeiliui ir ištroškinami.

**ISKAR KLOSTERBERG.** Baltasis bulgariškas vynas – kvapus, skonis panašus į muskatinio vyno.

**ISKRA.** Putojantis bulgariškas vynas.

**ISONZO.** Raudonasis ir baltasis itališkas vynas. Raudonasis gaminamas iš *Cabernet Sauvignon* arba *Merlot* vynuogių, baltasis – iš *Sauvignon Blanc* arba *Tocai Friulano*. Raudonasis vynas rubino spalvos, vaisių kvapo, vaisių-uogų skonio. Tinka prie raudonos mėsos, makaronų, pikantiško sūrio. Baltasis vynas – žalsvai geltonas arba aukso spalvos, malonaus vaisių kvapo, sausas, aromatingas, švelnus. Geriamas prie baltos mėsos, makaronų patiekalų, keptos žuvies, sūrio.

**ISPANŲ VALGIAI.** Patiekalai garsėja regioninėmis tradicijomis. Mėgstami pikantiški, gerokai paskaninti (dažniausiai paprika) valgiai. Ispanų pusryčiai lengvi: kava arba šokolado gėrimas su sumuštiniais bei sviestiniais pyragaičiais. Per pietus (*Comida*) valgomi šaltieji patiekalai, sriubos, žuvies, mėsos, kiaušinių su garnyrais patiekalai. Užkandžiai – tai krabų, kumpio ir dešrų, langustų, žuvų su salotomis, agurkais, svogūnais, česnakų, saldžiųjų paprikų su alyvuogių aliejumi ir actu valgiai. Sriubos mėgstamos gana tirštos – su mėsa, įvairiomis daržovėmis, sūriu (*Olla podriga*). Ispanai mėgsta patiekalus iš ungurių, lašišų, upėtakių. Pažymėtini avienos (*Cordero asado*), ėriukų, veršienos, kiaulienos, ypač jautienos, antienos, kalakutienos su bulvėmis, ryžiais, daržovėmis (pupelėmis, svogūnais, kopūstais, šparagais, špinatais), grybais valgiai. Vakarienei patiekama sūrio, kompoto, vaisių. Ispanai valgo daug jūrų gėrybių, midijų ir kt. (*frutas del mar*). Mėgstami lengvi užkandžiai *tapas*, ryžių patiekalas su jūrų gėrybėmis *arroz negro*,

šalta sriuba *gazpacho*, dešra *fuet*, ypač – juodos kiaulės, šeriamos ažuolo gilėmis, kumpis *Jamon Sorranó*. Populiariausi saldumynai: *sempanadilas*, *cremakatalana*, *turon*. Ispanai mėgsta kavą: *cafe solo* (juoda kava), *cafe con leche* (pusryčių kava su pienu), *Cortado* (kava su pienu), taip pat mėgaujasi vynu, alumi, migdolų pienu, šokoladu, vaisių sultimis, vynu su vaisiais (*Sangria*) ir jų sultimis, brendžiais.



**ISPANIJOS VYNAS.** Ispanija pagal pagaminamo vyno kiekį užima trečiąją vietą pasaulyje. Šalis garsi malagomis, cheresais, gaminamais pagal senas tradicijas bei originalias technologijas („solera“). Katalonijoje ne mažiau garsūs *Rioja* (skait. *riocha*) regiono vynai. Populiariausios vynuogių veislės: *Cabernet Sauvignon*, *Graziano*, *Garnacha*, *Monastrell*, *Moscatel*, *Tempranillo*, *Tinto Aragonés*, *Trebianco*, *Palomino*, *Parellada*, *Ximenez*. Pagrindiniai regionai, gaminantys aukštos kokybės vynus: *Riocha*, *Valensija*, *Katalonija*, *Cheresas*, *Malaga*, *Penedesas*. Ir kitų regionų vynininkystės ūkiuose gaminami puikūs vynai. Vynų gamybą, kaip ir Italijoje ar Prancūzijoje, kontroliuoja valstybė, todėl vyno kokybė išties gera. Tai liudija vyno butelių etiketės, kuriose nurodomas vyno pavadinimas

(juo gali būti įvardijamas gamintojas arba pavadinimas paprasčiausiai išgalvojamas), regionas, kuriame vynas pagamintas (pvz., Panedesas). Užrašas etiketėje „Denominacion de Origen“ žymi tam tikros kilmės kokybišką vyną, „Vin de mesa“ – ispaniškas stalo vyno pavadinimas, „Embottelado por ...“ – „išpilstytas“, „Embottelado en Origen“ – „vyną išpilstė gamintojas“.

Galima įvardyti kai kurias vyno rūšis. Tai baltieji – „Galestro“, „Raimat“, „Sherry“, „Viña Esmeralda“, „Viña Sol“; raudonieji – „Alicante“, „Aran Leon Reserva Málaga“, „Garnacha Tinta el Cortez“, „Montecillo gran Reserva“, „Penedés“, „Ribera del Duero“, „Rioja“, „Sangre de Toro“, „Torres Mas la Palma“. Ispanijoje gaminami geros kokybės puotojantys vynai („Cava“), taip pat vyno distiliatai-brendžiai („Fernando de Castilla“, „Osborne“, „Soberano“, „Torres“), vyno ir vaisių, vaisių sulčių gėrimas *Sangria*. Garsūs likeriai iš Maljorkos salos: „Hierbas“, „Licor 43“, „Polo“.

Dar žr. **CHERESAS, FINO, MALAGA.**



**IŠPIJOVA.** Aukščiausios rūšies galvijų (šiais laikais ir kiaulių), žvėrių (elnio, briedžio) liemens dalis, iš kurios gaminami langetai, befstrogenas, bifšteksas, taip pat vytinti gaminiai.

**IŠRŪGOS.** Antrinis pieno pramonės produktas, gaunamas perdirbant suraugintą pieną, gaminant varškę, sūrius, sviestą (pasukos). Tai vertingas produktas, turintis daug maistingųjų medžiagų. Išrūgose marinuojama mėsa, ypač žvėriena. Iš išrūgų kai kuriose šalyse gaminami kietieji sūriai.

**ITALIJOS VYNAS.** Italija – didžiausia pasaulyje vyno gamintoja. Kasmet pagamina iki 70 mln. hektolitrų vyno, t. y. vienam gyventojui tenka daugiau nei 100 litrų. Nemažai vyno gaminama namuose. Italų vynai geros kokybės, nes jų gamybą kontroliuoja valstybinė organizacija DOC (*Denominazione di Origine Controllata e Garantita*). Kontrolės sistema įvesta 1960 m. Tačiau labai senų rūšių vynai, pavyzdžiui, „Chianti classico“, gaminami pagal savą tradicinę technologiją.

Šalyje auginamos visame pasaulyje garsios vynuogių veislės: *Cabernet, Chardonnay, Lambrusco, Malvasia, Merlot, Pinot, Riesling, Sauvignon*.

Tačiau dažnai gaminami vynai ir iš savų veislių: *Barbera, Canaiolo, Catarrato, Chianti, Collio Bianco, Covrina, Nerello, Perricone, Sangiovese, Trebbiano*.

Italų vynu pavadinimai įvairios kilmės: vieni, kaip ir prancūziški, geografinės, kiti – istorinės, folklorinės, religinės. Bene dažniausiai jie gauna vynuogių vardus. Pagal regionus labiausiai žinomi italų vynai pasiskirsto šitaip: Apulija: „Castel del Monte“, „Locorotondo“; Bazilikata: „Aglanico del Vulture“; Emilija–Romanija: „Albana“, „Lambrusco“, „Sangiovese“; Friulius–Venecija–Džiulija: „Collio“, „Merlot“.

„Pinot Grigio“, „Tocai“;  
 Kampanija: „Lacryma Christi“, „Taurasi“;  
 Ligūrija: „Cinqueterre“, „Rossese di  
 Dolceacqua“;  
 Lombardija: „Oltrepò Pavese  
 Franciacorta“, „Valtellina“;  
 Pjemontas: „Asti Spumante“, „Barbaresco“,  
 „Barbera“, „Barolo“, „Dolcetto“,  
 „Gattinara“, „Nebbiolo“;  
 Sardinija: „Cannonau“, „Monica“,  
 „Nuragus“, „Vermentino“;  
 Sicilija: „Corvo“, „Etna“, „Marsala“,  
 „Regaleali“;  
 Toskana: „Chianti“, „Brunello“, „Vino  
 Nobile di Montepulciano“;  
 Trentinas–Alto Adigè: „Caldaro“, „Merlot“,  
 „Santa Maddalena“, „Teroldego“;  
 Umbrija: „Orvieto“, „Rubesco di  
 Torgiano“. Paminėtini putojantys vynai  
 („Asti spumante“), vynas su prieskoniais  
 (vermutai), taip pat brendžiai („Stock“),  
 kiti stiprieji alkoholiniai gėrimai (grapa),  
 likeriai (amaretas, maraschino), kartieji  
 gėrimai (kamparis).

**ITALIŠKOS SALOTOS.** Mėsos salotos  
 su majonezu.

**ITALŲ VALGIAI.** Jie turi savo ypatumų.  
 Vartojama daug tešlos gaminių, ryžių,  
 prieskonių su česnaku, alyvuogių aliejaus  
 ir pomidorų, su pastaraisiais verdamos  
 sriubos, gaminami užkandžiai, antrieji  
 patiekalai, padažai.  
 Miltų gaminiai (*pastas*) taip pat labai  
 įvairūs. Tai įvairių rūšių makaronai  
 (*spaghetti, vermicelli, tagliatelle, bucatini*),  
 iš jų gaminama labai daug patiekalų.  
 Paplitę ryžių gaminiai, pvz., *risotto*,  
*risi-pisi*. Populiari kukurūzų miltų košė  
 (*polenta*).

Italų pusryčiai kuklūs: stipri kava  
 su pienu, balta duona su sviestu,  
 medumi, marmeladu, vaisiais. Per  
 pietus užkandžiams patiekiami žalių  
 daržovių salotų, mėsos, žuvies patiekalų.  
 Valgomos daržovių su makaronais  
 (*minestra*), daržovių, ryžių, mėsos sriubos  
 (*minestrone*), mėsos, žuvų ir duonos  
 sriubos. Italai mėgsta žuvį ir kitokias jūrų  
 gėrybes (*frutti di mare*).

Vertinami veršienos, avienos, kiaulienos  
 bei paukštienos antrieji patiekalai su  
 daržovių priedais – žiediniais kopūstais,  
 žaliaisiais žirneliais ir pupelėmis,  
 šparagais, pomidorais, porais. Mėsa  
 kepama aliejuje, žarijų kaitroje. Sultiniai  
 verdami storuose ketaus induose.  
 Mėgstamiausia veršiena, vištiena,  
 kalakutiena ir laukinių paukščių, ypač  
 fazanų bei balandžių, mėsa.  
 Italai mėgsta sūrius. Tai parmezanas,  
 kačkavalas, brinza. Žinomas romėnų  
 sūrio šnicelis – riebaluose keptas sūris,  
 patiekiamas su špinatais ir bulvėmis.  
 Italai turi savas mėsos patiekalų  
 gamavimo tradicijas. Itin vertinami  
 kumpiai, kiaulienos kepsniai, nugarinė.  
 Paplitusios 2 dešrų rūšys: saliamis ir  
 mortadela. Iš miltų, sūrio, grybų, mėsos,  
 žuvies, pomidorų ir prieskonių  
 kepama garsioji pica.  
 Platus saldžiųjų patiekalų asortimentas.  
 Tai kompotai, kremai, ledai, biskvito  
 tortai, pyragaičiai. Garsūs italų vynai,  
 vermutai, likeriai, ypač amaretas,  
 maraschino, espreso kava.

**IZRAELIO VYNAS.** Šalies vyno pramonę  
 1880 m. įkūrė Rotsildas (Rothschild). Jos  
 tikslas – gaminti ritualinius (*košer*) vynus.  
 Šiais laikais vyno pramonė išaugusi.

Introdukuotos *Cabernet*, *Grenache*, *Petite Sirah*, *Semillon*, *Sauvignon Blanc* vynuogės. Pagrindiniai rajonai, kuriuose gaminami geri raudonieji vynai, – Galilėja ir Samsonas.

**YERBA MATE**, žr. **MATE**.

**YORK HAM** (angl., skait. *jork hem*). Angliškas kiaulienos kumpis, gaminamas Jorko apylinkėse ir laikomas geriausiu šalyje. Valgomas šaltas ir karštas.

**YORKSHIRE PUDDING** (angl.). Patiekalas, gaminamas iš miltų, kiaušinių, riebalų, kepimo miltelių ir druskos. Paruošta tešla sudedama į riebalais išteptą formą ir kepama orkaitėje. Tai atskiras patiekalas arba priedas.

**YQUEM d' CHÂTEAU** (pranc.). Bordo vynas (*Sauternes*).

**YUNNAN**. Kinų juodoji arbata. Gaminama tik kaip lapinė arbata. Pasirodė rinkoje 1958 m. ir laikoma viena geriausių arbatų pasaulyje. Jos nuoviras pasižymi maloniu aitrumu.



**YZOPAS**, žr. **JUOZAŽOLĖ**.

**JÄGERMEISTER**. Žinoma vokiečių medžiotojų saldžioji žolelių trauktinė. Alkoholio – 35 proc.

**JAPONŲ GĖRIMAI**. Tradiciniai gėrimai *sakė* ir *siotju* gaminami iš tam skirtų ryžių veislių savyklo bei kitokių grūdinių kultūrų, saldžiųjų bulvių (batatų), geltonojo cukraus, moliūgu, melionų ir tam tikrus reikalavimus atitinkančio vandens. Pastarojo sunaudojama gana daug – iki 80 proc. Šių gėrimų technologija panaši. Sakė gaminama iš ryžių, o siotju – iš ryžių su priedais. Alkoholio kiekis sakėje – 15–20 proc., siotju – 20–40 proc. Šie gėrimai geriami šalti arba pašildyti. Šiais laikais Japonijoje gaminama ir kitokių alkoholinių gėrimų: alus, vynas, viskis, brendis.

**JAPONŲ VALGIAI**. Japonų kulinarija išsiskiria egzotiškais patiekalais. Vartojama daug citrusinių vaisių, ryžių, žuvų ir kt. jūrų gėrybių. Skoniui pagerinti vartojamos prieskoninės daržovės, aromatinės žolės, kartieji ir kviepiantieji pipirai, alyvuogės, imbieras. Gaminant patiekalus iš žuvies ir mėsos, pilama vyno ir alaus, vietoj įvairių prieskonių vartojamas aštrus sojų pupelių, ryžių padažas – pasta *Sho-Ju*. Japonai valgo baltą duoną, mėgsta aštrų maistą, bet ji mažai sūdo. Mėgstamos daržovių salotos, silkės, žuvies ir vištienos šaltieji patiekalai bei užkandžiai. Daugelį patiekalų japonai valgo su lazdelėmis. Sriubos nedideliais kiekiais valgo tris kartus per dieną. Sriubos gaminamos daržovių, mėsos arba žuvies sultiniuose. Populiarios trintų pupelių sriubos, sriubos-krema. Mėsos patiekalus

iš jautienos, avienos, kiaulienos arba paukštienos gamina kepdami, troškindami, šutindami. Garnyrai – ryžiai ir įvairios daržovės. Japonai valgo daug žuvies, taip pat mėgsta įvairias jūrų gėrybes: krabas, krevetes, trepangus, jūros kopūstus. Japonai valgo ir žalią žuvį su daržovių garnyru.

Daugiausia japonai suvartoja ryžių. Juos šutina nedideliame skysčio kiekyje. Plačiai vartojamos pupelės, sojų pupos – iš jų gaminamos sriubos, antrieji patiekalai, padažai, garnyrai. Gaminami patiekalai ir iš kiaušinių. Desertui valgomi švieži vaisiai, kompotai, ledai. Japonai geria arbatą, dažnai aromatizuotą. Iš stipresnių gėrimų populiarius ryžių vynas, sakė, taip pat alus.



**JAUTIENA.** Naminių galvijų, kurie auginami beveik visose pasaulio šalyse, mėsa. Tai – tamsi, turtinga baltymų mėsa. Tik tam tikrų veislių galvijų mėsa yra riebi. Geriausia jautiena – išpjova, filė, tarpšonkaulinė (*roastbeef*) – dažniausiai kepama. Šlaunų ir menčių mėsa troškinama. Iš kaklo, krūtinės, šoninės mėsos gaminami virti arba troškinti patiekalai. Iš jaučių uodegų vokiečiai verda sriubą (*Ochenschwanzsuppe*).

Žinomi patiekalai: jautienos krūtininė – virta, su morkomis, salierų gumbais ir bulvėmis, su krienuais; jautienos rulletas (vyniotinis) – troškinta su lašiniai ir agurkais; paprikos kepsnys – troškinta su grietine ir paprika, patiekiami su kukuliais arba ryžiais; rusiški muštinkai – pamušta jautiena, ištroškinta su sviestu, kiaušiniiais, miltai, muskatu, druska, pipirais ir grietine, patiekiami su keptomis bulvėmis; filė kepsnys su šviežiomis daržovėmis; filė kepsnys *Chipolata*, keptas su kaštainiais, svogūneliais, morkomis, lašinių kubeliais ir dešrelėmis; filė kepsnys *Stephania*, keptas su triufelių griežinėliais, maderos padažu, keptomis bulvėmis.

#### **JAUTIENOS LIEŽUVIS KRIENŲ PADAŽE.**

Nuvalytas liežuvis išverdamas ir atšaldomas sultinyje. Tada nulupama odelė ir supjaustoma storokomis riekelėmis, sudedama į ugniai atsparų indą, užpilama krienų padažu ir keletą minučių patroskinama orkaitėje. Patiekiami su bulvių koše ir raugintais agurkais.

#### **JAUTIENOS LIEŽUVIS PAGAL LENKIŠKĄ RECEPTĄ.**

Nuplautas liežuvis išverdamas pasūdytame vandenyje kartu su daržovėmis. Atšaldžius šaltame vandenyje nulupama odelė, supjaustoma plonomis riekelėmis. Patiekiamas užpiltas pilkuoju padažu su bulvių koše.

**JAUTIENOS LIEŽUVIS SŪDYTAS.** Žaliava įvairiems patiekalams gaminti. Liežuvis gerai nuplaunamas po tekančiu vandeniu ir išverdamas daržovių sultinyje. Prieš baigiant virti liežuvis išimamas iš sultinio

ir pamerkiamas keletui minučių į šaltą vandenį, nulupama odelė ir baigiama virti. Liežuvis supjaustomas skersai griežinėliais ir patiekiamas su bulvių koše, pilkuoju ar krienių padažu. Galima valgyti ir kaip šaltą patiekalą.



**JAUTIENOS ŠLAUNIS.** Skerdenos dalis, kuri išpjaunama iš pusės užpakalinės dalies (ketvirčio). Šlaunis dar sudalijama į kryžinę, uodeginę, šoninę ir vidurinę dalis. Šlaunies mėsa kepama stambiais gabalais, pavoliota džiuvėsių miltuose; smulkiais gabalais (romšteksas, befstrogenas, guliašas); verdama.

**JAV VALGIAI.** Amerikiečių kulinarijos ypatumai – patiekalų gaminimas iš konservuotų ir paruoštų vartoti produktų. Pradedant mėsos ir žuvies patiekalais, padažais, vaisiais, daržovėmis, grybais, baigiant gėrimais, dažniausiai viskas yra fasuota (*Canned food*). Šeiminkėms arba valgyklų bei restoranų darbuotojams reikia juos tik šiek tiek pakeisti, pvz., apdoroti termiškai. Tačiau tai nėra pats sveikiausias maitinimosi būdas. Nacionalinėse visuomeninio maitinimo įmonėse galima gauti patiekalų, pagamintų ir iš šviežių produktų.

Pusryčiams paprastai patiekiami vaisių sulčių, kavos, pyragaičių arba pakepintų kukurūzų bei kviečių dribsnių. Pagal anglų tradicijas valgomi kiaušiniai, kumpis, bekonas. Per antruosius pusryčius (*Lunch*) valgomi sumuštiniai, dešrelės, ypač mėsiniai su riebaluose keptomis bulvėmis. Pietūs (*Dinner*) susideda iš užkandžių, sriubų (dažniausiai pomidorų, grybų arba moliuskų). Žuvų patiekalų sąrašė pirmąja upėtakiais, lašišos, taip pat jūrų gėrybės: krabai, omarai. Mėgstamiausi mėsos patiekalai – iš keptos jautienos, veršienos arba kiaulienos, pvz., *Corned beef*, *Tenderloin* (filė), *Ham steaks* (keptas kumpis), *Breaded cutlet* (apvoliotas veršienos kotletas). Mėgstama paukštiena, pvz., *Fried chicken* (keptas viščiukas), *Fried turkey* (keptas kalakutas). Pastarasis valgomas ir per nacionalinę šventę – Padėkos dieną. Priedai prie patiekalų – daržovės, bulvės, kukurūzai, ryžiai. Padažai – pagaminti su pomidorais, salierais, svogūnais, aštriais prieskoniais, pvz., *Barbecue sauce* (aštrus pomidorų padažas) ir *Chilliés* (raudonųjų paprikų padažas). Ypatinę vietą JAV gyventojų racione užima saldūs patiekalai: pyragaičiai, paštetai, pudingai, valgomieji ledai, omletai. JAV mėgstamas Kalifornijos vynas, romas, viskis, kuris geriamas neskiestas (*neat*), skiestas, su sodos vandeniu (*straight*) arba su ledo gabaliukais (*on the rocks*). Taip pat mėgstami *short* arba *long drinks*, mišinių gėrimai.

**JAV VYNAS.** Vynuogės JAV auginamos beveik visose valstijose, tačiau didžiausias arealas yra Ramiojo vandenyno zonoje,



ypač Kalifornijoje, kur pagaminama apie 70 proc. šalies vyno. Taip pat pažymėtini Niujorko, Vašingtono, Oregono regionai. Populiariausios vynuogių rūšys: baltosios *Chardonnay*, *Chenin Blanc*, *Emerald Riesling*, *French Colombard*, *Gewürztraminer*, *Palomino*, *Sauvignon Blanc*, *White Riesling*; raudonosios *Barbera*, *Cabernet Sauvignon*, *Carignane*, *Grenache*, *Petite Sirah*, *Pinot Noir*, *Ruby Cabernet*, *Zinfandel*.

Vynus dažniausiai gamina vynininkystės ūkių susivienijimai: pvz., brolių E. ir J. Gallo firma gamina apie 45 proc. visų Kalifornijos vynų. Vynų pavadinimai dažniausiai įvardija vynuogių rūšį arba europietišką vyno pavadinimą (šablis, rislingas, muskatas).

Ženklinama ir vyno gamybos vieta, pvz., „Kalifornijos šablis“, „Niujorko burgundiškasis“, taip pat firmos pavadinimas: pvz., baltieji „Beringer Napa Valley Fumé Blanc“, „Delaware Moselle“, „Fish Eye Pinot Grigio“, „Paul Masson White“, „Ravenswood Vintners Blend Chardonnay“, „Tūme Blanc“, brolių Gallo firmos „Andre“ (putojantis), „Beringer Zinfandel Blush“ (rožinis); raudonieji „Almanden Mountain Burgundy“, „Charles Fomin“, „Chablés Nature“, „Paul Masson Red“, „Zinfandel“. Vidaus rinkai skirtas vynas išpilstomas į butelius, kurių talpa lygi pintai (0,74 l), kvortai (0,95 l). Pigus, paprastas vynas parduodamas didesnės talpos buteliuose arba paketuose (išpilstomas galonais po 3,78 l). Europos rinkai skirtų vynų butelių talpa – 0,75 l, 2,25 l.

JAV vynai užvaldo vis didesnę Europos rinkos dalį, nes yra nebrangūs ir geros kokybės.



**JAVAI.** Grūdinės kultūros, kultūriniai augalai, teikiantys grūdus. Dauguma jų priklauso varpinių ir ankštinių šeimoms. Auginami visuose žemynuose. Grūdų produktai – nepaprastai svarbi maisto ir pašarų dalis.

Iš varpinių daugiausia auginama kviečių (ypač Europoje, Šiaurės Amerikoje, Azijoje), miežių (Europoje, Azijoje), rugių (Europoje), sorų (Azijoje). Populiariausi ankštiniai: sojos (Pietų Europoje, Azijoje, Amerikoje), lęšiai (Europoje, Azijoje, Pietų Amerikoje). Auginama daug kukurūzų.

Javai yra seniausi žmonių maisto produktai. Iš jų gaminami miltai, kruopos, alus, spiritas, jais šeriami gyvuliai.



**JAZMINAS** (*Philadelphus*). Uolaskėlinių šeimos krūmas, paplitęs Amerikoje, Azijoje, Europoje. Išauga iki 5 m aukščio.

Auginamas kaip dekoratyvinis krūmas, pasižymi gelsvais kvapiais žiedais. Vartojamas arbatai aromatizuoti.

**JERUBĖ** (*Tetrastes bonasia* L.). Vištinių šeimos medžiojamas paukštis. Svoris – apie 0,5 kg. Mėsa balta, skani. Lietuvoje nemedžiojamas, nes yra nykstantis.

**JOGURTAS.** Specialiai bakterijomis (*Lactobacillus bulgaricus*, *Streptococcus thermophilus*) suraugintas karvių pienas. Tai rūgštokas, tirštokas konsistencijos dietinis gėrimas, turintis 3,3 proc. baltymų, 2,8 proc. riebalų, angliavandenių, vitaminų B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP. Iš jo gaminami įvairūs gėrimai, salotų padažai, majonezas.



**JONAŽOLĖ PAPERASTOJI** (*Hypericum perforatum* L.). Jonažolinių šeimos daugiametis augalas, išplitęs beveik visame pasaulyje. Džiovinata žolė naudojama trauktinių, likerių gamyboje, medicinoje.

**JONAŽOLINĖ.** Į butelį įdedamas vienas stiebelis džiovintos jonažolės (*Hypericum perforatum*), užpilama degtine ir palaikoma 2–3 dienas. Nereikia dėti daug jonažolės ir ilgai laikyti ją užpiltą.

## JUGOSLAVIJOJOS TAUTŲ VALGIAI.

Patiekalai labai įvairūs, nes dabar naujos respublikos (Serbija, Juodkalnija, Kroatija, Bosnija ir Hercegovina, Slovėnija, Makedonija) turi savas tradicijas, kurių formavimuisi turėjo įtakos kaimynų austrų, vengrų, bulgarų, graikų, italų virtuvės. Valgo įvairius mėsos, paukštienos, žuvies ir daržovių patiekalus, kuriems malonų skoni suteikia prieskoninės daržovės, prieskoniai, žalumynai, ypač kvapieji pipirai ir paprikos. Pusryčiams patiekiami kavos su grietinėle, ragelis su sviestu, užkandžiams – dešrelės, kiaušiniškos su lašiniiais, šaltienos, kumpio su salotomis, mažų maltos jautienos dešrelių, keptų ant žarijų (*čevapčiči*). Sriubos verdamos iš mėsos, žuvies, smegenų, daržovių. Daug valgoma jūrų ir gelūnių vandenų žuvų. Paminėtinas mėsos patiekalas *džiuvėcas* – avienos guliašas su aliejumi, ryžiais, pomidorais, raudonosiomis paprikomis, svogūnais, moliūgais, valgomas su balta duona. Mėgstami ir kiti patiekalai: keptas kiaulienos karbonadas, avienos kepsnys, ant iešmo kepta mėsa, šnicelis, vištiena su krienių padažu, taip pat patiekalai iš žvėrienos. Daržovės dažniausiai įdarytos: pomidorais, saldžiosiomis paprikomis, griežčiais. Vartojama daug sūrio: brinzos, kačkavalo. Paplitę saldūs patiekalai: pyragai (*pita*), tortai, kuriems kepti naudojama daug riešutų bei vaisių. Populiarūs valgiai: *pršut* – vytintas, plonai pjaustytas kumpis, *janjetina* – kepsniai iš ėriuko mėsos, *paškir sir* – brandintas, aliejuje laikomas sūris, *štrukli* – vyniotiniai su varške, jie mėgstami ne tik Kroatijoje – globalizacija atkeliaavo ir į pietų slavų respublikas. Mėgstamos picos,

hamburgeriai. Turistai vaišinami prie švediško stalo. Geriama daug vyno, šiaurės srityse mėgstamas alus, visoje buvusioje Jugoslavijoje – degtinė, vadinama *rakija*, ypač slyvų trauktinė – *slivovica*. Paminėtinas likeris „Maraschino“, plačiai žinomas už šalies ribų.

**JUGOSLAVIJOS TAUTŲ VYNAS.** Šios šalies žemė ir klimatas yra palankūs vynuogėms auginti. Nuo senų laikų buvo auginamos vietinių veislių, pvz., *Prokupac*, *Zilavka*, vynuogės, vėliau introdukuotos kaimyninių ir tolimesnių šalių veislės. Vyno gamyba prasidėjo kaimuose, ilgainiui pradėta gaminti pramoniniu būdu. Po II pasaulinio karo (įkūrus Jugoslavijos Socialistinę Federacinę Respubliką) vynu gamyba (ir vynuogynų plotai) labai išsiplėtė. Šalis tapo vynu eksportuotoja. Tradiciškai Jugoslavijoje gaminamas apysaldis vynas: baltasis, raudonasis, rausvasis. Jam teikiami dažniausiai vynuogių, iš kurių pagamintas, kartais – vietovardžių pavadinimai. Vynas gaminamas visose respublikose, todėl ir pavadinimų yra gausybė. Derėtų paminėti keletą. Kroatijoje populiarūs „Kabernet“, „Merlot“, „Tarak“; Serbijoje – „Dolmatia“, „Kadarka“, „Prokupac“, „Prošek“; Slovėnijoje – „Banat“, „Ljutomer“, „Ormož“, „Riesling“; Juodkalnijoje – „Chardonnay“, „Merlot“, „Varna“; Makedonijoje – „Chiraz“, „Muskat“. Minėtieji ir kiti buvusios Jugoslavijos respublikų vynai kokybe neprilygsta, pavyzdžiui, prancūzų, italų ar ispanų

vynams, todėl jie nėra labai populiarūs, tačiau dėl žemos kainos paklausūs.

### JUODADĖMĖ MENKĖ, žr. PIKŠA.



**JUODA DUONA.** Ji kepama iš rupių, dažniausiai ruginių miltų. Ši duona kepama ilgiau nei balta, todėl cukringosios medžiagos karamelizuojasi ir duonos minkštimas bei pluta patamsėja. Juoda duona yra maistingesnė už balta. Dar žr. **DUONA**.

**JUODŪJŲ SERBENTŲ LIKERIS** (pranc. *Cassis*). Tamsiai raudonos spalvos gėrimas, turintis ne mažiau nei 20 proc. alkoholio. Gali būti geriamas grynas, kaip aperityvas arba vartojamas kokteiliams gaminti, pvz., „Quattro“.

**JUOZAŽOLĖ, YZOPAS** (*Hyssopus officinalis* L.). Notrelinių šeimos daugiametis žolinis apie 50 cm aukščio augalas šakotu stiebu ir lancetiškais lapais. Žiedai rausvai mėlyni, rečiau rausvi arba balti. Juozažolė kilusi iš Viduržemio pajūrio šalių. Dėl joje esančio eterinio aliejaus (apie 1,15 proc.), kurio kvapas panašus į kamparą, o skonis aštriai kartokas, švieži ir džiovinti lapai vartojami kulinarijoje kaip uždaras salotoms, sriuboms, mėsos ir daržovių

antriesiems patiekalams. Juozažolės eterinis aliejus naudojamas ir degtinės gamybai.

**JURANÇON** (skait. *jurason*). Tradicinis baltasis aukso spalvos vinas, gaminamas Prancūzijos pietvakarinėje dalyje iš *Camaralet*, *Courbu*, *Gros Manseng* vynuogių. Tai saldokus gvazdikėlių ir medaus aromato, cinamono bei gvazdikėlių skonio vinas, gaminamas iš prinokusių tauraus puvinio paveiktų vynuogių, tinkantis prie rokforo sūrio arba geriamas kaip aperityvas. Legandos byloja, kad šiuo vynu buvo pakrikštytas Prancūzijos karalius Henrikas IV.

**JŪRŲ VAISIAI** (it. – *frutti di mare*, pranc. – *fruits de la mer*, isp. – *frutas del mar*). Valgomieji moliuskai, kriauklės, jūrų vėžiagyviai, plačiai vartojami italų, ispanų, prancūzų kulinarijoje virti vyne su prieskoniais arba kaip daugelio patiekalų sudedamoji dalis.



**JŪRŲ KOPŪSTAI** (*Crambe maritima*). Bastutinių šeimos jūrų augalas, paplitęs Europos jūrose, Atlanto vandenyne, taip pat Baltijos, Juodojoje, Azovo jūrose. Jauni augalai naudojami maistui kaip daržovės.

**KABERNĖ** (pranc. *Cabernet*).

1. Žinoma vynuogių rūšis, iš kurios gaminami geriausi Bordo vynai. Auginamos Prancūzijoje, Italijoje, Ispanijoje, Bulgarijoje, Moldovoje.
2. Rumuniški, moldaviški ir kt. šalių malonaus aštroko skonio raudonieji vynai.

**KAČASA, KAŠASA** (*Cachaça*).

Braziliška degtinė, gaminama iš šviežių cukranendrių sulčių. Europoje populiariausia skaidri, šviesiai geltonos spalvos „Cachaça Pitu“. Tai švelnaus skonio, malonaus aromato gėrimas, turintis apie 40 proc. alkoholio. Geriama atšaldyta arba skiesta. Kačasa yra daugelio baro gėrimų (kokteilių) sudedamoji dalis.



**KADAGIŲ UOGOS** (*Fructus Juniperi*).

Kiparisinių šeimos visžalių krūmų ir medžių genties uogos. Kadagys paplitęs miškų zonoje. Lietuvoje auga paprastasis kadagys. Prinokę kankorėžiai yra uogos pavidalo – tamsiai mėlynos arba juodos spalvos. Vartojamos kaip prieskonis prie žvėrienos ir paukštienos patiekalų, padažams paskaninti, taip pat alkoholiniams gėrimams (pvz., džinui) gaminti.

**KADARKA.** 1) Raudonosios vengriškos kilmės rubino spalvos, aromatingos, švelnaus skonio vynuogės;  
2) raudonasis rumunų, bulgarų, vengrų ir kitų tautų saldokas vynas.

**KAHORAS.** Raudonasis, dažniausiai desertinis vynas – aitrokas, tamsiai raudonos spalvos. Kilęs iš to paties pavadinimo Prancūzijos miesto. Gaminamas Prancūzijoje, Kryme, Bulgarijoje, Moldovoje ir kitur iš įvairių veislių raudonųjų vynuogių sulčių. Sultys prieš rauginimą pakaitinamos iki 65 °C. Vynas turi iki 16 proc. alkoholio ir 18–20 proc. cukraus.



**KAKAVA** (isp. *cacao*). 1. Stimuliuojantis gėrimas, turintis teobromino. Gaminamas iš atogrąžų kakavos medžio vaisių miltelių, gausiai pasaldinamas.  
2. Kakavmedžio vaisių milteliai.

**KAKAVMEDIS** (*Theobroma*). Nedidelis (iki 9 m) visžalis dedešvinių šeimos medis. Jo lapai odiški, smailėjantys į galą, ovališki, žiedai smulkūs (kreminiai arba geltoni, žalsvai rausvi, raudoni). Vaisiai uogiški, kiaušiniški, forma panašūs į daugiabriaunį agurką, kurio masė 320–500 g. Vaisiuje yra 25–60 sėklų – kakavos pupelių, kuriose esama iki 57 proc. riebiojo aliejaus,

šiek tiek alkaloido teobromino ir kofeino. Iš sėklų gaminamas kakavos aliejus, iš jų išspaudų – kakavos milteliai. Iš kakavos gaminamas šokoladas, iš išspaudų daromi gėrimai, konditerijos gaminiai, likeris. Kakavmedis savaime auga Pietų ir Centrinėje Amerikoje. Auginamas Šiaurės ir Rytų pusrutulių tropinėse juostose (*Theobroma bicolor*, *Theobroma cacao*, *Theobroma grandiflora*).

**KAKAVOS LIKERIS.** Gaminamas iš spirito, granuluotos arba maltos kakavos, kartais su vyšnių antpilu.



**KALAFIORAI** (*Brassica oleracea* var. *botrytis*). Žiediniai kopūstai. Vienmečiai. Stiebas žemas su žemai susitelkusiais lapais. Žiedynas sutrumpėjęs, šakotas. Žiedkočiai, kaip ir viršutiniai lapai, sustorėję, mėsingi, su žiedais sudaro miltinę kompaktišką galvutę, kuri valgoma. Turtingi vitaminų C, A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP, taip pat mineralinių medžiagų. Kaip ir visus kopūstus, juos reikia virti neilgai (apie 10–20 min.), į vandenį galima įpilti truputį pieno ir įberti cukraus. Iš jų verdamos skanios sriubos. Galima kepti su džiovėvaisiais, troškinti. Žiedinių kopūstų porūšis – brokoliai

(*Brassica cauliflora subsp. simplex*), paplitę Viduržemio jūros šalyse, Vakarų Europoje.



**KALAKUTAI** (*Meleagridae*). Fazaninių šeimos paukštis, išvestas iš Šiaurės Amerikoje gyvenusių laukinių kalakutų. Į Europą atvežtas XVI a. Jauni paukščiai kepami, senesni – troškinami. JAV iš kalakutų gaminami nacionalinei šventei, Padėkos dienai, skirti patiekalai. Plačiai žinomi šie patiekalai: miestietiškas kalakutas (*à la bourgeoise*, skait. *buržuaz*) – su lašiniiais, svogūnais, morkomis; kalakutas *à la chipolata* – su svogūnais, lašinių kubeliais, morkomis, kaštainiais ir dešrelėmis (*saucisses*, skait. *sisis*); milaniškas kalakutas (*à la milanese*, skait. *milanais*) – keptas su milaniškais makaronais; kalakutas *auxcèpes* (skait. *osep*) – su baravykais.

**KALĖDAITIS**. Paplotėlis, kepamas iš geros rūšies kvietinių miltų ir vandens specialiose formose, pagrazintose reljefiniais religinio turinio piešiniais. Švęsto kalėdaičio valgymu pradeda Kūčių vakarienė. Konditerijoje naudojamas tortams ir įvairiems kepiniams.

**KALEKUKO** (suom.). Pyragų, kepamų iš specialios tešlos (miltai, riebalai, cukrus – 3:2:1) su žuvies įdaru, rūšis. Liaudiškas patiekalas Suomijoje.

**KALENDRA** (*Coriandrum* L.). Salierinių (*Apiaceae*) šeimos vienmetis žolinis augalas stačiais, viršuje šakotais stiebais (apie 50 cm), suskilusiais į daug siaurų skiltelių. Smulkūs balti ir rožiniai žiedai susitelkę skėteliais. Prinokę vaisiai rudi, saldžiai aštraus skonio, stipraus kvapo. Kalendros žolės ir sėklų aštrus kvapas priklauso nuo joje esančio eterinio aliejaus. Kalendra kilo iš Viduržemio pajūrio šalių, vėliau išplito pasaulyje. Lietuvoje auga ir kultivuojama blakinė kalendra (*Coriandrum sativum* L.). Kalendra aromatizuojami duonos ir konditerijos gaminiai, marinatai, padažai, dešros, sūriai, likeriai. Kulinarijoje kalendrų sėklos vartojamos troškinant mėsos ir žvėrienos patiekalus. Lapai valgomi švieži. Ypač populiarūs Kaukazo šalyse, kur jie vadinami kinza arba kinze. Iš aliejaus gaminamos įvairios kvapios medžiagos, sėklos vartojamos medicinoje.



**KALIAROPĖ** (*Brassica oleracea* var. *Gangyloides*, *Kolrabi*). Ropiniai kopūstai.

Dvimečiai. Stiebas trumpas, ropiškai sustorėjęs. Sustorėjusi stiebo dalis naudojama maistui. Turi vitaminų C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>. Iš jaunų kaliaropių galima pagaminti skanių ir pigių patiekalų.

**KALIFORNIJOS VYNAS.** Gaminamas jau 150 metų, tačiau modernios vyno industrijos era čia prasidėjo prieš 30–40 metų. Kalifornijoje gaminami geros kokybės pigūs vynai, taip pat labai geri briliantiniai vynai. Kalifornijos vyno sėkmę lemia vynuogių rūšių įvairovė. Čia auginamos beveik visos žymesnės Europos vynuogių veislės: *Barbera, Cabernet, Chardonnay, Emerald Riesling, Flora, Gewürztraminer, Grenache, Gray Riesling, Merlot, Muscat, Pinot Blanc, Pinot Noir, Pinot St. George, Sauvignon Blanc, Semillon, Zinfandel*. Todėl ir vynu pavadinimai čia labai įvairūs. Didžiausi Kalifornijos vinyininkystės ūkiai, gaminantys aukštos kokybės vynus: *Beringer Vineyards, C. K. Mondavi, E. & J. Gallo, Franzia, Sebastian Vineyards, Guild, La Mont, Paul Masson, United Vintners* ir kt. Dar žr. **JAV VYNAS**.

**KALIS** (lot. *Kalium*, K). Cheminis elementas, šarminis metalas. Tai sidabriškai baltas, lengvas, minkštas metalas. Lydosi 63,55 °C temperatūroje. Ore, ypač drėgname, lengvai oksiduojasi, pakaitintas sausame ore dega violetine liepsna, todėl laikomas žibale arba alyvoje. Kalis yra vienas biogeninių elementų, jo yra visuose augaluose ir gyvūnuose. Žmogui reikia 2–3 g kalio per parą; gaunamas su maistu. Kalis padeda reguliuoti bioelektrinių potencialų generavimą ir nervinių impulsų sklaidimą,

širdies ir kt. raumenų susitraukimą, palaiko normalų slėgį, padeda ląstelių koloidams prijungti vandenį bei atlikti kitas organizmui būtinas funkcijas.

**KALJA** (rus. *кальва*). Senosios rusų kulinarijos patiekalas – žuviene. Verdama kaip tradicinė, bet tik iš vertingų riebių žuvų (dažniausiai lašišinių). Be to, be vandens, į sultinį pridedama agurkų, agurkų sūrymo, citrinos arba jos sulčių, kartais ikrų.



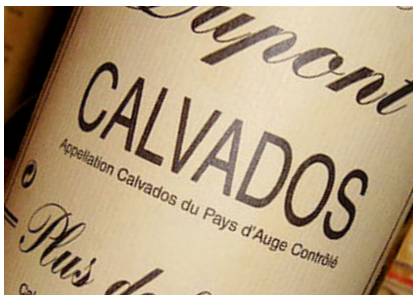
**KALMARAI** (*Teuthoidea*).

Galvakojų moliuskų klasės gyvūnai. Paplitę vandenynuose ir normalaus druskingumo jūrose. Kūnas – 0,25–0,5 m ilgio, pailgas, torpedos formos, gale nusmailėjęs, su 2 dideliais pelekais. Galvoje yra 10 čiuptuvų. Mėsa valgoma. Joje yra visaverčių baltymų (apie 20 proc.), nedidelis kiekis riebalų, riebalų rūgščių, vitaminų A, B, C, D. Parduodami dažniausiai užšaldyti arba konservuoti kalmarai. Iš kalmarų gaminamos salotos su ryžiais, jie kepami pavolioti džiuvėsiuose, tešloje.

**KALORIJA** (lot. *calor* – šiluma, karštis). Šilumos kiekio vienetas – tai šilumos kiekis, reikiamas padidinti 1 g vandens

temperatūrą vienu laipsniu – nuo 14,5 iki 15,5 °C. Nuo 1948 m. IX Generalinė matų konferencija nustatė naują šilumos kiekio matavimo vienetą – džaulį (kalorija (cal) = 4,1868 džaulio (J)). Paplitęs 1 000 kartų didesnis kartotinis vienetas – kilokalorija (kcal). Šilumos kiekis matuojamas kalorimetrais, tai paties pavadinimo prietaisais nustatomas maisto produktų kaloringumas. Pvz., šviežių agurkų kaloringumas – 15 kcal/100 g, duonos – 204/100 g, cukraus – 390 kcal/100 g.

**KALTERERSEE.** Populiarus raudonasis italų *Classico* vynas, kilęs iš Tirolio apylinkių. Gaminamas iš *Gross Vernatsch* vynuogių. *Classico* pranoksta masinės gamybos vynus. Tai šviesios rubino arba granato spalvos, gėlių, vaisių aromato, vaisių, migdolų skonio vynas, geriamas prie raudonos mėsos, kiaulienos kepsnių, riešutų.



**KALVADOSAS** (pranc. *calvados*). Pavadinatas Prancūzijos Kalvadoso departamento vardu. Šviesiai gintarinės spalvos obuolių vyno (sidro) distiliatas (brendis). Obuolių skonį bei aromatą įgauna iš vyno, o spalvą ir bukietą – brandinant kelerius metus ąžuolinėse statinėse. Pradėtas gaminti

Normandijoje (1533 m.). Buvo gaminamas ir Lietuvoje, „Anykščių vyno“ gamykloje. Alkoholio – 40–50 proc. Gėrimo kokybę nusako žymekliai ant etikečių (kaip ir konjako): trijų žvaigždučių – brandintas 2 metus, *VSOP* – 4, *Ekstra, Napoleon* – 6 metus, daugiau, pvz., *20 years old*. Geriamas iš tulpės formos taurių, sušildytas rankose, arba iš mažų taurelių, atšaldytas kaip degtinė.

**KAMAMBERAS** (pranc. *camembert*; *Camembert* – vietovė Šiaurės Prancūzijoje). Minkštas, geltonas prancūziškas sūris, gaminamas iš karvių pieno, su plona valgoma baltųjų pelėsių plutele.

**KAMPARIS**, žr. **CAMPARI**.

**KANA** (*Canna*), pipytė, kaninių (*Cannaceae*) šeimos daugiamečių žolių gentis. Savaiame auga Pietų Amerikos, Azijos, Afrikos triponio klimato zonoje. Užauga iki 4 m aukščio. Kai kurios rūšys auginamos gėlynuose. Valgomoji (*Canna edulis*) auginama kaip maistinis ir pašarinis augalas. Lietuvoje (gėlynuose) auginama indinė kana (*Canna indica*).

**KANADIEČIŲ VALGIAI.** Maisto gaminimo tradicijos paveldėtos iš indėnų, prancūzų ir anglų. Pastaruoju metu didelę įtaką daro racionaliųjų amerikiečių (JAV) mityba. Kanada – didžiulė šalis su neapbrėpiamais ariamos žemės plotais. Ji garsėja kviečiais, pomidorais, mėlynėmis, gervuogėmis ir dar daug kuo, be ko negali išsiversti nė viena virtuvė,



bet būdingiausia kanadietiškaai kulinarijai – saldumynai ir kepiniai iš miltų. Žemės ūkio krašte vartojama daug geros kokybės mėsos, žuvies, patiekiami aukštos kokybės šviežių daržovių ir vaisių. Upėtakiai, lašišos, krabai, žvėriena ir laukinių paukščių mėsa – labai mėgstami produktai gaminamų patiekalų gausybėje. Išskirtinis produktas – iš klevų sulos pagamintas sirupas ir cukrus, vartojami valgomiesiems ledams, padažams, apkepams, pudingams paskaninti. Pastaraisiais metais vis daugiau vartojama kaloringų pramonės gamybos pusgaminių. Geriama kava, arbata, sultys (citrinų, apelsinų), alkoholiniai gėrimai – alus, vynas, viskis.

**KANADOS VISKIS.** Lengvos konsistencijos, švelnaus aromato gėrimas, gaminamas iš kukurūzų, rugių ir miežių salyklo. Ilgai išlaiko nepakartojamas savybes. Kanados viskis traktuojamas kaip ypatingas nacionalinis produktas; jis distiliuojamas, sumaišomas ir išpilstomas į butelius. Šiuos procesus reglamentuoja ir prižiūri vyriausybė. Viskis išpilstomas išlaikius jį statinėse 2–6 metus. Iš geresnių paminėtinas „Lord Calvet“. Alkoholio kiekis – apie 40 proc.

### KANCEROGENINĖS MEDŽIAGOS

(lot. *cancer* – vėžys). Tai cheminiai junginiai, tam tikromis sąlygomis skatinantys navikų susidarymą organizme. Žinoma keli šimtai šių medžiagų, tačiau stipriausiais laikomi policikliniai angliavandeniliai, turintys molekulėje fenantreno grupę. Jų yra įmonių, vidaus degimo variklių

išmetamosiose dujose, tabako dūmuose, kai kuriuose pramonės gaminiuose (dažuose, dervose, tepaluose). Žalingo šių medžiagų poveikio galima išvengti saugant orą, maistą, vandenį, dirvožemį nuo užteršimo, atsisakant žalingų įpročių.

**KANTALIS** (pranc. *cantal*; *Cantal* – vietovė Centrinėje Prancūzijoje). Čia gaminamas pusketis, gelsvas karvių pieno sūris.



### KAPARIS DYGUSIS (*Capparis spinosa* L.).

Kapariinių šeimos daugiametis vijoklinis arba besidriekiantis žeme augalas apskritais lapais ir dideliais blyškiai rožiniais, baltais ar kiek gelsvais žiedais. Vaisiai – uogos, panašios į dėžutes. Paplitęs Viduržemio jūros šalyse, Kaukaze, Vidurinėje Azijoje. Valgomi neišsiskleidę kieti kapario žiedų pumpurai, kurių dydis apie 7 mm. Paprastai sūdyti, marinuoti arba konservuoti kapariai kaip uždaras vartojami skystai šiupininei sriubai, antriesiems mėsos ir žuvies patiekalams, padažams gaminti. Patiekiami prie bifštekų, eskalopų, marinuotos silkės.

**KAPOTA MĖSA.** Faršas, raguočių, kiaulių raumenų, paukščių mėsa be riebalų ir plėvių, susmulkinta (sumalta) be priedų.

Paruoštas kiaulienos faršas, pasūdytas, su svogūnais ir prieskoniais, vartojamas totoriškam patiekalui gaminti.  
Dar žr. **FARŠAS**.

**KAPUSTNIAK** (rus.). Rusiška sriuba, verdama iš raugintų kopūstų su kiauliena, lašiniais ir dešrelėmis.

**KARAMELĖ** (pranc. *caramel*). 1) Degintas cukrus, vartojamas kaip natūrali dažomoji medžiaga alaus, alkoholinių gėrimų, konditerijos gamyboje; 2) saldinių rūšis, gaminama iš cukraus ir sirupo su dažančiomis ir aromatinėmis medžiagomis; 3) degintas salyklas alui padažyti.

**KARBONADAS**. Kepta, dažniausiai kiaulienos, nugarinė, patiekama kartu su kaulu.

**KARBONADAS LIETUVIŠKAS**. Kepta kiaulienos nugarinė. Porcijai skirtas nugarinės gabalas išmušamas ir suformuojamas pusemėnlio formos karbonadas. Prieš kepat pasūdoma, pabarstoma pipirais, suvilgoma kiaušinio plakinyje ir pavolijoma džiuvėsiuose.

**KARBONADAS PASAKA**. Įdaryta kiaulienos nugarinė. Supjaustyta porcijomis nugarinė išmušama ir pabarstoma druska bei pipirais. Uždedama įdaro ir vyniojamas vyniotinis. Pusgaminis suvilgomas kiaušinio plakinyje, pavolijojamas džiuvėsiuose ir iškepamas. Įdaras: kepenėlės, svogūnas, drožlėmis smulkinta morka, sviestas, lašinukai. Kepama taukuose.

**KARBONADAS VILNIUS**. Įdaryta kiaulienos nugarinė. Mėsos gabalai išmušami, pasūdomi ir ant kiekvieno dedama įdaro. Suvyniojami, pavolijojami miltuose ir susmaigstomi ant iešmo maži vyniotiniai. Kepama žarijų kaitroje. Įdaras: džiovinti virti grybai supjaustomi kubeliais, įberiama trinto muskato, susmulkintų petražolių lapelių, druskos ir pipirų.

**KARDAMONAS** (*Elettaria cardamomum*). Tropikų augalas, augantis Indijoje, Šri Lankoje ir Pietų Kinijoje. Tai – imberinių (*Zingiberaceae*) šeimos daugiametis žolinis 2–4 m aukščio visžalis augalas. Savaime auga Indijoje ir Šri Lankoje, auginamas daugelyje atogrąžų klimato šalių. Svarbus prieskoninis augalas. Parduodamas sėklomis arba milteliais. Vartojamas kaip prieskonis miltų konditerijos gaminiams arba likeriams aromatizuoti, taip pat medicinoje. Kai kuriose Azijos šalyse jo įmaišoma į kavą, Indijoje kardamonu kvepinama arbata.

**KARDINOLAS** (*Cardinal*). Baro gėrimas iš baltojo vyno, paskanintas apelsinų žievelėmis, cinamonu ir gvazdikėliais.



**KARDŽUVĖ** (*Xiphias gladius*). Ešeržuvių būrio žuvis. Paplitusi tropiniuose ir subtropiniuose vandenyse. Pasitaiko

Barenco, Baltijos, Juodojoje, Azovo ir Japonijos jūrose. Ilgis – iki 4 m, masė – iki 400 kg. Mėsa valgoma, tačiau nepriskiriama prie labai geros kokybės produktų.

**KARKA.** Kiaulės, avies kojos lenkmuo, kumpio dalis prie kelio. Iš avies karkos dažniausiai gaminami troškiniai. Lietuvių kulinarijoje kiaulės karka rūkoma ir laikoma delikatesu. Vertinama taip pat Vokietijoje, Lenkijoje.

**KAROSAS** (*Carassius*). Gėlavandenė karpinių šeimos žuvis. Žinomos dvi rūšys: paprastasis, arba auksinis (*Carassius carassius*), ir sidabrinis (*Carassius auratus gibelio*). Paprastasis paplitęs Rytų ir Vidurio Europoje bei Azijoje. Kūnas – iki 35 cm ilgio, masė – iki 3 kg. Gyvena užpelkėjusiuose, vandens augalų prižėlusiuose vandenyse. Sidabrinis paplitęs Sibire, Tolimuosiuose Rytuose. Į Lietuvą atvežtas 1951 m. Verslo objektas. Žuvis ašakota. Gaminamas su krapais, taip pat su baltojo vyno padažu, kepamas svieste. Verdama žuviene.

**KAROTINAS** (lot. *carota* – morka). Provitaminas A,  $C_{40}H_{56}$ , karotinoidų grupės oranžiškai geltonas pigmentas. Sintetinas augaluose. Daugiausia jo būna prieš augalo žydėjimą, nemažai yra morkų šaknyse (iki 30 mg), erškėčių vaisiuose, serbentų, aktinidijų, šaltalankių uogose. Gyvūnų ir žmogaus organizme virsta vitaminu A. Karotinas yra svarbus fotosintezai, ląstelių kvėpavimui, augimui, didina gyvūnų vislumą, jauniklių augimą ir vystymąsi, saugo žmogų ir gyvūnus nuo akių ligos kserofthalmijos.



**KARPIS** (*Cyprinus carpio*). Karpinių šeimos žuvis, vadinamasis sukultūrintas sažanas (laukinis karpis). Auginamas beveik visame pasaulyje tvenkiniuose. Kūnas – iki 1 m ilgio, svoris – iki 20 kg. Dažniausiai auginamas iki 30–40 cm ilgio ir 1–1,2 kg masės. Pagal kūno formą skirstomi į aukštanugarius ir plačianugarius, pagal žvynuotumą – į žvynuotuosius ir veidrodivius. Mėsa gelsvai rožinė. 100 g mėsos kaloringumas – 67 kcal, joje yra 7,5 g baltymų, 3,9 g riebalų, 33 g vandens, vitaminų A, B<sub>1</sub>, PP. Karpiai kepami, troškinami su pilkuoju padažu, pagal lenkišką, žydišką receptą. Iš šių žuvų gaminama daug patiekalų, ypač skanūs balandžio–rugsėjo mėnesiai.

**KARPIS BOHEMIŠKAS.** Troškinamas raudonajame vyne su svogūnais ir citrina, užpilamas alumi. Padažas su kapariais, svogūnais ir sūriomis dešrelėmis.

**KARPIS DANIŠKAS.** Žuvis drebučiuose, patiekama su žaliomis prieskoninėmis daržovėmis ir sviesto padažu.

**KARPIS MĖLYNASIS.** Troškintas su grietine ir krienais bei lydytu sviestu.

**KARPIS SU PAPRIKA.** Apkeptas svieste ir ištroškintas paprikos padaže.

**KARPIS GRAIKIŠKAS.** Išdarinėta žuvis supjaustoma stambiais gabalais, iškepama, sudedama į dubenį ir užpilama graikišku padažu. Galima vartoti kaip šaltą ar šiltą patiekalą.

**KARPIS PILKAJAME PADAŽE.** Populiarus lenkų patiekalas, gaminamas su smulkiai supjaustytomis daržovėmis (morkomis, salierais, petražolėmis, svogūnais), trumpai verdamas pilkajame padaže. Patiekiamas šiltas su makaronais arba su kukuliais.

**KARPIS ŽYDIŠKAS.** Populiarus žydų ir lenkų šaltasis patiekalas, žinomas daugelyje šalių. Išdarinėta žuvis kartu su perpjauta galva, ikrais arba pieniais pamažu troškinama atitinkamame kiekyje pasūdyto vandens su svogūnais, razinomis, migdolais, cukrumi ir pipirais. Ištroškinta žuvis užpilama padažu-drebučiais. Padažas turi būti ir saldokus (svogūnai ir cukrus), ir aštrus (pipirai). Karpis gali būti ir farširuotas (įdarytas). Įdaras paruošiamas iš išmirkytos sužiedėjusios bandelės, sumaigyto su ištirpintu sviestu, žaliu supjaustytu svogūnu, išplaktais kiaušininiais, druska, pipirais.

**KARŠIS** (*Abramis brama*). Gėlavandenė karpinių (*Cyprinidae*) šeimos žuvis, veisiasi beveik visuose Europos vandens baseinuose. Lietuvoje paplitęs daugelyje ežerų ir didesnėse upėse, Kauno ir Kuršių mariose. Išauga iki 75 cm ilgio ir iki 7 kg masės. Svarbus verslinės žūklės objektas.

Lietuvoje kasmet sugaunama apie 600 t karšių. Mėsa liesa, labai kaulėta, skoniu panaši į karpio. Karšį galima kepti, troškinti, rūkyti, sūdyti, taip pat gaminti šaltuosius patiekalus, pvz., drebučiuose.

**KARŠTAS ALUS.** Gaminamas iš alaus, pieno, cukraus, druskos, cinamono, gvazdikėlių, miltų. Alus, cukrus, prieskoniai užvirinami su stikline vandens, perkošiama, sumaišoma su pienu, išplaktu kiaušiniu, miltais. Užverdama. Pieno ir kiaušinių santykis parenkamas pagal skonį. Mėgstamas Vokietijoje ir Lietuvoje (Aukštaitijoje).



K

131

**KARVELIAI** (*Columbidae*). Balandžiai, karvelinių būrio paukščiai. Gyvena daugiausia poromis. Lietuvos miškuose peri keršulis, uldukas ir purplelis. Pietinis purplelis gyvena žmonių gyvenvietėse. Šiai grupei priklauso taip pat ir naminiai karveliai. Jie kilę iš laukinio uolinio karvelio, gyvenančio pietuose. Karvelių mėsa yra skani, maistinga. Labiau vertinama laukinių ir mėsinų karvelių mėsa. Iš senų karvelių verdama skani sriuba, jauni troškinami, kepami. Žinomi patiekalai: įdarytas laukinis karvelis – įdarytas, iškeptas svieste;

troškintas laukinis karvelis – ištroškintas su prieskoninėmis daržovėmis; karveliai su grybais – ištroškinti su svogūnais ir grybais (pievagrybiais, baravykais).

**KASIS** (pranc. *Cassis*). Likeris, gaminamas iš juodųjų serbentų sulčių ir spirito su vaistažolėmis ir prieskoniais (dažyti draudžiama). Alkoholio – 35 proc.

**KAŠKAVALAS** (bulg.). Fermentinis, brandintas kietas sūris, gaminamas iš avių arba karvių pieno. Formuojamas cilindro formos gabalais (galvomis): skerspjūvis – 30 cm, aukštis – 10–12 cm, svoris – apie 8 kg. Sūrio masė vienalytė, elastinga, be vadinamųjų akių, skonis ir kvapas – charakteringi, subrandinto – pikantiški. Sūris, skirtas plačiajai visuomenei. Populiarus Europoje: buvusioje Jugoslavijoje, Bulgarijoje, Rumunijoje ir kitur. Italijoje tos pačios rūšies sūris vadinamas *Caciocavallo*. Nuo 1975 m. gaminamas ir Lenkijoje.



**KAŠTAINIS VALGOMASIS** (*Castanea sativa* Mill.). Bukinių šeimos medžių ir krūmų gentis. Savaimė auga JAV, Viduržemio jūros šalyse, Kaukaze, Kinijoje, Korėjoje, Japonijoje. Kaštainis – vienas stambiausių

ir ilgaamžiškiausių medžių, aukštis iki 45 m. Kamieno apimtis – 2 m, amžius – iki 500 metų. Lapai dantyti, odiški. Žiedai smulkūs, susitelkę varpomis. Gvildas rutuliškas, dygliuotas. Jis gaubia 3 (kartais 1–8) branduolius, kuriuose yra 60 proc. krakmolo, iki 17 proc. cukrų, nemažai azotinių medžiagų, riebalų, vitaminų. Valgomi švieži ir kepti, pridedama į duoną, vartojami konditerijoje.

**KATYK, MACUN, MACONI, EGURT.** Rūgštus pienas, populiarus Kaukazo, Vidurinės Azijos, Artimųjų ir Vidurio Rytų tiurkų šalyse. Gaminamas iš pieno, pakaitinto iki 90 °C temperatūros. Ilgiau kaitinant, iš pieno išgaruoja iki 30 proc. vandens. Vėliau sausinamas 40 °C temperatūroje. Naudojamas kulinarijoje. Užkaukazėje deda į tešlą. Juo galima užpilti karštus mėsos, paukštienos, daržovių patiekalus. Geriamas atšaldytas ir praskiestas vandeniu.

**KAUKAZO TAUTŲ VALGIAI.** Tradicijomis, paruošimo būdais, prieskoniais gerokai skiriasi nuo Europos tautų patiekalų: daugiau vartojama prieskonių, aromatinių žalumynų, daržovių, skoninių medžiagų – imbiero, mėtų, raugerškio uogų, apynių, baziliko, peletrūnų, česnakų, svogūnų, įvairių pipirų, cinamono, gvazdikėlių, riešutų, granatų. Gausu padažų. Gruzijoje populiarūs *tkemalio*, *sacivio* padažai, *charčio* sriubos, šašlykas, *basturma*, viščiukas *tabaka*, *čanachai*. Armėnų valgiai šiek tiek švelnesni nei gruzinų. Čia taip pat mėgstami prieskoniai: raudonieji ir kartieji pipirai, cinamonas, kalendra, citrinos žievelės, aromatiniai žalumynai.

Žinomos sriubos – *bozbašas, chašas*. Mėsą arba paukštinę armėnai, kaip ir gruzinai, troškina arba kepa ant žarijų. Mėgstami šašlykai iš avienos, nors labiau paplitę plovai, žuvies patiekalai, pvz., *iščanchašacas*. Azerbaidžaniečių patiekalai panašūs į kaimynų armėnų ir gruzinų. Pagrindiniai prieskoniai – mėtų lapai, aromatinės žolės, česnakai, svogūnai, cinamonas. Sriubos rūgščios, tirštos, su avienu, pvz., *kiūfta, bozbašas, pitis*. Mėgstami šašlykai, plovai, maltos mėsos gaminiai, čeburekai. Populiariausi gėrimai: arbata, kava, vynas, vyno distiliatas (brendis).



**KAULAVAISIAI.** Tai vyšnios, slyvos, abrikosai ir persikai. Vartojami švieži arba džiovinti: kompotams, tortams, saldiems patiekalams, sultims, vaisvyniams, likeriams, trauktinėms gaminti.

**KAULŲ IR DARŽOVIŲ SULTINYS.** Gerai nuplauti ir susmulkinti kaulai užpilami šaltu vandeniu ir pamažu verdami, kad išvirtų kauluose esantis kolagenas. Prieš baigiant sudedamos nuplautos ir susmulkintos prieskoninės daržovės.

**KAVA.** Tai kavamedžio vaisiai ir gėrimas, pagamintas iš jų. Kavos rūšių pavadinimai parodo kavamedžio auginimo vietą arba vietą, iš kurios eksportuojama. Geriausia

kava laikoma Jemeno *moka*. Kitos kavos rūšys: *santas, parana* (paplitusi Brazilijoje), Paragvajaus, Kolumbijos, Gvatemalos, Kubos, Kosta Rikos kava, *arabika* (paplitusi Indonezijoje, Indijoje, Vietname), *robusta* (Indonezijoje, Afrikoje, Gvinėjoje), Vietnamo *šaris*. Daugiausia kavos augina ir eksportuoja Brazilija, Kolumbija, Dramblio Kaulo Krantas, Meksika, daugiausia suvartoja JAV, Vokietija, Prancūzija, Olandija, Švedija. Kavos tėvyne laikoma Etiopija. Sausose kavos sėklose (pupelėse) yra 9–11 proc. baltymų, 10–13 proc. riebalų, 5–10 proc. angliavandenių, 3–5 proc. mineralinių medžiagų, 0,6–2,45 proc. kofeino, vitaminų. Vaisiai nuo kavamedžio raškomi rankomis, vėliau nuo jų nuvalomas minkštimas ir kietas apvalkalas, sėklos fermentuojamos (džiovinamos saulėje), laikomos maišuose gerai vėdinamuose sandėliuose. Baltos spalvos fermentuotos pupelės kepinamos 180–200 °C. Dėl to jos paruduoja (kavos spalva), padidėja jų tūris, sumažėja masė, susidaro iki 15 proc. lakiųjų organinių medžiagų – kafeolių. Jos suteikia kavai aromatą ir skonį. Kepintos pupelės pakuojamos hermetiškai arba iš jų verdama kava. Gaminant kavą be kofeino, iš kavos pupelių ekstrahuojamas kofeinas. Kava aktyvina centrinės nervų sistemos veiklą, tačiau gali būti kenksminga hipertonicams. Tirpi kava gaminama džiovinant kavos ekstraktą: gaunami milteliai arba granulės. Tirpioje kavoje yra mažiau kofeino ir daugiau aitriųjų medžiagų. Jos skonis ir kvapas gali patenkinti tik nereiklų vartotoją. Tirpi kava tinka patiekalams pagardinti, suteikti jiems rusvą atspalvį.



**KAVAMEDIS** (*Coffea*). Visžalis raudinių šeimos medis arba šakotas krūmas. Nedidelis, iki 5 m aukščio. Žinoma iki 50 jo rūšių. Savaime auga Afrikos ir Azijos tropinėje ir subtropinėje juostoje. Kai kurios rūšys auginamos ekvatorinio ir tropinio klimato šalyse (*Coffea arabica*, *Coffea canephora*, *Coffea liberica*, *Coffea stenophylla*). Lapai tamsiai žali, odiški, jų pažastyse išsidėstę kvapūs balti žiedai, panašūs į jazmino. Vaisiai panašūs į kaulavaisius, vyšnios dydžio. Kiekviename vaisiuje po dvi sėklas – kavos pupeles. Minkštimas valgomas, iš jo daromas alkoholinis gėrimas. Žaliuose sėklose būna iki 2,4 proc. kofeino, apie 12 proc. riebalų, iki 8 proc. cukrų. Iš jų gaminama kava.

**KAVOS LIKERIS.** Gaminamas iš šviežiai skrudintos maltos kavos, dažnai vadinamos *mocha*. Turi 35 proc. alkoholio. Kartais papildomai dedama iki 10 proc. grietinės. Tai nurodoma etiketėje. Žinomos markės: „Batilda de Cafė“, „Kahlua“ – meksikietiškas likeris su žolių ir vanilės priedais, „Tia Maria“.

**KAVOS VIRIMAS.** Kavos kokybė priklauso nuo keleto veiksnių. Vienas jų – vanduo, jis turėtų būti kuo minkštesnis. Svarbiausia – gerai paruošti kavos

milteliai ir tam tikras aparatas. Geriausia kavą užplikyti specialiuose elektriniuose kavos aparatuose, kur stambokai sumaltos, paskrudintos kavos pupelės ekstrahuojamos labai karštu (90–95 °C) vandeniu. *Espresso* (italų) kavą galima užplikyti ir kitokiuose tam skirtuose induose: į sietuotą indelį įpylus kavos miltelių ir tokį kiekį vandens, kiek kavos nuoviro norima gauti, paverdama. Kavą užplikyti galima ir termose: įpilama maltos kavos, vandens ir palaikoma 5–10 min. Verdant kavą rytietiškai (turkiškai), naudojami specialūs indai iš spalvotojo metalo skardos, viduje alavuoti. Į šiuos indelius įpilama labai smulkiai sumaltos kavos, įdedama cukraus ir kaitinama ant elektrinės, dujinės viryklės, dar geriau – smėlio vonioje, kol tris kartus užvirs. Į puodelius pilama su tirščiais. Kavos virimo indeliai gali būti maži – vienai porcijai, arba didesni – kelioms kavos porcijoms. Vienai porcijai dedama 7–13 g (1 l – 63 g) kavos miltelių. Kava geriama su cukrumi, pienu, grietinele.

**KAZEINAS** (lot. *Caseus* – sūris). Sudėtinis baltymas, fosfoproteinas. Grynas išdziovintas – balti beskoniai, bekvapiai milteliai. Kazeinas – maistinė medžiaga, jame yra visos žmogaus organizmui būtinos aminorūgštys, fosforo, kalcio, todėl kazeinas ypač būtinas augančiam organizmui. Daug kazeino yra varškėje, sūryje. Jis sudaro apie 80 proc. pieno baltymų. Vartojamas maisto pramonėje, medicinoje.

**KAZLĖKAS** (*Suillus*). Baravykinių (*Baletaceae*) šeimos grybas, kepurėlė

šviesiai bronzinės spalvos, po lietaus slidi, pažeista pamėlynuoja. Auga spygliuočių miškuose (pušynuose). Tai skanus grybas, gaminamas įvairiais būdais: šviežias troškinamas su grietine, marinuojamas. Džiovinti netinka. Lietuvoje dažniausias baravykas kazlėkas (*Suillus luteus*). Labai panašus į jį šilinis baravykas (*Suillus granulatus*), be vadinamojo žiedo. Po medžių auga auksinės spalvos kazlėkai (*Suillus grevillei*).

**KAZLĖKAI TROŠKINTI.** Nuvalius žemes, nulupus odelę, nuplauti grybai supjaustomi riekelėmis ir kartu su smulkiai supjaustytais svogūnais apkepami riebaluose. Tada įpilama truputį vandens, ištroškinama. Pabaigoje pabarstoma miltais. Nuėmus nuo ugnies, pasūdoma, įberiama pipirų ir paskaninama grietine. Pateikiama pabarsčius krapais su bulvėmis arba bulvių koše.



**KEBABAS.** Rytietiškas patiekalas. Ant iešmo sumaunami prieskoniais paskaninti avienos, veršienos, vištienos gabaliukai (arba dešrelės), tarpuose – svogūnų, grybų griežinėliai, patepama lydytu sviestu ir kepama ant žarijų. Pateikiama su ryžiais.

**KEBABČETA.** Bulgarų patiekalas. Iš maltos kiaulienos arba jautienos pagaminti

dešrelių formos gabaliukai gerai paskaninami ir iškepami tradiciškai arba grilyje. Priedai: riebaluose iškeptos bulvės (*pommes frites*), balta duona, pomidorai, svogūnai ir velnio padažas.



**KEČUPAS** (pranc. *catchup*). Pikantiškas populiarus padažas, pateikiamas prie mėsos, žuvies patiekalų ir salotų. Gaminamas pramoniniu būdu iš pomidorų, pievagrybių, riešutų su druska ir prieskoniais.

**KEFALĖS** (*Mugilidae*). Kefalžuvių būrio žuvų šeima. Paplitusios šiltųjų jūrų priekrančių zonoje, taip pat Amerikos, Azijos, Australijos ir Naujosios Zelandijos gėluosiuose vandenyse. Užauga iki 35–40 cm. Verslo ir sportinės žūklės objektas.

**KEFYRAS** (turk.). Rūgštus dietinis pieno produktas, natūraliu kefyro grybo raugu raugintas pasterizuotas karvių pienas. Jame yra 1 proc. pieno rūgšties, 0,1–0,6 proc. alkoholio, angliarūgštės. Tai – sveikas gavusis gėrimas. Vartojamas ir šaltoms sriuboms, marinavimui.

**KEFTEDES** (gr.). Troškintų mėsos kukulių rūšis, gaminama iš maltos jautienos su kiaušinių arba virtų bulvių (košės) priedais.





**KEKSAS** (angl. *cake*). Kepinys iš riebios tešlos su priedais: apelsino žievelėmis, razinomis, figomis, migdolais, cukatomis.



**KELMUTIS PAPERASTASIS** (*Armillariella mellea*). Baltikinių (*Tricholomataceae*) šeimos grybas.

Kepurėlė 8–10 (12–18) cm skersmens, jaunų vaisiakūnių kūgiška, senesnių – plokščia, geltonai rudos, ochros rudos spalvos, kartais (augančių ant šaknų) – tamsiai violetinė, pilkai ruda su rusvais, juosvais žvyneliais, kraštai nulinkę žemyn. Lakšteliai balsvi, senesnių grybų – rusvai geltoni. Kotas – 5–12 (15–20) cm ilgio, 0,5–2,5 cm storio, dažniausiai kreivas, prie kepurėlės šviesesnis, žemiau geltonas, geltonai rudas, su plėvelės pavidalo žiedais (jaunų grybų). Trama balta, balsva, rusva. Auga vasarą ir rudenį miškuose, parkuose, soduose,

kirtimuose, ant medžių kamienų – kupetomis, kolonijomis, kartais pavieniui. Lietuvoje labai paplitęs, valgomas. Nuvirinus vartojamas šviežias, sūdytas ir marinuotas. III kategorijos grybas.

**KEPENINĖ DEŠRA.** Virta dešra, gaminama iš kiaulių, veršių, paukščių kepenų. Dažnai įdedama mėsos, lašinių, smulkiai sumalama mėsmale ir su prieskoniais sukemšama į žarnas, pakaitinama iki 80 °C, atšaldoma šaltu vandeniu ir vieną dieną šalta parūkoma. Vokietijoje vertinama puiki kepeninė dešra (*Feine Leberwurst*), dvarininkų kepeninė dešra (*Gutsleberwurst*), kaimiška kepeninė dešra (*Landleberwurst*).

**KEPENYS.** Valgiui tinkami gyvūnų vidaus minkšti subproduktai. Valgyklose ir restoranuose naudojamos daugiausia veršių ir kiaulių kepenys, o paukščių, kiškių, menkių kepenys yra delikatesas. Žinomi patiekalai: veršio kepenys su svogūnais (*à la lyonnaise*); veršio kepenys ant iešmo (*à la broche*); kiaulės kepenys pagal itališką receptą (*à la italienne*). Iš kepenų taip pat gaminami paštetai, virtiniai, kukuliai, dešra. Pvz., žąsies kepenėlių paštetas, įvairiausių rūšių kepeninė dešra. Dabar kai kuriose šalyse, pvz., Italijoje, kiaulių kepenys maistui nevartojamos, nes jose susikaupia daug nuodingųjų medžiagų, pvz., gyvsidabrio junginių.

**KEPENŲ PAŠTETAS.** Patiekalas iš smulkiai sumaltų kepenų su daržovėmis ir riebalais. Prieskoninės daržovės, pakepintos su lašinukais, iškepamos kartu su nukartintomis kepenimis bei

prieskoniais ir kelis kartus sumalamos mėsmale per tankų sietelį. Sumalta masė išplakama ir sumaišoma su išsuktu sviestu arba paukštienos taukais.

Iš paruošto pašteto formuojamas pailgas stačiakampis, jis kepamas orkaitėje arba, suvyniotas į tam tikrą maistinę polietileno plėvelę, verdamas vandens vonelėje, paskui atvėsinamas.

Į pašteto masę galima įdėti sūrio, grybų. Puošiama kietai virtu kiaušiniu, sviestu ir žalumynais. Patiekiamas kaip šaltasis užkandis.

**KEPIMAS.** Terminis maisto produktų apdorojimas be skysčio. Kepama su riebalais arba be jų. Su riebalais kepami mėsos, žuvų, daržovių, miltinių patiekalų pusgaminiai, dažniausiai su nedideliu riebalų kiekiu keptuvėje ant viryklės, elektrinėje keptuvėje arba skardoje. Riebalai įkaitinami iki 130–160 °C; kai riebalų daug, jie įkaitinami iki 160–180 °C. Kepama ir specialiuose aparatuose arba storasienuose induose. Riebalai pagerina kepamo produkto skonį, apsaugo jo paviršių nuo perkaitimo. Optimali kepamo produkto paviršiaus temperatūra 135 °C, vidinių sluoksnių 80–85 °C, riebalų 180 °C. Be riebalų kepami duonos ir pyrago gaminiai, dideli mėsos gabalai. Kepama krosnyse arba specialiose kamerose 220–280 °C temperatūroje. Kol duonos ir pyrago tesla išyla iki 60 °C, ji dar rūgsta, susidaro anglies dioksido (CO<sub>2</sub>), šiek tiek etilo alkoholio bei acto rūgšties ir kt. rūgimo produktų, hidratuojasi glitimas, brinksta krakmolai. Toliau kylant temperatūrai, visuose kepiniuose krakmolai kleisterizuojasi

ir hidrolizuojasi, baltymai denatūruojasi, paviršiuje iš amonio rūgščių ir redukuojamų angliavandenių susidaro malanoidinai, kurie kartu su dekstriniais suteikia keptiems produktams būdingą skonį. Be riebalų, dar kepama aukšto dažnumo elektros srove arba infraraudonaisiais spinduliais.

**KEPTAS PARŠELIS.** Geriausia kepti iki 8 kg paršelių. Paruoštas jis pasūdomas iš vidaus ir išorės, įtrinamas grūtais kmynais. Galima įdaryti įvairiai. Populiariausias įdaras: grikių košė su susmulkintais paršelio subproduktais, kiaušiniai ir prieskoniais. Kepamas vidutinio karštumo krosnyje arba orkaitėje 50–60 min., priklausomai nuo kepimo temperatūros ir paršelio svorio.

### **KEPTOS JAUČIO KEPENYS.**

Nuplautos kepenys prismaigstomos lašinių ir kepmos gerai įkaitintoje orkaitėje (1 kg kepenų kepama apie 40 min.). Prieš baigiant kepti įpilama stiklinė baltojo vyno. Toliau kepama palaistant kepimo sultimis. Prieš patiekiant paskaninama grietine, sumaišyta su miltais, dar pavirinama, pasūdoma, pabarstoma pipirais. Patiekiami su bulvių koše. Analogiškai kepmos ir kitų gyvulių ir žvėrių kepenys.

**KEPTOS KIAULIŲ AUSYS.** Gerai nusvilintos, nuplautos ausys išverdamos daržovių sultinyje su prieskoniais. Atšaldytos pavolijamos tarkuotame sūryje ir apkepmos su spirgučiais. Patiekiamos pabarstytos tarkuotu sūriu su totorišku padažu arba garstyčiomis.





**KETA** (*Oncorhynchus keta*). Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos žuvis, paplitusi Ramiojo vandenyno šiaurinėje dalyje. Kūno ilgis – iki 1 m, masė – iki 14 kg. Praeivė. Neršti plaukia į upes. Per nerštą pasikeičia (ypač patinų) kūno forma ir spalva: pasidaro aukštesnės, pailgėja žiotys, išauga stiprūs dantys, patamsėja, atsiranda skersinių dryžių. Esama dviejų porūšių – vasarinė ir rudeninė, pastaroji didesnė, vislesnė, neršia vėlai rudenį. Verslo objektas, nes iš jos gaminami raudonieji ikrai. Rusų kulinarijoje žinomas ketos patiekalas: žuvis supjaustoma gabaliukais, pavolijama miltuose, iškepama riebaluose ir patroškinama padaže iš svogūnų, miltų, pomidorų tyrės, žuvis sultinio, baltojo vyno, citrinos rūgšties. Pateikiama su citrina ir petražolės lapeliais.

**KIANTIS** (it. Chianti, skait. *kianti*). Plačiai žinomas itališkas raudonasis vynas iš Toskanos vietovės (netoli Florencijos). „Chianti Classico“ laikomas geriausiu itališku vynu. Išpilstomas į specialius šiaudais apipintus butelius. Gaminamas iš *Canaiole*, *Malvasia*, *Sangiovese*, *Trebbiano* vynuogių. Tai granato raudonumo, našlaičių ir miško uogų kvapo, aštraus vaisių, uogų skonio vynas. Tinka prie mėsos, kepsnių, sūrio.

### **KIAULĖS NAMINĖS** (*Suidae*).

Neatraujančių porakanopių žinduolių šeimos gyvūnai, kilę iš Pietryčių Azijos šerno (*Sus scrofa vittatus*), Viduržemio jūros rajono šerno (*Sus Suidae scrofa mediteraneus*), Vidurio Europos, Šiaurės Azijos šerno (*Sus Suidae scrofa scrofa*) ir kt. šerno porūšių. Prijaukintos prieš

7000 metų Kinijoje, vėliau – Europoje. Kiaulės penimos bekonui ir mėsai. Masė 90–100 kg, 1 metų – iki 200 kg (gaunama 80–90 kg lašinių). Skerdienos išeiga – 70–85 proc. kūno masės. Daugiausia kiaulių auginama mėsai. Kiauliena sudaro apie 20 proc. bendros pasaulio gyvulininkystės produkcijos. Kiaulių mėsa ir lašiniai – vertingi maisto produktai. Sūdyta ir rūkyta kiauliena ilgai išsilaiko ir yra geros kokybės. Iš kiaulienos gaminamos dešros, skilandžiai, kumpiai, krūtininė, šoninė, vyniotiniai. Lietuvoje kiaulės buvo auginamos jau prieš 3000 metų. 1940 m. buvo 1,4 mln. kiaulių, 1977 m. – 2,3 mln. Šalyje nuo seno giliai kiaulienos ruošimo ir patiekalų iš jos gamybos tradicijos. Kai kurie produktai (pvz., skilandis) iš kaimų atkeliauja į mėsos perdirbimo fabrikus.

**KIAULIENA.** Lietuvoje, kaip ir Vokietijoje bei kituose kraštuose, kiauliena sudaro didžiąją dalį visos šalyje suvartojamos mėsos. Tiesa, dėl didelio riebalų kiekio sunkiai virškinama. Tinka virti su daržovėmis, tačiau dažnai kepama, troškinama, šutinama. Populiarūs rūkyti kiaulienos gaminiai: kumpiai, dešros, lašiniai. Iš galvų, kojų, ausų verdama šaltiena, galvos mėsa tinka prie žirnių, kopūstų sriubų, sprandinė troškinama su raugintais kopūstais. Šoninė rūkoma, iš nugarinės gaminami kotletai arba rūkyta filė, kumpiai, mentės dažniausiai rūkomos arba iš jų gaminamos dešros. Racionaliai suvartojami subproduktai. Iš kiaulienos gaminami plačiai žinomi patiekalai: kiaulienos filė su daržovėmis; kiaulienos guliašas, paskanintas svogūnais,

paprika, kmynais; kiaulienos filė tešloje; burgundiška kiauliena, ištroškinta su burgundišku vynu, padažas stiprus, su keptais pievagrybiais.

**KIAULIENA FLAMANDIŠKA.** Troškintas patiekalas. Liesa kiauliena (kumpis, nugarinė) supjaustoma stambiais gabalais ir apkepama kartu su spirgučiais ir svogūnų griežinėliais. Keptuvės turinys sluoksniais sudedamas į kaistuvą su čiobreliais, lauro lapais, druska, pipirais, užpilama alumi, įdedama sužiedėjusios duonos gabaliukų, apteptų garstyčiomis, ir troškinama uždengtame kaistuve, retkarčiais palaistant alumi. Pabaigoje paskaninama actu, sumaišytu su cukrumi. Pateikiama su virtomis bulvėmis.



**KIAULIENOS KOTLETAI.** Nugarinė su šonkaulių dalimis, ištroškinta arba iškepta. Pvz., vengriški kiaulienos kotletai – ištroškinti paprikos ir grietinės padaže; berlyniški kiaulienos kotletai – pavolioti miltuose, kepti su obuoliais, raudonaisiais kopūstais, bulvių koše; strasbūriški kiaulienos kotletai – troškinti, patiekiami su raugintais kopūstais ir dešrelėmis; flamandiški kiaulienos kotletai – kepti, su storomis obuolių riekelėmis, su sultiniu.

**KIAULIŲ AUSYS.** Kiaulių skerdenos subproduktas. Ausys nukertamos nuo galvos kartu su kremzle. Jas galima kepti, virti. Iš jų verdama žirnių sriuba, gaminama šaltiena, slėgtinis, kepeninės ir kraujinės dešros.

### **KIAULIŲ SKERDENOS SUPJAUSTYMAS.**

Kiaulių skerdena apdorojama: paskerstam gyvuliui nulupama oda arba nusvilinami šeriai, pašalinami viduriai, nupjaunama galva, kojos ir skerdena perpjaunama išilgai į 2 dalis.

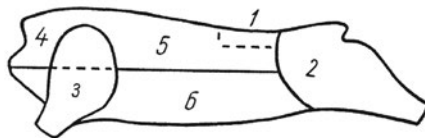
Tada nuo abiejų pusių atskiriama užpakalinė skerdenos dalis per liniją, einančią palei šlaunies kontūrą, dubenį ir tarp stuburo juosmens bei kryžmės slankstelių.

Atskyrus užpakalinę dalį, išpjaunami kumpiai. Iš skerdenos priekinės dalies atskiriamos mentės.

Likusi skerdenos dalis dalijama išilgai į nugarinę ir šoninę, išpjaunant stuburkaulį bei krūtinkaulį.

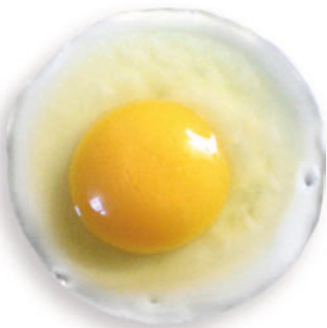
Nuo skerdenos nugarinės dalies atskiriamas sprandas tarp stuburo krūtinės dalies antrojo ir trečiojo slankstelio su jiems priklausančiais šonkauliais. Analogiškai pjaustoma ir šernų skerdena.

Šiais laikais nuo nugarinės atskiriama išpjova. Tai – vertingiausia skerdenos dalis.



1 – išpjova, 2 – užpakalinis kumpis, 3 – mentė,

4 – sprandinė, 5 – nugarinė, 6 – šoninė.



**KIAUŠINIAI.** Paukštinkystės produktas. Skiriami veisliniai ir maistiniai kiaušiniai. Susideda iš trynio, baltymo ir lukšto. Vitaminų kiekis kiaušiniuose labai priklauso nuo paukščių lesalo, laikymo sąlygų. Maistiniai kiaušiniai rūšiuojami pagal kokybę ir svorį. Labiausiai paplitę vištų kiaušiniai. Juose yra 65,7 proc. vandens, 13,2 proc. baltymų, 8,9 proc. riebalų, 0,8 proc. mineralinių medžiagų. Vartojami ančių, žąsų, putpelių, kai kuriose šalyse – laukinių paukščių kiaušiniai. Labai plačiai naudojami įvairiems patiekalams gaminti, kepami, verdami, farširuojami, dedami į įvairias tešlas, salotas, padažus, sriubas, baro ir kt. gėrimus. Iš jų gaminami likerai.

**KIAUŠINIŲ LIKERIS.** Gaminamas iš kiaušinių trynių, cukraus, vanilinio cukraus, grietinės, pieno, spirito. Kiaušinių tryniai iki putojimo išplakami su cukrumi, vaniliniu cukrumi, grietinėle. Supilamas pienas ir spiritas (kiaušiniai, grietinėle, pienas, spiritas – 2:1:1:1). Dar žr. **ADVOKATAS**.

**KIAUŠINIŲ PASTA.** Tiršta masė, pagaminta iš virtų kiaušinių trynių, ištrintų su sviestu, pridėjus garstyčių. Vartojama sumuštiniams gaminti.

**KIBINAI.** Tautinis karaimų patiekalas. Trapios tešlos (iš miltų, sviesto, grietinės, kiaušinių, druskos ir cukraus) pyragėliai su avienos įdaru. Tešla padalijama į gabaliukus, šie iškočiojami. Į vidų dedama įdaro ir formuojami pyragėliai. Tešlos kraštai užlankstomi *virvute*, aptepama kiaušiniu ir kepama krosnyje 25–30 min. Įdarui aviena supjaustoma smulkiais kubiukais, sumaišoma su svogūnų kubiukais, įpilama truputį vandens, įberiama druskos, pipirų ir gerai išmaišoma. Pyragėliai tiekiami karšti. Galima tiekti prie skaidraus sultinio kaip garnyrą. Kibinai – populiarus patiekalas Lietuvoje ir kituose kraštuose.

**KIETIEJI SŪRIAI.** Gaminami stipriai suspaudžiant sūrio masę ir atitinkamą laiką brandinant bei išlaikant. Žinomi šios rūšies sūriai: italų parmezanas, anglų šoderis, šveicarų ementalis ir kt.



**KIETIS VAISTINIS, žr. PELETRŪNAS.**

**KIJEVO KOTLETAS.** Įdarytas sviestu vištienos kotletas. Vištienos didžioji filė su sparno kauleliu lengvai išmušama. Taip pat išmušama ir mažoji filė. Sviestas suvoliojamas į kiaušinio pavidalo

gumulėlį ir atšaldomas. Tada sviesto gumulėlis apvyniojamas mažąja, vėliau – didžiąja filė arba atvirksčiai – pradžioje apvyniojamas didžiąja filė, o vėliau – mažąja. Suformuotas kiaušinio pavidalo kotletas su kauliuku storajame gale merkiamas į kiaušinio plakinį ir pavoliojamas džiūvėsiuose. Procedūrą galima kartoti dar kartą. Taip paruoštas kotletas prieš pat patiekiant iškepamas 3–4 min. panardinant į karštus riebalus.

## **KININIS LIČIS, žr. LITCHI.**

**KINIJOS GĖRIMAI.** Senieji alkoholiniai gėrimai buvo gaminami iš ryžių, prosų, kviečių, vynai – iš vietinių vynuogių *Chon Dzisiu, Lon Jan* veislių. Vėliau išplito Europos veislės: *Caberne Sauvignon, Chardonnay, Merlot, Muscat*. Šiais laikais vynai gaminami pagal pažangias technologijas. Alkoholiniai gėrimai Kinijoje žymimi hieroglifu *czju*, nesvarbu, ar tai būtų degtinė, brendis, vinas ar likeris. Plačiai nuo senų laikų paplitęs iš ryžių gaminamas *Saosin* vinas. Jis geriamas pašildytas ir turi iki 18 proc. alkoholio. *Saosin* vinas skoniu panašus į cheresą arba maderą.

Kita kinų gėrimų kategorija – *Maotaj czju*, stipri ryžių degtinė, kurioje alkoholio kiekis siekia 60 proc. Tai nepaprastai skaidrus gėrimas, labai kruopščiai pagamintas. Šiais laikais eksportuojamas į daugelį pasaulio šalių. Trečioji gėrimų kategorija – *Ergoton*. Tai pigūs, stiprūs gėrimai, gaminami iš kukurūzų ir kitokių grūdinių kultūrų. Ketvirtoji – *Putaj-czju*. Tai – vynuogių vinas. Penktoji kategorija – *Pi-czju* – alus.

**KINŲ VALGIAI.** Pasižymi ypatingomis savybėmis ir yra populiarūs ne tik šalyje, Tolimuosiuose Rytuose, bet ir visame pasaulyje. Ryžiai yra kinų duona ir bulvės. Juos valgo ryte, per pietus ir vakare. Kinai vartoja daug kiaušienos ir paukštienos, ypač vištienos bei antienos, taip pat žuvis, labai mėgsta karpius. Patiekalai paskaninami geltonuoju vynu, ryžių degtine ir sojų padažu, kuris pakeičia druską. Mėsa, žuvis ir daržovės (pvz., moliūgai, baklažanai) kepami paprastai arba ant žarijų. Maltos mėsos patiekalai, antys, krabai, moliuskai, varlių šlaunelės verdami, troškinami arba garinami. Antys, vištos, putpelės dažnai rūkomos, o krabai – marinuojami. Egzotiškiems patiekalams gaminti kinai naudoja kregždžių lizdus, lotoso šaknis, bambukų ūglius, ryklių pelekus. Ančių ir vištų kiaušinius kinai konservuoja ypatingais metodais.

Kinų reprezentacinės maitinimo įstaigos sudaro galimybes patiekalus pasirinkti patiems. Stalai būna apskriti, dviejų aukštų, viršutinis aukštas pasukamas. Kinai geria daug arbatos. Jos nei saldina, nei baltina. Mėgstamiausias alkoholinis gėrimas – ryžių vinas, geriamas iš mažų taurelių. Per pietus patiekama vandens.

**KIPERIS** (angl. *kiper*). 1) Vyno pramonės darbuotojas – gamybos ir maišymo specialistas; 2) degustatorius, nustatantis gėrimų (vyno, kavos, arbatos) kokybę.

**KIPPER** (angl.). 1) Silkės filė, truputį pasūdyta ir išrūkyta, labai populiarus anglosaksų šalių pusryčių patiekalas; 2) laišų patinas (per nerštą).



**KIPRO VYNAS.** Kipras eksportuoja geros kokybės stiprų vyną. Žinomiausi šios salos vynai – cheresas ir saldus desertinis. Racionaliai tvarkomas vynuogynų ūkis. Senąsias, tradicines vynuoges pakeičia tobulesnių veislių atstovės. Žinomi vynai: „Aphrodite“, „Arsinöe“, „Bellapais“, „Commandaria“, „Domaine d'Ahera“, „Emva Cream“, „Haggipavlu“, „Hirondelle“, „Kokkineli“, „Kolossi“, „Mavron“, „Othello“, „Palomino“, „Rosella“, „St. Panteleimon“, „Semeli“, „Sherry“.

**KIRŠ** (vok. *Kirschbrand*). Stipraus kvapo, bespalvė degtinė, išdistiliuota iš juodųjų vyšnių raugo. Gaminama Vokietijoje (Švarcvaldas), Šveicarijoje ir Prancūzijoje. Vartojama ne tik gėrimui, bet ir įvairiems desertiniams patiekalams gaminti. Alkoholio – 45 proc.

**KIRŠLYS.** Lašišinių šeimos (*Salmonidea*), kiršlinių pošeimio (*Thymallia*) gėlavandenė žuvis. Paplitęs beveik visoje Europoje. Kūno ilgis – 20–35 cm, masė – 0,5–1 kg. Gyvena nedideliuose srauniuose šaltiniuose upeliuose ir šaltuose ežeruose. Lietuvoje veisiasi Merkyje, Šventojoje, Žeimenoje, Neris, Minijos, Vilnios aukštupiuose. Sportinės žūklės objektas. Kiršlio žuviene labai skani, ypač rudenį. Ką tik sugautas kiršlys kvėpia kmynais.

**KISIELIUS.** 1. Desertinis patiekalas, gaminamas iš vaisių sulčių su krakmolu. Lietuvoje populiarius spanguolių kisielius. 2. Košės tirštumo patiekalas iš raugintų su vandeniu avižinių, ruginių, kvietinių, neraugintų žirnių miltų. Lietuvoje buvo paplitęs avižinis kisielius.

**KIŠINEU.** Moldavų vyno distiliatas (brendis), pagamintas iš spirito ir brandintas 10 metų. Šviesios arbatos spalvos, harmoningo skonio, su vanilės prieskoniu, sudėtingo bukieto gėrimas. Alkoholio – 44 proc., cukraus – 0,8 proc.



**KIŠKIAI** (*Leporidae*). Kiškiažvėrių (*Lagomorpha*) būrio žinduolių šeima. Paplitę Šiaurės pusrutulyje, Afrikoje, Pietų Amerikoje, aklimatizuoti Australijoje, Naujojoje Zelandijoje. Svarbiausios 2 gentys: tikrieji kiškiai (*Lepus*) ir triušiai. Tikrieji kiškiai gyvena pavieniui, neturi nuolatinių slėptuvių. Daugelis kiškių yra verslo ir sportinės medžioklės objektas. Lietuvoje veisiasi 2 rūšys: pilkasis (*Lepus europaeus*) ir baltasis kiškis (*Lepus timidus*). Pilkojo kiškio kūno ilgis – 50–70 cm, masė – 4–5 kg. Baltasis šiek tiek mažesnis, šiais laikais pas mus labai retas. Kiškiai yra gana vislūs. Patelė 2–4 kartus per metus atsiveda 1–7 kiškiukus. Vos tik gimę kiškučiai sveria 100–125 g, o po dviejų mėnesių jau apie 2 kg. Lietuvoje anksčiau gyveno iki 240 tūkst. pilkųjų kiškių. Pastaraisiais laikais jų skaičius ženkliai sumažėjo. Kiškiai nukenčia nuo įvairių plėšrūnų. Suaugusius kiškius medžioja lapės, vilkai, valkataujantys

šunis, stambūs plėšrieji paukščiai ir kt. Jauniklių priešais reikėtų laikyti juodvarnius, pilkąsias varnas, gandrus, taip pat smulkiuosius plėsrūnus: kiaunes, usūrinius šunis, šeskus ir kt. Daug kiškių žūsta keliuose, nuo ligų, žemės ūkio chemizacijos ir mechanizacijos.

**KIŠKIENA.** Bene vertingiausia mūsų šalyje medžiojamų žvėrių mėsa. Itin vertinama nugarinė, šlaunelės ir mentelės. Iš kiškio skerdenos kitų dalių ir subproduktų (kaklas, letenėlės, krūtinėlė, širdis, plaučiai) su priedais bei prieskoniais gaminamas ragu tipo patiekalas, kuris populiarus Vokietijoje (*Hasenpfeffer*). Kiti žinomi patiekalai: kiškio nugarinė grietinės padaže su juodųjų serbentų drebučiais; Huberto kiškio šlaunelės, prismaigstytos, keptos su obuolių putėsiais; Dianos kiškio nugarinė, prismaigstyta, iškepta su kaštainių putėsiais; kiškio kepsnys su obuoliais ir raudonaisiais kopūstais.



**KIVIS** (angl. *kiwi*). Europietiškas Tolimųjų Rytų aktinidijų gentes vaisinio augalo pavadinimas. Vaisiai yra blausiai pilkos spalvos su mažais plaukeliais. Minkštumas pilkai žalias su mažais grūdeliais. Auginamas daugiausia Kinijoje ir kitose Tolimųjų Rytų šalyse. Aklimatizuotas Europoje: Prancūzijoje, Italijoje ir kitose Viduržemio jūros šalyse, taip pat

Naujojoje Zelandijoje. Europoje išplito tik XX a. pab. Vartojamas konditerijoje, fermentacijoje (pvz., likerių gamyboje). Valgomas žalias su šaukšteliu (kaip vištos kiaušinis).

**KLARETAS** (angl. *claret*). Pirminis raudonųjų vynu, gaminamų Prancūzijoje, Bordo srityje, pavadinimas. Šiais laikais raudonieji vynai gaminami daugelyje šalių ir dominuoja pasaulyje. Jie pasižymi įvairiausiomis savybėmis, tačiau bendras jų pavadinimas – *klaretas* arba klareto tipo vynai.



**KMYNAI** (*Carum carvi* L.). Beveik visur savaime augantis (laukinis) arba kultūrinis augalas. Tai salierinių šeimos dvimetis žolinis augalas, kurio sėklos dėl savito prieskonio ir kvapo plačiai naudojamos kulinarijoje, alkoholinių gėrimų pramonėje, parfumerijoje. Kmynų sėklose yra 3–7 proc. eterinio aliejaus, kurį sudaro karvonas (apie 65 proc.). Dar yra baltymų, riebiojo aliejaus, flavonoidų, dervos, vaško. Kmynų sėklomis aromatizuojami duonos ir pyrago bei konditerijos gaminiai, jų dedama rauginant ir sudant įvairias daržoves, pagardinami įvairūs patiekalai, sūriai. Žinomos kmynų trauktinės, likeriai ir nealkoholiniai gėrimai.



**KMYNŲ SRIUBA.** Patiekalas, verdamas iš jautienos sultinio, džiovintų grybų, pagardinamas paskrudintų miltų tyrele ir atitinkamu kiekiu atšaldyto trintų kmynų nuoviro. Patiekiami su kukuliais arba skrebučiais. Jeigu sriuba nepakankamai rusva, galima nuspalvinti karamele.

**KNELIS** (vok. *Knel*). Švelnus mėsos (veršienos, paukštienos arba laukinių paukščių) faršas. Žalia mėsa supjaustoma mažais gabaliukais ir sugrūdama piestoje su grietinėle iki vientisos masės. Faršas vartojamas kukuliams, paštetams gaminti arba kaip įdaras kepant kalakutą.

**KNIEDLIAI** (vok. *Knedle*). Pyragaičių rūšis. Gaminami iš bulvių arba plikytos tešlos ir įdaromi slyvomis, persikais, obuoliais, mėsa, grybais.

**KNIEDLIAI ČEKIŠKI** (ček. *knedliczki*). Patiekalas, pagamintas iš sužiedėjusios bandelės, supjaustytos gabaliukais, ir taukuose pakepintos rūkytos šoninės. Bandelės skrebučiai surišami mieline tešla, suformuojami kukuliai sulig nedideliu obuoliu ir patiekiami prie mėsos patiekalų arba kaip atskiras valgis su kiauliena ir troškintais kopūstais bei padažu, pvz., grybų.

**KOBALTAS** (*Cobaltum*, Co). Cheminis elementas, metalas. Jis yra vitamino B<sub>12</sub> (kobalamino) centrinis atomas arba kai kurių fermentų aktyvatorius. Vitamino B<sub>12</sub> trūkumas organizme sukelia nuovargį, mažakraujystę.

**KOBLERIS** (angl. *Cobbler*). Baro gėrimas, itin populiarus kaip gausis. Gėrimo

pagrindą sudaro raudonasis, desertinis, putojantis vynas arba spiritiniai gėrimai. Naudojami aukšti stiklai arba šampano taurės, į kurias įdedama keletas gabaliukų ledo. Gėrimas patiekiamas su vaisiais. Kartu su šiaudeliais paduodami ir kokteilio šaukšteliai. Koblerio pavyzdžiai: šerio, viskio kobleris.

**KOGEL-MOGEL** (vok.). Kiaušinių trynys, ištrintas su cukrumi iki putojimo. Tai skanėstas vaikams.

**KOFEINAS** (C<sub>8</sub>H<sub>10</sub>O<sub>2</sub>N<sub>4</sub>). Kartoko skonio augalų kilmės alkaloidas, gaunamas iš kavamedžio sėklų, arbatžolių, kolamedžio riešutų arba sintezės būdu. Kavoje jo būna iki 2,5 proc., arbatoje – iki 5 proc. Kofeinas veikia žmogaus organizmą: stimuliuoja medžiagų apykaitą, kvėpavimą ir kraujotaką. Turintiesiems aukštą kraujospūdį nerekomenduojamas.



**KOKOSO ALIEJUS.** Kokoso palmių aukštos kokybės riebalai. Skyla aukštoje temperatūroje, gaminami iš išdžiovinto ir nesmulkinto kokoso palmės riešuto baltosios dalies – kopros. Rafinuotas aliejus yra baltos spalvos, kietėja aukštoje temperatūroje (18 °C).

Vartojamas kepti, troškinti ir kaip žaliava aukštos kokybės margarinui ir šokoladui gaminti.



**KOKOSO PALMĖ** (*Cocos nucifera*). Palmių šeimos medis. Savaimė auga ir auginama tropinėse šalyse, daugiausia pajūryje ir salose. Užauga iki 25 m aukščio. Lapai plunksniški, 3–6,5 m ilgio. Žiedai vienalyčiai, gelsvi. Žiedynas – šluotelė. Vaisius (kokoso riešutas) – kaulavaisis, jo masė – 1,5–2,5 kg. Vaisiui bręstant, sėklos endospermas iš pradžių būna skystas, skaidrus, vėliau, kai jame atsiranda riebalų, pasidaro panašus į pieną. Subrendusio vaisiaus endospermas (kopra) tirštas, net kietas. Iš sėklų gaminamas kokoso aliejus, jų pienas geriamas, išspaudos yra pašaras. Mediena vartojama statybai. Iš žiedyno sulčių gaminamas cukrus, sirupas, vynas. Kietasis endospermas vartojamas konditerijoje.

**KOKTEILIS** (angl. *cocktail*). Baro gėrimas, dažniausiai geriamas mažais kiekiais. Paruošiamas maišymo inde, kokteilų plaktuve arba stiklinėse, atšaldomas ir prieš vartojant paskaninamas citrinos sultimis. Prie kokteilio patiekama alyvuogių, prie saldžiųjų kokteilų –

vyšnių, braškių ir ananasų. Citrinos griežinėlis paprastai uždedamas ant taurės briaunos. Panašiai gaminamas martinio kokteilis: gabaliukas ledo, truputis džino, sauso vermuto, truputis citrinų karčiosios sumaišoma ir išpilstoma į stiklus. Priedas – alyvuogės.

**KOLBIS** (angl. *Colby*, vietovė JAV). Pusminkštis arba pusketis, balsvas amerikietiškas karvių pieno sūris, panašus į čederį.

**KOLDŪNAI LIETUVIŠKI**. Gaminami panašiai kaip rusiški *pelmeni*, tačiau su tam tikrais ypatumais. Lietuviškų koldūnų įdarą sudaro jautiena, lašiniai (1/4 dalis), svogūnai, kiaušiniai, pipirai, mairūnas su grybų padažu. Tešlos sudėtis: miltai, kiaušiniai, druska. Tešla iškočiojama plonais lakštais. Iš jos su įdaru suformuojami maži 2–3 cm pyragėliai. Jų kraštai užsandarinami. Taip paruošti koldūnai apkepinami keptuvėje. Tada verdami. Valgomi su padažais kaip antrasis patiekalas arba su sriubomis.



**KOMPOTAS**. Skystas desertinis patiekalas, gaminamas iš šviežių ar konservuotų vaisių, išvirtų vandenyje su cukrumi (skystame sirupe), dažnai – su

prieskoniais (cinamonu, gvazdikėliais, citrinos žievelėmis). Geriausi kompotai iš persikų, abrikosų, vyšnių, slyvų, braškių. Galima kompotus virti išstisus metus iš džiovintų arba konservuotų vaisių.

**KONDENSUOTAS PIENAS.** Brangus pieno gaminys. Riebus arba nugriebtas pienas išdžiovinamas specialiose vakuumo džiovintose su cukrumi arba be jo. Išpilstomas į metalines dėžutes, stiklainius ar kartoninius paketus (*tetrapakus*). Tinka vartoti nedelsiant arba gali būti laikomas ilgai. Paprastai kondensuotą pieną su cukrumi galima laikyti ilgiau negu be cukraus. Vartojamas kavai užbaltinti, sriuboms ir padažams paskaninti.



**KONDITERIJA** (lot. *condio* – paskaninu, pridedu prieskonių). Saldūs, maistingi, lengvai virškinami maisto produktai, turintys angliavandenių. Juose esama riebalų, baltymų, vitaminų. Konditerijos gaminiams naudojamas cukrus, krakmolo tirpalas, medus, vaisiai, uogos, riešutai, kavos pupelės, pienas, kiaušiniai, miltai, kvapiosios medžiagos, maistiniai dažai, drebučius sudarančios medžiagos ir kt. Konditerijos gaminiai skirstomi į cukrinius (karamelė, saldiniai, šokoladas, kakavos milteliai, irisai, dražė, pastilės,

chalva) ir miltinius (sausainiai, meduoliai, pyragai, vafliai). Gaminami ir specialios paskirties konditerijos gaminiai, pvz., sergantiesiems mažakraujyste, cukralige.



**KONJAKAS** (pranc. *Cognac*). Prancūzijos miesto Konjako (*Cognac*) vardą turintis stiprus alkoholinis gėrimas, gaminamas iš Šampanės regione auginamų baltųjų *Folle Blanche*, *Juni Blanc* ir *Kolonkar* vynuogių veislių vyno distiliato, subrandinto ąžuolo statinėse arba plieno talpyklose. Konjako spiritas, turintis 65–70 proc. (tūrio) alkoholio, 3–15 ir daugiau metų brandinamas oksiduojasi, iš ąžuolo ekstrahuojasi rauginės medžiagos (tanidai), įgauna spalvą (nuo auksinės iki arbatos antpilo), aromata, sumažėja jo stiprumas. Įvairių rūšių spiritai kupažuojami, konjakui suteikiamas 40–45 proc. stiprumas. Konjakas pradėtas gaminti XV a., patentuotas 1909 m., todėl kitos šalys neturi juridinės teisės savo gaminamus vyno distiliatus-brendžius vadinti šiuo vardu, išskyrus, labai retais atvejais, skirtus vidaus rinkai. Žinomiausios konjako markės: „Bisquit“, „Camus“, „Courvoisier“, „Hennessy“, „Martell“, „Meukov“, „Normandin“, „Otard“, „Rémy“. Konjakų kokybę žymi

ne tik jų markės, bet ir nuorodos į amžių bei kitos charakteristikos, pažymimos etiketėse raidėmis E (ypatingasis), F (puikusias), V (labai), O (senasis), S (specialusis), P (blyškusias), X (ekstra), C (konjakas). Kai kurie kiti paplitę ženkliniai (visi angliškai): V.S. (*very special*) – specialusis, brandintas 2,5–4 metus, V.O. (*very old*) – labai senas, brandintas statinėse 4–5 metus, V.S.P. (*very superior pale*) – labai puikus (rinktinis), blyškus, brandintas 5–6 metus; V.S.O.P. (*very superior old pale*) – labai puikus (rinktinis), senas, blyškus, brandintas 5–6,5 metų; X.O. (*extra old*) – nepaprastai senas, brandintas 6,5–10–40 metų ir ilgiau. Atskirų markių konjako brandinimo laikas gali skirtis. Geros kokybės konjakai pažymimi žodžiu *Napoleon*. Pvz., „Otard Napoleon“ brandinamas 15 metų ir pasižymi medžio aromatu ir švelniu skoniu.

Kitose šalyse pagaminti vyno distiliatai vadinami brendžiais, vinjakais. Konjaką dera gerti iš tulpės formos taurių, geriausia – rankų temperatūros. Paprastai pilama nedaug – 35–50 ml.



**KONSERVAI.** Ilgam laikymui paruošti mėšos, žuvis, vaisių, daržovių produktai.

Konservavimo metodai: džiovinimas – drėgmės išgarinimas karštu oru; sterilizavimas – produktų gedimo sukėlėjų sunaikinimas karščiu (produktai sudėti į dėžutes arba indelius); užšaldymas – esant temperatūrai –18 °C; sūdyimas, rauginimas, rūkymas, marinavimas. Pagal konservavimo rūšis konservai skirstomi į visiško arba dalinio (prezervai) konservavimo.

**KONSERVAVIMAS** (lot. *conservatio* – išsaugojimas). Tai specialus produktų apdorojimas, saugantis jį nuo gedimo. Maisto produktus dažniausiai gamina mikroorganizmai, sudėtingus junginius verčiantys paprastesniais, dažnai nemalonus skonio ir kvapo, kartais kenksmingi žmogui. Konservavimu sustabdoma mikroorganizmų veikla. Yra 3 konservavimo principai: biozė (natūralūs biocheminiai procesai palaikomi reguliuojant temperatūrą, oro drėgmę, kartais oro sudėtį), anabiozė (mikroorganizmų veikla susilpninama šaldant, laikant angliarūgštės atmosferoje, druska, cukrumi ir kt. cheminėmis medžiagomis), abiozė (mikroorganizmai sunaikinami kaitinant elektros srove, ultragarsu, jonizuojančiais spinduliais, tik mikroorganizmams nuodingomis medžiagomis arba mikroorganizmus steriliai filtruojant iš produkto). Yra keletas konservavimo būdų. Sterilizavimas (žūsta visi mikroorganizmai) – tai kaitinimas 100–120 °C temperatūroje, veikimas ultragarsu, aukšto dažnio elektros srove. Pasterizavimas – tai kaitinimas žemesnėje nei 100 °C temperatūroje (žūsta tik kai kurios bakterijos, mielių, pelėsių grybai).

Konservuojant šaldymu –10–40 °C temperatūroje, sulėtėja mikroorganizmų ir fermentų veikla, nes sušąla beveik visi skysčiai. Šiuo būdu konservuojama dauguma produktų. Anglies dioksidu konservuojami augalinės kilmės produktai. Konservuojant cukrumi, mikroorganizmai žūsta, nes dėl didelio osmosinio slėgio negali pasisavinti maisto medžiagų, o jų ląstelėje vyksta plazmolizė. Šiuo būdu konservuojami vaisiai ir uogos. Sūdomos (apie 10 proc. koncentracijos valgomosios druskos (NaCl) tirpalu) žuvis, rečiau mėsa ir daržovės. Rauginami vaisiai ir daržovės (iš angliavandenių, kuriuos veikia pieno rūgšties bakterijos, pasigamina konservantas – pieno rūgštis). Džiovinant iš produktų pašalinamas vanduo, padidėja sausų medžiagų koncentracija ir mikroorganizmai negali pasisavinti maisto medžiagų. Džiovinami beveik visi maisto produktai. Konservuojama ir cheminėmis medžiagomis, dažniausiai 0,05–0,1 proc. benzoinės rūgšties ir natrio benzoato ar tokios koncentracijos sorbininės rūgšties tirpalu, 16 proc. ir didesnės koncentracijos etilo alkoholiu, 1,2–1,8 proc. koncentracijos acto rūgšties tirpalu (marinavimas), sulfetine rūgštimi. Rūkymas – konservavimas antiseptikais (fenoliais, formaldehidu ir kt.). Rūkoma mėsa, žuvis.

**KOPRA** (ind.). Kokoso palmių riešuto minkštimas, išdžiovinintas karštu oru džiovvyklose. Tai žaliava kokoso aliejui gaminti, susmulkinta drožlėmis arba grūdėliais naudojama konditerijoje (tortams, šokoladui ir kt. saldumynams gaminti).

### **KOPŪSTAI** (*Brassica oleracea* L.).

Bastutinių šeimos dvimetė (kai kurių atmainų vienmetė) daržovė. Labiausiai paplitusios šios kopūstų atmainos: gūžiniai (baltieji ir raudonieji), žiediniai, garbanotieji, Briuselio, ropiniai, lapiniai. Stiebas – 42–120 cm aukščio. Visų atmainų kopūstai – šviesamėgiai. Vartojami švieži, virti, troškinti, rauginti, marinuoti. Tai pati pigiausia ir populiariausia daržovė. Turi mineralinių druskų, angliavandenių, baltymų, vitaminų, dietinių ir gydomųjų savybių.

**KOPŪSTAI GARBANOTIEJI** (*Brassica oleracea* var. *sabauda*). Dvimečiai, stiebas vidutinio aukščio, lapai ploni, ištisiniai arba skaldyti, garbanoti arba pūslėti, suka nedideles purias gūžas.



**KOPŪSTAI GŪŽINIAI** (*Oleracea* var. *capitata*). Dvimečiai, stiebas trumpas, lapai trumpakočiai, stambūs, mėsingi, lygūs, išgaubti, suka kietą gūžę (galvą). Yra dviejų botaninių formų – gūžiniai baltieji (*Brassica oleracea* var. *capitata* f. *alba*) ir gūžiniai raudonieji (*Brassica oleracea* var. *capitata* *rubra*).

### **KORDIAL MEDOK** (*Cordial Medoc*).

Tamsiai raudonos spalvos taurusis likeris, gaminamas iš vyno distiliato su Bordo

vyno priemaiša, suteikiančia jam būdingą prieskonį. Dar dedama keptų slyvų ir kvapiųjų našlaičių šaknų ekstrakto. Alkoholio – 35 proc.



**KORINTHEN** (gr.). Mažos, džiovintos, besėklės vynuogių uogos iš Graikijos, Turkijos, Italijos ir kt. kraštų. Naudojamos kaip priedas pyragaičiams ir patiekalams iš ryžių bei manų kruopų gaminti. Dar žr. **RAZINOS**.

**KORNIŠONAI** (pranc. *cornichons*, skait. *kornišon*). Maži, nesubrendę agurkėliai, kurie užpilami marinatu iš acto, druskos, citrinos sulčių, paskanintu krapais, peletrūnu, pipirais.



**KOŠĖ**. Patiekalas, dažniausiai gaminamas iš grūdų (kviečių, miežių, avižų, lęšių, ryžių) arba trintų bulvių. Košėse gausu baltymų, angliavandenių, geležies, fosforo, vitaminų. Pagal grūdų apdirbimo būdą košės skirstomos į:

- 1) iš visai neslifuotų grūdų, kuriems tik pašalinta luobelė: miežiai, ryžiai, griekiai;
  - 2) skaldytų grūdų: grikių, miežių;
  - 3) smulkiai skaldytų grūdų: kviečių (manų), miežių (perlinė);
  - 4) suplotų grūdų: avižų, ryžių, kukurūzų.
- Košės dar skirstomos pagal gaminimo būdus: birios, pusiau birios, pusiau skystos, skystos. Lietuvoje populiarios įvairios bulvių košės.



**KOTLETAI** (pranc. *côtelette* – pjausnys).

1. Kiaulienos, veršienos, avienos, ožkienos, briedienos, stirnienos ar elnienos gabalai su šonkauliais. Pavolijami džiovėsiuose ir kepami svieste arba kitokiuose riebaluose. Pateikiami su įvairiais priedais.
2. Pamušti gabalai kitokios mėsos (jautienos nugarinė, šlaunis, veršienos šlaunis), pavolioti džiovėsiuose ir iškepti.
3. Iš maltos mėsos suformuoti plokšti maltinukai, pavolioti džiovėsiuose ir iškepti riebaluose. Prie mėsos kotletų patiekiami riebaluose keptų bulvių, bulvių krocketų, įvairių daržovių, troškintų kopūstų, šviežių daržovių, palaistoma mėsos sultiniu.
4. Maltų daržovių (žiedinių kopūstų, kopūstų, bulvių, pupelių, bulvių košės, ryžių) kotletai, pavolioti džiovėsiuose ir iškepti.

**KOTLETAS JŪRATĖ.** Kapotos vištienos kotletas. Į kapotą vištieną įpilama grietinėlės ir įberinama druskos. Iš paruoštos masės daromi apvalūs kotletai. Jie suvilgomi kiaušinio plakinyje, pavolijami bandelės šiaudeliuose ir iškepami.

**KOTLETAS TULPĖ.** Maltos vištienos kotletas su grybų įdaru. Į vištienos faršą įdedama grietinėlėje išmirkyto pyrago, įberinama druskos, įpilama grietinėlės. Iš gautos masės daromas ovalus kotletas su grybų įdaru, kuris 2 kartus suvilgomas kiaušinio plakinyje, pavolijojamas džiovėsiuose ir iškepamas. Įdarui: švieži arba džiovinti grybai sumalami arba supjaustomi kubiukais, sudedami į bebaigiančius kepti svogūnus ir kartu pakepinami.



**KOTLETAS VILNIUS.** Įdarytas vištienos kotletas. Vištienos filė išmušama, uždedama įdaras ir padaromas ovalus kotletas. Jis pavolijojamas miltuose, suvilgomas kiaušinio plakinyje, pavolijojamas džiovėsiuose ir iškepamas riebaluose. Įdaras gaminamas iš sviesto, kietai virto kiaušinio, petražolių lapelių, druskos.

**KOTNARY** (*Cotnari*). Desertinis lengvas tradicinis rumuniškas vynas, kilęs iš dabartinės Moldovos. Geltonos aukso spalvos, kvapus, saldokus, turi nemažai glicerino. Panašus į švelnų *tokajų*.



**KRABAI** (*Brachyura*). Dešimtkojų vėžių būrio bestuburių pobūris. Gyvena jūrose, gėluose vandenyse ir sausumoje. Kūnas – 2–20 cm, rečiau – iki 60 cm ilgio, galvutė maža, galvkrūtinė plati. Pirmoji vaikščiojamųjų kojų pora su žnyplėmis. Verslo objektas. Valgomi virti ir konservuoti. Juodojoje jūroje gyvena akmeninis krabas, Tolimųjų Rytų jūrose – japoninis, Baltijoje – kininis. Tačiau didžiausią reikšmę turi Kamčiatkos krabai (*Paralithodes camtschaticus*), vadinami karališkaisiais, besiveisiantys Ochocko, Beringo jūrose ir užaugantys iki 25 cm ilgio ir 7 kg masės. Leidžiama gaudyti tik patinėlius. Mėsa švelni, skani, turi 19–20 proc. baltymų, apie 1 proc. riebalų. Mėsa konservuojama dėžutėse. Naudojami padažams, salotoms.

**KRAKMOLAS** (rus. *krachmal*, vok. *Kraftmehl*). Augalų angliavandenis ( $C_6H_{10}O_5)_n$ . Jo grūdėliai susideda iš polisacharidų: amilozės (dažniausiai 10–30 proc.) ir amilopektino (70–90 proc.). Sausas krakmolos – tai balti milteliai, netirpstantys vandenyje,

etilo alkoholyje, eteryje. Karštame vandenyje krakmolas kleisterizuojasi. Kylant temperatūrai, grūdėliai prisijungia daug vandens, jų tūris padidėja kelis šimtus kartų. Bulvių krakmolas kleisterizuojasi 55–65 °C temperatūroje, kviečių – 54–62 °C, kukurūzų – 64–74 °C, ryžių – 70–80 °C temperatūroje. Veikiamas rūgščių krakmolas skyla iš pradžių iki dekstrinų, vėliau iki gliukozės. Krakmolas daugiausia gaminamas iš bulvių ir kukurūzų. Kad laikomas nerūgtų ir nepelytų, džiovinamas iki 13–20 proc. drėgmės. Krakmolas ir jo produktai naudojami maisto pramonėje ledams, gėrimams, konditerijos, kulinarijos gaminiams, dešroms, padažams gaminti.

### **KRAMBAMBULIS** (*Crambambuli*).

Raudonojo ir baltojo vyno punšas, paskanintas apelsinų žievelėmis ir gvazdikėliais. Gaminamas į pašildytą vyną ant specialių grotelių deginant gabalinį cukrų. Karamelenas suteikia vynui savotišką skonį.



**KRAPAS PAPERASTASIS** (*Anethum graveolens* L.). Skėtinių (*Apiaceae*) šeimos vienmetis augalas šakotu apie 100–150 cm aukščio stiebu ir skaldytais lapais.

Žydi liepos–rugpjūčio mėn. Žiedai smulkūs, geltoni. Sėklos smulkios, rudos arba pilkos. Augalas turi malonų specifinį kvapą, nes visose jo dalyse yra eterinio aliejaus, kurį sudaro karvonas ir kitos medžiagos. Sėklose eterinio aliejaus yra 2,5–6 proc., o žolėje – 2–3 kartus mažiau. Be to, sėklose yra apie 20 proc. riebiojo aliejaus, provitamino A. Lapuose yra vitamino C, provitamino A ir flavonoidų. Krapai vartojami kaip uždaras įvairiems patiekalams, jais aromatizuojamas ir vitaminizuojamas maistas. Šviežių žalumynų dedama į salotas ir mišraines, mėsos, žuvies, daržovių sriubas ir antruosius patiekalus. Paprastai jų dedama į gatavus patiekalus arba 5–10 min. prieš baigiant virti. Ilgesniam laikymui žalumynai džiovinami, šaldomi. Krapų stiebų dedama raugiant agurkus, verdant vėžius, o sėklų – į duonos gaminius, sausainius, arbatą, acto marinatus. Krapų eterinis aliejus vartojamas konditerijoje, konservų, likerių, degtinės pramonėje.

**KRAPŲ PADAŽAS.** Šviesi miltų tyrelė, praskiesta sultiniu, paskaninta nuplautais ir smulkiai supjaustytais žalių krapų lapeliais bei kiaušinio tryniu, pakaitinama (neužverdant). Pateikiama su mėsos ir kitokiais patiekalais, pvz., su veršiena, unguriu.

**KRAPŲ SRIUBA.** Gaminama iš nukošto kaulų bei daržovių sultinio su kvietinių miltų tyrele. Nuėmus nuo ugnies paskaninama grietine arba žalio kiaušinio tryniu ir sukapotais žalių krapų lapeliais. Pateikiama su tešlos lietiniais arba kukuliais.





**KREMAS** (pranc. *crème*). 1. Šaltas saldus patiekalas, gaminamas iš pieno, kiaušinio trynių, iki putojimo išplaktos grietinės ir želatinos su sutrintomis uogomis (dažniausiai braškėmis, žemuogėmis), citrinos sultimis, vanile: braškių, žemuogių, vanilės kremas. 2. Konditerijoje – pusiau produktas, t. y. įdaras kepant tortus, pyragaičius. Gaminamas iš sviesto, kiaušinių, cukraus ir priedų (šokolado, kavos, citrinos sulčių) arba iš sviesto, pieno, kiaušinių, miltų (grietininis kremas). Pirmasis gaminamas šaltas arba pašildytas, antrasis – virinamas. 3. Plaktos, pasaldintos grietinės pavadinimas (*crème chantilly*). 4. Sriubų rūšis, paskaninta grietine ir nuskaidrinta kiaušinių trynių, pvz., žiedinių kopūstų, šparagų kremas. 5. Labai saldžių likerų rūšis, pasižymi švelniu skoniu ir stipriu aromatu, pvz., „Crème de menthe“, „Crème de rose“.



**KREKETĖS** (*Netantia*, pranc. *crevette*). Vėžiagyviai (*Crustacea*), daugelio jūrų ir vandenynų pakrančių gyventojos,

teikiančios skanią mėsą. Pati skaniausia krevetėčių mėsa yra rausvos spalvos. Krevetės patiekiamos šaldytos arba konservuotos. Iš jų gaminami įvairūs karštieji ir šaltieji patiekalai. Verdant šaldytas krevetes pridedama prieskonių, ypač krapų. Išvirtos ir išlukštentos patiekiamos su šutintais ryžiais, žaliaisiais žirneliais ir pomidorų ar olandišku padažu.



**KRIENAS VALGOMASIS** (*Armoracia rusticana* Lam.). Kryžmažiedžių šeimos daugiametis augalas, kilęs iš Pietryčių Europos, šiais laikais auginamas beveik visur. Lietuvoje auginamas soduose, daržuose, taip pat auga kaip piktžolė. Kulinarijoje vartojamas krienų šaknis, kurios yra storos, ilgos, mėsingos. Valgomos žalios, virtos, šviežios ir džiovintos daugiausia kaip uždaras prie įvairių valgių. Šaknis renkamos rugsėjo–spalio mėnesį arba anksti pavasarį. Per žiemą laikomos rūsiuose ir saugyklose, smėlyje.

Krienų šaknis turi angliavandenių, riebalų, azotinių medžiagų, vitamino C, mineralinių druskų. Krienai žadina apetitą ir gerina žarnyno veiklą. Yra daugelio padažų sudedamoji dalis. Naudojami rauginant agurkus, pomidorus. Kaip prieskonis vartojamos susmulkintos krienų šaknis su grietine, citrinos arba kitokia rūgštimi.

**KRISTALINĖ**, žr. LIETUVIŠKA KRISTALINĖ.

**KRYMO VYNAI.** Krymo pusiasalyje (Ukraina), prie Juodosios jūros, gaminami vynai. Iš vietinių aukštos kokybės vynuogių gaminami itin garsūs desertiniai portveino ir maderos tipo vynai. Jie naudojami ir kaip pagrindas gaminant puotojančius šampano tipo vynus. Garsūs Krymo portveinai „Aigešatas“, „Farchatas“, „Masandra“, muskatiniai „Livadija“, „Magarači“ ir ypač baltieji ir raudonieji puotojantys vynai („Krimskoje“).

**KROKANT** (vok.). Šokoladinių saldinių įdaras, gaminamas iš smulkintų migdolų arba riešutų su karamelizuotu (padegintu) cukrumi.



**KROKAS** (*Crocus sativus* L.). Šafranas, vilkdalgių šeimos daugiamečių augalų gentis. Kilęs iš Mažosios Azijos ir Indijos, paplitęs Viduržemio jūros šalyse, Kryme, Irane. Aukštis – 10–20 cm. Užaugina gumbasvogūnį. Lapai siauri, lancetiški. Žiedai stambūs, balti, violetiniai, raudoni, ruožuoti, geltoni. Pavasarinis (*Crocus vernus*), geltonžiedis (*Crocus luteus*) ir tikrasis (*Crocus sativus*) krokas daugelyje šalių, ir Lietuvoje, auginami kaip dekoratyviniai augalai. Tikrasis krokas auginamas taip pat kaip prieskoninis ir dažininis augalas. Šafranas – išdžiovintos

kroko purkos, kurių kaina artima aukso kainai, turi dažomųjų medžiagų – krocino, taip pat pikrokrocino, likopeno, eterinių aliejų, karotino. Šafranas pasižymi stipriu, būdingu kvapu, kartoku skoniu. Rytų šalyse naudojamas ryžių ir kitokioms sriuboms (visų pirma kaip dažomoji medžiaga), avienos, ėrienos, žuvies, kopūstų patiekalams paskaninti. Gurmanai rekomenduoja pirmiausia ištirpinti šafraną truputyje šilto pieno arba vandens ir tik tada vartoti.

**KROKETAI.** 1. Įdaryti virtinių teslos gaminiai. Virtiniai suformuojami iš teslos ir įdaromi virtais ir maltais subproduktais, mėsos faršu su sultiniu, virtais kopūstais (viskas su prieskoniais), pavolijami džiovėsiuose ir apkepami. 2. Kukuliai iš virtų bulvių, mėsos, žuvies, paukštienos, ryžių, išvirti riebaluose. Vieni ir kiti gali būti karštas užkandis arba garnyras prie įvairių patiekalų.

**KRUNĖ KVAPIOJI** (*Asperula odorata* L.).  
**KVPAPUSIS LIPIKAS** (*Galium odoratum*).

Neaukštas (iki 60 cm) krūmas (daugiametė žolė), augantis lapuočių miškų (daugiausia bukų) pakraščiuose. Gerai auga soduose. Iš šliaužiančios šaknies išauga keturbriaunis stiebas su pailgais žiedu išsidėsčiusiais lapais. Žiedai smulkūs, kvapūs. Vartojama žolė (*Herba asperulae*, *Herba matrisilve*), ji pjaunama augalui žydint. Kulinarijoje vartojama kaip prieskonis, nedideliais kiekiais dedama į sriubas ir padažus. Iš jos gaminami kai kurie baro gėrimai, pvz., karštas baltasis vynas su krune ir cukrumi. Mėgėjai krune naudoja pudingams, kompotams, valgomiesiems

ledams, saldumynams paskaninti, tačiau jos lapų niekada neprideda prie valgių, tik pamirko ir išmeta. Po šios procedūros paskanėja saldžiosios sriubos, limonadas, kvapenės tampa vynas („Maytrank“). Deja, Lietuvoje ši prieskoninė žolė nepopuliari.

**KRUPNIKAS.** Iš medaus, prieskonių ir alkoholio pagamintas likeris su ryškiai prieskonių ir medaus skoniu bei aromatu. Žinomi lietuviški krupnikai, jų stiprumas – 40 proc. Gali būti geriamas karštas iš mažų porcelianinių arba molinių indelių (puodelių).

**KRUŠONAS** (pranc. *cruchon* – ašotėlis). Gaivusis alkoholinis gėrimas iš baltojo vyno arba šampano (kartais dar ir romo arba konjako), cukraus ir šviežių arba konservuotų vaisių.



**KRUTONAI** (pranc. *crouton* – kriauklė, skrebutis). 1. Bandelės arba duonos riekelės, paprastai specialiai iškeptos ir apkepintos iš abiejų pusių. Anglų kulinarijoje be jų neapsieina užkandžiai (*toast*). Jie gali būti pagrindas desertiniams patiekalams, kurie patiekiami su vaisiais: persikais, abrikosais, ananasais. Kartais tokie skrebučiai sumirkomi piene su išplaktu

kiaušiniu, pabarstomi cukraus pudra. 2. Keptuvėje riebaluose pakepintos mažos bandelės arba duonos riekelės, patiekiamos prie sriubų. 3. Bandelės (dažniausiai širdies formos) riekelės, pakepintos riebaluose, ant kurių patiekama kepta mėsa.

**KUBEBA.** Pipirų rūšis, auganti Indonezijoje ir Pietų Indijoje, pasižyminti charakteringu visiems pipirams aštrumu, bet yra subtilaus aromato, šiek tiek primenančio mėtą. Kubeba naudojama kaip prieskonis Pietryčių Azijos šalių virtuvėje.

**KUBOS VALGIAI,**  
žr. **VIDURINĖS AMERIKOS VALGIAI.**

**KUNDIUMI** (rus. *кундюмы*). Senosios rusų kulinarijos patiekalas, panašus į koldūnus su grybų įdaru. Tačiau jie ne verdami, bet apkepami iki plonos plutelės, tada ištroškinami grybų sultinyje su grietine. Gali būti ir su kitokiu įdaru, pvz., su kiaušiniiais ir rūgštinėmis.

**KUKULIAI.** 1. Priedai prie patiekalų arba atskiras valgis, pagamintas iš tešlos; rutuliuko formos. Gali būti troškinti arba virti kaip atskiri patiekalai, pvz., kukuliai su pomidorų padažu. Taip pat plačiai paplitę mielių tešlos ir bulvių kukuliai. 2. Šviežios tešlos gaminiai iš džiovintų miltų su pienu, sultiniu, kiaušiniiais, druska, prieskoniais, išvirti vandenyje. Tai priedas prie mėsos patiekalų.

**KULOMJERAS** (pranc. *coulommiers*; *Coulommiers* – vietovė Centrinėje Prancūzijoje). Minkštas, gelsvas

prancūziškas karvių pieno sūris su plona valgoma baltųjų pelėsių plutele. Panašus į bri.

**KUVETAI.** Tradiciniai karaimų patiekalai – pyragai su žalios mėsos, žuvis, vaisių įdaru. Gaminami iš sluoksniinės tešlos. Kuri padalinama į 2 dalis, iškočiojama. Tarp dalių įdedama įdaro, kraštai užsandinami. Pyragas iškepamas krosnyje.



**KUKURŪZAI** (*Zea mays*). Miglinių (varpinių) šeimos vienmetis kultūrinis augalas, kilęs iš Centrinės ir Pietų Amerikos. Ten buvo žinomas prieš 3 tūkst. metų. Į Europą atvežtas XV a. Kukurūzų varpa vadinama *burbuole*. Ji nusėta baltais, geltonais, rausvais, rudais vaisiais, kurių tūkstančio grūdų masės svoris 50–1 000 g (dažniausiai 100–400 g). Kultūra išplitusi visame pasaulyje ir užima trečiąją vietą po kviečių ir ryžių. Daugiausia sėjama JAV, Brazilijoje, Kinijoje, Indijoje, Rumunijoje, Ukrainoje. Lietuvoje pradėtas auginti nuo XX a. šeštojo dešimtmečio. Mūsų klimato sąlygos dažnai neleidžia subręsti kukurūzų grūdams, todėl jie auginami pašarui (silosui). Kukurūzai naudojami maisto, krakmolo, aliejaus, spirito,

konservų pramonėje, kaip pašaras gyvuliams. Kulinarijoje populiarūs kukurūzų miltai, aliejus; įvairiai paruošti kukurūzai tinka užkandžiams.

**KULEBIAKA** (rus. *кулебяка*). Senas rusų valgis, buvo žinomas jau XVI a. Prancūzų restauratorių raštuose minimas rusiškas patiekalas *coulbiac*. Jis gaminamas iš iškočioto 1 cm storio mielinės tešlos lapo. Jo viduryje vienu arba keliais sluoksniais dedami prėski komponentai, pvz., košė, ryžiai, kopūstai, žuvis, grybai. Tada vienas priešais kitą esantys tešlos kampai sulenkiami ir sujungiami siūle. Pyragas dedamas į riebalais išteptą skardą ir paliekamas, kad pakiltų.

Prieš kepant paviršius aptepamas kiaušiniu ir pabdomas keletoje vietų šakute. Pateikiamas karštas, supjaustytas lygiais gabalais, kaip priedas prie sultinių arba su lydytu sviestu bei padažu kaip atskiras patiekalas.

**KULERIAI** (angl. – *cooler*). Šalti, troškulį malšinantys, salstelėję, lėtai geriama baro gėrimai. Pagrindinės sudedamosios dalys: ledo gabaliukai, cukraus sirupas, citrinų sultys, romas, viskis, vynas, imbierinis alus, sodos vanduo, vaisiai. Papuošiami citrinos žievelės spirale. Geriami per šiaudelį. Pavyzdžiui, *Manhatano kuleris* sumaišomas iš Kanados viskio, vermuto, cukraus, citrinos sulčių, selterio, ledo ir vaisių.

**KULIČ** (rus. *кулич*). Prašmatnus rusų Velykų pyragas, kepamas iš mielinės tešlos aukštoje formoje. Tešla kruopščiai užminkoma su didesniu kiekiu kiaušinių (10 kiaušinių, 500 g miltų) ir sviesto

(180 g), mielėmis, pridėjus smulkintų migdolų (100 g), cukraus (150 g) ir citrinos ar apelsino žievelių. Galima įdėti razinų, padažyti šafranu.

**KULTINUKAI, MALTINUKAI** (rus. *бумки, бумочки*). 1. Maži, apvalios formos avių mėsos gabaliukai, iš abiejų pusių iškepti taukuose (Rusija), panašūs į prancūzų *medalionus*. Pateikiami su grietinės padažu, grikių arba bulvių koše, raugintais kopūstais arba agurkais. 2. Kepti pamušti kiaulienos, jautienos arba veršienos kotletai. Buvusioje TSRS taip vadinami ir iš maltos mėsos suformuoti apvalūs kotletai.

**KUMYSAS** (turk.). Rauginto kumelės, rečiau asilės, karvės, kupranugarės pieno gėrimas. Turi 2–2,5 proc. baltymų, 3,5–4 proc. cukraus, 1–3 proc. alkoholio, vitaminų. Daugiausia gaminamas Azijoje, Pietų Amerikoje. Gerai veikia virškinimą. Naudojamas ir alternatyvioje medicinoje (kumyso terapija).



**KUMPIŠ**. 1. Dažniausiai kiaulių skerdenos gabalas, išpjaunamas su kaulu iš priekinės ir užpakalinės dalies. Kumpiai paprastai sūdomi, rūkomi, verdami kaip vienas gabalas. Iš jų gaminamos dešros, patiekalai, pvz., šniceliai.

Virtas ir rūkytas kumpis vartojamas šaltiesiems patiekalams gaminti, taip pat kaip priedas prie sumuštinių, omeletų. 2. Maisto produktas iš kiaulės šlaunies ar mentės. Gali būti su kaulais ir be kaulų (suformuotas), sūdytas, rūkytas, virtas, vytintas. Masė – 4–10 kg. Sūdomas įšvirksčiant 16,4 proc. koncentracijos valgomosios druskos tirpalo, kuriame yra natrio nitrito, cukraus (0,03–0,4 proc.), dedamas į vonią ir užpilamas šiuo sūrymu. Laikomas 7–10 parų +4 °C temperatūroje. Prieš rūkymą 2–4 val. mirkomas vandenyje. Rūkomas dūmuose 18–20 °C temperatūroje (šaltas rūkymas), 35–50 °C temperatūroje (karštas rūkymas) ar 70–120 °C temperatūroje (kepimas dūmuose). Sūdyti–virti, sūdyti–rūkyti–virti ir suformuoti kumpiai po rūkymo dar verdami vandenyje arba garuose. Lietuvos valstiečiai kumpius rūkė ir sūdė jau nuo senų senovės. Kumpiai labai vertinami Vokietijoje, Italijoje, Ispanijoje. Pvz., italai užpakalinius kumpius gamina pagal specialią technologiją (vytinimas). Ispanijoje labai vertinamas kiaulių, šertų ažuolo gilėmis, kumpis (*Jamon Serrano*). Mentės kumpiai dažnai verdami.

**KUMPIŠ KEPTAS**. Nuplautas ir gerai apdžiovinatas kumpis suvyniojamas į foliją ir iškepamas orkaitėje. Anksčiau kumpį kepdavo apteptą 1 cm storio tešlos sluoksniu. Iškeptą reikia atšaldyti ir nuimti tešlą. Taip iškeptą kumpį labai vertina smaguriai.

**KUMPIŠ VIRTAS**. Rūkytas kumpis įdedamas į puodą, įpilama tiek vandens, kad jį apsemtų. Mėsa verdamą pamažu,

kol išvirs. Virtas kumpis išimamas iš sultinio ir iš karto 30 min. įdedamas į šaltą vandenį, kad sultys, esančios jame, ten ir pasiliktų – tada kumpis pasidaro švelnesnis. Senose kulinarijos knygose nurodoma, kad kumpį reikia ataušinti sultinyje, tačiau nerekomenduotina.

**KUOJA** (*Rutilus rutilus* L.). Mėkšras, karpinių šeimos žuvis, paplitusi Europos ir Azijos upėse, ežeruose ir apysūriuose vandenyse. Užauga iki 40 cm ilgio ir 1,5 kg svorio. Lietuvos vandenyse dažniausiai sugaunamos 15–20 cm ilgio ir 50–200 g svorio žuvis. Kuojų žuviene nėra „aukščiausios kategorijos“, tačiau žuvis dėl gausumo turi nemažą pramoninę vertę. Be to, yra mėgstamas žvejų mėgėjų laimikis.

**KUPAŽAS** (pranc. *coupage*). 1) Kelių vynuogių vynu rūšių arba kt. produktų (pvz., arbatžolių) maišymas tokia proporcija, kad išeitų geriausių savybių produktas arba kad būtų pašalinti kokios nors vienos rūšies trūkumai; 2) spirito, vandens ir kitų sudedamųjų dalių mišinys degtinės ir likerių gamyboje.

**KUPRĖ, GORBUSCHA** (*Oncorhynchus gorbuscha*). Lašišinių šeimos žuvis praeivė, paplitusi Ramiojo vandenyno šiaurėje iki Vladivostoko ir San Francisko. Kūno ilgis – apie 0,5 m, masė – 1,5 kg. Prieš neršimą patinui užauga kupra (todėl taip ir vadinama). Neršia sekliuose upeliuose ant žvirgždo. Po neršto patelės ir patinai žūva. Svarbus verslo objektas. Mėsa, kaip visų lašišinių, labai skani. Dar žr. **LAŠIŠOS**.

**KURAPKA** (*Perdix perdix*). Fazanų šeimos paukštis. Paplitusi Europoje, dalyje Azijos ir kitur. Gyvena visoje Lietuvoje, tačiau pastaraisiais metais kurapkų skaičius mažėja. Kūno ilgis – apie 30 cm, masė – apie 400 g. Pilkšvai rusva, patino kakta, skruostai ir pagurklis rudi.

Kurapkos – labai vertingi medžiojamieji paukščiai, jų mėsa liesa ir skani. Kurapkos troškinamos su lašiniais, kumpiu, kadagių uogomis, čibreliais, baltuoju vynu, kepamos su sviestu, grietine, prieskoniais, įdarytos kiaulienos faršu, su grybais.

**KURAPKŲ PATIEKALAI**. Nupeštos, nusvilintos kurapkos stipriai perrišamos plonu siūlu, kad kepat neprarastų formos. Prieš kepat visas paukštis apvyniojamas lašinių juostelėmis. Jaunos kurapkos keamos 15–18 min. Senesnės – verdamos arba troškinamos su kadagio uogomis, lašiniais, sviestu, vynu, raugintais kopūstais, česnaku. Kepamos su sviestu, pavoliojamos miltuose su grybais, įdaromos lašinių, grybų ir kt. įdaru.

**KURTINYS** (*Tetrao urogallus* L.). Stambiausias miško paukštis. Patinas sveria 3,5–5 kg, patelės – 3 kg. Lietuvoje retas, todėl yra saugomas ir globojamas. Gyvena dideliuose miškų masyvuose. Jo mėsa skoniu nusileidžia nebent fazanams.

**KUSKUSAS** (pranc. *couscous*). Magrabo šalių, berberų ir arabų (Šiaurės Afrika), Sacharos ir piečiau jos gyvenančių tautų nacionalinis valgis. Gaminamas iš manų kruopų ir kvietinių miltų. Ruošiamas ant medinės lentos su įdubimu, kur iš

kruopų, miltų, su trupučiu vandens ir druskos suformuojami maži rutuliukai. Jie išverdami servetėlėje garuose. Pateikiami su aštriais prieskoniais, dažniausiai su pipirais, kariu, pomidorų ar kt. padažu. Su kuskuso kruopomis verdama žuvies sriuba, kepamas pyragas su varške, gaminami įvairūs patiekalai.

**KUTIA** (ukr. iš gr.). Tradicinis pietų slavų Kūčių ir naujmetis patiekalas, gaminamas iš virtų kviečių (kartais iš ryžių arba košės), pridėjus aguonų, medaus, riešutų, razinų. Ukrainoje pridedama cukruotų vyšnių.

**KUTTELN** (vok., t. p. *flecke*, lenk. *flaki*). Patiekalai iš raguočių, veršių, avių skrandžių. Juos išverda, supjausto juostelėmis arba trikampaiais, pavolioja džiovėsiuose ir iškepa arba ištroškina. Populiarūs Lenkijoje, Vokietijoje, Čekijoje ir kitose šalyse. Anksčiau buvo populiarius ir Lietuvoje, vadinti „blėkais“.



**KUVERTURA** (pranc. *couverture*), **GLAZŪRA**. Šokolado masė kepiniams užpilti.

**KVAPUSIS LIPIKAS**, žr. **KRUNĖ KVAPIOJI**.

**KVARGELIAI** (vok.). Maži disko formos brandintos varškės sūriai. Geriausi šios rūšies sūriai yra gaminami Olomoucouose (Čekija). Pateikiami prie alaus.

**KVASAS** (rus.). Gira, rusų tautos gaivusis gėrimas. Rūgščiai saldoko skonio su mažu alkoholio kiekiu (0,5–1,5 proc.). Buvo gaminamas visoje buvusioje TSRS ir pramoniniu būdu, ir namuose. Pagrindinės žaliavos – rugių arba miežių salyklas arba ruginiai miltai, pridėjus apynių ir cukraus. Namuose gira gaminama iš ruginės padžiointos duonos, pridėjus cukraus ir mielių. Gira nuo seno gaminama ir Lietuvoje. Žinoma gira su uogomis (pvz., razinomis), apelsinų, citrinų žievelėmis.



**KVIETYS** (*Triticum*). Žemės ūkio augalas, plačiausiai auginamas java pasaulyje. Skirstomi į 2 grupes: kietieji ir minkštieji. Jų yra žieminių, vasarinių ir kt. porūšių. Kviečių grūdai maistingi, kaloringi, turi daug baltymų, angliavandenių. Perdirbami į miltus, kruopas ir kitus maisto produktus. Iš jų gaminamas spiritas ir kt. gėrimai.

**KWASÓVKA** (lenk.). Sriuba, gaminama iš giros, raugintų kopūstų, su džiovintais grybais ir jautiena, paskaninta grietine, pridėjus žiupsnį trintų kmynų. Pateikiama su didelėmis pupelėmis, išvirtomis atskirai (pupelių nuoviras supilamas į sriubą), arba su bulvėmis. Įvairiuose Lenkijos regionuose sriuba verdama skirtingai.

**LABSKAUS.** Jūrininkų patiekalas iš bulvių košės, sūdytos mėsos, sūdytos silkės, riebaluose pakeptų svogūnų ir smulkiai supjaustytų raugintų agurkų. Pagardinamas druska ir pipirais, valgomas su brokoliais.

**LACHSHERING** (vok. – lašišinė silkė). Stambi, šaltai rūkyta silkė.

**LACHSSCHINKEN** (vok. – lašišinis kumpis). Žalios jautienos išpjovos gaminys. Mėsa supjaustoma plonomis riekelėmis, susukama, surišama virvute ir trumpai parūkoma iki gražios aukso spalvos.

**LACRYMA CHRISTI** (lot. – Kristaus ašaros). Baltasis itališkas vynas, gaminamas Vezuvijaus apylinkėse. Plačiai žinomas kaip „Lacryma Christi del Vesuvio“. Pasižymi subtiliu skoniu ir aromatu. Gaminama ir šiek tiek to paties pavadinimo raudonojo vyno.

**LAFITE–ROTHSCHILD** (*Château*). Vienas geriausių prancūziškų raudonųjų vynu, gaminamas Medoko (*Médoc*) apylinkėse Bordo regione.



**LAIŠKINIS SVOGŪNAS** (*Allium schoenoprasum* L.). Žolinis amarilinių šeimos daugiamečių augalas plonais

vamzdeliniais lapais. Auginamas dažniausiai grunte, po plėvele arba šiltnameiuose. Laiškai turtingi vitaminų, geležies ir azoto junginių, taip pat eterinių aliejų, turinčių, kaip ir česnakas, antibakterinių savybių. Vartojamas kaip priedas prie padažų, varškės patiekalų, omleto, nes yra pikantiško skonio ir žadina apetitą. Gali augti namuose pasodintas į vazoną.

**LAIŠKINIŲ SVOGŪNŲ PADAŽAS.** Baltųjų padažų rūšis, gaminama iš šviesiai gelsvos tyrelės, praskiestos atšaldytu sultiniu. Tyrelė užverdamą ir paskaninama grietinėje išplaktu kiaušinio tryniu bei gerai nuplautais ir smulkiai supjaustytais laiškiniais svogūnais. Jie sudedami į padažą nukėlus nuo ugnies. Patiekiamas prie vištienos.

**LAJUS.** Kietųjų grupės avių, galvijų riebalai. Dar žr. **RIEBALAI**.

**LAKTAZĖ.** Virškinimo fermentas (fermentas), skaidantis pieno cukrų (laktozę) į gliukozę ir galaktozę. Laktazę gamina kasa.

**LAKTOZĖ.** Pieno cukrus ( $C_{12}H_{22}O_{11}$ ), disacharidas, susidedantis iš D-gliukozės ir D-galaktozės. Rūgimo bakterijoms veikiant, laktozė virsta pieno rūgštimi.

**LAMBRUSCO.** Žinomas italų raudonasis vynas iš Emilijos-Romanijos apylinkių. Gaminamas iš *Lambrusco Marani*, *Lambrusco Salamino*, *Lambrusco Sorbara* ir kt. veislių vynuogių. Tai rubino spalvos, saldoko skonio, gėlių aromato, kartais lengvai putojantis vynas,





rekomenduojamas prie makaronų  
ir kiaušinių patiekalų.  
Pateikiamas 12–15 °C temperatūros.

**LANDRYNKI** (lenk.). Kieti, įvairių spalvų  
ir įvairaus skonio karameliniai saldainiai,  
parduodami nefasuoti, sveriami.  
Pavadinimas kilęs iš rusų konditerio  
Landrino pavardės.

**LANGETAS** (pranc. *languette* – liežuvėlis).  
Plonas, nelabai platus mėsos gabalas,  
kuris lengvai pamušamas, pavoliojamas  
ir iškepamas. Pateikiamas su įvairiais  
garnyrais, kurių pasirenkama pagal skonį.  
Išpopuliarėjo buvusioje TSRS,  
nes buvo lengvai pagaminamas,  
universalus, paprastai standartizuojamas  
patiekalas.



**LANGUSTAI** (lot. *Palinurus mauritanicus*).  
Jūriniai vėžiai; veisiasi Viduržemio,  
Karibų jūrose. Be žnyplių, su kietu šarvu  
ir labai ilga antrąja pora ūsų.  
Langustai smulkesni už omarus. Jų kūno  
ilgis iki 50 cm, svoris – iki 4 kg. Labai  
skani uodegos mėsa. Gaminami panašiai  
kaip omarai: verdami, troškinami, kepami  
ant grotelių, patiekiami su padažais.  
Dar žr. **OMARAI**.

**LASAGNE** (it., skait. *lazanje*). Plokšti 8–  
10 cm ilgio ir 3 cm pločio makaronai.  
Virti patiekiami su padažu arba apkepinti.



**LASAGNE AL FORNO** (it.). Patiekalas,  
pagamintas iš *lasagne* makaronų, sudėtų  
į kaistuvą sluoksniais su malta mėsa ir  
pomidorų padažu, apibarstytas tarkuotu  
sūriu ir iškeptas.

**LAŠINIAI**. Kiaulių riebalų sluoksnis  
(nugaros ir papildvės lašiniai). Įsūdomi  
ir išrūkomi arba tik įsūdomi. Sūdomi  
sausuoju būdu arba sūryme. Vengriški  
lašiniai yra įtrinti aitriųjų paprikų  
milteliais. Papildvės lašiniai sluoksnuoti,  
o nugaros – riebus. Vartojami kepti,  
prismaigstyti, įvynioti, padažams,  
kepsniams. Lietuvos valstiečiai nuo  
seno lašinius sūdė skobtiniuose loviuose  
arba statinėse, rūkė kaminuose, pirtyse,  
rūkyklose. Lašinių dedama į rūgščias  
sriubas, vartojami košių padažams, jų  
dedama į dešras, paspirtintų – į sriubą.  
Kepti (kartais su kiaušiniiais) ar rūkyti  
valgomai pusryčiams, pavakariams.

**LAŠIŠOS**. Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos  
*Oncorhynchus* ir *Salmo* genčių žuvis  
praeivės. Paplitusios daugiausia Atlanto ir  
Ramiojo vandenyno šiaurėje, Juodojoje,  
Kaspijos, Aralo jūrose. Kai kurios rūšys  
gyvena gėluose vandenyse. Neršia  
tekančiuose gėluose vandenyse, kur  
jaunikliai išbūna vienerius arba kelierus

metus, o vėliau grįžta į jūrą. Atlantinė laišša neršti atplaukia ir į Lietuvos upes Žeimeną, Šventąją, Miniją. Svarbus verslo objektas. Valgomos šviežios, rūkytos, sūdytos. Itin vertingi sūdyti laiššų ikrai (raudonieji).

Stambiausia *Oncorhynchus* genties rūšis – čaviča (užauga iki 45 kg svorio). Kitos rūšys: keta, kuprė, nerka, upėtakiai. Svarbiausia *Salmo* genties rūšis – Baltijos (Atlantinė) laišša (užauga iki 40 kg). Į Baltijos laiššą panašus šlakys. Laiššos veisiamos pramoniniu būdu, ypač Norvegijoje. Kasmet pasaulyje sugaunama 700–800 tūkst. t laiššų.

**LATVIŲ VALGIAI.** Kaip ir kitos Baltijos tautos, latviai daugiausia vartoja kiaulienos, veršienos ir vištienos, bet valgo ir jautieną, avienuą, triušieną. Patiekalai švelnaus skonio. Dedama aštrių prieskonių – pipirų, česnakų, lauro lapų, svogūnų, tačiau labai saikingai. Mėsa verdama, šutinama, rečiau kepama, troškinama. Mėgstami rūkyti mėsos gaminiai. Vartojama daug pieno ir pieno produktų, bulvių, miltų, kruopų. Latviai itin mėgsta kvietines ir miežines kruopas, juodą ruginę duoną. Senovėje valgė tokius patiekalus kaip kanapių masę, salotas iš bulvių, marinuotų agurkų ir obuolių su mėsa bei silke (*rossols*), įdaryti kiaušiniai, duonos sriuba, kepta, miltuose pavoliota silkė, kiaulienos arba jautienos patiekalas *Kurzemes strogonov*. Geria arbatą, kavą, degtinę, likerius, trauktines. Garsus kmyną likeris „Alašas“, „Rygos balzamas“.

**LAUKINĖS DARŽOVĖS.** Laukinių augalų lapai, iš kurių gaminami vegetariški

patiekalai. Tai kiaulpienė, dilgėlė, gyslotis, balanda. Lietuvoje šios daržovės nėra populiarios.

**LAUKINIŲ PAUKŠČIŲ MĖSA.** Sumedžiotų laukinių paukščių (tetervinų, kurapkų, fazanų, slankų, laukinių karvelių, taip pat ančių ir žąsų) mėsa. Ji yra liesa, gerai virškinama. Iš šios paukštienos gaminami labai skanūs, pikantiški patiekalai.

**LAUKINIŲ ŽVĖRIŲ MĖSA.** Anksčiau Lietuvoje labai populiari buvo kiškiena, šiais laikais daugiausia sumedžiojama šernų, elnių, stirnų, mažiau briedžių. Iš jų kasmet paruošiama apie 1 500 tonų žvėrienos. Žvėriena labai vertinama pasaulinėje kulinarijoje, nes pasižymi būdingu skoniu ir kvapu, yra liesa (išskyrus šernieną), joje optimalus vandens, vitaminų ir baltymų kiekis. Jaunų žvėrių mėsą organizmas itin gerai virškina. Tokia žvėriena dažniausiai kepama. Vertinama stirnos nugarinė, iškepta angliškai: kepsnio vidus lieka rožinės spalvos. Senesnių žvėrių mėsa verdama, troškinama.



**LAURO LAPAI** (*Laurus nobilis* L.). Lauro krūmų arba puskrūmių, augančių Viduržemio jūros, Kaukazo ir kitose



šilto klimato šalyse, džiovinti lapai. Nuo seno plačiai vartojami kaip prieskonis. Jų dedama į marinatus, padažus, mėsos, žuvies patiekalus. Iš lapų ir vaisių pagamintas eterinis aliejus naudojamas parfumerijos ir farmacijos pramonėje.

**LAZANKI** (lenk.). Skryliai, plonai iškočiotos tešlos, supjaustytos kvadratiniais arba rombais, gaminiai. Vartojami kaip priedai prie sriubų (grybų, sultinio) arba kaip žaliava kopūstų, kumpio ir kt. apkepams.

**LEANYKA.** 1) Vengriškas baltasis vynas, kvapus, aitroko skonio; 2) iš Rumunijos kilusios ir kitose Europos šalyse auginamos baltosios vynuogės.

**LECITINAI** (gr. *lekithos* – kiaušinio trynys). Fosfatidų grupės cholino digliceridfosforo rūgšties dariniai. Higroskopiški, panašūs į vaškus. Jų daug kepenyse, širdies raumenyje, kraujo plazmoje, smegenyse, kiaušinyje (trynyje), aliejingose augalų sėklose. Ekstrahuojami iš sojų, rapso ir kt. augalų sėklų.



**LEDAI VALGOMIEJI.** Desertinių patiekalų rūšis (mūsų dienomis – jau gatavas produktas, parduodamas įvairiais kiekiais ir pavidalais). Gaminami iš pieno, kiaušinių, cukraus, grietinės ir

įvairių skonių bei aromatą suteikiančių priedų (grietininiai ledai) arba iš cukraus, vandens, šviežių arba šaldytų vaisių ar jų pakaitalų (vaisiniai ledai). Grietininiai ledai gali būti įvairaus skonio: vaniliniai, kavos, kakavos, riešutiniai, karameliniai. Vaisiniai ledai dažniausiai būna braškiniai, avietiniai, citrininiai, ananasiniai, žemuoginiai. Ledų gamyba yra daugiafazė: komponentų paruošimas ir pasterizacija, užšaldymas, brandinimas ir išfasavimas.

Ledų gamyba Venecijoje buvo žinoma jau XIV a. Į Prancūziją jie buvo atvežti Henriko II žmonos karalienės Katerinos iniciatyva.

**LEGHORNAI** (angl.). Dėšliųjų vištų veislė, kilusi iš Italijos baltųjų vištų, kurios apie XIX a. vid. iš Italijos Livorno (angl. *Leghorn*) uosto buvo atvežtos į JAV ir ten sukryžmintos su minorkų, peštukinių ir kt. veislių vištomis. Plunksnos baltos, mėsa pusėtinai kokybės. Gaidžio masė – 2,3–2,7 kg, vištos – 1,8–2 kg. Višta per metus padeda 200–270 kiaušinių (vidutinis svoris 55–65 g). Į Lietuvą įvežta po 1923 m.

**LÉGUMES** (skait. *legium*). Prancūziškas daržovių pavadinimas.

**LEMNOS.** Desertinis baltasis graikiškas vynas iš Lemno salos. Gaminamas iš *Muscat d'Alexandrie* vynuogių. Pasižymi gelsvai žalia spalva, vaisių, muskato aromatu ir pikantišku žaviu skoniu. Geriamas prie desertinių patiekalų arba kaip aperityvas.

**LENDE** (vok.), žr. **FILÉ**.

**LENKIŠKAI** (pranc. *à la polonaise*, skait. *polonez*). Garnyras prie: a) paukštienos (raugintais kopūstais įdaryti pyragėliai su rūkytomis dešrelėmis, kukuliais ir maderos padažu); b) daržovių (su kietai virtu, kapotu kiaušiniu, užpildu išstirpintu sviestu ir paskrudinta duona, pvz., lenkiški žiediniai kopūstai); c) žuvies (su padažu iš sultinio, raudonojo vyno, svogūnų, susmulktintų migdolų ir slyvų, pvz., karpis lenkiškai).

**LENKŲ VALGIAI.** Tradicijos susiformavo kitų slavų tautų įtakoje. Turėjo reikšmės ir lietuvių kulinarija, nes karalius Jogaila turėjo savo lietuvišką virtuvę, o karalienė Jadvyga – savo vakarietišką. Patiekalai neaštrūs. Vartojamos prieskoninės daržovės, prieskoniai (mairūnai, muskatai, pipirai). Garnyrui patiekiamą įvairiai paruoštų bruknių ir kitokių uogų. Užkandžiams bei šaltiems patiekalams gaminti naudojamos šviežios daržovės, vaisiai, salotos, šalti mėsos ir žuvies gaminiai. Mėgstami patiekalai iš silkių, grybų, žuvies. Paštetai gaminami iš kepenų, paukštienos, žvėrienos. Itin vertinami maži paštetėliai. Tautinėms sriuboms reikėtų laikyti barščius, kopūstų, agurkų sriubas. Joms gaminti plačiai naudojami grybai, galvijų skrandžiai. Populiarūs pertrintos sriubos, sultiniai. Labiausiai mėgstamos žuvys – karpiai ir upėtakiai. Karpis lenkiškame padaže laikomas tautiniu patiekalu. Vartojama daug įvairios mėsos, rečiau aviena, ir subproduktų, iš jų gaminami patiekalai su gausiais padažais. Žinomi patiekalai: bigusas – gaminamas iš raugintų kopūstų, kiaulienos, veršienos, vištienos, dešros su prieskoniais;

skrandžių patiekalas (*Flaki*) – iš skrandžių ir žarnų su prieskoninėmis daržovėmis, fermentiniu sūriu, imbieru, mairūnu, muskatu. Populiariausios daržovės – žiediniai kopūstai, žalieji žirneliai, šparagai, špinatai. Mėgstamos košės, miltų patiekalai: skryliai, lietiniai. Desertui gaminami kisieliai, drebučiai, putėsiai, marmeladas, meduoliai. Valgoma daug uogų. Gėrimai: arbata, kava su pienu, degtinė („Wyborowa“), likeriai (krupnikas, ratafija), alus, selteris, limonadas.



**LEPŠĖ** (*Leccinum scabrum*). Baravykas lepšė, paberžis, baravykinių šeimos grybas. Paplitusi Šiaurės pusrutulyje, vidutinio klimato juostoje. Lietuvoje dažna. Auga gegužės–rugsėjo, spalio mėnesiais drėgnuose arba pelkėtuose bei lapuočių miškuose, kur esama beržų. Valgoma šviežia, džiovinta, sūdyta ir marinuota. II kategorijos grybas.

**LESCO** (lenk., vengr. *lecso*, skait. *lečio*). Populiarus vengrų patiekalas, gaminamas iš žaliųjų saldžiųjų paprikų, ištroškintų riebaluose su rūkyta šonine, dešra, paskaninamas druska ir paprikų milteliais. Konservuojama stiklainiuose arba metalinėse dėžutėse be mėsos priedų, o valgoma su bulvėmis, ryžiais, mėsa, žuviene. Tai gana populiarius patiekalas ir Lietuvoje.



**LĒŠIS VALGOMASIS** (*Lens culinaris Medic.*).

Ankštinių šeimos vienmetis žemaūgis augalas. Vaisiai – suplotos ankštys, kuriose yra disko pavidalo sėklos. Kartais, patamsėjus sėklos luobo pigmentui, jos būna juosvos spalvos. Būna raudonųjų prancūziškų lėšių. Vokietijoje auginami daugiausia žalsvi – iki šviesiai rudos spalvos. Lėšiai – vertingas maisto produktas, nes jų sėklose gausu vertingų baltymų (iki 60 proc.). Valgomi virti, iš jų verdama sriuba, gaminami įvairūs patiekalai.

**LEUCINAS.** 2-amino-4-metilpentano rūgštis,  $C_6H_{13}O_2N$ . Jo esama visų organizmų baltymuose (sudaro 10–20 proc. jų kiekio); gyvūnams tai nepakeičiama aminorūgštis. Kai maiste stinga leucino, organizme būna neigiamas azoto balansas, vaikai dėl to lėtai auga.



**LEVANDA** (*Lavandula angustifolia Mill.*).

Vienmetis augalas, žinomos 26 rūšys.

Labiausiai paplitusi siauralapė levanda. Lietuvoje kaip prieskonis retai vartojama, nors daržuose auginama. Jos iešmiškus lapelius, nuskintus prieš žydėjimą ir sudžiovintus pavėsyje, galima dėti į sriubas (žirnių), keptos avienos, rūkytų gaminių (dešrų), kiaušinių patiekalus. Populiarus prieskonis italų, ispanų, prancūzų kulinarijoje.

**LIAISON** (pranc., skait. *liazon*). Sriubų skonio stipriklis iš kiaušinio trynio ir grietinės arba miltų ir riebalų tyrėlė.

**LIDIJA.** Desertinis raudonasis moldaviškas vynas, gaminamas Kodru miesto apylinkėse iš to paties pavadinimo vynuogių veislių. Pasižymi gražia rubino spalva, harmoningu skoniu su žemuogių prieskoniu. Alkoholio kiekis – 16 proc., cukraus – 10 proc.

Dar žr. **MOLDOVOS VYNAS.**



**LYDEKA, LYDYS** (*Esox lucius L.*). Europinė lydeka, lydekinių (*Esocidae*) gėlių ir apysūrių vandenų žuvis plėšrūnė. Užauga iki 2 m ilgio ir 31,5 kg svorio (1952 m. Kuršių mariose), dažniausia – 40–50 cm ilgio ir 0,5–2,5 kg masės. Skaniausia vidutinio didumo (apie 3,5 kg). Senesnių ir didesnių žuvų mėsa esti sausa.

Paprastai lydziai kepami, troškinami, garinami, kepami ant grotelių ar iešmų gabalais, filė arba nesupjaustyti. Žinomi patiekalai: Bordo lydys, malūnininkės lydys, *Orly* lydzio gabalai, lydys sidabro apsiauste (vok. *Im Silberkleid*) – be odos, prismaigstytas lašinių, įvyniotas į aliuminio foliją, keptas orkaitėje. Lietuvoje populiarūs įdaryta lydeka drebučiuose, lydeka majonezo padaže.

**LYDEKA DREBUČIUOSE.** Gaminama taip pat kaip ir sterkas drebučiuose. Dar žr. **STERKAS DREBUČIUOSE.**

**LYDEKA LENKIŠKAI.** Paruošta žuvis supjaustoma porcijomis, išverdama daržovių sultinyje kartu su daržovėmis, supjaustytomis juostelėmis. Žuvies gabalai sudedami į pusdubenį, apdedami daržovėmis, užpilami išlydytu sviestu, pabarstomi iš anksto kietai išvirtu ir smulkiai supjaustytu kiaušiniu, susmulkintais petražolių lapeliais. Pateikiama su virtomis bulvėmis.

**LYDEKA MAJONEZE.** Gaminama kaip sterkas majoneze.

**LYDEKA ŽVEJŲ.** Nuvalyta bei porcijomis supjaustyta lydeka pasūdoma ir keletą minučių palaikoma, kad įsisūrėtų. Nuvalytos daržovės (svogūnai, morkos, salierai, petražolės) supjaustomos ir patroškinamos riebaluose. Pavoliota miltuose žuvis iškepama riebaluose, sudedamos daržovės, užpilama trupučiu sultinio, išvirto iš žuvų liekanų, pridėdama prieskonių (pipirų, muskato), įpilama grietinės ir uždengtame inde keletą minučių patroškinama ant mažos

ugnies. Pateikiama su kukuliais arba virtomis bulvėmis.

**LIEBFRAUMILCH** (vok.). Baltasis, švelnaus skonio pusiau saldus Reino vynas (Vokietija). Gaminamas iš *Müller-Thurgau*, *Riesling* ar *Sylvaner* vynuogių, auginamų Reinheseno ir Reingau regionuose. Spalva – auksinė, kvapas – natūralus, skonis – maloniai saldus. Pateikiamas 12–15 °C temperatūros prie daržovių asorti, kiaušinių, makaronų patiekalų.



**LIETUVIŠKA GIRA.** Gaminama iš juodos duonos, mielių, razinų, apynių, cukraus. Džiovinta duona užpilama verdančiu vandeniu, palaikoma 10–12 valandų, nukošiama. Į skystį sudedamas cukrus, razinos, išvirti, atvėsinti apyniai ir mielės. Rauginama 20–24 val. Gira nukošiama, išpilstoma į butelius, geriama po 1–2 parų.

**LIETUVIŠKA KRISTALINĖ.** Stipri lietuviška degtinė, pagaminta iš aukščiausios rūšies spirito, pridėjus nedidelį kiekį medaus ir cukraus. Alkoholio – 45 proc.

**LIETUVIŠKAS KRUPNIKAS.** Gaminamas iš bičių medaus, spirito, vanilės, muskato,

cinamono žievelės, karčiųjų migdolų, citrinų ir apelsinų žievelių.

Medus užvirinamas truputyje vandens, sudedami prieskoniai, dar pavirinama, leidžiama nusistovėti 30 min.

Nukošiama, sumaišoma su spiritu (santykis 1:1), dar pakaitinama iki 75 °C. Geriamas dažniausiai šaltas arba šiltas.



**LIETUVIŠKAS MIDUS.** Gaminamas iš bičių medaus, mielių, kartais apynių ir prieskonių (kadagio uogų, citrinos, imbiero, cinamono, gvazdikėlių).

Į 10 l virinto atvėsinto vandens įdedama 2 kg medaus, padaugintų vyno mielių, džiovintų kadagio uogų, prieskonių, apynių ir 2–3 sav. rauginama steriliomis sąlygomis kambario temperatūroje.

Dar 2–4 kg medaus įdedama dalimis kas savaitę. Taip sufermentuotas gėrimas, turintis apie 14 proc. alkoholio, nuokošiamas ir brandinamas statinaitėse arba buteliuose.

Midus ilgą laiką buvo stipriausias alkoholinis gėrimas, gamintas Lietuvos dvaruose, vienuolynuose, prie smuklių. Tarpukariu mažais kiekiais gamintas Prienų bravore. 1960 m. Stakliškėse (Prienų r.) Aleksandro Sinkevičiaus (1908–1999) iniciatyva įkurtoje gamykloje „Lietuviškas midus“ pagal jo sukurtą technologiją (1972 m.) pradėtas gaminti ir patentuotas Didžiojoje

Britanijoje. Gaminamas kelių rūšių natūralus midus, taip pat distiliatas, turintis 25–75 proc. alkoholio.

Dar žr. **ŽALGIRIS.**

**LIETUVIŠKI BARŠČIAI.** Gaminami iš raugintų arba šviežių burokėlių, sultinio, prieskoninių daržovių. Gali būti pridėdama grybų. Burokėliai išverdami, supjaustomi šiaudeliais, daržovės pakepinamos, viskas sudedama į mėsos sultinį (labiau tinka rūkytos mėsos sultinys), užverdama, parūgštinama actu, jeigu burokėliai nerauginti, užbaltinama. Atskirai patiekiami virtų bulvių, apibarstytų krapais.



**LIETUVIŠKI ŠALTIBARŠČIAI.** Šalta sriuba iš burokėlių arba jaunų gumbelių su lapais ir rūgusio pieno. Burokėliai arba jų gumbeliai su lapais išverdami, supjaustomi šiaudeliais arba sutarkuojami stambia tarka. Rūgės pienas (arba kefyras) išplakamas su druska, sumaišomas su paruoštais burokėliais bei jų nuoviru. Įdedama smulkiai supjaustytų svogūnų laiškų, krapų ir šviežių supjaustytų agurkų. Sriuba atšaldoma iki 10 °C temperatūros, įdedama kietai virtų kiaušinių, užbaltinama grietine. Patiekiami su virtomis apibarstytais krapais bulvėmis.



**LIETUVIŠKI VIRTINIAI.** Maži pyragėliai, įdaryti jautienos nugarinės faršu, sumaišytu su smulkiai pjaustytu jautienos inkstų lajumi (santykis 1:1) arba su avienu. Į faršą įdedama sultinyje išvirtų ir smulkiai sukapotų svogūnų, truputis (2–3 šaukštai) sultinio, mairūno, druskos, pipirų. Virtinių tešla turi būti minkšta. Į miltus dedami tik tryniai (500 g miltų – 1–2 tryniai). Baltymus reikia sudėti į faršą. Tešla dozuojama mažu stikleliu arba specialia formele (2–3 cm skersmens), kad pyragėlis tilptų burnoje. Faršą reikia rūpestingai įdaryti, kad verdant virtiniai neiširtų. Virtiniai verdami pasūdytame vandenyje atsargiai maišant šaukštu. Patiekiami giliose lėkštėse, užpilti tuo pačiu sultiniu, kuriame virė. Atskirai galima patiekti stipraus sultinio. Vietoj jautienos faršo galima vartoti kitus įdarus, pvz., kiaulienos, virtų bulvių, šviežių kopūstų, grybų, uogų, vaisių.  
Dar žr. **KOLDŪNAI.**

**LIETUVIŠKOS SALOTOS.** Bulvių, daržovių, obuolių, kumpio salotos. Virtos bulvės, morkos, rauginti agurkai, truputis kumpio, obuoliai supjaustomi kubeliais. Pridedama žaliųjų žirnelių, paskaninama grietine arba majonezu. Sudėjus į salotinę, papuošiama kumpio gabaliukais, kiaušiniu, obuoliais, citrina, žalumynais.

**LIETUVIŲ VALGIAI.** Nacionalinės gaminimo tradicijos formavosi jau gilioje senovėje. XIV–XVI a., kai Lietuva buvo galinga valstybė ir turėjo ryšių su kitomis tautomis, jos raidai turėjo įtakos rusų, vokiečių, lenkų, totorių, karaimų, net armėnų valgiai. Labiausiai tai pasireiškė turtingųjų luomų mityboje. Valstiečių stalas buvo kuklus.

Svarbiausi verslai žemdirbystė ir gyvulininkystė tiekė lietuvių virtuvei pagrindinius produktus. Ilgainiui medžioklės, žvejybos, bitininkystės reikšmė sumažėjo. Vartota daug javų, ypač rugių, iš jų buvo kepama tradicinė juoda ruginių miltų duona.

Kiauliena buvo populiariausias mėsos produktas. Avienu ir paukštiena – tarsi pagalbinės. Žuvų Lietuvos valstiečiai vartojo nedaug, išskyrus pajūrio, paežerių ir paupių gyventojus.

Svarbus maisto produktas – pienas ir jo gaminiai. Daržovės: daugiausia kopūstai, burokai, vėliau bulvės, agurkai, svogūnai, česnakai, salotos, pomidorai, ridikai ir ridikėliai. Rinkdavo valstiečiai ir miško gėrybes: uogas, grybus. Nuo seno mėgstami ir sodų vaisiai.

Nors Lietuva maža šalis, etnografinės srityse žmonių mityba skyrėsi. Ji dar priklausė nuo metų laiko, religinių tradicijų ir švenčių. Žemaičiai labiau mėgo košes, suvalkiečiai – sriubas, dzūkai garsėjo grybų patiekalais.

Vasaros darbymečiu buvo valgoma sočiau negu žiemą. Itin kuklus stalas buvo per adventą ir gavėnią, o gausus – per Kalėdas, Velykas.

Vėliau, XX a., etnografinės, sezoninės valgių skirtybės išnyko. Pamėgti mėsos ir daržovių užkandžiai, mėsiškos





ir kitokios sriubos. Labai gausus mėsos, ypač iš kiaulienos, pagamintų valgių sąrašas. Mėgstama veršiena, aviena, paukštiena, žuvų patiekalai. Šiais laikais vertinama žvėriena, taip pat egzotinių gyvūnų mėsa. Labai gausus saldžiųjų patiekalų asortimentas. Žodžiu, lietuvių valgiai sueuropėjo. Lietuviai nuo seno mėgo įvairius gėrimus: girą, alų, sulą, midų, vėliau – degtinę, trauktines („Dainava“, „Palanga“, „Trejos devynerios“), likerį („Bočių“, „Krupnikas“). Pastarąjį dešimtmetį labai išpopuliarėjo vynas, atvežamas iš daugelio pasaulio šalių. Gaila, kad mažėja lietuviškų tradicinių gėrimų, ypač menksta vaisvynių gamyba. Globalizacijos procesas stipriai veikia tautinę lietuvišką virtuvę.

**LIEŽUVIS.** Visų valgomų gyvulių ir žvėrių minkštasis subproduktas, iš kurio gaminami skanūs šaltieji ir šiltieji patiekalai. Vartojami švieži, sūdyti ir rūkyti. Kulinarijoje labiausiai vertinami jaučių ir veršių, laukinių žvėrių – elnio, briedžio, stirnos ir šerno – liežuviai. Kiaulių liežuviai naudojami dešroms, konservams, vyniotiniams gaminti.

**LIKERIS** (pranc. *liqueur*, lot. *liquor* – skystis). Stiprus, saldus gėrimas, turintis iki 45 proc. alkoholio ir iki 60 proc. cukraus. Pradėtas gaminti viduramžiais Olandijoje, vėliau Prancūzijoje. Jį gamino dažniausiai vienuoliai, vaistinininkai. Kai kurių likerių vardai kilę iš vienuolių brolių ar vienuolynų pavadinimų, pavyzdžiui, „Benediktinas“, „Chartreuse“. Skirstomas į stiprųjų (pvz., „Benediktinas“, „Cointreau“, „Vana Tallinn“, „Chartreuse“),

desertinių (pvz., „Abrikosų“, „Amaretto“, „Curacao“, „Drambuie“, „Kavos“, „Malibu“, „Vyšnių“) ir kremą („Bayley’s Original Irish Cream“, „Carolans Irish Cream“, „Šokoladinis“).

**LIMANDA** (*Limanda limanda*).

Plekšninių šeimos žuvis, paplitusi Europą skalaujančių jūrų priekrantinėje zonoje. Kūno ilgis – 20–30 cm, masė – 150–300 g. Verslo objektas.

**LIMBURGO SŪRIS.** Minkštas, tepamas fermentinis sūris, gaminamas iš karvių pieno kubo formos galvomis – 10 x 10 x 5 cm, svoris – apie 5 kg. Masė šviesiai geltona, pilkai balto atspalvio. Sūris yra pikantiško skonio ir charakteringo aromato. Brandinamas 2 savaites. Kilęs iš Belgijos. Pradėtas gaminti Hauru (*Heure*) miesto apylinkėse Limburgijoje.



**LIMONADAS** (pranc. *limonade*). Vandens, cukraus ir vaisių ar uogų sulčių mišiniai, dažniausiai prisotinti anglirūgštės. Gaminami iš natūralių arba sintetinių medžiagų – organinių rūgščių, aromatinių medžiagų bei maistinių dažų. Daugiausia gaminama vaisinių limonadų (iš vaisių sulčių) ir gėrimų, turinčių vaisių arba kvapiųjų šaknų, žievių, lapų skonį.



**LYNAS** (*Tinca tinca*). Vertinga karpinių (*Cyprinidae*) šeimos gėlavandenė žuvis. Paplitęs Eurazijos geluose vandenyse, aklimatizuotas Afrikoje, Amerikoje, Australijoje, Naujojoje Zelandijoje. Lietuvoje dažnas. Mėgsta ramius, dumblingo dugno vandens telkinius, upes, ežerus. Užauga iki 60–70 cm ilgio ir 7–8 kg. Pasitaiko ir daug stambesnių egzempliorių. Tačiau dažniausiai sugaunamas 30–50 cm ilgio ir 0,5–1 kg svorio. Mėsa skani, tačiau kaulėta, riebi. Gana sunku paruošti. Žuvis padengta smulkiais žvynais ir gleivėmis. Rekomenduojama prieš valymą panardinti į verdantį vandenį. Nuo to gleivės pabąla ir lengvai nusivalo (pradedant nuo galvos). Taip nuvalyta žuvis tinka kepti, troškinti ir pan. Kepant lynus, nereikia dėti daug prieskonių, kad nepakistų charakteringas jų skonis. Žinomi patiekalai: troškintas lynas baltajame vyne su sūriu, lynas, troškintas su raudonaisiais kopūstais.

**LYNAS, TROŠKINTAS SU RAUDONAISIAIS KOPŪSTAIS.** Supjaustyti kopūstai ištroškinami kartu su supjaustytais ir paskrudintais svogūnais, druska, pipirais,

cukrumi ir raudonoju vynu. Į kaistuvą sudedama paruošta, supjaustyta žuvis ir ištroškinama ant mažos ugnies. Kopūstų turi būti tiek, kad visiškai uždengtų į lėkštę įdėtą žuvį.

**LINOLINO RŪGŠTIS.**  $C_{17}H_{31}COOH$ , polinesoti omega-6 riebalų rūgštis sudaryta iš 1-os alifatinės grandinės, 2-gubu ryšiu sujungtos ties 9–12 anglies atomu. Būtina gyvybei egzistuoti.

**LINŲ ALIEJUS.** Išspausti arba ekstrahuoti linų sėmenų riebalai, susidedantys iš nesočiųjų riebalų rūgščių: linolo ir linoleno. Maistui vartojamas rafinuotas. Dar vartojamas dažų pramonėje kaip skiediklis – su švino, mangano oksidu (pokastas).

**LIOFILIZACIJA.** 1. Užšaldytų biologinės kilmės produktų džiovinimas vakuume. Vanduo pašalinamas ledo sublimacija. Džiovinant liofilizacijos būdu nesuardoma džiovinamų objektų struktūra, atšaldžius (iki 0 °C) juos galima laikyti ilgai; sudrėkinti atgauna pirmykštes savybes ir biologinį aktyvumą. Liofilizuojama specialiose kamerose. Procesas naudojamas maisto pramonėje (džiovinami vaisiai, uogos, pieno produktai, mėsos sultinys). 2. Liofilinės plėvelės sudarymas (iš paviršiaus aktyviųjų medžiagų, polimerų) medžiagos paviršiuje.

**LIPAZĖ** (gr. *lipos* – riebalai). Fermentai (enzimai), kuriuos išskiria kasa. Jie skaldo riebalus į glicerolį ir riebalų rūgštis. Lipazės yra žarnyno sienelių sultyse ir kraujo plazmoje.



**LIPIDAI** (gr. *lipos* – riebalai). Organinių junginių grupė – riebalai ir į juos panašios medžiagos. Vandenyje beveik netirpsta, organiniuose tirpikliuose tirpsta gerai. Lipidų yra visų organizmų ląstelėse, itin gausu riebaliniame ir nerviniame audinyje. Jie svarbūs organizmo imuninėms reakcijoms, nervinio impulso sklidimui, raumenų susitraukimui, saugo organizmą nuo šalčio ir drėgmės.

**LIPSKIO SŪRIS.** Serbiškas minkštas sūris, gaminamas iš avių pieno Smeredevo miesto apylinkėse. Sūris panašus į prancūzų Port-du-Salut ir kitus Limburgo tipo sūrius.

**LIPTOVO SŪRIS.** 1) Fermentinis sūris, minkštas, panašus į brinžą, gaminamas iš avių pieno Karpatų kalnų apylinkėse, Liptovo miesto rajone; 2) to paties pavadinimo užkandis, gaminamas iš brinžos arba riebios varškės.



**LITCHI, LIČIS KININIS** (*Litchi chinensis*). Visžalis medis, auginamas daugiausia Kinijoje ir Indijoje. Jo vaisiai – braškės dydžio, panašūs į mango. Tai vieni skaniausių vaisių pasaulyje. Jie turi vitaminų ir cukraus. Galima džiovinti ir konservuoti. Iš jų gaminami desertiniai patiekalai, gėrimai. Daugiausia vartojami kinų virtuvėje.



**LIULA-KEBABAS,** šašlykas iš maltos mėsos. Populiarus daugelyje šalių nuo Balkanų iki Irano įvairiais pavadinimais (žodis *liula-kebab* yra tiurkų kilmės). Gaminamas iš avienos su riebalais, svogūnais, be jokių kitų priedų, pvz., kiaušinių. Faršas gaminamas specialia mėsmale su rageliu, iš kurio išeina 20–25 cm „dešrelės“. Taip paruošta mėsa kepama aukštoje temperatūroje ant žarijų. Mėsos tūris sumažėja dvigubai. Visi kiti šios rūšies patiekalai, gaminami iš kitokios mėsos arba kitu būdu, pvz., kepami keptuvėje, yra netikri liula-kebabai savo struktūra arba skoniu.

**LIVARAS** (pranc. *livarot*; *Livarot* – vietovė Šiaurės Prancūzijoje). Fermentinis sūris, brandintas, pusminkštis. Gaminamas iš karvių pieno ir formuojamas plokščio cilindro pavidalo galvomis, kurių diametras – apie 12 cm, masė – apie 7 kg. Brandinamas 4 mėn. Tai desertinis, pikantiško skonio, gelsvos spalvos ir savotiško aromato sūris.

**LIZINAS.** Diaminomonokarboninė aminorūgštis. Esama beveik visuose baltymuose. Bespalviai vandenyje tirpstantys kristalai. Gyvūnų ir žmogaus organizmas lizino nesintetina. Kai jo

stinga maiste, vaikai ir jaunikliai blogiau auga. Gaminamas mikrobiologinės sintezės būdu.

**LODIGIANO** (it.). Granos tipo sūris, vartojamas virtuvėje kaip ir parmežanas.

**LONDONO SAUSASIS DŽINAS** (*London dry Gin*). Bepalvis, populiarus gėrimas, kadaise pradėtas gaminti Anglijoje. Šiais laikais gaminamas ir kitose šalyse (pvz., JAV, Prancūzijoje), tačiau Londono džinas yra kvapėsnis ir skanesnis.

**LONG DRINK** (angl. – ilgas gėrimas). Bendras baro gėrimų, kurie supilami į didelius stiklus ir pamažu geriama arba traukiami per šiaudelius, pavadinimas.

**LOTOSAS** (*Nelumbium*). Egzotinis šiltųjų kraštų augalas, augantis stovinčiuose arba ramiuose vandenyse, išplitęs iš Egipto iki Indijos ir Kinijos. Stambūs lotoso stiebai, turintys daug krakmolo, kepti arba marinuoti naudojami kinų kulinarijoje kaip prieskonis. Japonijoje vartojami žiedlapiai, riešutai. Šiltuose kraštuose auginamas tvenkiniuose. Yra daug kultūrinių formų.

**LUCCA**. Pauline Lucca (1841–1908), Vienos ir Berlyno operos teatro dainininkas, gurmanas, sukūręs originalų priedą prie totoriško bifštekso (žlėgtainio). Pagal jį: ant baltos paskrudintos, apvalios arba ovalo formos, užteptos sviestu duonos riekelės uždedama ikrų ir centre – išlukštenta austrė.

**LUČAFERAS**. Stiprus baltasis maderos tipo moldavų vynas, gaminamas iš baltųjų

vynuogių pagal specialias technologijas. Vynuogių sultys, skirtos šio vyno gamybai, 3 mėn. laikomos cisternose šiltose patalpose (60–65 °C). Tai suteikia vynuui specifinį skonį, savitą aromatą. Vyno spalva gintarinė. Skonis ir bukietas, kaip ir bet kurio maderos vyno, – pakepinto riešuto. Alkoholio – 19 proc., cukraus – 4 proc.

**LUGANA** (it.). Baltasis išlaikytas vynas, gaminamas Italijoje, Gardos ežero apylinkėse, iš *Trebbiano di Lugana* vynuogių. Laikomas vienu geriausių Italijos vynu. Šiaudų spalvos, akacijų žiedų, neprinokusių obuolių kvapo, subtilaus migdolų skonio. Atšaldytas iki 8–10 °C tinka prie žuvis, jūrų produktų, baltos mėsos, pašteto.

**LUKULAS** (*Lucius Licinius Lucullus*). Senovės Romos vadas ir politikas, gyvenęs apie 117–57 m. pr. Kr. Buvo nepaprastai turtingas ir mėgo puotas. Pasak istorikų, jis pirmasis iš Mažosios Azijos į Europą atvežė vyšnias. Posakis *Lukulo puota* kilęs iš jo vardo. Įvairūs patiekalai vadinami *à la Lucullus*. Pvz., mėsos priedų, kremų, lašišos kepsnio, įdarytų kiaušinių paruošimo būdas.

**LUNCH** (angl., skait. *lanč*). Lengvi pietūs, antrieji pusryčiai, dar vadinami „pusryčiai su šakutėmis“, valgomi apie 12 val. Populiarūs Anglijoje, JAV ir kitur. Susideda iš mėsos patiekalo su daržovių garnyru. Po mėsos patiekalo su daržovėmis geriama arbata. Dažnai restoranai ir valgyklos, kuriuose valgomas *lunch*, JAV vadinami *Luncheonette*.





**MACAI** (hebr.). Ploni dietiniai kepiniai, gaminami specialiose formose iš gerų kvietinių miltų ir vandens. Tešla nerauginama. Tai žydų Velykų patiekalas. Macų paviršius gali būti lygus arba perforuotas, kad būtų lengviau dalyti. Žydų kulinarijoje yra daug patiekalų, kuriuos galima pagaminti iš macų arba jų miltų – maltų macų. Populiariausias – macobrai.

**MACEDOINE** (pranc., skait. *maceduan*). Prancūzų kulinarijoje – salotų rūšis, gaminama iš ypatingai paruoštų daržovių, smulkiai supjaustytų arba trintų, labai susmulkintų vaisių. Patiekalą iš daržovių galima patiekti šiltą, tada daržovės pašildomos pridėjus šviežio aliejaus, arba šaltą – su padažu (*vinaigrette*) arba majonezu. Patiekalas iš vaisių (persikų, abrikosų, kriaušių) patiekiamas kaip šaltas, pašlakščius vyšnių, „Maraschino“ ar kitokių likeriu.

Daržovių *macedoine* gali būti kaip priedas (*hors d'oeuvre*) arba kaip salotos prie mėsos patiekalų (*salade*), o *macedoine* iš vaisių – kaip desertas. Patiekalo pavadinimas kildinamas iš Aleksandro Didžiojo valstybės Makedonijos.

**MACERAVIMAS.** Kulinarinė operacija – produktų mirkymas aromatinuose

skysčiuose arba alkoholyje, pvz., mėsos (marinavimas), vaisių, pvz., džiovintų slyvų arba razinų, mirkymas arbatoje arba rome.



**MACIS.** Išdžiovintų muskato riešuto vaisių apvalkalėlis, dar vadinamas muskato žiedais. Jo, kaip prieskonio, poveikis yra mažesnis negu riešuto.

**MACOBRAI** (jid.). Žydiškas patiekalas, gaminamas iš sutrupintų, apšlakstytų vandeniu, patroškintų riebaluose (žąsų arba vištų taukuose) macų, pridėjus išplaktų kiaušinių, sutrintų svogūnų, druskos ir pipirų.

**MÂCON.** Prancūzų garsaus raudonojo vyno ir vietovės (*Mâconnais*), kurioje jis gaminamas, pavadinimas. Vynas gaminamas iš *Gamay*, *Pinot Noir* vynuogių. Rubino spalvos, švelniai rūgštokas, vaisių ir uogų aromato. Tinka prie raudonos mėsos, sūrio, makaronų.

**MADERA, MADEIRA.** Ypatingo skonio, dažniausiai desertinis, baltasis portugalų vynas, kilęs iš Madeiros salos, kur buvo pradėtas gaminti XVI a. pradžioje. Šiais laikais gaminamas iš įvairių veislių vynuogių, pvz., *Bual*, *Malmsey*, *Sercial*, *Verdelho*. Nuo gintarinės iki aukso spalvos,

pikantiško, panašaus į chereso kvapo spirituotas vynas, turintis apie 20 proc. alkoholio. Gaminamas senoviniu tradiciniu *solera* metodu mažose statinėse, kur 3–6 mėn. fermentuojamas 40–65 °C temperatūroje. Subrendęs vynas kupažuojamas. Vyno kokybė priklauso nuo brandinimo laiko: *Finest* brandinamas 3 metus, *Reserve* – 5, *Special Reserve* – 10, *Ekstra Reserve* – 15 metų. Šios rūšies vynai dažniausiai yra saldūs, bet būna ir pusiau saldžių, pusiau sausų, sausų. Vartojami 10–12 °C temperatūros kaip aperityvas, prie desertų. Geriausi virėjai naudoja sausą vyną gamindami pikantiškus padažus. Žinomi maderos tipo vynai: „Malmei“ (saldžiausias), „Buaf“ (pusiau saldus), „Verdelho“ (pusiau sausas), „Special dry“ (sausas).



**MADEROS PADAŽAS** (pranc. *sauce Madère*, skait. *mader*). Rinktinis šiltas pilkųjų rūšies padažas, patiekiamas prie tamsios mėsos arba kiaušinių patiekalų. Gaminamas iš atšaldytos pakepintų miltų tyrelės, smulkiai supjaustytų svogūnų, pjaustytų pievagrybių, šalto sultinio ir sauso Maderos vyno. Viskas keliolika minučių paverdama.

**MADRAS.** 1) Indijos arbatos prekybos organizacija;

2) organizacijos, prekiaujančios indiškais prieskoniais (*curry*), pavadinimas.

**MADRILÉNE.** À la (pranc.). Koncentruoto paukščių sultinio, paskaninto pomidorų koncentratu ir gabaliukais supjaustyta paprika, pavadinimas. Dažniausiai patiekiamas šaltas puodelyje.

**MAGGI** (it., skait. *madži*) Julius (1846–1912). Italų kilmės šveicarų verslininkas, prekiaavęs maisto produktais. 1897 m. organizavo sauso sultinio koncentrato gamybą Singene. Buvo maisto koncentratų gamybos pradininkas. Jo pavarde pavadinti sauso sultinio kubeliai – *Maggi*.

**MAGNIS** (*Magnesium*, Mg). Cheminis elementas, lengvas metalas, sidabriškai baltas, gana minkštas ir blizgantis. Magnis būtinas visiems organizmams. Jis yra chlorofilo, pektininių medžiagų komponentas. Skatina nukleino rūgščių, nukleoproteinų sintezę, ląstelių dalijimąsi, aktyvina daugelį fermentų, saugo askorbo rūgštį nuo oksidacijos ir atlieka kitas funkcijas. Magnio trūkumas maiste sukelia žmogaus nervų sistemą jautrumą, trikdo raumenų susitraukimą.

**MAIFISCH** (vok., skait. *maifis* – gegužės žuvis). Silkinė žuvis. Jaunos žuvis per nerštą migruoja į upes. Rūkoma, kepama su riebalais arba sausai (grilyje).

**MAILLOT.** À la (pranc., skait. *majo*). Garnyras, gaminamas iš sultinyje išvirtų morkų ir atskirai ištroškintų šparaginių pupelių, žalių žirnelių bei salotų galvučių. Patiekiamas su jautienos patiekalais.





**MAIRŪNAS KVAPUSIS** (*Origanum majorana*). Vaistinis, dekoratyvinis, prieskoninis lūpažiedžių šeimos daugiamėčių žolių ir puskrūmių genties augalas. Auga Viduržemio jūros šalyse, kultivuojamas daugelyje šalių (ir Lietuvoje) kaip prieskonis.

Iš mairūnų gaminamas eterinis aliejus, kuris naudojamas medicinoje, maisto, kosmetikos, parfumerijos ir farmacijos pramonėje. Kaip prieskonio mairūno dedama į dešras, konservus ir vyną. Smulkinti švieži lapai ar džiovintų lapų milteliai suteikia maistui kartoką prieskonį. Jų dedama į salotas, sūrius, mėsos, žuvies ir daržovių patiekalus. Mairūnas vartojamas gaminant kvapųjį actą, eterinį aliejų.

**MAISTAS.** Neorganinių ir organinių medžiagų, organizmo gaunamų iš aplinkos, visuma. Būtinas kūno audiniams formuoti bei atsinaujinti, palaiko organizmo gyvybinę veiklą, teikia energiją. Žmogaus maistas yra natūralus arba perdirbtas – atitinkamai kulinariškai (dažniausiai termiškai) apdoroti produktai, taip pat dirbtinis ir sintetinis maistas.

Maisto gaminimas susideda iš pirminio (mechaninio) žaliavos apdorojimo,

pusgaminių paruošimo ir kulinarinio (dažniausiai terminio) etapo. Termiškai apdorojiamame maiste (kepimas, virimas, troškinimas) įvyksta cheminių ir fizinių pokyčių, kurie padeda jį geriau įsisavinti (maistas pasidaro prieinamesnis virškinimo fermentams), kai kurios nuodingosios medžiagos suskyla arba pereina į nuovirą, žūva dauguma mikroorganizmų, suskyla kai kurios vertingos medžiagos, ypač vitaminas C. Pakinta ir produktų spalva. Maisto sudėtis, gaminimo būdai įvairiose visuomenės raidos pakopose skirtingi. Jie priklauso nuo gamybinių jėgų lygio, gyventojų ūkinės veiklos, geografinių sąlygų.

Lietuvoje feodalizmo ir kapitalizmo laikais valstiečiai ir daugelis miestiečių daugiausia maitinosi grūdų produktais. Buvo vartojama daug pieno ir jo produktų, ypač vasarą. Daugiausia valgyta kiauliena, aviena, per šventes – paukštiena. Žuvį dažniausiai valgydavo pajūrio gyventojai. XVIII a. pabaigoje paplito bulvės, jos pakeitė ropes. Per pasninkus buvo valgomos silkės, sėmenų aliejus. Daržovės – daugiausia kopūstai, agurkai, morkos. Cukrų iki XX a. valstiečiams atstojo medus. Svarbiausias valgis buvo duona. XX a. 1-ojoje pusėje valstiečių maistas labai pasikeitė – išnyko kai kurie, ypač pasninko, valgiai. XX a. 2-ojoje pusėje valstiečių ir miestiečių mityba supanašėjo.

**MAISTO KONCENTRATAI.** Maisto produktai, iš kurių džiovinant arba garinant (sutirštinimas) pašalinama drėgmė.

Koncentratai dažniausiai patiekiami

vartotojams sausi, pvz., pienas, kiaušiniai ir sriubos milteliai, sultiniai – kubeliais. Aukščiausia maisto koncentratų forma, kai juos reikia tik užpilti karštu vandeniu, kad būtų paruošti vartoti.

Be sausų koncentratų, gaminami ir pusiau skysti arba skysti – konservuoti: pvz., sutirštintas pienas, vaisių ir daržovių tyrės, vaisių sirupai, marmeladai, džemai.

**MAISTO PAKAITALAI** (lot. *surogatus* – pastatytas vietoj kito).

Surogatai – pakaitalai, turintys tik kai kurių pakeičiamo daikto, produkto savybių. Paprastai surogatai vartojami skoniniams produktams (kavai, arbatai), taip pat prieskoniams (kvapiesiems pipirams, vanilei) pakeisti. Kai kurie jų (sultinių priedai, tešlos purikliai) greitai tapo visaverčiais maisto produktais.

**MAISTO PRIEDAI.** Gaminant maisto produktus ir anksčiau buvo naudojami kai kurie priedai: šeiminingės į mėsa dėdavo salietros, į sausainių, pyragų tešlą – sodos, kad patiekalai būtų gražesni ir skanesni. Velykoms kiaušinius dažydavo šieno pakratais, svogūnų lukštais, į sulą dėdavo serbentų šakelių, ant viršaus užberdavo avižų, gerimus dažydavo paskrudintu cukrumi (karamele).

Vėliau, XX a. antrojoje pusėje, pradėta naudoti glutamatų – glutamo rūgšties druskų. Dabar priedų priskaičiuojama tūkstančiai. Tai konservantai, dažikliai, antioksidantai, stabilizatoriai, kurių buvimas maisto produktuose privalo būti pažymėtas etiketėse.

Pagal Europos Sąjungos tvarką,

visi priedai žymimi raide E su atitinkamais skaičiais:

- E 100–E 199 – dažikliai;
- E 200–E 299 – konservantai;
- E 300–E 399 – antioksidantai, rūgštingumą reguliuojančios medžiagos;
- E 400–E 499 – tirštikliai, stabilizatoriai (emulsikliai);
- E 500–E 599 – rūgštingumą reguliuojančios medžiagos;
- E 600–E 699 – aromatą ir skonį stiprinančios medžiagos;
- E 700–E 799 – antibiotikai;
- E 900–E 999 – kiti, pvz., dirbtiniai saldikliai;
- E 1000–E 1999 – papildomos cheminės medžiagos, kurių negalima priskirti jokioms kitoms.

Valstybės savarankiškai nustato maisto priedų naudojimą ir jų kiekius. Lietuvoje leidžiami maisto priedai išvardyti Lietuvos higienos normoje HN53:2010 „Leidžiami naudoti maisto priedai“. Dėl kai kurių maisto priedų poveikio sveikatai aktyviai diskutuojama. Manoma, kad nitratai E 250, E 251, E 252 gali sukelti onkologines ligas, o dažikliai E 121, E 216, E 217, E 240 gali būti kenksmingi alergiškiems žmonėms. Patariama pasirinkti tuos maisto produktus, kuriuose nėra priedų arba jų mažiau.

**MAISTO TOKSINĖS INFEKCIJOS.** Ūminės ligos, kurias sukelia į virškinamąjį traktą patekęs maistas, užkrėstas patogeniniais mikroorganizmais arba jų toksiniais. Pagal etiologiją skirstomos į salmonelines, stafilokokines, sukeliamas žarnyno bakterijų ir botulizmą. Salmonelinėmis ligomis susergama suvalgius nepakankamai gerai termiškai apdorotas, salmonelėmis užkrėstos mėsos arba žuvies. Prasideda gastroenterokolitas. Stafilokokinių infekcijų pagrindinis šaltinis – žmogus, sergantis angina





ar kt. pūlinėmis ligomis, taip pat karvės ir ožkos, sergančios mastitu. Dažniausiai užsikrečiama nuo nevirinto pieno ir jo gaminių. Prasideda gastritas ar gastroenteritas. Žarnyno bakterijos (pvz., *Proteus vulgaris*, *Clostridium perfringens*) patenka į mėsos, žuvų ir daržovių gaminius, juose dauginasi ir išskiria toksinus, jei nesilaikoma, ypač šiltuoju metų laiku, maisto gaminimo ir laikymo reikalavimų. Maisto toksinų infekcijų profilaktika – higienos taisyklių laikymasis.

**MAIZENA** (vok. *Maisan*). Prekybiniai kukurūzų miltai, kurių dedama maišant tešlą aukštos kokybės kepiniams, taip pat naudojami kremams, padažams sutirštinti.

**MAJARO REAKCIJA**, žr. **MILARDO REAKCIJA**.

**MAJONEZAS** (pranc. *mayonnaise*). Tirštas padažas, gaminamas pramoniniu būdu iš išplaktų kiaušinių trynių, citrinos sulčių arba vyno acto, aliejaus, kartais garstyčių. Į padažą dedama prieskonių. Yra daugelio emulsinių padažų (pvz., garstyčių, Andalūzijos) pagrindas. Pradėtas gaminti XVIII a. pab. Maljorkoje. Vartojamas kaip šaltas padažas su žvėriena, kiaušiniais. Dar žr. **ŠALTI PADAŽAI**.

**MAKAGIGI**. Pyragaičių rūšis, gaminama iš bičių medaus, cukraus ir riešutų. Medus pakaitinamas su cukrumi iki lengvo parudavimo, tada suberiami smulkinti riešutai ir dar pakepinama. Masė išverčiama ant stalo, iškočiojama ir supjaustoma lygiais gabaliukais.



**MAKARONAI** (it. *maccheroni*). Maisto pusgaminis – kvietinių miltų tešlos produktas su kiaušinių arba tik jų trynių, pieno, kartais pomidorų tyrės ir druskos priedais, užmaišytas su vandeniu. Makaronai gaminami iš aukštos kokybės kietųjų kviečių (*Triticum durum*) veislių su aukštu glitimo kiekiu. Jų tėvynė, manoma, Tolimieji Rytai (Kinija, Japonija), o į Europą atvežti Marko Polo laikais XIII a. Beje, iš Bokačo *Dekamerono* (XIV a. vid.) sužinome, jog *maccheroni i ravioli* jau tais laikais buvo žinomi Italijoje. Žodžio *makaronai* etimologiją XVII a. prancūzų filologas Menažas kildino iš graikiško žodžio *makar* – laimingas, o italas Utamura savo veikale *Dizionario dialettale napoletano* teigia, kad iš lotyniško žodžio *maccharia*, t. y. sutrinti, sumaigyti. Makaronai turi apie 12 proc. baltymų, 70–75 proc. angliavandenių, šiek tiek riebalų. Gaminami vamzdeliniai, lakštiniai, figūriniai. Jų gamybai skirta tešla presuojama per figūrines skylutes, tada pjaustoma ir džiovinama. Makaronai verdami pasūdytame vandenyje (verdami išbrinksta), o, nukėlus nuo ugnies, įpilama šalto vandens, kad užsigrūdentų. Iš makaronų gaminama labai daug patiekalų. Jie naudojami atskiriems patiekalams gaminti (spagečiai, *spaghetti*) arba kaip priedas prie mėsos ar žuvies

valgių. Pvz., makaronai su sviestu – virti, sumaišyti su išlydytu sviestu; itališki makaronai – virti, sumaišyti su pomidorų padažu ir parmezanu; lenkiški makaronai – virti, sumaišyti su išlydytu sviestu, užpiltu ant apkeptos sutarkuotos duonos; makaronų traškučiai – virti, užpilti *marnay* padažu ir apkepinti.

**MAKARONAI MEDIOLANIŠKI.** Išvirti makaronai, sumaišyti su svieste ištroškintais pievagrybiais, pridėjus juostelėmis supjaustyto kumpio, užpilti pomidorų padažu, pabarstyti smulkintu parmezano sūriu.

**MAKARONAI, KEPTI SU OBUOLIAIS.** Saldus patiekalas, pagamintas iš virtų makaronų (geriausia naminių), sumaišytų su šviežiu sviestu, kiaušinio tryniu, ištrintu su cukrumi, baltymu, išplaktu iki putojimo, plonomis riekelėmis supjaustytais ir paskanintais cukrumi bei cinamonu obuoliais. Makaronai ir obuoliai sudedami sluoksniais į kaistuvą, išteptą margarinu, pabarstomi bandelių miltais, iškepami. Patiekiami apskritoje lėkštėje. Atskirai galima patiekti vaisių sulčių.



**MAKARONAI SU SŪRIU.** Makaronai, išvirti pasūdytame vandenyje, ataušinami,

sumaišomi su sviestu bei smulkintu (tarkuotu) kietu sūriu ir sudedami į karščiui atsparią lėkštę, pabarstomi smulkintu sūriu, pašlakstomi ištirpintu sviestu su bandelių miltais ir trumpai apkepami.

**MALAGOS VYNAS.** Saldus, rusvasis, dažniausiai desertinis ispanų vinas, pradėtas gaminti Malagos provincijoje iš *Pedro Ximenez* ir *Moscatel* vynuogių. Didelė cukraus koncentracija vynuogėse pasiekama prieš pat spaudimą uogas keletą dienų pavytinus saulėje. Taip paruoštų vynuogių misa sumaišoma su vynuogių sultimis. Jose esantis cukrus karamelizuojasi ir suteikia vynui specifinę spalvą. Alkoholio 15–23 proc. Malagos vinas – tai įvairių tipų vynų ir misos mišinys. Brandinamas 3–5 metus. Pasižymi charakteringu sakų ir juodųjų alyvuogių skoniu. Paminėtini šie Malagos vynai: „Málaga Blanco Seco“ (sausas), „Málaga Roma“ (pusiau sausas), „Málaga Semi Dulce“ (pusiau saldus), „Málaga Dulce“ (saldus). Šis vinas paprastai patiekiamas po valgio. Kulinarijoje naudojamas patiekalams iš paukštienos (kalakutų, žąsų, ančių) gaminti.

**MALAZIŠKAI** (pranc. – *à la malanaise*, skait. *malezian*). Malaziškas garnyras, mėsos patiekalų priedas. Gaminamas iš makaronų, sūdyto liežuvio, grybų ir pomidorų padažo.

**MALBEC.** 1) Prancūziška raudonųjų vynuogių veislė, atkeliavusi į Pietų Ameriką; 2) iš jų gaminamas prancūzų raudonasis vinas. Vėliau pradėtas gaminti Argentinoje, Čilėje ir kt. kraštuose.

Tamsiai raudonos spalvos, vaisių kvapo, švelnaus skonio vynas; dera prie jautienos kepsnių, bifštekso (žlėgtainio), ėrienos, žvėrienos, aromatingo sūrio.

**MALIGNON** (pranc., skait. *malinjon*).

Smulkiai supjaustytų daržovių (morkų, salierų, petražolių, svogūnų) su čiobrelių, druskos ir pipirų priedais pavadinimas. Daržovės patiekiamos prie stambiais gabalais ištroškintos mėsos (troškinant pašlakstoma Maderos vynu).

**MALOSOL** (rus.). Specifinis rusų kulinarijos terminas – iš žuvų namų sąlygomis pagaminti ikrai.

**MALTAZĖ** ( $\alpha$ -gliukozidazė). Fermentas, skaidantis maltozę iki gliukozės. Jo yra kasos ir žarnų sienelių sultyse, javų daiguose.

**MALTOS PADAŽAS**. 1. Šiltas, gaminamas iš olandiško padažo su apelsinų sultimis, smulkintomis apelsinų žievelėmis. Pateikiamas su virtais šparagais.

2. Šaltas, gaminamas iš majonezo, su plaktos grietinės, apelsinų sulčių ir smulkiai supjaustyto kumpio priedais. Pateikiamas su virtais šparagais, žiediniais kopūstais, baklažanais.

**MALTOZĖ** (angl. *malt* – salyklas). Salyklo cukrus,  $C_{12}H_{22}O_{11}$ , disacharidas – bespalviai, bekvapiai, salsvi adatos formos kristalai. Gerai tirpsta vandenyje. Virinama su praskiestomis rūgštimis arba veikiama maltazės virsta gliukoze. Mielės maltozę raugina iki alkoholio, rūgimo bakterijos – iki pieno rūgšties. Augaluose, gyvuose organizmuose

maltozę pasigamina amilazėms skaidant krakmolą. Gaminama fermentiniu būdu iš krakmolo. Tarpinis etilo alkoholio ir alaus gamybos produktas.

**MALŪNININKIŠKAI** (pranc. *à la meunière*, skait. *monjè*). Žuvies kepimo būdas. Paruošta žuvis supjaustoma gabalais, pasūdoma, pavoliojama miltuose ir iškepama riebaluose. Prieš patiekiant pašlakstoma citrinos sultimis, pabarstoma kapotais petražolių lapeliais.

**MALVASIA** (it. ir pranc. *Malvoisie*):

1) Graikijoje, Portugalijoje (*Malmsey*), Italijoje, Ispanijoje ir kt. šalyse žinoma baltųjų vynuogių veislė, iš kurios gaminami puikūs vynai, pvz., madera; 2) vynu, gaminamų iš šių vynuogių įvairiose šalyse, bendras pavadinimas. Šie (dažniausiai desertiniai) vynai pasižymi saldžiu, maloniai karčiu skoniu, medaus aromatu. Tamsiai auksinės spalvos. Alkoholio – 18–20 proc. Tinka aperityvams ir prie saldžiųjų patiekalų.

**MAMALYGA** (rum.). Rumunų patiekalas, gaminamas iš kukurūzų miltų arba košės. Verdama tirštai, su spirgučiais. Valgoma dažniausiai su brinza. Dar vadinama *polenta* (it.). Tai duonos pakaitalas, vartojamas kaip priedas prie valgių.

**MANDARINAI** (*Citrus unshiu Marc*).

Maži, sultingi, mandarino medžio vaisiai. Auginami Kinijoje, Japonijoje, JAV, Vietname, Maroke, Ispanijoje, Graikijoje, Italijoje, Kryme. Vartojami vaisvandenių, alkoholinių gėrimų gamyboje, saldiems patiekalams, vaisių salotoms gaminti, valgomi vieni.



**MANGANAS** (*Manganum*, Mn). Cheminis elementas, šviesiai pilkos spalvos metalas, kambario temperatūroje kietas ir trapus ( $\alpha$  ir  $\beta$  alotropinės modifikacijos) arba plastiškas ( $\gamma$ ). Gamtoje – mineralų pavidalo. Būtinasis visų organizmų mikroelementas. Aktyvuoja daugelį fermentų, svarbus fotosintezai, audinių kvėpavimo reakcijoms, nukleino rūgščių biosintezai, stiprina kai kurių hormonų veikimą, skatina kraujodarą. Mangano stoka slopina gyvūnų augimą, sukelia anemiją, trikdo kaulinio audinio mineralinių medžiagų apykaitą. Gyvūnams ir žmogui paros norma 3–8 mg. Daugiausia jo yra kepenyse, griaučiuose, skyd liaukėje. Vaikams reikia daugiau mangano. Apsinuodijimas manganu trikdo nervų sistemą.



**MANGAS** (*Mangifera indica*). Anakardinių šeimos medis, augantis tropikų ir subtropikų šalyse. Vaisiai valgomi, įvairaus dydžio, apvalūs, pailgi arba kriaušės formos, ilgais koteliais, geltoni, su žalsvu arba rožiniu atspalviu. Mango vaisiai vartojami švieži (minkštimas sultingas, saldžiarūgštis, skoniui panašus į persikus) arba kaip priedas prie mėsos, dažniausiai jautienos. Iš mango galima spausti sultis, gaminti pastas, salotas su aliejumi, paprika, česnaku. Tai – vienas skaniausių vaisių pasaulyje.



**MANHETENO KOKTEILIS** (angl. *Manhattan*). Vienas populiariausių kokteilių, greitai geriamas, gaminamas iš Kanados viskio (2/3), raudonojo vermuto (1/3) ir kelių lašų angostūros. Kokteilis patiekiamas labai atšaldytas. Puošiamas kokteilio vyšnaite ir citrinos žievelės spirale. Yra daug variantų.

**MANIJOKAS** (*Manihot*). Karpažolinių šeimos augalų gentis. Nedideli medžiai, krūmai, žolės. Savaiame auga Centrinėje Amerikoje. Valgomasis manijokas arba kasava (*Manihot esculenta*), yra maistinis augalas auginamas tropinėse zonose (Brazilija, Gajana, Kuba). Iš jų šakniagumbių (gali būti iki 1 m ilgio ir iki 10 kg masės), kuriuose yra 20–40 proc. krakmolo, gaminamas maisto produktas *tapijoka*, miltai, *arokutas*.

**MANŲ KRUOPOS**. Malybos produktas iš kviečių grūdų, gaminamas pagal specialią technologiją. Kruopų grūdėliai yra taisyklingos suapvalintos arba aštriabriaunės formos, baltos arba gelsvos spalvos. Stambesnės kruopos dažniausiai verdamos biriai, o smulkesnės suverdamos labiau ir vartojamos saldiems patiekalams gaminti. Iš manų verdamos košės.

**MARASCHINO** (it., skait. *maraskino*).

Skaidrus vaisių aromato likeris, gaminamas iš specialios – *Maraskos* – veislės vyšnių, auginamų Viduržemio jūros šalyse (buvusios Jugoslavijos šalyse, Italijoje). Gėrimas pasižymi ryškiu karčiųjų migdolų, vyšnių skoniu bei aromatu; plačiai naudojamas baro gėrimams gaminti. Alkoholio – 35 proc.

**MARC** (pranc.). Stiprus prancūziškas brendis, gaminamas iš vynuogių išspaudų. Geriausi šios rūšies gėrimai gaminami Burgundijoje ir Šampanėje.

**MARCIPANAI** (vok. *Marzipan*, it. *Marzapane*). 1) Kepta cukraus, maltų migdolų (1:1) ir kiaušinio baltymų masė, naudojama konditerijoje kaip įdaras tortams, šokoladui ir kitiems gaminiams; 2) konditerijos gaminiai iš tos masės.

**MARECHALE**, À la (pranc., skait. *marīšal*). Garnyras, gaminamas iš žaliųjų šparagų galvucių ir svieste ištroškintų triufelių. Pateikiamas su pavoliota džiovėsių miltuose kepta arba troškinta mėsa (veršienos kotletais, paukštiena).

**MARENGO** (pranc.). Garnyras, pateikiamas prie paukštienos, veršienos patiekalų, gaminamas iš pomidorų sulčių su trupučiu česnako, pievagrybių, vėžių kaklelių ir keptų kiaušinių. Po pergalingos kovos prie Marengo (1800 m. birželio 14 d.) Napoleono virėjas Dunanas patiekė aliejuje keptą viščiuką su šiuo garnyru. Nors vėžių kakleliai netiko prie šio patiekalo, Napoleonas pareikalavo jų įdėti.



**MARGARINAS** (pranc. *margarine*). Dirbtiniai riebalai, Napoleono III nurodymu pagaminti Prancūzijoje chemiko Mege Mouries neturtingiems gyventojams ir kareiviams maitinti. Šiais laikais jis gaminamas iš augalinio aliejaus. Jis yra hidrolizuojamas su pienu, pridodant druskos, cukraus, dažų. Tai sveikas produktas iš vertingų riebalų ir vitaminų koncentrato. Naudojamas kepti, sumuštiniams, padažams.

**MARIENHOFER** (vok.). Austriškas sūris, gaminamas panašiai kaip Limburgerio sūris.

**MARINATAS**. Acto, citrininės ar kitokios rūgšties ir prieskonių (svogūnų, petražolių, pipirų, čiobrelių, krapų) viralas, naudojamas žuvies, mėsos, ypač žvėrienos, skoniui pagerinti. Marinatų yra labai daug rūšių: rūgštus, praskiestas pienas, kefyras, pasukos, acto marinatas, vyno marinatas. Sausasis mėsos marinavimo būdas – įtrinant prieskonių mišiniu.

**MARINIÈRE**, À la (pranc. – jūrininkiškai). Garnyras prie žuvies patiekalų, gaminamas iš baltojo vyno, praskiesto žuvų sultiniu su krevetėmis.



**MARINUOTA SILKĖ.** Išskrosta, piene išmirkyta sūdyta silkė nulupama, pašalinami kaulai, galva, uodega, pelekai. Taip paruošta filė dedama į indą sluoksniais su ritinėliais supjaustytais svogūnais ir užpilama trupučiu virinto atšaldyto vandens. Iš išmirkytų ir ištrintų pienuių ir marinato (virinto atšaldyto vandens ir 10 proc. acto, praskiesto santykiu 1:1) pagaminamas padažas, juo užpilama silkė ir palaikoma šaltai 24 val.

**MARILLE.** Abrikosų skonio ir aromato vengriška degtinė, žinoma *Barack palinkos* pavadinimu.

Alkoholio – 43 proc.

Dar žr. **BARACK PÁLINKA, PÁLINKA.**

**MARICA.** Raudonasis bulgariškas vynas – malonaus skonio, naudingas sveikatai.



**MARKIZA** (pranc.). 1) Trapūs dviejų sluoksnių pyragaičiai, perptėti šokolado arba riešutų mase; 2) šaltasis gėrimas

(kokteilis), gaminamas iš baltojo išlaikyto vyno, sumaišyto su mineraliniu vandeniu (dažniausiai selteriu). Dar pridedama cukraus ir citrinos griežinėlių.



**MARMEĻADAS** (port. *marmelada*; *marmelo* – svarainis). Tiršta drebučių pavidalo arba pusiau tiršta su cukrumi išvirta vaisių masė, kurioje nėra vaisių gabaliukų. Gaminamas iš vienos, dviejų ar kelių rūšių vaisių arba mišrus marmeladas. Būna vaisinis ir želė. Vaisinis paprastai verdamas iš obuolių tyrės su cukrumi; kt. vaisių ar uogų dedama skoniu pagerinti. Želė marmeladas verdamas iš cukraus tirpalo su agaragaru arba pektinu.

Dar žr. **DREBUČIAI.**

**MARMITAS** (pranc. *marmite* – puodas, katiliukas). 1) Ketaus emaliuotas arba kitokios karščiui atsparios medžiagos indas, kuriame verdama sriuba; 2) jautienos, supjaustytos gabalais, sultinys su daug daržovių (morkų, salierų, kopūstų, porų); sriubos pavadinimas kilęs iš indo, kuriame ji būdavo verdama, pavadinimo, – *petite marmite*; 3) elektra šildomas šiuolaikinių restoranų, valgyklų įrenginys, skirtas optimaliai valgių temperatūrai palaikyti.

**MAROKO VYNAS.** Iš vynuogių, augančių Atlanto vandenyno pakrančių regionuose, gaminamos geriausios Šiaurės Afrikos vyno rūšys. Vynuogynų plotai per pastaruosius 15 metų sumažėjo nuo 75 tūkst. iki 21,5 tūkst. ha. *Chante Bled* ir *Tarik* regionuose gaminamos geriausios raudonojo vyno rūšys, o *Gris de Guerrouane* – blyškus rožinis sausas vinas.

Dar žr. **ŠIAURĖS AFRIKOS VYNAS.**

**MARONEN PILZE** (vok. – kaštoniniai grybai). Miškuose augantys vamzdeliniai valgomieji grybai. Jų kepurėlė tamsiai ruda, o trama – melsvos spalvos.



**MARONI** (it.), **MARONEN** (vok.). Tam tikros rūšies kaštono, kaštainio (*castanea*), vaisiai – sėklos. Juose yra daug krakmolo (apie 62 proc.), cukraus (apie 17 proc.) ir baltymų (apie 6 proc.). Jie paprastai valgomi kepti arba virti, cukruoti, glaistyti. Naudojami konditerijos pramonėje: dedama į marcipanus, tortus, saldžius pyragaičius, šokoladą ir kitus gaminius; kulinarijoje kaštainiais farširuojami paukščiai, jų dedama į plovą. Dar žr. **KAŠTAINIS VALGOMASIS.**

**MARSALA.** Stiprus desertinis baltasis italų vinas, kilęs iš Sicilijos. Gaminamas

iš *Catarrato*, *Grillo* vynuogių. Pasižymi gintaro arba tamsaus aukso spalva, panašiu į chereso skoniu ir aromatu. Cukringumas – nuo sauso iki saldaus. Vartojamas 10–12 °C temperatūros, kaip aperityvas, geriamas prie veršienos patiekalų, pyragų, kepinų.

**MARTELIS (MARTELL).** Žinoma prancūziško konjako markė.

Dar žr. **KONJAKAS.**



**MARTINIS**, žr. **VERMUTAI.**

**MASCARA.** Alžyro Respublikos Orano regiono raudonasis ir rožinis vinas, gerai vertinamas žinovų, ir baltasis tų pačių kraštų vinas, vertinamas vidutiniškai. Dar žr. **ŠIAURĖS AFRIKOS VYNAS.**

**MASCOTTE** (pranc.). Garnyras prie keptos mėsos arba paukštienos, susidedantis iš pakepintų artišokų, keptų bulvių ir keptų pievagrybių.

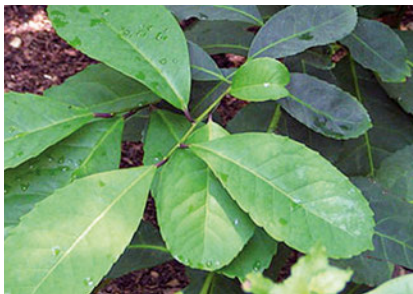
**MASKARPONĖ** (it. *mascarpone*; it. dial. *mascarpa* – sūris iš išrūgų, arba it. dial. *mascarpia* – grūdėtosios varškės sūris). Minkštas, purus, tepamas, balsvas itališkas karvių pieno sūris. Vartojamas įvairiems patiekalams gaminti.

**MASSÉNA** (pranc.). Garnyras prie bifštekų, susidedantis iš artišokų žiedų dugno, užpildyto jautienos kaulų čiulpais. Prie bifštekų arba tournedos patiekiamas atskirai su Bearnaro (*Bearnaise*) padažu. Šis garnyras pavadintas Prancūzijos maršalo André Maséna (1758–1817) vardu. Dar žinomi jo žuvies, pvz., karpio, omleto ir kt. patiekalų receptai.

**MASTIKA**. Stipri anyžių skonio ir aromato bulgariška degtinė (47 proc.). Geriama praskiesta vandeniu. Nuo to ji pabąla kaip pienas. Dar vadinama *ouzo*. Analogiškas gėrimas gaminamas ir kitose Balkanų, taip pat Šiaurės Afrikos šalyse.

**MASTYKS**. Aromatiniai sakai, išgaunami iš pistacijos (*Pistacia lentiscus*) kelmų. Iš sakų gaminama kramtomoji guma.

**MAŠLAŠ** (vengr. *máslás*). Vengriškas vynas, panašus į tokajų, gaminamas iš padžiointų vynuogių, pasižymintis charakteringu skoniu ir aromatu. Laikomas rinktininiu vynu. Brandinamas 6–12 mėn.



**MATĖ** (*Ilex paraguayensis*). Tai iki 6 m aukščio medelis arba krūmas, spygliuotas, visžaliais lapais. Jie yra

džiovinami ir fermentuojami. Lapuose yra kofeino, riebalų, eterinio aliejaus, karotino, vitaminų B<sub>2</sub> ir C. Iš paruoštų lapų verdamas antpilą (paragvajinė arbata), kuris yra labai populiarus Pietų Amerikoje. Šį antpilą indėnai gėrė dar ikikolumbiniais laikais. Dažniausiai vartojamas kartus (*mate amargo*) arba su cukrumi (*mate dulce*). Kvapus ir gaivinantis gėrimas skatina širdies ir skrandžio veiklą.

**MATJES** (oland. *matias*). Anksti pavasari prie Škotijos krantų žvejojamos silkės. Gaudomos, kol dar nesusiformavę ikrai ir pieniai. Dėl to mėsa labai švelni ir skani. Marinatas, kuriame konservuojama žuvis, neaštrus (apie 16 proc. druskos), todėl produkto negalima ilgai laikyti.

**MATJESHERING** (vok.). Jauna (be ikry) silkė, taip pat dar nesubrendusi silkė. Ji truputį pasūdoma, mėsa labai švelni. Dar vadinama *maifisch*.

**MAVRUD**. Raudonasis bulgariškas vynas, gaminamas iš *Mavrud* veislės vynuogių. Šis itin savitas gėrimas pasižymi harmoningu aromatu, aitroku skoniu. Alkoholio – 11 proc.

**MAZAGRAN** (pranc.). Gaivusis alkoholinis gėrimas, gaminamas iš kavos (arba iš jos ekstrakto) su romu arba su konjaku ir cukrumi. Patiekiamas su ledo gabaliukais. Geriamas per šiaudelį. Pavadinimas kilęs iš nedidelio Alžyro miesto, kuris išgarsėjo, kai 1840 m. keletas dešimčių prancūzų, vadovaujamų kapitono Lelivro (Lelievre), atlaikė kelių tūkstančių arabų apsuptį.

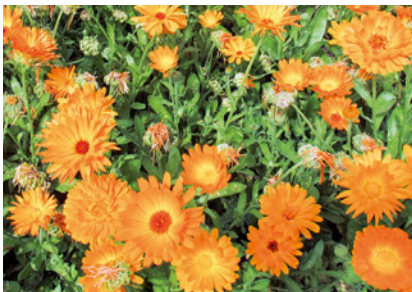


**MAZUN** (*mazoni, macun, mazoum*).

Populiarus armėniškas fermentuoto pieno gėrimas, panašus į jogurtą.

**MEDALIONAS, MEDALLION** (pranc.).

Forma į medalių panašus, apvalus arba ovalus mėsos gabalas. Medalionas iš jautienos mėsos yra bifštekso, o iš veršienos, avienos ar paukštienos – eskalopo sinonimas.



**MEDETKA VAISTINĖ** (*Calendula officinalis*).

Graižaziedžių šeimos vienmečių ir daugiamečių žolių gentis, savaime auganti Vidurio Europoje, Viduržemio pajūrio šalyse. Visas augalas plaukuotas. Lapai pailgi. Žiedai oranžiniai arba geltoni. Vaistinė medetka auginama kaip vaistinis, dekoratyvinis, prieskoninis augalas. Žiedai vartojami kaip šafrano pakaitalas tešlai, ryžiams, padažams, valgomiesiems ledams nudažyti.

**MÉDOC.** Bordo kilmės raudonasis

„visiškai tikras“ prancūziškas vynas, gaminamasis *Cabernet Franc* ir *Cabernet Sauvignon* vynuogių, auginamų vietovėje tarp Atlanto vandenyno ir Žirondos upės. Vyno pavadinimas kilęs iš lotynų kalbos žodžių *medium in aqua* („vidury vandens“). Tai tamsiai raudonos spalvos,

puikaus skonio elegantiškas vynas, patiekiamas prie jautienos, ėrienos kepsnių, sūrio. Prie geriausių šio regiono vynų galima priskirti „Château Margaux“, „Château–Latour“, „Haut Médoc“, „Lafite–Château“.



**MEDUOLIS.** Miltinis konditerijos gaminy

iš kvietinių, daug glitimo turinčių miltų. Pridedama cukraus, prieskonių (mėtų, anyžių, gvazdikėlių, cinamono, muskato riešutų), tešlos puriklių. Kartais į tešlą dedama medaus, krakmolo sirupo, riebalų, kiaušinių. Pagal tešlos užminkymą skiriami *žali* ir *plikyti* meduoliai. Žaliųjų tešloje yra daug cukraus, plikytiems meduoliams miltai užplikomi 65 °C sirupu.



**MEDUS.** Saldi aromatinga medžiaga, bičių gaminama iš surenkamo nektaro arba lipčiaus; bičių pienas, vertingas

žmogaus mitybos produktas. Vertingiausias yra nektaro medus. Jis gali būti daugelio augalų rūšių (pievų medus, laukų, kalnų medus) arba vieno augalo (akacijų, liepų, dobilų, griekių, viržių medus). Turi 18–20 proc. vandens, apie 80 proc. angliavandenių (fruktozės, gliukozės, sacharozės, maltozės), šiek tiek organinių rūgščių, fermentų, vitaminų (B<sub>2</sub>, PP, C, B<sub>6</sub>, H, K, E). Šviežiai į korių akeles supiltas medus būna skystas, garuojant vandeniui jis bręsta, tirštėja, pasidaro lipnus. Veikiama fermento invertazės, nektaro sacharozė virsta gliukoze ir fruktoze. Medaus spalva priklauso nuo geležies ir kt. metalų, esančių meduje.

Pvz., liepų medus geltonas, griekių – tamsiai rudas. Medus vartojamas mityboje ir liaudies medicinoje. Pramonė iš natūralaus medaus gamina dirbtinį medų, vartojamą saldainiams, sausainiams. Restoranuose ir valgyklose medus dažniausiai patiekiamas per pusryčius. Iš jo gaminami alkoholiniai gėrimai: midus, krupnikas.

**MEDVILNĖS ALIEJUS.** Aliejus, gaminamas iš medvilnės (*Gossypium*) sėklų, kurios turi 14–25 proc. riebalų. Vartojamas skystas arba kietas kaip riebalai.

**MEDŽIAGŲ APYKAITA.** Metabolizmas, cheminių reakcijų, vykstančių organizme, visuma. Gyvybės pagrindas, svarbiausia organizmo fiziologinė funkcija. Gyvi organizmai visą laiką santykiauja su aplinka. Energija, atsipalaidavusi skylant maisto medžiagoms, suvartojama ląstelės komponentų biosintizei, medžiagoms transportuoti į ląstelę, raumenų

susitraukimui. Medžiagų apykaitą sudaro du vienu metu vykstantys procesai: asimiliacija (sudėtingų medžiagų sintezė iš paprastesnių) ir desimiliacija (sudėtingų medžiagų skaidymas į paprastesnes).

Daugelio organizmų pagrindinis energijos šaltinis yra angliavandeniai, kuriuos gyvūnai ir žmonės gauna su maistu. Jų organizme iš monosacharidų susidaro polisacharidas glikogenas, kuris virškinant virsta monosacharidais (dažniausiai gliukoze). Pastarajai skaidantis, susidaro vanduo ir išsiskiria daug energijos.

Baltymai su maistu patenka į žmogaus ir gyvūnų organizmą: juos fermentai skaido iki aminorūgščių, dalis jų suvartojama savų baltymų biosintizei, o dalis pašalinama iš organizmo (šlapalas). Lipidų biosintezės procese susidaro riebalai. Jų skaidymas gyvame organizme prasideda nuo hidrolizės, veikiant fermentams lipazėms.

Medžiagų apykaitai svarbūs vitaminai, mineralinės medžiagos, vanduo, hormonai. Labai svarbu, kad medžiagų apykaita organizme vyktų grįžtamojo ryšio principu: jei kurių nors medžiagų per daug, sintezė lėtėja.

**MEDŽIOTOJIŠKAS** (pranc. *à la chasseur*, skait. *šasiar*). Žvėrienos, paukštienos ir kiaušinių patiekalų priedas (garnyras), paskanintas medžiotojų padažu. Pvz., medžiotojiškas stirnienos kotletas patiekiamas su padažu, pagamintu iš patroškintų pievagrybių ir mažų svogūnų (šaločių), sumaišytų su sviestu pašutinta pomidorų tyre ir praskiestu baltuoju vynu.



**MEDŽIOTOJŲ DEŠRA.** Virta dešra, gaminama iš smulkiai maltos liesos mėsos ir lašinukų. Šilta nuriebinama ir atšaldoma šaltame vandenyje.

**MEDŽIOTOJŲ PADAŽAS** (pranc. *Sauce chasseur*, skait. *šasior*). Pilkųjų padažų rūšis su svogūnais, pomidorais, grybais ir susmulkintomis petražolėmis. Pvz., medžiotojiškas šerno kumpis – keptas, su medžiotojų padažu; medžiotojiškas stirnos kepenys – sumaltos, keptos, su medžiotojų padažu; medžiotojiškas omletas – įdarytas vištų kepenėlėmis, su medžiotojų padažu.

**MEDŽIOTOJŲ SŪRIS.** Rūkytas, fermentinis, brandintas sūris, turintis pikantišką aštrų skonį ir rūkytiems sūriams būdingą kvapą. Gaminamas Lenkijoje, Lietuvoje.

**MĖGĖJŲ PUNŠAS.** Karštas gėrimas, gaminamas iš cukraus, citrinos žievelės, gvazdikėlių, cinamono, arbatos, muskato, raudonojo vyno, vyšnių likerio, degtinės, citrinos sulčių. Cukrus užvirinamas su prieskoniais truputyje vandens, nukėlus nuo ugnies, supilama juodoji arbata, 5–6 min. palaikoma, nukošiama, supilamas vynas, degtinė, likeris (santykiu 2:1:1), pakaitinama iki 80 °C, paskaninama citrinos sultimis.

**MEKNĖ** (*Leuciscus idus* L.). Karpinių (*Cyprinidae*) šeimos žuvis, paplitusi Eurazijoje nuo Reino iki Kolmos (Sibire) geluose vandenyse. Kūno ilgis – 20–50 cm, masė – 0,5–2 kg, nors gali užaugti iki 0,7 m ilgio ir 6–8 kg masės. Gyvena upėse ir ežeruose. Lietuvoje dažna. Mėknės mėsa nėra labai vertinama.

Ji minkšta, ašakota, turi 2–3 proc. riebalų. Mėknės turi menką verslinę vertę ir laikomos žvejo mėgėjo laimikiu.

**MEKSIKIEČIŲ VALGIAI,**  
žr. **VIDURIO AMERIKOS VALGIAI.**

**MELANŽAS** (pranc. *melange* – mišinys). Mechaninis kiaušinių baltymų ir trynių mišinys nesilaikant santykio. Kartais būna užšaldytas – briketų formos. Naudojamas dideliuose konditerijos fabrikuose biskvitams, tešloms, sausainiams gaminti. Melanžas dažniausiai sumaišomas paukštynuose iš sudužusių kiaušinių ir pristatomas į fabrikus didelėse talpyklose. Šis produktas pagerina tešlos gaminių kokybę, išvaizdą.



**MĖLYNĖ** (*Vaccinium myrtillus* L.). Erikinių šeimos šilauogių genties daugiametis puskrūmis. Paplitusi beveik visoje Europoje, Šiaurės ir Vidurio Azijoje, Šiaurės Amerikoje. Auga dažniausiai pušynuose ir eglynuose. Vaisiai – valgomos uogos, dažniausiai juosvai mėlynos. Uogose yra angliavandenių, organinių rūgščių, vitaminų (ypač P). Prinoksta liepos–rugspjūčio mėnesiais. Valgomos šviežios, džiovintos, iš jų gaminamos sultys, marmeladai, likeriai, vynai, miltų patiekalai, pvz., virtinukai.



**MELISA** (*Melissa*). Notrelinių šeimos daugiamečių žolių gentis. Savaiame auga Pietų ir Pietryčių Europoje, Kaukaze, Azijoje, Šiaurės Afrikoje. Vaistinė melisa (*Melissa officinalis* L.) auginama daugelyje šalių, taip pat ir Lietuvoje, kaip vaistinis, medingas, prieskoninis augalas. Jos lapuose ir stiebuose yra 0,3 proc. eterinio aliejaus, sėklose – iki 20 proc. riebalų, vitamino C. Nupjautais iki žydėjimo šviežiais ir džiovintais lapais ir jaunais ūgliais paskaninamos salotos, grybai, sriubos, žuvies patiekalai, kompotai, aromatizuojama arbata, actas. Kai kuriose šalyse (pvz., Danijoje) melisa vartojama mėsai paskaninti. Eterinis aliejus naudojamas parfumerijos ir farmacijos pramonėje.

**MELNIK.** Sunkus ir stiprus (13 proc. alkoholio) raudonasis vynas, vienas geriausių bulgariškų vynų. Skoniu panašus į ispanų vyną „Alicante“.

**MÉNAGÈRE.** À la (pranc., skait. *menažer* – pagal šeimninę). Žuvies ir mėsos patiekalų priedas (garnyras). Žuvies patiekalų priedas, gaminamas iš raudonojo vyno, prieskonių, miltų bei sviesto; užpilamas ant žuvies. Mėsos garnyras – smulkintų pupelių, morkų griežinėlių, petražolių, žaliųjų žirnelių troškiny su sviestu.

**MENIU.** Valgiaraštis.

**MENKĖS** (*Gadus*). Plačiai žinoma menkinių (*Gadidae*) žuvų gentis. Paplitusios Šiaurės pusrutulyje (4 porūšiai). Kūnas 40–180 cm ilgio, masė – iki 40 kg. Verslo objektas. Kasmet pasaulyje sugaunama apie 4 mln. tonų menkių. Jų balta, skani mėsa kepama, rūkoma, troškinama, konservuojama. Žinomas patiekalas – *andalūziška menkė*, troškinta su svogūnais, pomidorais vyno padaže.

**METRDOTELIS** (pranc. *maitre d'hôtel* – viešbučio šeimininkas). Dar vadinamas oberkelneriu, hofmeisteriu, vyriausiuoju kelneriu. Jo pareigos – sutikti svečius, palydėti juos iki staliuko, patarti pasirenkant valgius ar gėrimus, stebėti padavėjų darbą. Šis darbas reikalauja ypatingų savybių: geros sveikatos, patrauklios išvaizdos, aukštos profesinės kultūros. Nuo metrdotelio darbo priklauso viešbučio ar restorano įvaizdis.

**MÉRGA.** Pikantiškas padažas, derantis prie arabų patiekalo kuskuso, gaminamas iš šviežios aitriosios paprikos.

**MERLOT.** 1) Pasaulyje paplitusi vynuogių veislė; 2) raudonasis prancūziškas vynas, pradėtas gaminti Bordo apylinkėse iš *Merlot* vynuogių, vėliau išplitęs ir kitose šalyse: Italijoje, Šveicarijoje, Vengrijoje, Rumunijoje, JAV (Kalifornijoje), Australijoje. Tai tamsiai raudonos spalvos, vaisių ir miško uogų skonio, maloniai rūgštokas, stiprokas vynas. Tinka prie raudonos mėsos, jautienos kepsnio, sūrio.





**MĖSA.** Paskerstų naminių gyvulių ir paukščių, sumedžiotų žvėrių bei laukinių paukščių skeleto raumenys kartu su kaulais. Mėsa skirstoma pagal tai, kokio ji gyvulio ar paukščio, pvz., kiauliena, jautiena, avienu, šerniena, vištiena.

Be raumeninio, mėsoje yra ir jungiamojo, riebalinio, kaulinio ir šiek tiek nervinio audinio. Raumeninis audinys sudaro 50–70 proc. mėsos masės.

Jame yra 73–77 proc. vandens, 18–21 proc. baltymų, 1–3 proc. lipidų, 1,7–2,6 ekstrahuojamų azotinių ir kt. organinių bei mineralinių medžiagų, mikroelementų, vitaminų. Kuo gyvulys labiau įmitęs, tuo mėsos raumeniniame audinyje daugiau lipidų. Mėsos jungiamajame audinyje (jo mėsoje – 9–25 proc.) vyrauja baltymai, kolagenas ir elastinas. Riebaliniame audinyje (jo yra 2–40 proc.) daugiausia neutralių riebalų. Kaulai sudaro 5–20 proc. skerdenos masės. Juose yra 8–25 proc. baltymų, 14–50 proc. mineralinių medžiagų, 19–53 proc. vandens, 6–30 proc. riebalų. Mėsos maistingumas priklauso nuo raumeninio, riebalinio, jungiamojo audinio savybių ir jų santykio.

Vertingiausi raumeninio audinio baltymai. Paprastai geriausia būna gyvulio nugaros, kumpių ir menčių mėsa.

Ką tik paskersto (sumedžioti) gyvulio mėsoje vyksta biocheminiai procesai, kurių svarbiausias – raumenų stingimas. Stingstanti mėsa yra kieta, prastesnio skonio ir aromato, mažiau igeria vandens. 0–4 °C temperatūroje intensyviausiai mėsa bręsta 3–5 dienas po skrodimo, o skaniausia būna po 10–14 dienų. Kai temperatūra būna aukštesnė, mėsa subręsta anksčiau, tačiau greičiau vystosi ir mikroorganizmai, todėl ji gali sugesti. Brandinama ir dorojama mėsa būna vertingesnė ir atsparesnė mikroorganizmams, kai gyvuliai skerdziami pailsėję, visiškai nuleidžiamas kraujas.

Mėsos organoleptinės ir cheminės-fizinės savybės labai priklauso nuo gyvulių ir paukščių mitybos, veislės, amžiaus, skerdimo (sumedžiojimo) laiko. Skanesnė jaunų gyvulių (jautiena – apie 1 metų gyvulio) mėsa. Mėsa vartojama šviežia arba konservuota. Konservuojama sudant, šaldant, sterilizuojant, džiovinant. Valgiui paruošiama įvairiai: verdama, kepama, troškinama.

Daugiausia suvartojama jautienos. Šaltesnio klimato zonoje ir Vokietijoje daugiau suvartojama kiaulienos, avis auginančiuose kraštuose valgoma daug avienu. Kai kur vartojama arklienu. Labiausiai vertinama žvėrienu: kiškienė, stirnienu, briedienė, šerniena.

**MĖSA SU PRIESKONIAIS** (pranc. *sauté*, skait. *sote*). Paprastai – gabaliukais supjaustyta, apkepta ir tada padaže ištroškinta mėsa.

Populiariausi patiekalai: „paprasta“ mėsa su prieskoniais (jautienos kubeliai su pilkuoju padažu, sumaišytu su morkomis,

svogūnais ir lašinių gabaliukais); darbininkiška mėsa su prieskoniais (veršienos gabaliukai baltajame vyne, pomidorų tyrėje ir pilkajame padaže, sumaišytame su morkomis, pupelėmis, žiediniais kopūstais, žaliaisiais žirneliais); mėsa su prieskoniais pagal Stroganovą (jautienos išpjovos juostelės, apkeptos su svogūnais ir sviestu, grietinės, pomidorų padaže); vengriška mėsa su prieskoniais (jautienos riekelės, paskanintos paprikos padažu).



**MĖSAINIS.** Sumuštinis, pagamintas iš originalios apvalios bandelės, įpjautos per pusę ir įdarytos smulkintos grynos jautienos mėsos kotletu. Į kotletą nededama nei bandelės, nei kiaušinių. Populiarus patiekalas greito maisto valgyklose, ypač JAV. Vėliau išplito Europoje ir Lietuvoje, daugiausia *McDonald's* restoranuose. Pradėtas gaminti XIX ir XX a. sankirtoje vokiečių imigrantų į Naująjį pasaulį. Išpopuliarėjo, kai 1903 m. buvo pademonstruotas Šv. Luiso tarptautinėje mugėje. Dar vadinamas *hamburgeriu*.

**MĖSOS IR DARŽOVIŲ SULTINYS.** Mėsa supjaustoma mažais gabaliukais (tada sultinys būna koncentruotas), užpilama šaltu vandeniu ir pamažu verdama.

Prieš baigiant virti įdedama gerai nuplautų ir supjaustytų prieskoninių daržovių.



**MĖSOS VYNIOTINIAI.** Gaminami iš mėsos su mėsos, grybų, daržovių ir kt. įdaru. Vyniotiniai daromi iš vienos ar kelių mėsos rūšių, jei norima, kad jie būtų sultingesni. Jautiena, veršiena, kai kurių laukinių žvėrių (briedžių, stirnų, elnių) mėsa yra liesa, todėl, norint, kad vyniotinis būtų riebesnis ir sultingesnis, prie šios mėsos pridedama riebesnės kiaulienos. Vyniotinio mėsą reikia apibarstyti druska, maltais pipirais, ištrinti česnaku, svogūnais arba kmynais. Išvirtas vyniotinis prislegiamas, kad geriau susiklijuotų mėsos sluoksniai ir kad būtų lengviau pjaustyti atvėsusį. Vyniotinius galima ir kepti. Kepami dažniausiai maži vyniotiniai – porcijomis. Vienokiu ar kitokiu būdu pagaminta mėsa patiekama su krienų padažu arba majonezu su karnišonais. Prie kiaulienos vyniotinio geriausiai tinka krienų padažas. Garnyras gali būti gaminamas iš įvairių daržovių: šviežių, marinuočių, raugintų, virtų ir įvairių salotų. Prie jautienos, kiškienos geriausiai tinka marinuočių burokėlių garnyras. Geriausiai garnyrai naudoti 3–4 rūšių daržoves.

Virtų daržovių garnyras patiekiamas su salotų arba garstyčių užpilu. Pateikamas puošiamas žalumynų šakelėmis.

**MESCAL.** Meksikiečių alkoholinis gėrimas, gaminamas iš agavos sulčių.



**MĖTA** (*Mentha*). Notrelinių šeimos daugiamečių augalų gentis, labiausiai paplitusi Šiaurės pusrutulio vidutinio klimato šalyse. Populiariausia – pipirmėtė (*Mentha piperita*). Jos lapuose, žieduose ir stiebuose yra nuo 0,3 iki 6 proc. eterinio aliejaus, kurio pagrindinę dalį sudaro mentolis. Eterinis aliejus ir mentolis vartojami maisto, kosmetikos, alkoholinių ir kt. gėrimų pramonėje, kulinarijoje kaip prieskonis. Ypatingą vietą mėta užima Anglijoje – kaip avienos patiekalų, padažų priedas; Amerikoje – kaip gėrimų aromatizatorius; Arabų šalyse, Italijoje, Prancūzijoje – kaip prieskonis.

**METABOLIZMAS** (gr.),  
žr. **MEDŽIAGŲ APYKAITA**.

**METAKSA.** Populiariausias graikų vinjaka (brendis), gaminamas iš raudonųjų vynuogių vyno distiliato. Yra kelių rūšių skirtingos kokybės gėrimų, paženklintų etiketėse žvaigždutėmis, priklausomai

nuo brandinimo trukmės. Tai charakteringo skonio ir aromato gėrimas, turintis 40 proc. alkoholio.

### **METĖLĖ, PELYNAS, KARTUSIS KIETIS**

(*Artemisia absinthium* L.). Daugiametis žolinis augalas, pusiau krūmas. Lapai balkšvi, panašūs į morkos, žiedai gelsvi. Žydi liepos, rugpjūčio mėn. Auga prastose žemėse, smėlynuose, ganyklose, pakelėse, palei kelius, tvoras. Paplitusi Eurazijoje, Amerikoje, Naujojoje Zelandijoje. Metėlės žolė (*Herba absinthii*) labai karti ir kvapi. Joje yra iki 0,5 proc. eterinių aliejų (felandreno, tujono, kadineno, mirceno). Kartumo suteikia absintinas ir anabsintinas. Iš metėlės gaminami vaistai, eterinis aliejus, ji kaip prieskonis vartojama alkoholinių gėrimų, likerių gamyboje (absentas, vermutas). Tačiau didesnis metėlių kiekis yra nuodingas, todėl ją vartoti derėtų saikingai.

### **METIONINAS.**

$\text{CH}_3\text{SCH}_2\text{CH}_2\text{CHNH}_2\text{-COOH}$ .  
Monokarboninė aminorūgštis, turinti sieros. Bespalviai, tirpstantys vandenyje ir alkoholyje kristalai. Sintetinama augaluose ir mikroorganizmuose iš aspartato. Gyvūnams būtina aminorūgštis yra daugelio baltymų komponentas, ji reguliuoja lipidų apykaitą, saugo kepenis. Metionino stoka slopina augimą ir vystymąsi, trikdo baltymų apykaitą, kepenų funkciją. Jo paros norma – apie 0,7 g. Metionino yra piene, kiaušiniuose.

**METTWURST** (vok.). Smulkiai arba stambiai maltos kiaulienos su lašiniais dešra su prieskoniais, pamažu šalta išrūkyta. Panaši į *salami* dešrą.

### **MĒTŲ PADAŽAS** (angl. *mint sauce*).

Šaltas padažas, gaminamas iš sukapotų pipirmėčių lapelių, acto, cukraus ir druskos. Tai vienas populiariausių padažų Anglijoje, patiekiamas prie avienos karštųjų arba šaltųjų patiekalų.

### **MEUNIÈRE**, À la, žr. **MALŪNININKIŠKAS**.

**MEURSAULT** (pranc.). Burgundiškas baltasis vinas, laikomas vienu geresnių šios rūšies vynu. Tinka prie žuvies, baltos mėsos patiekalų, riešutų. Gaminamas iš *Chardonnay*, *Pinot Blanc* veislės vynuogių. Tai žalsvai geltonos spalvos, žalių vaisių ir medaus kvapo, pikantiško rūgštumo vinas. To paties pavadinimo raudonasis vinas nėra taip gerai vertinamas. Patiekiami atšaldyti iki 8–10 °C.

### **MICELIS** (gr. *mykes* – grybas).

Grybiena, grybų vegetatyvinė dalis.



**MIDIJOS** (*Mytilus*). Dvigeldžių moliuskų klasės bestuburių gentis. Paplitusios vidutinės ir tropinės zonų jūrose. Kriauklė iki 20 cm ilgio, pleišto formos. Gyvena kolonijomis. Kai kurios rūšys valgomos (*Mytilus edulis*, *Mytilus galloprovincialis*). Veisiamos Prancūzijoje, Ispanijoje, Japonijoje, JAV. Valgomos virtos ir konservuotos.

### **MIDUS**, žr. **LIETUVIŠKAS MIDUS**.

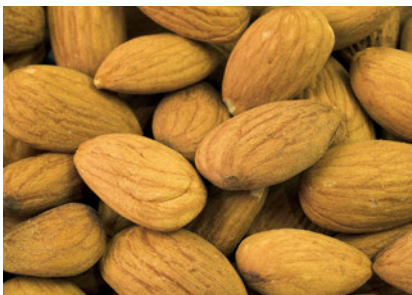
**MIELĖS**. Vienaląsčių grybų, daugiausia endomisetiečių (*Endomycetaceae*) šeimos, eilės aukšliagybių grupė. Tikrosios mielės priklauso mieliagybių (*Saccharomycetaceae*) šeimai. Auga daugiausia cukringame substrate: ant vaisių, uogų, sultyse, nektare, suloje, pieno produktuose. Didžiausia ir ūkiškai svarbiausia yra mieliagybių (*Saccharomyces*) gentis. Dauguma mielių sukelia alkoholinį rūgimą. Kultūrinės mielės (pvz., alaus, kepimo) ir jų kamienai vartojami alui daryti, vynui raugti, spiritui varyti, pieno produktams, vitaminams, baltymams, fermentams, organinėms rūgštims gaminti. Specialių kamienų mielių ar jų ekstraktų dedama į kai kuriuos maisto produktus. Kultūrinės mielės gerina virškinimą, didina organizmo atsparumą infekcijai, jomis gydomi sergantieji cukralige, opalige, furunkulioze, neuralgija. Yra mielių, gadinančių maisto produktus, kenkiančių augalams.

**MIELINĖ TEŠLA**. Tešlos rūšis, kuriai išpurenti vartojamos mielės. Ją minkant svarbu aplinkos sąlygos: oro drėgmė – 70–80 proc. ir 30–35 °C temperatūra. Šiomis sąlygomis geriausiai dauginasi pieno rūgšties bakterijos. Rūgstant tešlai, mielės skaldo cukrų ir krakmolą: susidaro alkoholis ir anglies dioksidas, kurio dujos purina tešlą. Mielių grybelių dauginimąsi stabdo riebalai ir cukrus, todėl į riebias ir saldžias tešlas dedama daugiau mielių arba kitokių puriklių, pvz., į trapią tešlą dedama sodos arba amonio karbonato. Skiriamos dvi mielinės



tešlos rūšys: mielinė tešla be jmaišalo (mielės ištrinamos su trupučiu cukraus ir atskiedžiamos šiltu pienu, po 0,5 val. supilamos į tešlą) ir mielinė tešla su jmaišalu (pašildytame skystyje išplakama grietinės tirštumo tešla: 50 proc. miltų, 80–90 proc. skysčio ir mielės, apie 2–3 val. palaikoma, tada sudedami kt. produktai). Iš mielinės tešlos kepami blynai, lietiniai, pyragėliai, pyragai, vyniotiniai, keksai, spurgos, žagareliai, romo bobos.

**MIEŽIS** (*Hordeum*). Miglinių šeimos žolinis augalas. Miežiai žinomi nuo priešistorinių laikų. Auginami visuose žemdirbystės rajonuose, kalnuotose šalyse – iki 4 600 m virš jūros lygio. Sėjamieji miežiai (*Hordeum vulgare*) kilę iš savaime augančiųjų. Esama žieminių ir vasarinių, dvieilių ir daugiaeilų (ketureiliai ir šešiaeiliai). Vartojami maistui (iš jų gaminamos kruopos, miltai, kavos surogatas), pašarui (miltai, pelai, šiaudai), naudojami spirito, alaus ir kt. gėrimų gamybai.



**MIGDOLAI.** Migdolų medžio (*Prunus dulcis*) vaisius. Kilęs iš Viduržemio jūros šalių, auginamas ir Juodosios jūros pakrančių regionuose. Pagal lukšto kietumą skiriami minkšto, standartinio

ir kieto lukšto migdolai, pagal skonį – kartieji ir saldieji migdolai. Kartieji turi glikozidų, karčiųjų migdolų aliejų, rūgšties, vynuoginio cukraus. Migdolai vartojami marcipanams, pyragaičiams, gėrimams (pvz., amaretui) gaminti. Saldžiojo migdolo sėklos naudojamos maistui, vartojamos žalios ir keptos, iš jų verdama uogienė. Keptas saldusis migdolas – skanėstas. Saldžiųjų migdolų dedama į tortus, pyragaičius, šokoladą, saldinius; iš jų spaudžiamas aliejus. Beje, migdolų, ypač karčiųjų, reikėtų vartoti saikingai.

**MIGDOLŲ MASĖ.** Išlukštenti, smulkiai malti ir gerai ištrinti saldieji migdolai su cukraus pudra, kiaušinių baltymais arba grietinėle, su tarkuotos citrinos žievelės priedu vartojami tortų gamyboje.

**MIGDOLŲ PADAŽAS.** Nuplikyti, išlukštinti saldieji migdolai išdžiovinami, sumalami ir išverdami vidutiniškai pasaldintame piene. Padažas sutirštinamas šaltame vandenyje išplaktu krakmolu ir užvirinamas. Truputį atšaldžius sumaišomas su kiaušinio tryniu. Pateikiama prie saldžiųjų patiekalų.

**MIGDOLŲ SRIUBA.** Nuplikyti, išlukštinti saldieji migdolai išdžiovinami, sumalami ir keletą minučių verdami piene (1,5 l pieno – 120 g migdolų). Sriuba perkošiama ir truputį pasaldinama. Pateikiama šilta, užbaltinta pienu, su ryžiais. Migdolų sriubą galima valgyti ir šaltą. Gaminama iš maltų migdolų, verdant juos piene ir sumaišant su kiaušinio tryniu. Pateikiama su biskvitais arba makaronais.

**MIJOTER** (pranc., skait. *mižote*).

Virimas pamažu, ant mažos ugnies. Toks virimo būdas taikomas, pavyzdžiui, gaminant sultinius.

**MIKROELEMENTAI** (gr. *mikros* – mažas, lot. *elementum* – pirmapradė medžiaga).

Cheminiai elementai, kurių gyvuose organizmuose ir augaluose yra labai nedaug. Vieni jų yra metalai (pvz., geležis, varis, manganas, cinkas), kiti – nemetalai (pvz., jodas, boras). Organizmui reikalingų mikroelementų yra apie 20: geležis, boras, manganas, varis, cinkas, molibdenas, kobaltas, jodas ir kt.

Organizme kiekvienas mikroelementas veikia specifiskai. Kai kurių reikšmė organizmui nėra pakankamai iširta. Žinoma, kad manganas, cinkas, jodas skatina gyvūnų augimą, geležis, varis, kobaltas – kraujodarą, varis, kobaltas – audinių kvėpavimą.

**MIKROORGANIZMAI.** Mikrobai, tik pro mikroskopą įžiūrimi daugiausia vienaląsčiai organizmai (bakterijos, virusai, kai kurie grybai, dumbliai, pirmuonys). Mikroorganizmų gausu visur, kur tik įmanoma gyvybė: dirvožemyje, vandenyje, ore, maisto produktuose ir kt. organizmuose. Mikroorganizmai yra prisitaikę prie įvairiausių ekologinių sąlygų. Daugelis medžiagų ir energijos apykaitos, biosintezės reakcijos juose vyksta taip pat, kaip ir aukštesniųjų augalų bei gyvūnų ląstelėse, tačiau mikroorganizmai turi ir tik jiems būdingų fermentinių sistemų, juose vyksta tik jiems būdingos biocheminės reakcijos. Dėl to įvairūs mikroorganizmai gali skaidyti celiuliozę,

ligniną, chitiną, naftą, keratiną, vašką, vartoti neorganinių junginių ir oro azotą. Mikroorganizmų medžiagų apykaitos ypatumais naudojamos kai kurių junginių pramoninėje gamyboje, kai kurie mikroorganizmai sukelia žmonių, augalų ir gyvūnų ligas.

**MIKSERIS** (angl. *mixer* – maišytuvas).

Elektrinis buitinis prietaisas gėrimams maišyti, kiaušiniams, kremui, tešlai plakti. Maišoma įvairiose plokštumose pakreiptais peiliais, kurie tvirtinami prie variklio veleno. Kartais mikseriai komplektuojami su kavos pupelių, riešutų, šokolado malūneliu.

**MILANAISE**, À la (pranc., skait. *milanez*).

1) Veršienos kotletai arba eskalopai, pavolioti išplaktame kiaušinyje su tarkuotu kietu sūriu (parmezanu) ir gausiai pabarstyti tarkuota bandele;  
2) mėsos garnyras iš virtų makaronų su kumpio arba sūdyto liežuvio gabaliukais, tarkuotu sūriu ir pomidorų padažu.

**MILARDO, MAJARDO REAKCIJA.**

apcukrinimo procesas. Produktų paviršiaus parudavimas ir jų skonio pasikeitimas kepančiam arba troškinant. Ši reakcija neturi nieko bendra su produktų apdegimu, pvz., kepančiam obuoliams. Majaro reakcijos principas yra nefermentinis rudavimas, kuris vyksta 140–165 °C temperatūroje. Ji vyksta produktus kaitinant. Vykstant šiam procesui, atsiranda alaus skonis ir keičiasi produkto spalva (duonos plutos, mėsos parudavimas), taip pat saldumas. Reakcijos intensyvumas priklauso nuo temperatūros ir kaitinimo laiko.





**MILTAI.** Sumaltų grūdų produktas. Malami kviečiai, rugiai, kukurūzai, miežiai, avižos, žirniai, sojos. Kvietiniai miltai – kepimo ir makaronų, ruginiai – kepimo, miežiniai, avižiniai ir žirniniai – daugiausia pašarams. Makaronų miltai gaminami malant kviečius kartotiniu būdu. Kvietiniuose miltuose yra iki 40 proc. glitimo. Šveistiniai ir paprastesni rūšių miltai turi vitaminų B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP, E. Aukščiausios ir I rūšies kvietiniai miltai kartais dirbtinai vitaminizuojami ir brandinami. Brandinami ir ruginiai miltai. Ruginiai ir prastesni kvietiniai miltai subręsta per 10–20 dienų, rūšiniai kvietiniai – per 30 dienų. Iš miltų kepama duona, pyragai, konditerijos gaminiai, daromi makaronai, kombinuotieji pašarai, gaminami įvairūs patiekalai. Miltais šeriami gyvuliai.

**MILTŲ SVIESTAS.** Sviestas, sumaišytas su miltais lygiomis dalimis, vartojamas padažams, sriuboms sutirštinti, taip pat troškinant daržoves, paukštieną arba kitokią baltą mėsą. Jo dedama prieš baigiant troškinti. Virinti nereikia.

**MINERALINIS VANDUO.** Prisotintas angliarūgštės (arba neprisotintas) nesaldus vanduo. Išgaunamas natūralus

(iš šaltinių ar giliųjų gręžinių) arba geriamasis vanduo praturtinamas mineralinėmis druskomis ir angliarūgšte. Skirstomas į geriamąjį, mineralinį vandenį ir selterį.



**MINESTRA** (it. *minestrone*). Tiršta daržovių sriuba, verdama iš mėsos arba kaulų sultinio. Dedama įvairių daržovių: morkų, salierų gumbų, pomidorų, žaliųjų žirnelių, moliūgų arba cukinijų, pupelių, bulvių su ryžiais arba makaronais. Taip pat galima apkepti pabarsčius sutarkuotu sūriu (pvz., parmezanu). Ši sriuba gausiai paskaninama česnaku. Minestra kartais verdama su mėsos gabaliukais ir patiekama kaip vienas (pirmasis arba antrasis) patiekalas.

**MIOGENAS** (gr.). Albuminų grupės ištirpusių vandenyje raumenų baltymai, kurie sudaro apie 20 proc. visų raumenų baltymų masės. Miogenas koaguliuoja vandenyje esant 55–60 °C temperatūrai ir sudaro putas; verdant jos šalinamos kaip nevisaverčiai baltymai.

**MIOZINAS** (gr., lot.). Griausių raumenų skaidulų miofibrilių baltymas. Sudaro 40–60 proc. raumens baltymų. Susijungęs su kitu miofibrilių baltymu aktinu

virsta aktiomiozinu arba miozinu B. Skaido adenozintrifosforo rūgštį, atsipalaiduojančią jos cheminę energiją paverčia raumenų susitraukimo mechanine energija.

**MIRABEAU**, À la (pranc., skait. *mirabo*). Garnyras prie sausai keptos arba troškintos jautienos, kiaušinių, žuvies, paukštiesenos patiekalų (pvz., *romšteksas pagal Mirabo*). Susideda iš ančiuvių filė, uždėtų ant kiekvienos mėsos porcijos, ir žaliųjų alyvmedžių vaisių, įdarytų kapariais. Ant kiekvienos porcijos dedamas sardelių sviesto gabaliukas. Pavadinimas kilęs iš O. G. Mirabo (Honoré Gabriel Victor Riqueti, Comte de Mirabeau, 1749–1791), Prancūzijos revoliucijos laikų politiko, pavardės. Jam priklauso ir kitų patiekalų, pvz., vėžlių sriubos pagal Mirabo, autorystė.



**MIRABELA** (pranc.). Slyvų rūšis, kurios vaisiai yra apvalūs arba ovalo formos, geltonos spalvos, saldaus skonio. Iš jų pagamintas marmeladas ir uogienės skonių panašūs į abrikosus.

**MIREPOIX** (pranc., skait. *mirpua*). Gabaliukais supjaustyti įvairių daržovių (morkų, salierų, svogūnų, porų, česnakų),

patroškintų riebaluose, bendras pavadinimas. *Mirepoix* vartojamas patiekalams paskaninti. Pavadinimas kilęs iš prancūzų maršalo Š. de Mirpua (Charles de Mirepoix, 1699–1757) pavardės.

**MIRIN**. Japonų vynas, gaminamas iš ryžių, skonių panašus į cheresą.

**MISA**. Saldokos miltų ir salyklo nuoviros be apynių ir mielių – alaus gamybos pusgaminiis.

**MISKET KARLOVO**. Bulgarij desertinis vynas, gaminamas iš *Muscat* veislės vynuogių, auginamų Karlovo miesto apylinkėse. Pasizymi charakteringu aromatu bei skonių ir gintaro spalva.

**MIŠ-MAŠ**. Bulgarij patiekalas, gaminamas iš išplaktų kiaušinių, iškeptų svieste kartu su svogūnais, šviežiais raudonosiomis saldžiosiomis paprikomis ir pomidorais, su tarkuotu sūriu (kaškavalu). Prieš patiekiant pabarstoma sukapatais petražolių lapeliais.

**MIŠINIŲ GĖRIMAI** (angl. *drinks*). Baro gėrimai. Prie jų priskiriami kokteiliai, oisteriai, kobleriai, kuleriai, pizos, flipai ir kt. Mišinių gėrimai skirstomi: pagal temperatūrą – į šaltuosius ir karštuosius; pagal turinį – į alkoholinius ir nealkoholinius; pagal cukraus kiekį – į sausus ir saldžius; pagal paskirtį – į stimuliuojančius ir gaiviuosius; pagal skysčio kiekį – į išgeriamus vienu gurkšniu (*short drinks*) ir geriamus pamažu (*long drinks*). Pagal sumaišymo metodus mišinių gėrimai gali būti:

a) suplakami plakimo inde; b) sumaišomi maišymo stiklinėje; c) paruošiami aukštose stiklinėse, iš kurių ir geriama. Dar žr. **BARO GÉRIMAI**.

**MITYBOS HIGIENA.** Higienos šaka, tirianti sveiko žmogaus racionaliąją mitybą. Svarbiausias jos uždavinys – mokliškai pagrįsti įvairių gyventojų grupių racionalios mitybos normas, atsižvelgiant į amžių, lytį, darbą, klimato sąlygas ir įpročius, nustatyti tinkamiausią mitybos režimą, geriausius maisto produktų gaminimo, laikymo, konservavimo būdus, numatyti profilaktikos priemones, saugančias nuo apsinuodijimo maistu ir užsikrėtimo per maistą įvairiomis ligomis.

**MUNSTERIO SŪRIS.** Minkštas fermentinis brandintas sūris, gaminamas Elzase (Prancūzija) iš karvių pieno. Plokščio cilindro formos gabalai yra 15–18 cm skerspjūvio ir 6 cm aukščio. Tai – pikantiškas, sūrokas, kartais rūgštokas sūris. Kai kurie gamintojai į jį prideda kmynų.

**MIXED GRILL** (angl.). Restoranų patiekalas, gaminamas iš kelių rūšių sausai keptos (grilyje) mėsos smulkių gabalų kaip *tournedos* – iš jautienos filė, avienos kotletų, avienos kepenų, kiaulienos nugarinės. *Mixed grill* patiekiamas su keptomis bulvėmis, ant grotelių keptais pomidorais, su prieskoniais, be padažo.

**MIXED PICKLES** (angl.), žr. **PICKLE**.

**MIZERIA** (lot). Salotos, gaminamos iš nuluptų šviežių supjaustytų agurkų,

paskanintų druska ir šviežiai sumaltais pipirais, užpiltų praskiestu actu arba grietine. Vietoj grietinės galima užpilti vinegreto padažo.



**MOCCARELA** (it. *Mozzarella*; it. dial. *mozza* – toks sūris; *mozzare* – nupjauti). Minkštas, baltas itališkas sūris, gaminamas iš buvolių pieno (kartais su karvių pieno priemaiša) rutulio, ovalo arba kiaušinio formos gabalais, kurių svoris 225–450 g. Italų kulinarijoje šis sūris vartojamas kaip priedas prie įvairių patiekalų (pvz., picos).

**MOCK TURTLE SOUP** (angl., skait. *mok tiortl sup*). Anglų patiekalas, reiškiantis *netikra vėžlių sriuba*.

Gaminamas iš veršių galvų mėsos.



**MOKA** (*Caffé mocha*). Espresso kavos latė variantas. Ruošiami maišant espresso kavą ir karštą pieną su šokoladu (milteliais).

Užpilama putojančia grietinele. Gaminama mokus virduolyje, patiekama porceliano puodeliuose.

**MOKA SU KIAUŠINIU.** Baltintos kavos spalvos emulsinis likeris. Vienam litrui likerio pagaminti sunaudojama 180 g kiaušinių trynių ir 50 g kavos. Alkoholio kiekis – 20 proc. Dar žr. **KAVA**.

**MOKOS LIKERIS.** Trauktinis tamsiai rudos spalvos likeris su kavos aromatu ir vanilės prieskoniu. Vienam litrui likerio pagaminti naudojama 50 g paskrudintos kavos miltelių. Alkoholio kiekis – 25 proc.

**MOLDAVŲ VALGIAI.** Giminingi rumuniškiems, pasižymi aštroku skoniu, kurį suteikia prieskoniai: paprikos, lauro lapai, aromatinės žolės, prieskoninės daržovės, ypač česnakai. Patiekalai paskaninami vynu, juo užsigeriama ir valgant. Būdingas moldavų sriubų skonis: dauguma jų parūgštinamos duonos arba sėlenų gira, citrinos arba acto rūgštimi. Moldavų sriubos labai maistingos, gaminamos iš sultinių, į sriubas sudedama mėsa, paukštiena ar žuvis, iš kurių buvo verdamas sultinys. Moldavai vartoja labai daug kukurūzų, jų kruopų, miltų. Iš kukurūzų miltų verdama košė (*mamalyga*), kuri itin mėgstama. Valgoma daug pupelių, baklažanų, moliūgų, melionų, žaliųjų žirnelių, pomidorų, jų tyrės. Mėsą moldavai vartoja įvairią. Visi jos patiekalai riebus, su aštriais prieskoniais, vynu. Daug mėsos patiekalų kepama žarijū kaitroje. Tautinis patiekalas *mititejus* – maltos mėsos dešrelės, sutaisytos su raudonaisiais pipirais, česnaku, soda ir

keptos žarijū kaitroje. Garnyrai gaminami iš ryžių, pupelių, žaliųjų žirnelių, agurkų, pomidorų ir kt. daržovių. Plačiai vartojami natūralūs vaisiai, vynuogės.

**MOLDOVA.** Moldaviško vyno distiliatas (brendis), išlaikytas 7–8 metus. Gaminamas pagal originalią technologiją. Jo spalva žalsva, skonis švelnus, bukietas malonus. Alkoholio – 43 proc., cukraus – 1,2 proc.

**MOLDOVOS VYNAS.** Vynininkystė Moldovoje turi galias istorines šaknis, siekiančias Romos imperiją bei Kijevo Rusiją. Buvusioje Tarybų Sąjungoje Moldova vynu gamyboje užėmė vieną pirmųjų vietų (tiekė 80 proc. Tarybų Sąjungos eksportuoto vyno). Vynininkystė sėkmingai vystoma ir XXI a. Daugiausia vyno eksportuojama į Rusiją, Ukrainą, Baltarusiją, Kazachstaną, Lenkiją, Rumuniją, JAV, Lietuvą. Vynai dažniausiai pavadinti vynuogių veislių vardais. Plačiai žinomos vyno markės: „Aligote“, „Feteska“, „Kaberne“, „Negru de Purkar“, „Pino Gratiješti“, „Silvaner“, „Rislingas“ („*Riesling*“), „Rkaciteli“, „Savinjon“ („*Sauvignon*“), kiti muskato, Bordo, portveino, vermuto ir chereso tipo vynai. Moldovoje gaminami taip pat geros kokybės putojantys vynai ir vyno distiliatai (brendžiai).

Dar žr. **MOLDOVA, NISTRU**.

**MOLIBDENAS** (lot. *Molybdenum*, Mo). Periodinės elementų sistemos VI grupės cheminis elementas. Metalas. Gamtoje – tik junginių pavidalu (svarbiausias mineralas – molibdenitas (MoS<sub>2</sub>)).



Molibdeno yra visuose organizmuose. Augaluose jis skatina azoto, gyvūnų organizmuose – azoto, purino apykaitą. Žmonėms molibdeno perteklius trikdo medžiagų apykaitą, stabdo kaulų augimą, sukelia podagrą.



**MOLIŪGAS DIDYSIS** (*Cucurbita maxima* L.). Moliūginių šeimos dvimetis augalas ilgais šliaužiančiais stiebais, penkiaskiaučiais lapais, stambiais geltonais žiedais, dideliais rutuliškais arba ovaliais vaisiais (sveria iki 100 kg ir daugiau), kurių minkštyme daug gelsvai baltų sėklų. Moliūgai auginami daugiausia pašarui, nors iš jų galima pagaminti gana skanių patiekalų. Moliūgai valgomi virti, kepti ir marinuoti. Populiarūs iš jų pagaminti kompotai, sorų kruopų košė su moliūgais. Iš sėklų spaudžiamas aliejus.

**MOLIUSKAI** (*Mollusca*). Minkštakūniai, bestuburių gyvūnų tipas. 7 klasės: dvigeldžiai, galvakojai moliuskai, monoplakoforai, pilvakojai, pilvavagiai moliuskai, skafopodai ir šarvuotieji moliuskai. Paplitę visame pasaulyje. Gyvena jūrose, geluose vandenyse ir sausumoje. Vieni šliaužioja dugnu

(pvz., perluotės), kiti prisitvirtinę prie povandeninių daiktų (pvz., dreisenos) arba įsirausę į dugną (pvz., dvigeldės), tretį (pvz., kalmarai) – greitai plaukioja. Kūnas nuo kelių milimetrų iki 8 metrų. Kai kurie moliuskai (kalmarai, austrės, šukutės, midijos) yra valgomi. Negyvų moliuskų geldelės atviros, gyvų uždaros, jos atidaromos prieš vartojimą arba paruošimą (pvz., virimą). Iš moliuskų gaminami padažai, verdamos sriubos, bet dažniausiai valgomi virti vyne su prieskoniais arba žali (pvz., austrės).

**MOLLET** (pranc.). Minkštai virtų kiaušinių, kai baltymas kietas, o trynys pusiau skystas, bendras pavadinimas. Juos galima patiekti taurelėje su padažu (pomidorų, svogūnų). Taip pat galima valgyti su kumpio arba lašišos riekelėmis, su duona bei sviestu.

**MONER** (pranc.). Aižymo (lukštų nuėmimo) operacijos, dažniausiai migdolų ir riešutų, pavadinimas.



**MONPANSJE** (pranc. *montpensier*). Tai smulkių įvairių spalvų vaisinių saldainių, ledinukų, rūšis. Ledinukai pasižymi jų gamybai panaudotų vaisių esencijų skoniu ir aromatu. Parduodami dėžutėse.

Pavadinimas kildinamas iš hercogienės Monpansje, A. Diuma romanų herojės, vardo.

**MONTASIO** (it.). Itališkas fermentinis, brandintas sūris su mažomis apvaliomis kiaurymėmis minkštine, gaminamas iš karvių pieno, kartais maišyto su ožkų. Jaunas sūris (brandintas 2–4 mėn.) yra švelnaus skonio ir aromato. Brandintas vienerius metus tampa pikantiškas ir tinka vartoti kulinarijoje.

**MONTER** (pranc.). Skysčių aktyvumo padidinimo plakant proceso pavadinimas. Pvz., grietinėlės plakimas, kiaušinių plakimas iki putojimo ir pan.

**MONTRACHET** (pranc., skait. *mantrašė*): 1) puikus burgundiškas baltasis vynas, vienas geriausių baltųjų vynų pasaulyje – stiprus, kvapus, intensyvaus, malonaus skonio; 2) riebus burgundiškas sūris, gaminamas iš ožkų pieno.

**MORENGA**. Tešla, pagaminta iš išplakto iki putojimo kiaušinio baltymo ir tiršto sirupo, pabaigoje pridėjus kakavos, migdolų, riešutų.

**MORKA VALGOMOJI** (*Daucus sativus Roehl*). Šakniastiebė daržovė, turtinga karotino, vitaminų B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP, cukraus (iki 15 proc.), baltymų. Tai geras maistas vaikams. Vartojama kulinarijoje dažniausiai maišant su kitomis daržovėmis, mėsos kubeliais, svogūnais, sviestu, cukrumi, grietinės padažu. Su morkomis gaminami marinatai, uogienės, konservai, troškunami mėsos ir žuvies patiekalai. Vartojamos šviežios

ir džiovintos. Iš jų gaminami įvairūs priedai (garnyrai) prie mėsos, žuvies, paukštienos patiekalų, taip pat maistingos ir skanios salotos su česnakų, spaudžiamos sultys. Sumaišę mikseriu morkų ir apelsinų sultis su pienu galime mėgautis labai skaniu ir sveiku gėrimu.



**MORSAS**. Uogų sultys, praskiestos vandeniu ir pasaldintos. Pavadinimas bizantiškos kilmės: iš *mursa* (vanduo su medumi) ir iškraipyto lotynų kalbos žodžio *mulsa*. Dažniausiai morsas gaminamas iš spanguolių, taip pat iš vyšnių, bruknių, raudonųjų serbentų, aviečių, mėlynių. Uogos su vandeniu verdamos 2–4 val. Vėliau nusunkiamos, skystis pasaldinamas medumi arba cukrumi, dar paverdama ir išpilstoma į hermetiškus indus.

**MORTADELLA** (it.). Virta, rūkyta itališka dešra iš geros smulkintos kiaulienos ir veršienos su lašinių gabaliukais (apie 20 proc.), trupučiu vandens ir žemės riešutų (arba pistacijų), vidutiniškai paskaninta garstyčių grūdeliais. Kartoko skonio. Kemšama į storąsias žarnas (10–12 cm diametro).

**MORTIFIER** (pranc.), žr. **BRANDINIMAS**.



**MOSCAT DE RHODOS.** Baltasis graikiškas vynas iš Rodo salos. Gaminamas iš *Weisser Moscato* vynuogių. Tai auksinės spalvos, gėlių kvapo, šviežio, subtiliai saldaus skonio vynas. Dažniausiai geriamas 12–15 °C temperatūros.

**MOUSSE, MUSAS** (pranc., skait. *mūs*).

Putėsiai, musas, plaktinis patiekalas iš švelnios paukštienos tyrėlės, žąsies kepenėlių, kumpio, laukinių žvėrių mėsos su grietinės padažu, plaktos grietinės ir drebučių priedu. Tai atskiras patiekalas, pvz., *kumpio musas*, arba patiekalo dalis, pvz., *paukštienos krūtinėlės musas*, arba mažose formelėse pagamintas patiekalas.

**MOUSERON** (pranc.). Mažų, skanių grybų priedas prie mėsos patiekalų.

**MOZELIO VYNAS.** Vokiški vynai, gaminami Mozelio upės apylinkėse. Tai puikūs vynai, pasižymintys švelniu rūgštumu bei puikiu bukietu. Prie Mozelio vynų priskiriami ir vynai, gaminami Saros ir Ruverio upių žemupiuose (MSR vynai). Žinomos markės: „Classic Riesling“, „Erbling“, „Federweisser ir kt. Dar žr. **VOKIETIJOS VYNAS.**

**MOZŪRIJOS SŪRIS.** Lenkiškas riebus fermentinis sūris, brandinamas 6 savaites, gaminamas iš karvių pieno ir formuojamas keturkampiais gabalais, kurių ilgis – apie 36 cm, plotis – apie 28 cm, aukštis – 18 cm, svoris – 18 kg. Masė minkšta, elastinga, gelsvos spalvos, skonis pikantiškas, rūgštokas.

**MUESLI** (pranc., skait. *miusli*). Košės konsistencijos patiekalas, gaminamas

iš vandenyje arba piene išmirkytų avižų dribsnių, sumaišytų tam tikromis proporcijomis su trintais vaisiais arba su jogurtu, medumi. Gaminama *muesli* ir su trintomis daržovėmis, pvz., morkomis, arba su vaisių ir daržovių mišiniu. Populiarus Šveicarijoje kaip pusryčių valgis.



**MUFFINS** (angl.). Anglijoje populiarios bandelės su įvairiais įdais: riešutais, džiovintais vaisiais, šviežiomis uogomis. Kepamos specialiose skardose su išpresuotomis formelėmis. Pateikiamos karštos.

**MUFLONAS** (*Ovis orientalis*). Avinų genties porūšio laukinė avis. Manoma, kad yra kilusi iš Sardinijos ir Korsikos, vėliau buvo reklimatizuota kaip medžioklės objektas Austrijoje, Vengrijoje, Šveicarijoje, Vokietijoje, Kryme, Lietuvoje ir kitose šalyse. Kūno masė – apie 47 kg (patinų) ir 33 kg (patelių). Visi patinai turi ragus, kurių ilgis siekia 85 cm, kartais net iki 106 cm. Ragus turi ir 6 proc. patelių, tačiau jų ragai būna 6–12 cm ilgio. Muflonai medžiojami dėl puošnių ragų ir mėsos, panašios į avieną. Muflono mėsą būtina marinuoti. Paprastai ji troškinama su grietine, vynu ir prieskoniais. Lietuvoje

muflonai aklimatizuoti Panevėžio r. Krekenavos medžioklės ūkyje, Kaišiadorių r. ir kitur.

### **MULLIGATAWNY** (angl., skait. *maligetoni*).

Indiška sriuba, atkeliavusi iš buvusių kolonijų į Angliją ir čia išpopuliarėjusi. Gaminama iš vištienos arba avienos su aštriais prieskoniais. Sriubos pavadinimas kilęs iš tamilų kalbos žodžių *milagu tannir* – pipirai ir vanduo.

**MURFATLAR.** Gelsvos spalvos desertinis rumuniškas vynas, gaminamas Juodosios jūros regione.

Kvapus, saldaus skonio.



**MUSAKA** (turk.). Apkepas, gaminamas iš avienos gabaliukų (arba faršo), kurie sudedami į ugniai atsparų indą sluoksniais su bulvėmis ir daržovėmis: svogūnais, baklažanais, pomidorais, moliūgais. Viskas užpilama padažu, pagamintu iš aliejaus, lajaus, grietinės, ir gausiai paskaninama česnakais, petražolėmis, salierais, krapais, baziliku, pipirais. Taip paruoštas patiekalas valandą kepamas orkaitėje. Patiekalas populiarus ne tik Turkijoje, bet ir kaimyniniuose kraštuose: Bulgarijoje, Rumunijoje, Makedonijoje, Moldovoje.

### **MUSCADET DE SÈRVE-ET-MAINE.**

Prancūziškas baltasis vynas iš Luaros slėnio (Nantas). Gaminamas iš *Muscadet* vynuogių veislės.

Tai gelsvai žalios spalvos, šviežių vaisių kvapo, intensyviai rūgštoko skonio vynas. Rekomenduojama gerti šviežią, 8–10 °C temperatūros, prie žuvies, jūros produktų, baltos mėsos, daržovių, sūrio.

**MUSCAT.** Baltasis vengrų prancūziškos kilmės vynas, gaminamas iš *Muscadet* vynuogių.

Šis vynas yra pripažintas pasaulyje.

Pasižymi gelsvai žalia spalva, subtiliu aromatu, švelniu muskato skonių.

Gerai tinka prie įvairių saldumynų bei desertinių patiekalų. Rekomenduojama patiekti 12–14 °C temperatūros.

**MUSCAT-OTTONEL.** 1) Baltasis austriškas, rumuniškas vynas, pasižymintis švelniu muskato bukietu ir puikiu, natūraliai saldžiu skoniu – kvapus ir stiprokas, dera prie baltos mėsos, paštetų, šparagų; 2) vynuogių veislė (*Muscat-Ottonel*).

### **MUSKATELLER** (*Muscat-universal*).

Vynuogių, iš kurių gaminami aromatingi saldūs vynai, veislė. Žinomos gelsvosios ir melsvosios vynuogės, naudojamos baltojo vyno gamybai ir parduodamos žalios. Plačiausiai žinomos *Misket* vynuogės. *Muskateller* vardu pavadinti vynai yra malonaus ir puikaus aromato. Vienintelis iš šios veislės vynuogių gaminamas sausas vynas yra „Muscat d'Alsace“.

„Muscadet De Sérvé-et-Maine“, baltasis prancūziškas vynas, kilęs iš Luaros upės slėnio, gaminamas iš *Muscadet* veislės



vynuogių. Tai gelsvos spalvos, šviežių vaisių kvapo, rūgštokas vynas, dera prie žuvies, jūros produktų, baltos mėsos, daržovių. Dar galima paminėti graikiškąjį „Moscat de Rhodes“ vyną iš Rodo salos. Tai aukso spalvos, gėlių kvapo, subtilaus skonio, iš *Weisser Moscato* vynuogių gėrimas, patiekiamas kaip aperityvas.

**MUSKATINIAI VYNAI.** Grupė saldžių, desertinių vynų, taip pavadintų dėl eterinių aliejų, esančių vynuogėse. Malonaus gėlių ir prieskonių bukieto, truputį panašaus į muskato riešuto. Vynas gaminamas iš muskatinių (dažniausiai baltųjų) vynuogių, auginamų Graikijoje, Italijoje, Ispanijoje, Prancūzijoje, Austrijoje, Vengrijoje, Kryme, Kipre ir kituose kraštuose. Labiausiai žinomi šios rūšies vynai: „Aleatico“, „Moscato di Siracusa“, „Muscat-Ottonel“. Šie vynai turi 13–16 proc. alkoholio, 20–30 proc. cukraus.



**MUSKATO RIEŠUTAI.** Muskato medžio (*Myristica fragrans*) vaisiaus branduoliai. Tikrojo muskato medis yra kilęs iš Indonezijos Bados salos, iš Indijos ir Šri Lankos. Tai aštraus, deginančio skonio, malonaus aromato prieskonis,

turintis eterinio aliejaus. Vartojamas trintas kaip prieskonis prie žiedinių kopūstų patiekalų, taip pat kepinių, gėrimų gamyboje. Riešuto apvalkalėlis vadinamas muskato žiedais arba *Macis*. Dar žr. **MACIS**.

**MUSO** (pranc. *mousseux*). Šampano purlai.

**MUŠTINUKAI** (vok. *Klopse*, rus. *бултки, биточки*). Patiekalas, pagamintas iš avienos arba kitos maltos mėsos su prieskoniais ir bandelės miltai. Gali būti ir žuvies muštinukai. Apskritos formos muštinukai Prancūzijoje, iš ten jie ir yra „atvykę“, vadinami *medalionais*.

**NABEMONO** (jap.). Šiuolaikinis japonų kulinarijos metodas, kai restorane paruoštas valgis patiekiamas keptuvėje ir svečias pats jį išsikepa ant elektrinės viryklės. Prie *nabemono* patiekiami ryžių ir marinuočių daržovių (*tsukemono*).

**NAGE**, *À la* (pranc., skait. *a la naž*). Kai kurių vėžiagyvių (vėžių, langustų, mažų omarų) gaminimo būdas, kai jie verdami kartu su prieskoniais. Patiekiami šilti arba šalti su sultiniu, kuriame virė.

**NAMINĖ PATARŠKA**, žr. **PERLINĖ VIŠTA**.

**NAPPER** (pranc.). Patiekalų, visiškai užpiltų šiltu arba šaltu padažu, bendras pavadinimas.

**NASI GORENG**. Pikantiškas indoneziečių patiekalas iš virtų ir riebaluose pakepintų ryžių su krevečių ir smulkių kumpio gabaliukų priedu.



**NASTURTĖ** (*Tropaeolum*). Nasturtinių (*Tropaeolaceae*) šeimos vienmečių arba daugiamečių žolių ir puskrūmių augalų gentis. Savaimė auga daugiausia Pietų Amerikoje. Stiebas laipiojantis arba šliaužiantis, mėsingas. Lapai apskriti, skydiški. Žiedai pentinuoti. Vaisius sudėtinis. Daugelis rūšių auginama kaip dekoratyviniai augalai. Kai kurių rūšių šakniagumbiai valgomi. Jaunų augalų lapų galima dėti į sriubas arba salotas. Marinuoti acte lapai gali pakeisti kaparius. Lietuvoje kaip dekoratyvinis augalas daugiausia auginama didžioji (*Tropaeolum majus*) ir mažoji (*Tropaeolum minus*) nasturtės.

**NATIVES** (angl., skait. *neitifs*). Angliškos austrės.

**NATRIS** (*Natrium*, Na). Periodinės elementų sistemos I grupės cheminis elementas, šarminis metalas. Gamtoje – tik junginiuose. Svarbiausi mineralai – halitas NaCl, tenarditas  $\text{Na}_2\text{SO}_4$ . Chemiškai labai aktyvus. Pakaitintas iki virimo temperatūros, užsidega ir virsta peroksidu  $\text{Na}_2\text{O}_2$ . Veikiamas vandens virsta natrio hidroksidu (šarmu) NaOH. Su rūgštimis sudaro vandenyje tirpias druskas. Natrio yra visuose

organizmuose, daugiausia audinių skysčiuose. Jis svarbus medžiagų apykaitos reakcijoms, aktyvina kai kuriuos fermentus, padeda palaikyti osmosinį slėgį, rūgščių ir bazių pusiausvyrą, svarbus nerviniams impulsams perduoti. Žmogaus organizmui per parą reikia 1,5 g natrio. Jis gaunamas su druskomis (NaCl).

**NAVARA**. Ispaniškas raudonasis vynas, kilęs iš Navaros apylinkių. Gaminamas iš *Cabernet Sauvignon*, *Garnacha Tinta*, *Tempranillo* vynuogių. Pasižymi tamsiai raudona spalva, sodriu skoniu, miško uogų ir medžio kvapu, stiprokas. Tinka prie raudonos mėsos, keptos žuvis, sūrių. Jį itin vertina baskai.

**NAVARIN** (pranc., skait. *navaren*). Ragu (*ragout*) rūšis, gaminama iš riebaluose troškintos avienos arba kitos mėsos gabalų su pomidorų, mažų svogūnelių ir smulkiai supjaustytų bulvių priedu. Pateikamas prancūziškos kilmės, tačiau labai paplitęs ir tapęs tarptautiniu.

**NEAPOLIETIŠKA SRIUBA**. Sriuba-kremas, gaminama iš apkeptų miltų tyrelės, pridėjus tarkuoto kieto sūrio, praskiesta sultiniu ir, nukėlus nuo ugnies, paskaninta išplaktu grietinėleje kiaušinio baltymu. Pateikiama su specialiai paruoštais makaronais (siūlais).



**NĖGĖ** (*Petromyzoniformes*). Apskritaziomenių klasės būrio žuvis. Paplitusi vidutinio klimato juostų vandenyse – kaip jūriniai praeiviai



ir gėlavandeniai gyvūnai. Kūnas cilindro formos, 10–100 cm ilgio, masė – iki 3 kg (jūriniių), galvos šonuose – po 7 šonines angas. Lervos (vingiliai) gyvena upėse, įsirausiusios į dumblą. Lietuvoje upeliuose gyvena 3 rūšys: jūrinė, upinė ir mažoji. Nėgės kepamos ant žarijų, dedamos į medines statinaites ir paslegiamos. Iš jų gaminami delikatesiniai konservai. Geros nėgių ruošimo tradicijos Latvijoje, Estijoje, Vokietijoje. Kadangi daugelio nėgių oda išskiria nuodus, prieš gaminant būtina kruopščiai nuvalyti.

**NEGRU DE PURCARI.** Raudonasis markinis moldaviškas vinas. Gaminamas iš raudonųjų Purkario miesto rajone auginamų vynuogių sulčių kupažo šiomis proporcijomis: *Cabernet* – 50–60 proc., *Rara Negra* – 20–30 proc., *Saperavi* – 10–20 proc. Tai malonus rubino spalvos juodųjų serbentų prieskonio vinas. Alkoholio – 10–14 proc.

**NEMEA.** Raudonasis graikiškas vinas, kilęs iš Korinto. Dar vadinamas *Heraklio krauju*. Gaminamas iš *Agiorgitiko* vynuogių. Pasižymi purpuro spalva, vanilės aromatu, sausu, švelniu skoniu. Tinka prie kepsnių, žuvies, sūrio.

**NEKTARAS.** Mitologinis graikų dievų gėrimas. Perkeltine prasme – tai labai skanus, aromatingas, puikus ir trokštamas gėrimas. Iš kokių žaliavų jis gaminamas, net Antikos rašytojai ir poetai nenurodo. Esama įvairių nuomonių: vaisių sultys, medus su vynu ir vandeniu, granatų sultys, sumaišytos su medumi. Šiais laikais nektarais vadinamos pramoniniu būdu pagamintos vaisių,

uogų sultys arba jų mišiniai, praskiesti vandeniu, pasaldinti (pvz., persikų, slyvų nektaras).



**NEKTARINAS.** Abrikoso ir persiko hibrido vaisius. Plačiai vartojamas konservų kompotams gaminti, konditerijos gaminiams puošti. Valgomas ir žalias, tačiau greitai genda. Atvežamas iš Viduržemio jūros šalių: Italijos, Kipro, Graikijos, Tuniso. Minkštumas persiko skonio, odelė lygi kaip slyvos.

**NELSONO PADAŽAS.** Tamsus padažas, pagamintas iš iki gelsvumo pakepintų miltų tyrelės, praskiestos džiovintų grybų sultiniu ir rausvu sultiniu, pridėjus virtų smulkiai pjaustytų grybų (baravykų) ir vyno (maderos). Vinas kartais pakeičiamas grietine. Padažas patiekiamas su *Nelsono suktinukais*.

**NELSONO SUKTINUKAI.** Maži jautienos nugarinės gabaliukai, pamušti, pabarstyti miltais su druska ir trumpai patroškinti. Pateikiami specialiuose induose su atskirai išvirtomis (nemiltingomis) bulvėmis, užpilti Nelsono padažu. Namuose šis patiekalas patiekiamas kaistuve, kur buvo gaminamas iš jautienos gabaliukų, pakepintų su supjaustytais baravykais, pakepintais svogūnais, apvirtomis bulvių puselėmis, užpiltas

grietine su miltais ir grybų sultiniu. Patiekalo pavadinimas kilęs iš anglų admirolo Horacijaus Nelsono (Horatio Viscount Nelson, 1758–1805) pavardės. Admirolas ne tik savo pergalėmis išgarsino Angliją, bet ir sukūrė įsimintiną valgių receptų. Pvz., avienos kotletų, veršienos nugarinės pagal Nelsoną, taip pat daug mėsos priedų receptų.

**NEMUNAS.** Stipri Stakliškėse gaminama kadagio uogų, prieskonių ir mideaus trauktinė. Skonis – liepos žiedų, apynių, medaus su vyraujančiu kadagių uogų prieskoniu. Alkoholio – 60 proc. Tinka gerti su mėsos ir žuvies užkandžiais, taip pat su kava ar arbata.

**NESOČIOSIOS RŪGŠTYS,**  
žr. **RIEBALŲ RŪGŠTYS.**

**NEŠĀTELIS** (pranc. *neufchâtel*; pranc. *Neufchâtel* – vietovė Šiaurės rytų Prancūzijoje). Ten gaminamas minkštas, baltas prancūziškas karvių pieno sūris su balta valgoma pelėsių plutele.

**NEUWEIERER RIESLING.** Vokiškas baltasis vynas, kilęs iš Badeno miesto apylinkių. Vynuogių veislė – *Riesling*. Spalva – gelsvai žalia. Subtilaus vaisių aromato, pikantiško skonio vynas, tinkantis prie baltos mėsos, paukštienos, daržovių, ypač šparagų, patiekalų. Šis vynas gali būti laikomas vienu geriausių baltųjų Badeno vynu.

**NIC.** Sriuba, gaminama iš virinto su vanile pieno ir jame išvirtų kukulių iš plakto kiaušinio baltymo. Kukuliai atsargiai išimami iš pieno, sudedami į lėkštę, pienas pasaldomas, sumaišomas su išplaktu

kiaušinio tryniu ir užpilamas ant kukulių. Patiekama karšta arba šalta su ryžiais.

**NICOISE,** À la (pranc.). Garnyras prie paukštienos kepsnių iš mažų pomidorų, apkeptų, sveikų (nesupjaustytų), su česnako arba keptų šparaginių pupelių ir bulvių priedu.

**NIHONSIKI** (jap.). Ryžių virimo būdas, kai 5 dalys gerai nuplautų ryžių užpilama 6 dalimis vandens ir uždengtame puode verdama ant vidutinės ugnies. Vėliau ugnis sumažinama ir dar verdama 10 min. Tada indas atidengiamas, ryžiai uždengiami švaria servetėle ir leidžiama pašusti. Japonai, kaip ir kinai, ryžių nesūdo ir nevartoja prieskonių.



**NIKOLAŠKA.** Rusų baro gėrimas, geriamas vienu gurkšniu (*short drink*). Į taurę įpilama konjako, ant briaunos uždedamas citrinos skridinėlis, ant jo dar užbarstoma kavos pupelių miltelių ir smulkaus cukraus. Išgėrus tuojau pat užkandama šiuo citrinos griežinėliu su cukrumi ir kava.

**NIKOTINO RŪGŠTIS.** Vitaminas B<sub>3</sub>, C<sub>5</sub>H<sub>4</sub>NCOOH. Bespalviai kristalai,





tirpstantys vandenyje. Sintetinama augaluose, mikroorganizmuose (daugiausia žarnyno floros), daugelyje gyvūnų. Būtinai kai kurių fermentų kofermentas. Padeda normaliai funkcionuoti epidermiui, virškinamojo trakto epiteliui, nervų sistemai. Žmogaus organizme nikotino rūgšties norma – apie 20 mg. Jo stoka sukelia pelagrą. Daugiausia nikotino rūgšties yra kepenyse, inkstuose, mėsoje, mielėse, sėlenose, vaisiuose, daržovėse. Ja gydoma pelagra, skrandžio, žarnyno, kepenų ligos, kraujagyslių spazmai, aterosklerozė. Gaminama oksiduojant nikotiną.

**NIOLO.** Korsikietiškas, minkštas, lengvai pasūdytas sūris, primenantis brinžą. Gaminamas iš karvių ir ožkų pieno mišinio. Brandinamas 3 mėnesius..

**NISTRU.** Moldovos vyno distiliatas (brendis), gaminamas pagal sudėtingą technologiją iš vyno spirito, išlaikyto ažuolo statinėse 6 metus, ir cukraus sirupo. Jo spalva – aukso, buketas sudėtingas, su vanilės prieskoniu, skonis švelnus. Alkoholio – 43 proc., cukraus – 2–3 proc.

**NORMANDIJOS PADAŽAS** (pranc. *sauce à la Normande*). Baltojo vyno padažų rūšis, paskaninta pievagrybių sultiniu (nuoviromis), kiaušinio tryniu ir grietine su citrinos rūgštimi bei sviestu. Pateikiamas su kiaušininiais, žuvimi, krabais. Pvz., normandiškas ungurys, kardinoliški krabai.

**NORVEGŲ VALGIAI,**  
žr. **SKANDINAVIJOS ŠALIŲ VALGIAI.**



**NOTOTENIJA** (*Notothenia rossi marmorata*). Nototenių šeimos jūros žuvis. Veisiasi Georgijaus ir Kerguelenos salų rajone Indijos vandenyne, kur jų būna itin gausu. Žuvies ilgis – 50–58 cm, kūno masė – 1,5–2,5 kg. Mėsa švelni, sultinga, labai vertinga ir skani. Iš jos galima pagaminti daug patiekalų. Kepta nototeniya skoniui panaši į karpį (kepta mėsa rausvos spalvos). Labai skani virta su daržovėmis ir užpilta drebučiais.

**NUGA** (angl. *nougat*, skait. *nuga*). Migdolų, medaus arba kakavos ir plaktų kiaušinių gaminiai – saldumynai. Riešutų nuga gaminama su migdolais. Nuga vartojama kaip įdaras šokoladiniams saldainiams.

**NUOC MAM** (vietn.). Populiarus vietnamiečių žuvies padažas, gaminamas iš jūrų žuvų, užpiltų koncentruotu druskos tirpalu. Jame gausu mineralinių medžiagų (svarbiausia – fosforo junginių) ir vitaminų. Kvapas europiečiams nemalonus.

**NUODINGIEJI AUGALAI.** Nuodus gaminantys augalai. Tai dažniausiai aukštesnieji augalai ir kai kurie grybai. Jų gaminami nuodai – tai alkaloidai, glikozidai, saponinai, eteriniai aliejai, kai kurios organinės rūgštys, toksiniai albuminai. Jie sintetinasi kaip medžiagų apykaitos produktai ir kaupiasi visame augale (pvz., dėmėtiosios maudos,

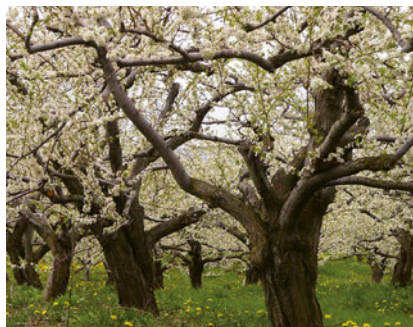
daugelis činčibero rūšių, vaistinės šunvyšnės) arba tik šaknyse (pvz., baltojo čemerio, nuodingosios nuokanos), sėklose (pvz., dirvinės raugės, juodosios drignės), žolėje (pvz., nuodingosios šunpetrės), uogose (pvz., vilkauogės, juodžolės, žalčialunkio). Grybų nuodai (pvz., amanitinas, muskarinas) kaupiasi daugiausia kepurėlėje (pvz., žalsvosios musmirės). Vienų nuodingųjų medžiagų nuodai nekinta augalui išdžiūvus, kitų – suyra, virsta nenuodingomis medžiagomis. Nuodingiausias augalų rūšys auga tropinio ir subtropinio klimato juostose. Įvairūs nuodingieji augalai organizmą veikia nevienodai. Pvz., drignės, durnaropės, nuokanos nuodai veikia centrinę nervų sistemą, pakalnutės, vilkuogės – širdį ir kraujagyslių sistemą, karpažolės – virškinamąjį traktą, baltažiedė plukė sukelia šlapimo pūslės uždegimą. Daugelis nuodingųjų augalų vartojami medicinoje, farmacijoje. Lietuvoje žinoma apie 100 nuodingųjų augalų rūšių, pasaulyje – apie 10 tūkst.

### **NUOSĖDINIAI** (*Cortinariaceae*).

Papėdgybių klasės agarikiečių eilės grybų šeima. Paplitę beveik visame pasaulyje. Lietuvoje apie 200 rūšių. Auga miškuose, parkuose, soduose, ypač rudenį. Vaisiakūniai taisyklingi. Lakšteliai gelsvi, rusvi arba tamsiai rudi. Daugelis turi voratinklio arba plėvelės pavidalo šydą. Dauguma nuosėdinių grybų yra valgomi (pvz., raukšlėtasis gudukas, daugiažiedis nuosėdis, variaspalvis nuosėdis, gleivėtasis nuosėdis), kai kurie nuodingi (pvz., Patujaro plaušabudė, nuodingasis nuosėdis).



**OBELIS** (*Malus*). Erškėtinių (*Rosaceae*) šeimos medžių ir krūmų gentis, paplitusi Šiaurės pusrutulio vidurio platumų klimato juostoje. Auga mišriuose ir lapuočių miškuose, upių slėniuose, šlaituose, kalnuose. Užauga iki 10 m aukščio. Lapai ištisiniai, žiedai dvilyčiai, balti, raudoni, rožiniai arba purpuriniai. Vaisius – obuolys. Medingas augalas. Europoje paplitusi miškinė, ankstyvoji, uoginė ir kt. rūšys. Kai kurios obelių rūšys auginamos kaip poskiepai. Paprastoji obelis (*Malus domestica*) kilusi iš laukinių jos rūšių. Išvesta daug obelių veislių.



**OBELYS.** Kultūriniai vaismedžiai ir vaiskrūmiai, kilę iš kai kurių obelių rūšių. Lietuvoje žinoma per 1 000 veislių. Vaismedžiai išgyvena iki 100 metų, 10–15 m aukščio (yra žemaūgių). Lapai kiaušiniški, žiedai rausvi (rečiau balti,



raudoni). Vaisiai – obuoliai, įvairių formų ir spalvų; maži, vidutiniai, dideli ir labai dideli. Minkštimas sniego baltumo, baltas, kreminis, labai įvairaus skonio ir konsistencijos. Obuoliai gali būti saldūs, saldžiarūgščiai, rūgštoki ir rūgštūs. Jie turi 80–88 proc. vandens, 5–15 proc. angliavandenių, 0,2–1,2 proc. rūgščių, vitamino C (1,5–46 mg proc.). Valgomi švieži, džiovinti, konservuoti, iš jų gaminamos sultys, marmeladas, džemas, vynas. Pagal obuolių sunokimo laiką obuolių veislės skirstomos į vasarines, rudenines ir žiemines.

**OBERON.** Raudonasis vokiškas vynas iš Badeno krašto, gaminamas iš *Spätburgunder* vynuogių. Pasižymi rubino spalva, vaisių ir uogų kvapu, švelniu juodųjų serbentų skoniu. Patiekiamas atšaldytas (12–15 °C) prie raudonos mėsos, ėrienos bei jautienos kepsnių, sūrio. Iš tų pačių vynuogių gaminamas ir rožinis „Oberon rosé“ vynas, tinkantis prie paukštienos, kiaušinių patiekalų.

**OBUOLIŲ RŪGŠTIS.** Monooksigintaro rūgštis,  $\text{HOOCCH}_2\text{CH}(\text{OH})\text{COOH}$ , dikarboninė oksirūgštis. Gamtoje esanti L(-) - obuolių rūgštis – adatiški tyžtantys kristalai, lydymosi temperatūra – 100 °C. Gerai tirpsta vandenyje. Jos yra obuoliuose, neprinokusiose šermukšnių uogose, vynuogėse. Naudojama konditerijos pramonėje.

**ODEVI** (pranc. *eau-de-vie* – gyvybės vanduo). Prancūzų terminologijoje taip vadinami visi stiprieji alkoholiniai gėrimai, kurie negali būti vadinami konjakais. Žr., pvz., **ARMANJAKAS**.

**OECHSLE.** Cukraus kiekio vynuogių sultyse nustatymo mastelis. 1° Oe atitinka 1 g skirtumą tarp 1 l sulčių (misos) masės ir 1 l (20° C) gryno vandens. Pavadintas pagal Christiano Ferdinando Oechsle (1774–1852), vokiečių išradėjo, pavarde.



**OYSTER** (angl., skait. *oiste*), žr. **AUSTRĖS**.

**OISTERIS** (angl. *oyster*). Vienu mauku geriamas (*short drink*) nestiprus baro gėrimas su prieskoniais. Aštrus, geriamas prieš vaisių pabaigą arba tarp patiekalų. Pvz., *džino oisteris*: gaminamas iš džino, kiaušinių trynių, pomidorų tyrės, vusterio padažo, citrinos sulčių, karčiųjų pipirų, paprikos, druskos ir muskato miltelių.

**OKROŠKA** (rus. *окрошка*). Rusų kulinarijoje populiari šalta sriuba, gaminama iš virtos mėsos, agurkų, svogūnų laiškų, kiaušinių, garstyčių, cukraus, druskos ir duonos gijos bei grietinės. Mėsa – jautiena, veršiena, virtas kumpis, aviena, laukinių žvėrių bei paukščių. Mėsa gali būti pakeičiama daržovėmis (morkomis, agurkais) ir bulvėmis.

**OKSALATAI** (gr. *oxalis* – *rūgštyinė*). Oksalo rūgšties druskos ir esteriai. Druskų bendroji formulė –  $\text{Me}_2\text{C}_2\text{O}_4$  arba

MeC<sub>2</sub>O<sub>4</sub>, Me – dažniausiai šarminis metalas arba kalcis. Dauguma oksalatų tirpsta vandenyje. Vienas oksalo rūgšties druskų susidarymo būdų yra karbonatų reakcija su oksalo rūgštimi. Oksalatų yra rūgštyne, kiškio kopūstuose. Sutrikus mineralinių medžiagų apykaitai, kalcio oksalatas pradeda kauptis žmogaus organizme (kepenyse, inkstuose, šlapimkanaliuose), susidaro akmenys.

**OKSALO RŪGŠTIS.** HOOC–COOH, dikarboninė rūgštis. Bespalviai kristalai. Skyla esant – 189,5 °C. Tirpsta vandenyje. Sudaro druskas – oksalatus. Organizmų audiniuose oksalo rūgštis gaminasi vykstant medžiagų apykaitai; kalcio oksalato pavidalu šalinama iš organizmo su šlapimu. Nuodinga.



**OLADJI** (rus. оладьи). Populiarus rusiškas patiekalas, putlūs paplotėliai, kepami iš tirštesnės nei blynų tešlos. Paprastai *oladji* būna natūralūs arba su obuoliais. Šiuo atveju į tešlą pridedama smulkiai supjaustytų obuolių. Tešla dedama šaukštu ant riebalais pateptos ir įkaitintos keptuvės ir kepama iš abiejų pusių. Pateikiama su sviestu, grietine, medumi arba uogiene. *Oladji* gali būti kepami ir iš tarkuotų

bulvių. Nuo lietuviškų bulvinių blynų jie skiriasi, nes į tarkuotų bulvių masę įdedama mielių ir leidžiama tešlai pakilti.

## OLANDŲ (OLANDIŠKAS) PADAŽAS

(pranc. *sauce hollandaise*, skait. *olandez*). Plaktas padažas, gaminamas iš kiaušinių trynių su vandens vonioje atšaldytais reduktoriais (baltojo vyno su prieskoniais viralas). Pridėjus sušildyto sviesto, išplakama kremos konsistencijos masė. Padažas paskaninamas koncentruotu mėsos sultiniu, pomidorų tyre, apelsinų žievelėmis.

Lietuviškas pavadinimas	Prancūziškas pavadinimas	Skonio stipriklis
Bearnaro padažas	Sauce béarnaise (skait. <i>bearnez</i> )	peletrūnas, petražolės, koncentruotas mėsos sultinys, kvapieji pipirai
Chorono padažas	Sauce Choron (skait. <i>šoron</i> )	pomidorų pasta
Lombardijos padažas	Sauce Lombarde (skait. <i>lombard</i> )	smulkinti pievagrybiai, petražolės
Maltos padažas	Sauce malthaise	apelsinų žievelės, apelsinų žiedų sultinys
Nonpareja padažas	Sauce nonparaille (skait. <i>nonparej</i> )	omarų gabaliukai, omarų sviestas
Plaktas padažas	Sauce mousseline (skait. <i>muslin</i> )	pasaldinta plakta grietinė
Citrinų padažas	Sauce au citron (skait. <i>o citron</i> )	citrinų sultys, smulkintos citrinų žievelės

Iš jo gaminama keletas padažų rūšių. Olandiški padažai dera su ant grotelių, ant iešmo arba kitaip kepta mėsa, paukštiena, taip pat su keptomis, virtomis žuvimis ar daržovėmis, kiaušiniais.



**OLANDŲ VALGIAI.** Jų gaminimo tradicijos, ypač valgyklose ir restoranuose, formavosi veikiamos prancūzų kulinarijos. Valgoma daug šviežios žuvies, mėsos ir pieno produktų: pieno, grietinės, sviesto, sūrio. Vartojama daug daržovių. Sūdyta žuvis patiekama su sviestu ir virtomis bulvėmis, kepta – su žaliomis salotomis. Mėgstamos austrės ir moliuskai. Bene populiariausias mėsos patiekalas – virta jautiena su daržovėmis ir bulvių koše (*Hutspot*).

Mėgstami kiaulienos kotletai, dešra. Valgoma daug sūrio, su juo gaminami mėsos, žuvies, daržovių patiekalai. Olandai geria pieną, kavą, kakavą, taip pat alkoholinius gėrimus: alų, degtinę (pvz., „Geneverio“), likerį (pvz., „Advokatą“).

### OLEINO RŪGŠTIS

$(\text{CH}_3(\text{CH}_2)_7\text{CH}=\text{CH}(\text{CH}_2)_7\text{COOH})$ .

Nesočioji organinė rūgštis. Bespalvis klampus skystis. Lydimosi temperatūra 13,4–16,3, virimo – 286 °C, tankis 891 kg/m<sup>3</sup>. Tirpsta etilo alkoholyje, eteryje, netirpsta vandenyje.

Redukuojama virsta stearino rūgštimi, oksiduojama sudaro pelargonio ir azelaino rūgštis. Gliceridų pavidalu jos esama aliejuose, riebaluose; išgaunama juos muilinant. Naudojama pleistrams gaminti, vilnoms prieš verpimą apdoroti.

**OLIENA.** Įdomus, stiprus raudonasis itališkas vynas, kilęs iš Sardinijos. Pasižymi maloniu aromatu ir kartoku skoniu.

**OLLA PODRIDA** (isp.). Aštriai paskanintas ispanų liaudies patiekalas, gaminamas

dideliame moliniame inde iš įvairių gyvulių ir paukščių mėsos, chorizos, su lęšiais bei daržovėmis. Mėsą ir daržoves patiekia lėkštėse, o sriubą – dubenyje. Ispanų kalboje *olla podrida* reiškia tą patį, ką prancūzų *pot-pourri*.

**OLOROSO.** Ispanų chereso vyno rūšis. Sunkesnis, stipresnis (18 proc.), saldesnis, jaunas, ne toks puikus kaip „Fino“, bet subrendęs pasižymi švelniu bukietu ir maloniu graikinio riešuto, karamelės, ąžuolo medienos skoniu, tamsia gintaro spalva. Natūralus yra sausas, bet dažniausiai parduodamas kaip desertinis. Dar žr. **CHERESAS**.

**OLTREPÒ PAVESE.** Lombardijoje, Pavijos apylinkėse, gaminamas itališkas vynas. Raudonasis, sausas arba saldus, atitinka DOC reikalavimus (italų vynų kontrolės sistema).



**OMARAI.** Dešimtkojų vėžiagyvių būrio *Homarus* ir *Nephrops* genčių jūriniai vėžiai. Paplitę abiejų pusrutulių arktinės, vidutinės, subtropinės ir tropinės juostų jūrose. Kūnas – iki 80 cm ilgio. Verslo objektas. Valgomi švieži, šaldyti ir konservuoti. Svarbiausios rūšys:

europinis (*Homarus gammarus*), kūno ilgis – iki 50 cm, masė – iki 11 kg; amerikinis (*Homarus americanus*), kūno ilgis – iki 60 cm, masė – iki 15 kg; norveginis (*Nephrops norvegicus*), kūno ilgis – iki 32 cm, masė – iki 7 kg. Žinomi patiekalai iš omarų: omarų kokteilis (į šampano taures įdedama virtų omarų, troškintų pomidorų ir užpilama kečupu, patiekiamas su citrinos skridinėliais ant taurės briaunos); nauburgiški omarai (virti omarai su maderos vynu ir grietine); kepti omarai (pusiau perpjauti omarai, iškepti sausai grylyje su velnio padažu).

**OMARŲ PADAŽAS.** Pilkujų padažų rūšis, paskaninta baltuoju vynu, omarų mėsa ir omarų sviestu. Patiekiamas su žuvimis, krabais ir kiaušiniiais.

**OMLETAS** (pranc. *omelette*). Patiekalas iš išplaktų su pienu arba grietine kiaušinių. Kepamas įkaitintoje ir riebalais (dažniausiai sviestu) pateptoje keptuvėje taip, kad apačia paruduotų, o paviršius liktų putlus. Prancūzijoje tai populiarus patiekalas, valgomas su įvairiomis virtomis daržovėmis (špinatais, žaliaisiais žirneliais, šparagais, morkomis), kumpiu, dešrelėmis, smegenėlėmis, grybais (gali būti kepamas kartu su virtais produktais). Padažas – dažniausiai kepimo sultys. Žinomi patiekalai: omletas su voveraitėmis (*aux chanterelles*, skait. *šangterjal*), omletas su prieskoninėmis žolėmis (*aux fines herbes*, skait. *finzerb*), omletas su paukščių kepenėlėmis (*à la turque*, skait. *turk*). Saldus omletas (pvz., biskvitinis) patiekiamas kaip desertas. Taip pat populiarūs: natūralus

omletas (*omelette nature*), omletas su uogiene (*omelette au confiture*), Stefanijos omletas (*omelette Stephanie*).

**OMLETAS BISKVITINIS.** Patiekalas, gaminamas iš nedideliame kiekyje pieno išmaišytų kiaušinių trynių, išplaktų iki putojimo kiaušinių baltymų ir miltų (4 kiaušiniai – 30 g miltų). Kepama pamažu riebalais išteptoje keptuvėje, pabaigoje keletui minučių įkišama į orkaitę. Biskvitinis omletas patiekiamas kaip saldus desertas – su džemu, marmeladu, šviežiomis cukruotomis uogomis.

**OMULIS** (*Coregonus autumnalis*). Lašišinių šeimos sykų genties žuvis. Praeivė. Omulis paplitęs Arkties vandenyno pakrantėse, Baikalo ežere ir Ochotsko jūros baseinuose. Skiriamos 2 rūšys: tikrasis omulis (*Coregonus autumnalis*) – iki 64 cm ilgio, masė – iki 3 kg ir Baikalo omulis (*Coregonus autumnalis migratorius*) – iki 45 cm ilgio, masė – iki 1,5 kg. Verslo objektas. Tam tikru būdu pagamintas Baikalo omulis yra delikatesas.

**ONDATRA** (*Ondatra zibethica*). Grauzikų būrio žinduolis. Paplitusi Šiaurės Amerikoje ir Eurazijoje. Kūno ilgis – iki 35 cm, uodegos – iki 28 cm, masė – iki 1,5 kg. Gyvena vandens augalų prižėlusiu vandens baseinų pakrantėse. Verslo objektas. Mėsa valgoma, kailis vertingas. Į Lietuvą atvežta iš Archangelsko 1954 ir 1956 m. Daugiausia jų yra Pietryčių Lietuvoje (Trakų, Zarasų, Anykščių, Kupiškio rajonuose). Lietuvoje mėsa vartojama retai.



**OPTIMA.** Baltasis vokiškas vinas iš Pfalco, Reino–Heseno krašto, gaminamas iš *Optima* veislės vynuogių (išvesta sukryžminus *Silvaner*, *Riesling* bei *Müller Thurgau* vynuoges). Tai gelsvai žalsvos spalvos, vaisių aromato, subtilaus vaisių skonio vinas. Atšaldytas iki 8–10 °C dera su baltos mėsos, paukštienos, daržovių, šparagų patiekalais.

### ORDINARINIAI VYNAI, žr. VYNAI.



### OREGANO, žr. RAUDONĖLIS.

### ORIGINALUSIS ROMAS, žr. ROMAS.

**ORLY,** À la (pranc.). Žuvies paruošimo būdas, kai ji kepama aptepta tiršta tešla. Taip iškepta žuvis paprastai valgoma su pomidorų padažu.

**ORVIETO** (it.). Baltasis aukso, gelsvai balsvos spalvos išlaikytas italų vinas, gaminamas iš *Toscano*, *Trebbiano* ir kt. vynuogių, augančių Orvieto miesto apylinkėse. Malonaus, lengvo harmoningo skonio, stiprokas. „Orvieto Classico“ yra vienas populiariausių ir geriausių baltųjų vynų Italijoje. Tinka prie žuvies, jūros produktų, picos, ryžių, makaronų patiekalų, sūrio.

**OSBORNE.** Žinomiausia to paties pavadinimo ispanišką vyno distiliatą (brendį) gaminanti firma. Tačiau yra gerų

ir *Osborne* gamybos vynų, pvz., cherasas, ypač „Amuotillado“, „Coquineró“, „Fino Quinta“, „Iors“, „Oloroso“.

**OŠAKANAS.** Maderos tipo markinis armėniškas vinas, brandintas 4 metus ažuolinėse statinėse aukštoje temperatūroje. Tamsus, arbatos spalvos, harmoningas, skoniu šiek tiek panašus į šviežių ruginę duoną. Alkoholio – 19,5 proc., cukraus – 10 proc.

**OTAS** (*Scophthalmus maximus*). Didysis otas. Plekšniažuvių (Pleuronectiformes) būrio žuvis. Otas paplitęs Europos pakrantėse nuo Šiaurės iki Viduržemio jūros. Pasitaiko ir Baltijos jūroje. Kūno ilgis iki 1 m, masė – iki 25 kg. Akys kairėje pusėje. Gyvena negiliose vietose ant dugno. Svarbus verslo objektas.

**OTHELLO.** 1) Garnyras prie *tournedos* kepsnio, kurį 1887 m. pateikė Milano „La Scala“ teatro kulinaras per Dž. Verdžio operos „Otelas“ premjerą; 2) valgomųjų ledų garnyras, pvz., *Othello ledai*: riešutinis ledų apvalkalas, įdarytas persikų ledais; 3) geras Kipro raudonasis vinas – sausas, stiprus, malonaus skonio, vyną tiekia viena stambiausių Kipro firmų KEO.

**OXTAIL SOUP** (angl.). Angliška sriuba, populiarė ir kitose šalyse. Gaminama iš kremzlinės karvių uodegų dalies su daržovių (morkų, salierų, petražolių, svogūnų) priedu ir prieskoniais (pipirais, čobreliais). Uodegų sriuba gali būti gryna (*clear*) arba paskaninta miltų tyrele. Nuo kaulų nuimta mėsa ir daržovės supjaustomos, sudedamos į sriubos

dubenį ir užpilamos sriuba. Ši sriuba yra labai populiarī ir Vokietijoje (*Ochsenchwanzsuppe*), paskaninta čiobreliais, česnaku ir Madeiros vynu.

**OŽIAI** (*Capra*). Dykaraginių šeimos porakanopių žinduolių gentis. Paplitę Pietų Europoje, Azijoje, Afrikoje. Masė – iki 100 kg. Patinai stambesni už pateles, su dideliais lenktais ragais, barzdoti. Gyvena bandomis aukštuose kalnuose iki amžinojo sniego ribos. Bezoarinis ožys paplitęs Kaukaze, Mažojoje Azijoje, Irane, kaukazinis – Kaukazo kalnų vakaruose, dagestaninis – Kaukazo kalnų vidurio ir rytų dalyje, sibirinis – Sibire, Mongolijoje. Medžioklės objektas. Medžiojamas dėl mėsos ir ragų.



**OŽIAŽOLĖ** (*Pimpinella*). Anyžius. Salierinių šeimos augalų gentis. Paplitusi Eurazijoje, Afrikoje, Amerikoje. Daugiametės, retai dvimetės ir vienmetės žolės. Lapai plunksniški, žiedai smulkūs, balti arba rausvi, susitelkę skėčiais. Vaisius – skeltvaisis. Kai kurios rūšys, pvz., mažoji (*Pimpinella saxifraga*), yra prieskoniniai augalai. Anyžinė ožiažolė (*Pimpinella anisum*) turtinga eterinio aliejaus, svarbaus maistui ir vaistams. Švieži anyžinės ožiažolės lapai vartojami

salotoms ir garnyrams. Vaisių, kaip prieskonio, dedama į įvairius padažus, girą, pyragą, konditerijos gaminius. Eterinis aliejus anetolas naudojamas likerių ir degtinės pramonėje. Lietuvoje savaime auga mažoji ir didžioji ožiažolė, anyžinė auginama. Ožiažolė, kaip prieskonis, populiarī Viduržemio jūros, ypač Balkanų, šalyse. Lietuvoje mažai vartojama.

### **OŽIAŽOLĖ ANYŽINĖ**, žr. **ANYŽIUS**.

**OŽKA** (*Pelecus cultratus* L.). Karpinių šeimos žuvis. Paplitusi Baltijos, Juodosios, Azovo, Kaspijos ir Aralo jūrų baseinuose. Kūnas 30–40 cm ilgio, masė – 500–750 g, nors pasitaiko ožkų, kurios sveria iki 1 kg. Gyvena apysūriuose ir geluose vandenyse. Nugara pilkai žalia, šonai sidabriški. Ožkos labai suplotais šonais labiau panašios į silkes negu karpinių šeimos žuvis. Žiotys užriestos ir viršų. Lietuvoje ožkų yra Kuršių mariose, Nemuno žemupyje, Krokų lankose. Nors ožkų mėsa labai ašakota ir nelabai skani, jos turi nemažą verslinę reikšmę.

**OŽKOS** (*Capra hircus*). Dykaraginių šeimos naminiai gyvuliai. Kilusios iš laukinės ožkos ir laukio ožio. Prijaukintos Azijoje, Šiaurės Afrikoje ir Europoje. Gerai prisitaiko prie aplinkos, nereiklios ganykloms. Ožio masė 60–65 kg, ožkos – 40–60 kg. Auginamos pieninės ir vilninės. Pieninių veislės ožkos per metus duoda 450–550 kg (kartais iki 3 000 kg) 3,8–4,5 proc. riebumo pieno. Iš pieno gaminami delikatesiniai sūriai, pvz., prancūziški *persillé*. Vertinama ožkų, ypač jaunų, mėsa.



**PADAŽAS**, dažinys, mirkalkas. Šaltųjų ir karštųjų patiekalų priedas, pagerinantis jų skonį, aromata, dažnai ir maistingumą. Padažai tiekiami atsižvelgiant į patiekalų spalvą, skonį ir maistingumą. Pvz., prie tamsios spalvos keptų arba troškintų mėsos patiekalų tiekiami tamsūs raudonieji padažai, o prie virtų ir šutintų mėsos patiekalų – baltieji, prie mažai kaloringų patiekalų – riebus sviesto su kiaušiniai. Mėsos padažai vartojami su mėsos patiekalais, žuvies padažai – su žuvų valgiais, saldūs – su saldziais, šalti – su šaltaisiais patiekalais. Padažai gaminami pramoniniu būdu, taip pat valgyklose, restoranuose, namuose. Jų galima nusipirkti parduotuvėse. Tai patogu, ypač perkant padažų pagrindus. Padažai skirstomi į dvi pagrindines grupes. Karštieji padažai: mėsos (raudonieji, baltieji, pomidorų), žuvies (baltieji ir pomidorų), pieno, grietinės, grybų, sviesto ir sviesto su kiaušiniai, saldieji. Šalti padažai: majonezai, sviesto mišiniai, marinatai, šaltieji daržovių padažai, užpilai su aliejumi, drebučiai, grietinės mišiniai. Lietuvoje labai populiarūs spurgučių bei sviesto ir grietinės padažai. Padažai paprastai sutirštinami miltais, pakepintais su riebalais arba krakmolu, gali būti visai be tirštiklių, praskiedžiami sultiniu, grietine, grietinėle, vynu (ypač padažai, skirti žvėrienos patiekalams). Padažai prie žvėrių ir laukinių paukščių patiekalų: Kamberlendo padažas (pranc. *sauce Cumberland*, skait. *kamberlend*) – raudonojo vyno padažas su juodųjų serbentų drebučiais bei citrinų ir apelsinų žievelių juostelėmis; Dianos padažas (pranc. *sauce Diane*, skait. *dian*) – pipirų

padažas su grietine, citrina ir sviestu; medžiotojų padažas (pranc. *sauce chasseur*, skait. *šasior*) – pilkojo padažo pagrindas, paskanintas svogūnais, pomidorais, grybais ir kaptopais petražolių lapeliais; pipirų padažas (pranc. *sauce poivrade*, skait. *puavrad*) – pilkojo padažo pagrindas su pakepintomis daržovėmis, čiobreliais, lauro lapais ir pipirais; kadagių uogų padažas (pranc. *sauce genièvre*, skait. *ženjevr*) – su kadagių uogomis, lašiniai, svogūnais, morkomis; grietinės padažas (pranc. *sauce grand veneur*, skait. *gran venior*) – pipirų padažas su juodųjų serbentų drebučiais ir grietine. Dar žr. **CUMBERLANDO, BEARNARO, BEŠAMELIO, BURGUNDIJOS, OLANDŲ, SVIESTO ir GRIETINĖS PADAŽAS, ŠALTŲJŲ PADAŽŲ PAGRINDAI.**



**PAELLA** (isp. skait. *paelja*). Populiarus ispanų patiekalas, gaminamas iš ryžių su viščiuko gabaliukais, pikantiška česnakine dešra, krevetėmis, šviežia paprika, pomidorais, žaliaisiais žirneliais. Kiekvienas Ispanijos regionas turi savus priedus.

**PALACSINTA** (vengr. skait. *palačinta*). Vengriški lietiniai su įvairiais įdarais (kopūstais, mėsa) arba saldus patiekalas

su varške, džemu ar riešutais (lietiniai *à la gundel*). Populiarūs ir italų kulinarijoje, kuri šį patiekalą „pasisavino“ iš vengrų, taip pat Austrijoje (*palatschinken*).

**PALANGA.** Originali lietuviška trauktinė, gaminama iš šermukšnių ir bruknių uogų natūralių sulčių, konjako (brendžio) ir portveino. Šis malonaus kvapo gėrimas yra rusvai raudonos spalvos, švelniai rūgštoko skonio su specifiniu šermukšnių prieskoniu. Stiprumas – 40 proc.

**PALINKA.** Išlaikyta vengriška degtinė, pagaminta iš raugo su vaisiais distiliato ir subrandinta ažuolo statinėse. Geriama su mineraliniu (nesūriu) vandeniu ir ledu. Nors ji ir neprilygsta geram romui (pvz., „Captain Morgan“), kai kur patiekiami kaip aperityvas arba prie arbatos. Labiausiai žinoma *Barack pālinka* – abrikosų degtinė, gaminama Kečkemete (Vengrija).

**PALTUSAI.** Plekšnių šeimos *Hippoglossus*, *Reinhardtius* ir *Atheresthes* genčių žuvis. Paplitę Atlanto ir Ramiojo vandenyno šiaurėje. Kūnas pailgesnis negu kitų plekšnių. Gyvena ant dugno. Didelės žuvis: paprastasis paltusas (*Hippoglossus hippoglossus*) užauga iki 5 m ilgio ir 300 kg svorio, juodasis (*Reinhardtius hippoglossus*) – iki 1,2 m ilgio, 45 kg svorio. Žvejojami dėl skanios mėsos.

**PAMID.** Raudonasis bulgariškas lengvas, kasdienis vynas. Vidutinės kokybės, pasižymi intensyvia spalva. Paprastai gaminamas Centrinėje Bulgarijoje iš „Mavrudo“ ir „Gamzos“ vynu gamybos atliekų.

**PAMPELMUSE, POMELO** (*Citrus maxima*). Laukinių apelsinų rūšis, pas mus mažai žinoma. Kartais klaidingai taip vadinami greipfrutai.

**PANADA** (pranc.). 1) Sriubų rūšis iš sužiedėjusios duonos, užpiltos karštu kaulų sultiniu su česnaku, druska ir pipirais; 2) puri masė, gaminama iš sužiedėjusios bandelės, plikytos tešlos, ryžių, tarkuotų žalių bulvių. Vartojama kaip įdaras arba pulpetams gaminti.



**PANKOLIS PAPERASTASIS** (*Foeniculum vulgare* Mill.). Salierinių šeimos dvimetis arba daugiametis augalas, paplitęs Viduržemio jūros šalyse, kur auga kaip laukinis. Augale esantys eteriniai aliejai pagerina raugintų agurkų ir kopūstų, taip pat brokolių skonį. Šis augalas auginamas kaip daržovė, populiarus Italijoje (*finocchio*) ir Prancūzijoje (*fenouil*). Paprastasis pankolis turi gydomųjų savybių. Eterinis aliejus vartojamas konditerijos, parfumerijos pramonėje. Pankoliu galima aromatizuoti arbatą, vyną, likerį, konditerijos ir parfumerijos gaminius. Jo sėklose yra riebalų, cukraus, baltymų ir nuo 4 iki 8,5 proc. eterinio aliejaus (svarbiausia jo dalis (40–60 proc.) anetolis). Lietuvoje auginamas retai.



**PANTOTENO RŪGŠTIS.**  $C_9H_{17}O_5N$ ,  $B_5$  grupės vitaminas. Susideda iš pantoino rūgšties amido. Esama visuose organizmuose, rūgštis svarbi baltymų, angliavandenių, riebalų apykaitai. Dėl pantoteno rūgšties stokos prasideda dermatitas, slenka plaukai, sutrinka kai kurių organų funkcijos. Žmogaus organizmui per parą reikia 5–10 mg šios rūgšties. Daugiausia pantoteno rūgšties yra mielėse, kiaušiniuose, galvijų kepenyse, žemės riešutų sėklose.



216

**PAPAJA** (*Carica papaya*). Tropinis medis, panašus į palmę. Stambūs vaisiai padengti kieta geltona žieve. Tai populiariausi (po bananų) vaisiai tropikų šalyse.

**PAPILLOTE** (pranc. *papillot*). 1) Popierinė mova, uždedama ant kotletų kaulų arba viščiukų kojelių, kai jie patiekiami nesupjaustyti arba padalyti stambiais gabalais; 2) popieriaus arba aliuminio folijos lakštas, į kurį suvyniojamas produktas prieš jį kepat.

**PAPRASTOJI ŽYVRĖ**, žr. **TETERVINAS BALTASIS**.

**PAPRIKA** (*Capsicum annuum* L.), ankštinis pipiras, ankštipipiris. Bulvinių šeimos vienmetis žolinis iki 60 cm aukščio augalas šakotu stiebu, smailėjančiais

lapais ir stambiais baltais žiedais. Vaisius – odiška, nesultinga, daugiaseklė 5–12 cm ilgio ir 7 cm pločio uoga. Paprikos veislės skiriasi forma, dydžiu ir vaisių spalva (ryškiai raudoni, oranžiniai, balti, rudi, juodai violetiniai). Yra 2 pagrindinės paprikų rūšys – aitriosios ir saldžiosios. Paprika kilusi iš Gvatemalos ir Meksikos. Į Europą atvežta Kolumbo labai greitai paplito jos pietinėje dalyje. Saldžiosios paprikos veislės vartojamos kaip daržovė, o aitriosios – kaip prieskonis. Jų vaisiai turi deginančio skonio ir dirginančių alkaloido kapsicino, eterinio aliejaus, riebiojo aliejaus, karotinoidų ir daug vitamino C. Saldžiosiose paprikose daugiau cukraus, mažiau kapsicino. Paprikos valgomos virtos, keptos, raugintos, marinuotos ir konservuotos. Labai populiarī daržovėmis įdaryta paprika. Aitrioji paprika dažnai vartojama daržovėms rauginti, padažams, marinatams. Raudonoji malta paprika suteikia maistui aštrų skonį. Paprika vartojama ir likerių bei degtinės pramonėje. Populiariai paprika dar vadinama „lečio“ – daržovių valgis su morkomis ir pomidorais.



**PAPRIKA ĮDARYTA.** Populiarus patiekalas Bulgarijoje, Vengrijoje, Moldovoje,

Ukrainoje, Lenkijoje. Švieži saldžiosios paprikos vaisiai, pašalinus sėklas, įdaromi įvairiais pusiau virtų daržovių mišiniais (morkomis, šparagais, žiediniais kopūstais, pupelėmis, porais) arba mėsos faršu, sumaišytu su ryžiais, pakepintais svogūnais, kiaušiniai ir prieskoniais. Taip paruoštos paprikos sudedamos į kaistuvą, užpilamos pomidorų padažu arba tyre ir ištroškinamos. Valgoma su virtomis bulvėmis arba bulvių koše. Plačiai žinoma įdaryta konservuota vengriška ir bulgariška paprika.

**PAPST.** Baro gėrimas – boulis iš *Tokajaus* vyno su prieskoniais (apelsinų žievelės, cinamonas, gvazdikėliai).



**PARFAIT** (pranc., skait. *parfé*).

1) Atšaldytas desertinis patiekalas, gaminamas iš grietinės, želatinos, apcukrintų arba išimtų iš uogienių vaisių ir cukraus; 2) lengvai atšaldyti įvairaus skonio valgomieji ledai.

**PARFAIT-AMOUR** (pranc.). Prancūziškas likeris, gaminamas iš citrusinių vaisių su cinamonu ir kitokiais prieskoniais.

**PARMENTIER** Antoine-Augustin (1737–1813), prancūzų farmacininkas.

Nusipelnė šalies kulinarijai pasiūlęs patiekalų su bulvėmis receptų, taip pat naujovių Prancūzijos cukraus pramonei.

**PARMEZANAS** (it. *parmigiano* – iš Parmos; it. *Parma* – vietovė Šiaurės Italijoje).

Kietas, fermentinis, gelsvos spalvos brandintas sūris, gaminamas iš karvių pieno. Pradėtas gaminti Italijoje, Parmos miesto apylinkėse.

Tarkuotas naudojamas įvairiems patiekalams iš tešlos, sriuboms, padažams (pvz., *sauce Mornay*) paskaninti, taip pat juo pabarstoma apkepant patiekalus.

Šis sūris brandinamas 2–3 metus specialiose saugyklose. Jis ilgai negenda, nes turi mažai vandens (27–32 proc.).

Tai labai plačiai žinomas sūris. Italai apie jo populiarumą šmaikštauja: Parmą išgarsino ne Stendalio romanas *Parmos vienuolynas*, bet Parmos sūris.

**PAROS.** Raudonasis graikiškas vynas, kilęs iš Paro salos, gaminamas iš *Mandilaria*, *Monevassia* veislės vynuogių. Tamsiai raudonos spalvos, prieskonių aromato, pikantiško skonio, su rauginių medžiagų prieskoniu vynas labai tinka prie raudonos mėsos, jautienos kepsnio, žvėrienos, sūrio. Pateikiamas atvėsintas (12–15 °C).

**PARŠELIS.** Kiaulytė arba kuiliukas iki 3–4 mėn. amžiaus. Žindomi vadinami žindukliais. Tik gimusio paršelio masė 1,2–1,3 kg. Gerai šeriamo ir laikomo 1 mėn. paršelio masė – 8–10 kg. Mėsa kulinarijoje laikoma delikatesu. Dažniausiai paršelis iki 3 mėn. amžiaus yra kepamas visas, įdarytas arba be įdaro. Itin skani mažo šerniuko mėsa.

## PARŠELIS KEPTAS, žr. KEPTAS PARŠELIS.

**PASCHA** (rus. *nacxa*). Žinomas rusų desertinis patiekalas, gaminamas iš riebios varškės, sumaišytos su lydytu, atšaldytu sviestu, kiaušinio tryniu, cukraus pudra, razinomis, kapotais migdolais ir tarkuotomis citrinos žievelėmis. Gerai išmaišyta masė keletą valandų palaikoma šaltai ir iš jos formuojamas patiekalas, valgomas per Velykas. Iš čia kilęs ir jo pavadinimas.

**PASTERAS** Luji (Pasteur Louis, 1822–1895). Prancūzų chemikas ir mikrobiologas. Nustatė, kad baltymų, kitų organizmų rūgimą sukelia mikroorganizmai, kurie naudoja per rūgimą atsipalaidavusią energiją. Sukūrė pasterizavimo, profilaktinės vakcinacijos, alaus, vyno darymo, maisto produktų perdirbimo ir laikymo biochemijos pagrindus.

**PASTERIZAVIMAS.** Maisto produktų konservavimas kaitinant iki 63–95 °C temperatūros. Temperatūra nustatoma pagal produkto rūšį. Pasterizavimas gali būti ilgas (30 min. 63 °C), trumpas (0,5–1 min. 70–85 °C) ir momentinis (be išlaikymo 85–95 °C temperatūroje). Pasterizuotame produkte sunaikinamos tik vegetatyvinės mikroorganizmų (pvz., mielių) ląstelės, produkto cheminė sudėtis pakinta nežymiai. Pasterizuojant pieną pakinta kai kurie baltymai, gali pakisti druskų pusiausvyrą. Kartais pasterizuojama 3–4 kartus kas 24 val. Pasterizuojami daugiausia tie maisto produktai, kurie, kaitinami aukštesnėje temperatūroje (pvz., verdant),

smarkiai pasikeičia, pvz., pienas, vynas, alus, vaisių konservai, sultys, marinuoti vaisių ir daržovių produktai.



**PASTARNOKAS** (*Pastinaca sativa* L.). Salierinių šeimos dvimetis augalas. Lapai plunksniški, žiedai susitelkę skėčiais, vaisiai apvalūs, elipsiški, gelsvai rudi. Pastarnokas buvo žinomas Europoje jau VIII a. Kai kuriuose kraštuose, pvz., Lenkijoje, Jogailaičių valdymo metais jis buvo vartojamas kaip šiais laikais bulvė. Skoniu panašus į petražolę ar salierą. Jame yra eterinių aliejų, daug vitamino C, vitaminų B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, baltymų. Pastarnoko šaknys naudojamos namų kulinarijoje ir konservų pramonėje kaip prieskonis sriuboms, mėsai, daržovių konservams. Be to, ši daržovė yra vertinama ir kaip liaudiška apetito žadinimo ir virškinimo gerinimo priemonė. Derlių reikia rinkti atsargiai, nes kai kuriems žmonėms pastarnokas gali sukelti alergiją.

**PASTIS** (pranc.). 1. Prancūzų anyžinė degtinė, geriama praskiesta vandeniu, su ledu. Geriausios prancūzų *pastis* degtinės „Pernod“ ir „Ricard“. Analogiškos anyžių degtinės: Graikijoje – *uzai* (*ouzo*), Turkijoje – *rakija* (*raki*),

Bulgarijoje – *mastika*. Alkoholio – 40–50 proc. Populiari ir Šiaurės Afrikos šalyse, pvz., Tunise. 2. Mielinės tešlos rūšis, paskaninta apelsinų sultimis ir brendžiu. Tai prancūzų miesto Berno, esančio Ispanijos pasienyje, apylinkių nacionalinis produktas. Dar žr. **ANYŽINĖ**.



**PAŠTETAI.** Smulkiai sumaltos mėsos arba subproduktų patiekalai. Pagrindinės rūšys: 1) paštetai tešloje:

a) mėsos, laukinių žvėrių ar paukščių mėsos atliekų arba žuvų faršas, susuktas į tešlą (mielinę, pusiau trapią, sluoksniuotą), kepamas krosnyje arba orkaitėje, paskui supjaustomas;

b) paštetai porcijomis, gaminami iš sluoksniuotos, plikytos arba mielinės tešlos, įdaryti labai susmulkintu faršu, tada iškepti;

c) daugiaporcijiniai paštetai, gaminami iš iškeptos sluoksniuotos tešlos lapų, įdaromi iš anksto paruoštu faršu, patiekiami karšti.

2) paštetai, gaminami iš keptos arba virtos smulkiai sumaltos mėsos (žvėrių, laukinių paukščių, jų kepenų ir kitų subproduktų), pridėjus išmirkytos ir nuspaustos bandelės, kiaušinių, prieskonių. Gaminami specialiose formose, kaitinami vandens vonelėse, kad neprisiviltų.

Paštetai gali būti vienspalviai (pvz., kepenų) ir dryžuoti (pvz., kumpio); puodelio formos (*terrine*), įdaryti (*timbale*), dubenėlio formos (*pie*, skait. *pai*), rusiški (*pirog*), vyniotiniai (*galantine*). Paštetai dar gaminami iš vaisių (pvz., persikų) ar žuvų.

**PASUKOS.** Skystis, išsiskiriantis iš grietinės mušant sviestą. Turi apie 4,5 proc. laktozės, 3,3 proc. baltymų ir vitaminų, ypač B grupės. Yra rūgštoko, į riešutus panašaus skonio. Iš jų galima gaminti varškę, kokteilius ir kt. gėrimus, šaltas sriubas. Kartais pasukų įpilama kepatų pyragus ir blynus.

**PAUKŠČIAI** (*Aves*). Šiltakruviai, dvikojai gyvūnai, kurių kūnas apaugęs plunksnomis, o priekinės galūnės virtusios sparnais. Iš daugelio paukščių rūšių (apie 8 600) nemaža dalis naudingi žmogui – teikia mėsą ir kiaušinius. Paukščiai skirstomi į laukinius ir naminius.

Laukiniai (fazanai, laukinės antys, laukinės žąsys, teterviniai, kurtiniai, jerubės, slankos, kurapkos, putpelės, perkūno oželiai, laukiniai karveliai) yra medžioklės objektas, tačiau mūsų šalyje nėra labai svarbūs žmonių mitybai. Naminiai paukščiai (vištos, antys, žąsys, kalakutai) labai papildo mūsų racioną. Paukščių mėsoje yra nemažai visaverčių baltymų, pvz., vištienoje – 19 proc., kalakutienoje – 23 proc. Paukštienoje būna nuo 4,5 proc. iki 26 proc. riebalų, jie lydosi žemoje temperatūroje, todėl gerai pasisavinami organizmo. Laukinių paukščių mėsoje daug baltymų, ekstraktinių medžiagų, mažai riebalų.

**PAUKŠČIŲ FORMAVIMAS.** Nuvalytų paukščių paruošimas terminiam apdorojimui, siekiant, kad jie išlaikytų savo pavidalą, kad vienodžiau išvirtų ar iškeptų. Paukščiai formuojami įvairiais būdais: *kišenėle*, vienu siūlu, dviem siūlais ir kt. Formuojant *kišenėle*, daromi pjūviai pilvelio srityje, į juos sukišamos kojelės, kaklo oda atlenkiama ant nugaros ir į nugaros pusę atlenktais sparnais pritvirtinama. Taip suformuoti paukščiai verdami arba kepami. Vienu siūlu virėjo adata duriama per sparnelio sulenkimą, per kaklo odą, ji pritvirtinama prie nugaros. Paskui per antrąjį sparnelį palei paukščio šoną ir perverinama per tą pačią pusę, nuo kurios buvo pradėta. Dviem siūlais formuojami kepti skirti stambūs paukščiai. Formuojama ir paprastai: pritvirtinant prie kūnelio labiausiai atsikišusias skerdenos dalis (sparnelius, kaklą, kojeles) siūlais arba specialiomis metalinėmis adatomis.

**PAUKŠČIŲ LIZDŲ SRIUBA.** Indiška sriuba iš kiniškų kregždžių (salangų) lizdų. Dar žr. **SALANGOS**.

**PAVOLIOJIMAS** (vok. *panieren* – pavolioti). Kepti paruoštų produktų (mėsos, žuvies gabalų) apvoliojimas miltuose, džiovėsių trupiniuose, tešloje, išplaktuose kiaušiniuose. Gali būti taikomas sudėtinis procesas. Pvz., produktas pirmiausia apvoliojamas tarkuoto fermentinio sūrio ir išplakto kiaušinio masėje, paskui – džiovėsių trupiniuose. Apvolioti produktai apkepinami įkaitintuose riebaluose. Toliau juos kepančiam, susidariusi plutelė sulaiko produkto sultis. Dėl to kepsnys tampa sultingesnis.

Kartais produktas panardinamas į tirštoką tešlą, kurią užminkant vartojamas alus arba mineralinis vanduo.

**PĖCHE MELBA** (pranc.). Žinomas desertinis patiekalas, pirmą kartą pagamintas XIX a. pabaigoje *Savoy* viešbutyje Londone garsiosios dainininkės Nelės Melby garbei. Jį pagamino žinomas kulinaras Augustas Eskofyras (Auguste Escoffier, 1847–1935). Nuluptos persikų puselės išverdamos sirupe su vanilės priedu. Atšaldyti persikai sudedami į sidabrinės ar stiklinės taures sluoksniais su grietinės bei vanilės valgomaisiais ledais ir pasluoksniai užpilama aviečių drebučiais. Originalus patiekalas neužpilamas plakta grietinėle.

**PEKINO ANTYS.** Mėsinių ančių veislė, išvesta Kinijoje. Liemuo ilgas, šiek tiek palinkęs į priekį. Plunksnos baltos, su gelsvu atspalviu. Gaigalo masė apie 4 kg, anties – 3,5 kg. Auginamos daugelyje šalių. Itin skanios keptos Pekino antys, kurios pasaulyje žinomos kaip *keptos kinų antys*.

**PEKORINAS** (it. *pecorino* – avių; *pecora* – avis). Brandintas itališkas fermentinis kietas sūris, gaminamas iš avių pieno, pasižymi pikantišku skoniu. Baltos arba gelsvos spalvos. Labiausiai žinomas *Pecorino romano*. Kulinarijoje gali pakeisti parmezaną.

**PEKTINAI** (gr. *pēktos* – sukresėjęs). Pektininės medžiagos, didelės molekulių masės polisacharidai. Sintetiniai aukštesniuose augaluose, kai kuriuose dumbliuose. Pektinai didina ląstelių

sienelių patvarumą, prisijungia daug vandens, brinksta, rūgščių ir cukrų tirpale virsta geliu. Vartojami maisto pramonėje, konditerijoje, farmacijoje. Svarbią vietą užima džemų ir marmeladų gamyboje.

**PEKTINAS.** Augalų želatinuojanti medžiaga, kurios turtingi obuoliai. Su pektinu pagaminta želė gali būti šalta ir pašildyta, be to, nepelija. Vartojamas kepiniams, marmeladams gaminti, kaip stingdomoji medžiaga.

**PELEDĖ** (*Coregonus peled*). Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos sykų genties žuvis. Paplitusi Arkties vandenyno baseino upėse ir ežeruose. Kūno ilgis – iki 50 cm, masė – 0,5–2 kg. Lietuvoje veisiama žuvivaisos įmonėse, auginama tvenkiniuose ir kai kuriuose ežeruose. Tai skani žuvis, verslo objektas.



**PELĖSIAI.** Pūkų pavidalo arba aksomiškos apnašos ant augalų (retai gyvūnų), augalinės ir gyvulinės kilmės liekanų. Juos sudaro grybiena. Dumbliagrybių pelėsius dažniausiai sudaro pelėsio (*Mucor*) ir rizopo (*Rhizopus*) genčių rūšys. Jų apnašų būna ant duonos, uogienės, vaisių. Auksliagrybių pelėsius paprastai sudaro galvenio (*Aspergillus*) ir pelėjūno

(*Penicillium*) genčių rūšys, grybšiu – lieliaus (*Fusarium*) rūšys, dažniausiai ant žiemkenčių javų, daugiamėčių žolių. Pelėsiai gadina maisto produktus, pašarus, sukelia ligas, tačiau kai kurios jų rūšys pritaikomos maisto pramonėje, farmacijoje.



**PELETRŪNAS.** Vaistinis kietis (*Artemisia dracuncululus* L.), astrinių šeimos daugiametis žolinis, beveik 120 cm aukščio augalas tiesiais stiebiais ir ilgais išstjusiais lapais. Žiedai smulkūs, balsvi. Žydi antroje vasaros pusėje. Manoma, kad kilęs iš Sibiro, vėliau išplitęs Rusijos Toluosiuose Rytuose, Mongolijoje, Kinijoje, Šiaurės Amerikoje. Auginamas Europoje, Kaukaze (čia vadinamas *tarchunu*). Jo žolė (*Herba dracunculi*) yra specifinio kvapo ir kartoko aromatingo skonio, kurį suteikia eteriniai aliejai (svarbiausi – metilchavikolis ir estragolis). Kulinarijoje vartojamas kaip prieskonis. Dedama į daržovių, mėsos patiekalus, sriubas, rauginamus agurkus, grybus.

**PELYNAS,** žr. **METĖLĖ.**

**PELMENI** (rus. *пельмени*). Koldūnai, mėgstamas rusų patiekalas. Maži pusemėnuli formos pyragėliai, įdaryti jautienos ir kiaulienos faršu, sumaišytu

su riebaluose pakepintais svogūnais, paskanintu druska, kartais pipirais. Koldūnai verdami pasūdytame vandenyje. Pateikiami su ištirpintu sviestu arba grietine, kartais su garstyčių padažu, actu. Galima apkepti pabarsčius kietu tarkuotu sūriu ir pateikti užpylus grietine.



### **PEPSI COLA** (angl. *Pepsi-Cola*).

Tonizuojantis nealkoholinis anglies dioksido prisotintas gėrimas, gaminamas iš kolamedžio vaisių ekstrakto. Pridedama rūgštis, vanilės, eterinių aliejų, nuspalvinama karamele. Gėrime yra kofeino, teobromino. Jis mažina nuovargį, ramina centrinę nervų sistemą. Gėrimą 1896 m. sukūrė K. Bradhamas (JAV). Gaminama ir vartojama daugelyje šalių, taip pat ir Lietuvoje. Naudojami koncentratai, importuoti iš JAV.

**PERISTALTIKA** (gr. *Peristaltikos* – apimantis, sugniauziantis). Žmonių ir gyvūnų tuščiavidurių organų (pvz., stemplės, skrandžio, žarnų, šlapimtakio) kirmėliški judesiai, kuriuos sukelia jų raumenų susitraukimai. Dėl šių judesių organų turinys slenka tolyn.

Peristaltikos judesių greitis 0,1–3 cm/sek. Ją reguliuoja tuščiavidurių organų lygiuosiuose raumenyse esantys nerviniai rezginiai, autonominė nervų sistema.

### **PERKŪNO OŽELIS** (*Gallinago gallinago*).

Tilvikinių šeimos paukštis. Paplitęs Eurazijoje. Kūno ilgis apie 27 cm, masė – 100–180 g. Išmargintas juodomis ir rudomis dėmėmis. Snapas ilgas, tiesus. Perkūno oželis gyvena pelkėse. Balsas panašus į ėriuko mekenimą (iš to kilo jo pavadinimas). Minta vabzdžiais. Lizdą suka ant žemės. Ši tilvikų rūšis yra vertingas sportinės medžioklės objektas. Lietuvoje anksčiau buvo dažnas paukštis, tačiau šiais laikais, nykstant pelkėms, nyksta ir būdingi pelkių paukščiai. Pateikalai iš perkūno oželio gaminami kaip ir iš kitų mažųjų medžiojamų paukščių: slankų, putpelių.

### **PERLA DE TĪRNAVE**. Baltasis rumuniškas

vynas. Harmoningo bukieto, saldokus, labai malonaus skonio. Gaminamas iš Tironavės apylinkėse auginamų *Riesling*, *Peteasca*, *Muskat-Ottonel* vynuogių. Dera su baltos mėsos, jūrų gėrybių, ryžių valgiais, minkštu sūriu.

### **PERLINĖ VIŠTA** (*Numida meleagris*).

**NAMINĖ PATARŠKA**. Naminis paukštis. Kilusi iš laukinių patarškų, paplitusių Afrikoje. Suaugusios perlinės vištos masė 1,6–2,2 kg. Auginamos Vengrijoje, Prancūzijoje, Italijoje, Didžiojoje Britanijoje, JAV, Australijoje. Lietuvoje auginama kaip dekoratyvinis paukštis. Perlinės vištos auginamos dėl kiaušinių, kurių sudeda 70–150 per metus, ir dėl skanios mėsos.



**PERLINĖS KRUOPOS.** Kruopos iš miežių grūdų. Priklausomai nuo technologinio paruošimo, skiriama keletas kruopų rūšių. Esama stambių, pagamintų iš viso grūdo, pašalinus jo luobelę (sėlenas). Pastarosios vartojamos košėms, sriuboms, įdarams. Yra kruopų, gaminamų iš viso grūdo – suapvalinant. Esama ir smulkių kruopų, jos gaminamos grūdus suskaldant į kelias dalis.

**PERPELĖ** (*Alosa fallax*). Silkinių šeimos žuvis praeivė. Paplitusi Atlanto vandenyno pakrantėse nuo Norvegijos iki Maroko, Baltijos, Viduržemio, Juodojoje jūroje. Kūno ilgis iki 60 cm, masė – iki 1 kg. Baltijoje gyvena Atlanto perpelė. Jos mėsa skani, todėl žuvis yra verslo objektas. Tačiau perpelių sugaunama vis mažiau.



**PERSIKAS** (*Prunus persica*). Erškėtinių šeimos medžių kaulavaisis, kuris itin gausiai kultivuojamas Viduržemio jūros, Vidurinės Azijos šalyse, Kaukaze.

Jo odelė – nuo geltonos iki raudonos spalvos, minkštimas sultingas, švelnus, maloniai rūgštokas. Pailga, tvirta sėkla naudojama persipanų, likerių, trauktinių gamybai. Tačiau daugiausia persikų suvartojama šviežių. Iš jų gaminamos uogienės, kompotai, baro gėrimai (boulliai). Persikai džiovinami, konservuojami.

**PERSIKŲ BRENDIS** (angl. *Peach brandy*). Aromatingas vaisių likeris, gaminamas iš persikų ir brendžio. Tai bespalvis, kvapus gėrimas, turintis 30–35 proc. alkoholio. Geriamas su kava, arbata, yra daugelio baro gėrimų komponentas.

**PERSILLĖ** (pranc., skait. *persijė*). Bendras sūrių, gaminamų Prancūzijoje iš ožkų pieno (kartais sumaišyto su karvių pienu), pavadinimas. Sūrių minkštimas praeiškęs žalsvos spalvos pelėsių tinkleliu. Šios rūšies sūrius daugiausia gamina prancūzai Alpėse.

**PERSIPANAS.** Smulkintų ir nukartintų abrikosų arba persikų branduolių masė su cukrumi. Dar vadinama *marcipanu*.

**PESTICIDAI** (lot. *pestis* – maras, užkratas + *caedo* – žudau). Cheminės nuodingosios medžiagos, naudojamoms augalų, grūdų ir jų produktų, medienos, medvilnės, odos dirbinių kenkėjams, augalų ligų sukėlėjams, piktžolėms, naminių gyvulių ectoparazitams naikinti arba jų vystymuisi sustabdyti. Pesticidų grupės: aficidai (naikina erkes), algicidai (naikina dumblius), arboricidai (naikina krūmus), baktericidai (naikina bakterijas), defoliantai (šalina lapus), desikantai



(džiovina augalus), fungicidai (naikina grybus), herbicidai (naikina piktžoles), insekticidai (naikina vabzdžius), limacidai (naikina šliužus), nematicidai (naikina apvaliąsias kirmėles), ovidicidai (naikina kenkėjų kiaušinius), zoocidai (naikina gyvūnus). Pesticidai – tai įvairūs organiniai ir neorganiniai junginiai.

Dažniausiai vartojami organiniai fosforo, chloro, gyvsidabrio, karbamo rūgšties, fenolio junginiai ir dariniai; svarbiausi neorganiniai junginiai – vario, sieros, arseno, seleno, gyvsidabrio preparatai. Žemės ūkyje dažniausiai naudojami tokie pesticidai, kurie suyra per augalų vegetacijos periodą.

Pesticidai kenksmingi žmonėms.

Į organizmą patekę per kvėpavimo takus, odą, virškinamąjį traktą, pažeidžia kepenis, inkstus, nervų sistemą. Pesticidų į organizmą gali patekti su maistu. Plečiasi ekologiška švarių maisto produktų gamyba ir vartojimas.

**PESZAR SILVANER.** Sausas baltasis vengriškas vynas. Silpnoko gėlių bukieto, puikaus skonio. Gaminamas iš *Sylvaner* vynuogių.



**PETIT CHOUX** (pranc., skait. *pti šū*). Paskrudintos teslos pyragaitis.

**PETITS FOURS** (pranc., skait. *pti fur*).

Užkandai skirti maži geros teslos kepinėliai (su smulkintų riešutų arba migdolų priedu), papuošti cukraus pudra su plaktu kiaušinio baltymu, įdaryti geru kremu ir padengti šokolado glazūra. Gali būti vartojami ir kt. ingredientai, pvz., iš šaltienos ar jos padažo. Šiai valgių grupei priskiriamas ir žinomas *Lucca Augen*. Tai garsiosios Vienos ir Berlyno dainininkės P. Lukos (Paulina Lucca, 1841–1906) sukurta užkanda: ant mažų apvalių paskrudintų kepinukų užtepama sviesto, ikrų ir papuošiama išlūškenta austre.



**PETRAŽOLĖ** (*Petroselinum*). Salierinių šeimos vienmečių ir dvimečių žolių gentis. Kilusi iš Vakarų Europos. Tai populiarūs prieskoniniai daržovė. Daugelyje šalių, taip pat Lietuvoje, auginama sėjamoji petražolė (*Petroselinum crispum*). Tai dvimetis 30–100 cm aukščio kvapus augalas, turintis daug eterinių aliejų. Lapai 2–3 kartus plunksniškai skaldyti. Žiedai smulkūs, balti, susitelkę skėčiais. Šaknis – verpstiška, gelsvai balta arba blyškiai ruda išorėje ir balta viduje. Šaknies struktūra tokia pat kaip ir morkos. Petražolė esti dviejų atmainų: šakninė (su stambiomis šaknimis) ir

lapinė (lapai lygūs ir garbanoti, o šaknys – smulkios, išsišakojusios). Eterinis aliejus, kurio lapuose yra 0,4 proc., o sėklose ir šaknyse – dar daugiau, gerina patiekalų skonį ir maisto medžiagų įsisavinimą. Garbanotoje petražolėje vitaminų mažiau negu lygalapėje, todėl ja geriau tik puošti patiekalus. Žalių, smulkiai supjaustytų lapelių užbarstoma patiekiant valgius. Petražolių dedama į sriubas, mėsos, daržovių patiekalus, salotas, padažus. Šaknų dedama verdant mėsą, sriubas, sultinius, marinatus.

**PETRAŽOLIŲ SVIESTAS.** Sviestas, sumaišytas ir gerai ištrintas su smulkiai kapotais petražolių lapeliais, druska, baltaisiais pipirais ir citrinos sultimis. Taip pagamintas sviestas formuojamas rutulio formos gabaliukais ir atšaldomas. Pateikiamas su žlėgtainiais, žvėrienos kepsniais, pvz., stirmos nugarinės kepsniu.

**PIAVE (VINI DEL PIAVE).** Raudonasis itališkas vynas, kilęs iš Venecijos, gaminamas iš *Cabernet Franc*, *Cabernet Sauvignon*, *Merlot*, *Pinot Nero* arba *Raboso* vynuogių. Spalva rubino, kvapas – miško uogų, skonis – vaisių, rauginių medžiagų. Tinka prie raudonos mėsos, keptos paukštienos. Taip pat iš *Pinot Bianco*, *Pinot Grigio*, *Tocai*, *Verduzzo* vynuogių gaminamas ir tuo pačiu vardu pavadintas baltasis vynas, geriamas atšaldytas iki 8–10 °C temperatūros. Dera prie žuvies, jūros produktų, baltos mėsos, makaronų.

**PICCALILLI** (it.). Supjaustytos marinuotos daržovės aštriam (garstyčių) padaže, gaminamos kaip konservai. Vartojamos

kaip priedas gaminant salotas arba patekiamos su rūkytais šaltais mėsos gaminiais.

**PICCATA** (it.). Italų kulinarijoje – veršienos pjausnys (eskalopas), pavoliotas tirštoje virtinių tešloje ir iškeptas iki geltonos spalvos.



**PIE** (angl., skait. *pai*). Kepinių, pyragų rūšis iš maltos mėsos arba žuvies, iškepta trapioje tešloje, pridėjus atitinkamą kiekį daržovių arba vaisių. Anglų ir amerikiečių kulinarijoje šie patiekalai gaminami specialiose giliose lėkštėse, puodelio formos induose. Gaminami ir iš vaisių. Žinomiausi: obuolių (*apple pie*), slyvų paštetas (*plum pie*), persikų (*peach pie*, skait. *pyč pai*).

**PIENARŪGŠTIS RŪGIMAS.** Biologinė angliavandenių oksidacija iki pieno rūgšties. Sukelia bakterijos (daugiausia *Lactobacillus*, *Streptococcus*, *Leuconostoc* genčių). Vyksta daugiausia anaerobinėmis sąlygomis (pvz., rūgstančiuose kopūstuose, agurkuose, piene, grietinėje, tešloje, silose). Reakcijas katalizuoja specifiniai tų bakterijų fermentai. Naudojantis pieno rūgimo reakcijomis, iš žaliavų, turinčių cukraus ir krakmolo, pramoniniu būdu gaminama pieno rūgštis ir kai kurie kiti produktai.



**PIENAS.** Žinduolių tam tikrų liaukų sekretas, išskiriamas laktacijos laikotarpiu. Piene yra apie 100 cheminių junginių. Svarbiausi komponentai: vanduo, pieno riebalai, baltymai, laktozė, mineralinės medžiagos. Ožkos piene yra 4,3 proc., avies – 7,2 proc., šiaurinės elnės – net 18,7 proc. pieno riebalų. Žmonių maistui daugiausia vartojamas karvės pienas. Organizmas pasisavina 75–96 proc. piene esančių medžiagų. Karvių pienas turi iki 4,5 proc. riebalų. Pieninėse pienas skiedžiamas iki 2,5–3,5 proc. riebalų ir, kad ilgiau išsilaikytų nesurūgęs, pasterizuojamas. Maistui vartojamas ir grynas pienas, ir iš jo pagaminti produktai: sviestas, sūris, pieno konservai, varškė, kefyras, grietinė, ledai. Be to, jis vartojamas sriuboms, kepiniams, saldiesiems patiekalams, gėrimams gaminti.

**PIENGRYBIS** (*Lactarius*). Ūmėdinių šeimos grybų gentis. Paplitęs visame pasaulyje. Auga miškuose, parkuose, soduose. Kepurėlė plokščia, lakšteliai balti. Iš pažeisto vaisiakūnio teka baltos arba spalvotos, dažnai kartaus skonio sultys. Plačiausiai paplitę piengrybiai: rudmėsė (*Lactarius deliciosus* Fr.),

paberžis (*Lactarius torminosus* Fr.), paliepis (*Lactarius vellereus*), grūzdas (*Lactarius piperatus*). Tai valgomi grybai, skanūs sūdyti, rauginti, kepti svieste.

**PIENIAI.** 1. Žuvų patinų sėkla. Kaupiasi sėklidėse. Subrendę pieniai būna skysti, pieno spalvos. Jais patinai vandenyje aplieja ikrus. Pienių kiekis labai nevienodas: pvz., neršto laikotarpiu eršketas turi apie 0,5 l, laišša – 0,002–0,004 l pienių. Pieniuose yra daug baltymų.

2. Subrendusios žuvų sėklidės.

### **PIENIŠKA BULVIŲ KUKULAIČIŲ SRIUBA.**

Lietuviška sriuba iš virtų ir tarkuotų bulvių. Dalis bulvių išverdama, nusunkinama, sutrinama ir ataušinama. Virtos ir tarkuotos bulvės, krakmolos, druska gerai išmaišomi ir daromi maži kukulaičiai. Jie sudedami į verdantį pasūdytą vandenį ir išverdami. Tada įpilama verdančio pieno ir baigiama virti. Prieš tiekiant į stalą įdedama sviesto.

**PIENO KONSERVAI.** Koncentruoti ir sandariuose induose fasuoti pieno produktai, tinkami ilgai laikyti. Pieno produktai konservuojami sterilizuojant ir pasterizuojant (mikroorganizmai sunaikinami aukšta temperatūra), cukrumi (mikroorganizmų ląstelės žūva dėl plazmolizės), džiovinant (be drėgmės mikroorganizmai nesivysto). Skiriamos dvi pieno konservų grupės: kondensuoti ir sausi. Kondensuoti pieno konservai gaminami su cukrumi; pasterizuoti arba sterilizuoti – be cukraus. Pieno konservai gaminami iš šviežio karvių pieno.

**PIENO LIKERIS.** Gaminamas iš pieno, spirito, cukraus, vanilės, apelsinų ir citrinų sulčių bei žievelių. Visi ingredientai sumaišomi ir laikomi 1 mėn. užkimštame butelyje, tada nukošiama. Pieno ir spirito santykis – 1:1.

**PIENO MILTELIAI.** Sausi pieno konservai, gaminami iš riebaus arba nuriebinato pieno.

**PIENO PRODUKTAI.** Tai kefyras, jogurtas, sviestas, grietinė, grietinėlė, fermentiniai ir varškės sūriai, išrūgos, pasukos. Yra labai svarbūs mitybai, nes teikia visaverčius, organizmo gerai įsisavinamus baltymus, riebalus, mineralines medžiagas ir vitaminus.

**PIENO RIEBALAI.** Juose, be trigliceridų, dar yra nedaug digliceridų, monogliceridų, kurie piene sudaro natūralią riebalų emulsiją. Pienui nusistojus, riebalų rutulėliai iškyla į paviršių, sudarydami grietinėlę. Pieno riebaluose yra vitaminų, mikroelementų, pigmentų. Juos gerai pasisavina organizmas. Gliceriduose yra apie 120 skirtingų riebalų rūgščių. Gausu sočiųjų – daugiausia palmitino, miristino, stearino, ir nesočiųjų rūgščių – oleino, linolo. Pieno riebalai – pagrindinė sviesto sudedamoji dalis. Karvės piene riebalų būna iki 4,5 proc., varškėje – iki 18 proc., grietinėje – iki 35 proc., svieste – iki 83 proc. Juos gerai įsisavina organizmas.

**PIENO RŪGŠTIS.**  $\text{CH}_3\text{-CH(OH)-COOH}$ , monokarboninė oksirūgštis. Bespalvė kristalinė medžiaga, gerai tirpstanti

vandenyje. Pieno rūgštis susidaro rūgimo metu, pvz., rūgstant pienui, kopūstams, silosui. Žmogaus ir gyvūnų audiniuose susidaro iš glikogeno. Pieno rūgštis naudojama odų, tekstilės pramonėje, organinėje sintezėje.



**PIESTA.** Medinis, metalinis, porcelianinis ar kt. medžiagos indas šiuurkščių dugnu, skirtas aguonomis, kremams ir kt. produktams trinti. Anksčiau buvo naudojama grūdams grūsti.

**PIETŲ AFRIKOS VYNAS.** Geriausios sąlygos vynuogėms augti – Atlanto ir Indijos vandenynų pakrančių zonos. 1973 m. šalies vyriausybės įstatymu buvo įteisinta 14 sričių, labiausiai tinkamų vynuogėms auginti ir vynui gaminti. Tai – Durbanvilis, Konstancija, Robertsonas, Vorčesteris ir kt. Jose dažniausiai auginamos iš Europos atvežtos veislės: baltosios – *Chardonnay*, *Chenin Blanc*, *Sauvignon Blanc*, *Semillon*, *Sylvaner* ir kt.; raudonosios – *Cabernet Sauvignon*, *Gamay*, *Grenache*, *Malbec*, *Merlot*, *Pinot Noir*, *Pinotage*. Vyno gamybos centrai – kooperatyvai, įsteigti 1918 m.: *Oude Meester Group*, *Wijnbowers Vereniging* (KWV) ir *Stellenbosch Farmer's Winery* (SFW).

Jie vienija daugelį vynininkystės ūkių. Vynų kokybės kontrolę vykdo speciali organizacija *Wine of Origin Superior* (WOS), todėl šalyje gaminamas vynas yra geros kokybės ir paklausus daugelyje šalių. Jo galima įsigyti ir Lietuvos parduotuvėse. Vynai dažniausiai vadinami vynuogių arba gamintojų ir vynuogių veislių vardais.

Pvz., baltieji – „Chardonnay“, „Leopard’s Leap Chemin Blanc“, „Nederburg Sauvignon Blanc“, „Plaisir De Merle Chardonnay“, „Riesling“, „Semillon“, „Tall Horse Sauvignon Blanc“; raudonieji – „Cabernet“, „Cabernet Merlot“, „Cabernet Sauvignon“, „Golden Kaan Pinotage“, „Nederburg Private Bin Shiraz“, „Plaisir de Merle“, „Shiraz“. Šalies vyno pramonės etalonas – „Klein Constatia vin de Constance“, kurį gamina 1655 m. olandų įkurta vyninė „Klein Constantia“.

**PIETŲ AMERIKOS VALGIAI.** Pirmiausia derėtų paminėti Čilės kulinariją. Reprerentaciniuose restoranuose vyrauja prancūziški patiekalai, o namuose valgiai gaminami pagal nacionalines tradicijas. Čiliečiai vartoja daug svogūnų, žirnių, žuvies, ypač jūrinių ungurių. Mėgstama sriuba iš miltų, duonos su kiaušiniiais (*chupa*), taip pat vištienos sultinys (*Cazuela de ave*). Labai populiarius mėsos gaminius *Charqui* (džiovintos jautienos patiekalas), mėgstami saldieji patiekalai – tortai. Čiliečiai geria savos gamybos raudonuosius, baltuosius ir rožinius vynus. Brazilijos kulinarijoje vyrauja jautienos, avienos, kiaulienos, paukštienos, upių ir jūrų žuvų, daržovių, javų, ryžių ir kukurūzų patiekalai. Valgiai aštrokai paskaninami.

Saldiesiems patiekalams vartojamas cukranendrių cukrus. Šalyje žinomi *Vatapa* (žuvies ragu), *Churrasco* (mėsa, iškepta žarijų kaitroje), *Feijoada* (pupelės su mėsa ir daržovėmis), *Peru asado* (įdaryti kepti kalakutai). Brazilai – alaus mėgėjai, taip pat geria vaisių sultis, mineralinį vandenį, kavą, kakavą, arbatą (*mate*), degtinę, vynus ir likerius.

## PIETŲ AMERIKOS VYNAS ŽR. ARGENTINOS, BRAZILIJOS, ČILĖS VYNAS.



**PIEVAGRYBIAI KEPTI.** Patiekalas iš nuvalytų, nuluptų, nuplautų ir apdžiovintų pievagrybių (be kotų). Kepami gerai įkaitus riebalams, iš abiejų pusių. Prieš baigiant kepti, pridedama truputį sviesto. Baigus kepti, pasūdoma ir pabarstoma pipirais. Pateikiama lėkštelėje, užpylus riebalais, kuriuose kepė.

**PIEVAGRYBIAI TROŠKINTI.** Patiekalas iš nuvalytų, nuluptų, nuplautų ir apdžiovintų pievagrybių galvučių. Jos troškinamos uždengtame inde su riebalais ir svogūnų griežinėliais. Prieš baigiant troškinti pasūdoma ir pabarstoma pipirais. Nuėmus nuo ugnies užpilama grietine su išplaktais kiaušinių

tryniais. Prieš patiekiant apibarstoma kapotais krapų lapeliais. Patiekama su virtomis bulvėmis.



**PIEVAGRYBIS** (*Agaricus*). Šampinjonas. Agarikiečių eilės pievagrybinių šeimos genties grybas. Paplitęs beveik visame pasaulyje. Lietuvoje dažnas dirvinis, miškinis, valgomasis pievagrybis. Vaisiakūniai taisyklingi, vienmečiai. Kepurėlė mėsinga, balta, gelsva, pilkšva arba ruda. Lakšteliai rusvi, rudi arba beveik juodi. Beveik visos rūšys valgomos. Laisvai auga arklių ganyklose, panamėse, pakelėse, parkuose, soduose. Mėgsta trąšią dirvą, komposto krūvas, perpuvusius sąslavynus. Šiais laikais pievagrybiai daugiausia auginami pramoniniu būdu. Vartojami švieži, marinuoti, konservuoti. Skaniausi jauni grybai su dar neišsikleidusia kepurėle. Iš jų gaminamos sriubos, padažai, priedai įvairiems mėsos, žuvies, žvėrienos, paukštienos patiekalams.

**PIEVAGRYBIŲ PADAŽAS** (pranc. *Sauce aux champignons*, skait. *šampinjon*). Baltųjų padažų pagrindas su pievagrybiais arba jų ekstraktu. Vartojamas su veršiena, paukštienos ir žuvies patiekalais. Gaminamas iš jaunų nuvalytų, nuluptų

ir smulkiai supjaustytų pievagrybių, kurie patroškinami su trupučiu vandens ir sviesto. Padažas sutirštintas trupučiu vandenyje išplaktų miltų, pavirinamas. Pridedama grietinės, paskaninama druska ir pipirais, pabarstoma smulkintais petražolių lapeliais.

**PIEVAGRYBIŲ SRIUBA.** Verdama iš kaulų sultinio ir pievagrybių. Grybai nuvalomi, nulupami, nuplaunami ir patroškinami su trupučiu vandens ir sviesto. Į sultinį sudedami nusunkti grybai, sriuba paskaninama grietinėle su išplaktais kiaušinių tryniais. Patiekama su bandelės skrebučiais, žaliaisiais žirneliais.



**PICKLE** (angl., skait. *pikl*). Pikantiškas marinuotų daržovių mišinys, gaminamas iš įvairių virtų daržovių: morkų, žiedinių kopūstų, šparaginių pupelių, salierų, moliūgų, žalių pomidorų, šviežių juodųjų paprikų. Juostelėmis supjaustytos daržovės sudedamos į konservų indelius ir užpilamos marinatu: 6 proc. acto, cukraus ir priesonių (pipirų, lauro lapų, kvapiųjų pipirų, garstyčių). Indeliai uždengiami. Labai tinka su mėsa.

**PIKLING** (lenk.). Pasūdytos karštai rūkytos silkės prekybinis pavadinimas.

**PIKNIKAS** (angl. *picnic*). Iškyla į užmiestį, rengiama kompanijos, paprastai su užkandžiais (sumuštiniais, rūkyta, kepta mėsa ir paukštiena, salotomis, daržovėmis, vaisiais), taip pat gėrimais (kava, arbata, vaisvandeniai, vynu).



### PIKŠA, JUODADĖMĖ MENKĖ

(*Melanogrammus aeglefinus* L.). Menkinių šeimos jūrų žuvis. Kūno ilgis – apie 60 cm, masė – apie 2 kg. Gyvena Atlanto vandenyne, prie Islandijos ir Grenlandijos krantų. Dažnai pasitaiko ir Baltijos jūros vandenyse. Pikšos mėsa labai skani ir gerai vertinama kulinarijoje, ypač prancūzų (*églefîn*), anglų (*haddock*), vokiečių (*Schellfisch*).

### PILKASIS PADAŽAS

 (lenk. *szary sos*).

Lenkiškas padažas, gaminamas iš miltų tyrelės, praskiestos sultiniu, sviesto, karamelės bei trinto sausainio, išvirtas su migdolais, razinomis, raudonuju vynu, prieskoniais (kvapiaisiais pipirais, gvazdikėliais, lauro lapais), citrinos sultimis. Patiekiamas su karpio arba liežuvio patiekalais.

**PILZENO ALUS.** Gaminamas Čekijos Respublikos Pilzeno mieste, šiais laikais – ir kitose šalyse (pvz., Vokietijoje), taip pat ir Lietuvoje.

**PILSNER** (vok.). Žinomo čekiško alaus, gaminamo Pilzene, vokiškas pavadinimas.

### PIMENTO, žr. PIPIRAI KVAPIEJI.

**PINOT BLANC** (pranc.). 1. Plačiai žinoma baltųjų vynuogių veislė iš kurių gaminami švelnūs vynai.

2. Baltasis prancūziškas vinas, kilęs iš šiaurinės šalies dalies, gaminamas iš Pinot Blanc vynuogių. Tai šviesiai geltonos spalvos, natūralaus, santūraus kvapo, vaisių, intensyvaus rūgštoko skonio vinas, tinkantis prie baltos mėsos, virtos žuvies, daržovių asorti.

### PINOT NOIR

 (pranc., skait. *pino nuar*).

1) Žinoma raudonųjų vynuogių veislė, iš kurios gaminami raudonieji vynai (pvz., burgundiškas);  
2) raudonasis Prancūzijos, Rumunijos, Vengrijos, taip pat daugelio kitų šalių vinas. Sunkus, švelnaus skonio, aitrokas ir truputį saldus. Tinka prie raudonos mėsos, žvėrienos, kaulienos patiekalų, minkšto sūrio.

**PIPERADE** (isp.). Baskų patiekalas, gaminamas iš kiaušinių, virto arba žalio kumpio, pomidorų, raudonųjų paprikų, alyvuogių ir svogūnų, paskanintas česnakų, druska bei pipirais.



**PIPIRAI** (*Piper*). Pipirinių šeimos augalų genties laipiojantys krūmai (lianos).

Paplitę tropinėse ir subtropinėse zonose. Ūkinę reikšmę turi juodasis pipiras (*Piper nigrum*). Jo vaisius – vienasėklis kaulavaisis. Jaunas būna žalias, nokdamas rausta, išdžiovintas tampa juodas. Tai aštrus prieskonis, vartojamas kulinarijoje, alkoholinių gėrimų gamyboje. Prekiaujama ir baltaisiais pipirais. Dažniausiai tai pribrendę, išlukštenti juodieji pipirai. Pipirų aštrus skonis priklauso nuo piperino. Dar juose yra pirolino, chavicino, cukraus, fermentų, eterinių aliejų. Vartojami sriuboms, padažams, daržovių salotoms, marinatams, mėsos, žuvies patiekalams paskaninti. Tai vienas populiariausių prieskonių.

**PIPIRAI KVAPIEJI** (*Pimenta officinalis* Lindl.). Amžinai žaliuojančių medžių vaisiai. Europoje žinomi nuo Kristupo Kolumbo laikų. Savaime auga Centrinėje Amerikoje, auginami plantacijose Indijoje, Pietų Amerikoje, Kuboje, Jamaikoje. Vaisiai šiek tiek didesni už juoduosius pipirus, kvapūs dėl eugenolio, kariofileno, eukaliptolio, felandreno. Jie tarsi jungia cinamono, juodųjų pipirų, muskato, gvazdikėlių aromata. Vartojami kaip prieskonis gaminant mėsos, žuvies patiekalus, salotas, padažus, sriubas, marinatus, konservus, pudingus, pyragus, be to, vertinami parfumerijos, muilo, farmacijos pramonėje, kai kurių alkoholinių gėrimų gamyboje.

**PIPIRINĖ.** Aukštos kokybės spirito degtinė, į kurią dedama juodųjų pipirų ir po kelių dienų nufiltruojama. Ukrainoje populiarus degtinė su aitriosiomis raudonosiomis paprikomis.



**PYRAGĖLIAI.** Mielinės tešlos gaminiai, kepami orkaitėje arba riebaluose (fritiūre). Jie įdaromi mėsos, subproduktų, žuvies, grybų, daržovių, ryžių, varškės, vaisių bei uogų įdara, uogienėmis, marmeladu. Tam tikro svorio tešlos gabaliukai sudedami ant miltais pabarstyto stalo, suplojami ir įdaromi. Palaikomi šiltai, kad pakiltų. Tada paviršius aptepamas kiaušiniu tryniu ir kepama apie 10 min. 230 °C temperatūros krosnyje. Kepant riebaluose, aptepti kiaušiniu nereikia.

**PIRIDOKSINAS.** Vitaminas B<sub>6</sub>, piridino darinys. Daugiausia yra mielėse, grūduose, daržovėse, piene, kepenyse, kiaušinio trynyje. Jį sintetina ir žarnyno mikroflora. Žmogaus organizme fosforilinamas, dalyvauja aminorūgščių ir lipidų apytakoje. Organizmo paros norma 1–2 mg. Jo stoka sukelia dermatitą, konjuktyvitą, neuropatiją. Trūkstant piridoksino maiste, vaikai auga lėčiau, jiems dažniau sutrinka virškinimas.

**PIROG** (rus. *nupo*). Rusiškas patiekalas, pyragas, įdarytas mėsos faršu, kopūstais, grybais, bulvėmis. Populiarus taip pat Lenkijoje ir kt. kraštuose.





**PISTACIJA** (*Pistacia*). Anakardinių šeimos krūmų ir medžių gentis. Savaimė auga Sirijoje, Mažosioje Azijoje. Auginama Viduržemio jūros šalyse (Graikijoje, Ispanijoje, Italijoje), JAV, Vidurinėje Azijoje. Dažniausiai auginama tikroji pistacija (*Pistacia vera*). Tai daugiakamienis 5–10 m aukščio medis. Lapai sudėtiniai, odiški, tamsiai žali. Žiedai maži, neryškūs, skirtalyčiai, susitelkę sluotelėmis. Vaisiai – vienasėkliai kaulavaisiai (riešutai), turintys 54–60 proc. riebalų, 18–25 proc. baltymų. Riešutų branduoliai valgomi žali ir kepti, vartojami konditerijos pramonėje, iš jų spaudžiamas aliejus. Kai kuriose šalyse riešutų dedama į paštetus, pudingus.

**PITAN**, pi-tan (kin.). Kiniški konservuoti (dažniausiai ančių) kiaušiniai. Fermentavimui sudedami į specialius molinius indus, užpilami kalkių, ryžių šiaudų bei arbatos nuovirų mišiniu, indai hermetiškai uždaromi ir užkasami į žemę. Po kelių fermentavimo savaitių baltymai įgauna tamsaus alaus spalvą, o tryniai pažaliuoja. Taip paruoštus kiaušinius galima ilgai išlaikyti. Valgomi su sojų padažu.

**PIURĖ** (pranc. *purée*). 1) Tyrė, košė, produktas, gaminamas iš smulkiai trintų

daržovių, vaisių, bulvių, varpinių augalų miltų, gaminama namuose arba parduodama kaip konservai hermetiškai uždarytuose indeliuose; 2) sriubų, gaminamų iš trintų produktų, pavadinimas. Dar žr. **KOŠĖ**.



**PIZZA** (it., skait. *pica*). Klasikinis italų patiekalas iš mielinės tešlos, užminkomos iš miltų, vandens, mielių, alyvuogių aliejaus bei druskos. Iš tešlos iškočiojamas plonas apskritas lapas su borteliu, ant jo uždedama pomidorų, ančiųvių, sūrio, kietai virtų kiaušinių, grybų, svogūnų, alyvuogių ir prieskonių (raudonėlio). Pica kepama mažomis porcijomis vienam asmeniui arba didelė – keliems asmenims. Italijoje kiekvienas – regionas turi savo pamėgtą picą. Populiariausia neopolietiška pica, gaminama iš mielinės tešlos lapo, ant kurio uždedama pomidorų be žievelės, pasūdoma, pabarstoma pipirais, paskaninama raudonėliais, užbarstoma sutarkuoto parmezano, uždedama ančiųvių ir alyvuogių. Pateikiama ką tik iškepta su raudonuoju vynu. Pica populiarus daugelyje šalių, taip pat ir Lietuvoje.

**pH** (*potentia Hydrogenii*). Vandenilinis rodiklis, dydis, nusakantis vandenilio

jonų aktingumą – tirpalo rūgštingumą arba šarmingumą. Neutralaus tirpalo (ir gryno vandens) pH – 7. Parūgštinus tirpalą pH sumažėja, o pašarminus – padidėja. pH matuojamas potenciometrinio būdu. Apytikslis pH nustatomas indikatoriais arba indikatoriniais (pvz., lakmuso) popierėliais. Pirmasis pH sąvoką 1909 m. pradėjo vartoti danų mokslininkas S. Sorensenas.

**PLAČIAKAKTIS** (*Hypophthalmichthys molitrix*). Karpinių šeimos žuvis. Paplitęs Amūro baseino ir Kinijos upėse bei ežeruose. Kūno ilgis apie 1 m, masė – iki 23 kg. Minta fitoplanktonu ir detritu. Nuo 1959 m. auginamas ir Lietuvoje.



**PLAKIS** (*Blicca bjoerkna*). Karpinių šeimos žuvis. Paplitęs Šiaurės, Baltijos, Juodosios, Azovo ir Kaspijos jūrų baseinuose. Kūnas platus, labai suplotas, 16–19 cm (rečiau iki 35 cm) ilgio, apie 100 g masės. Nugara kuprota, mėlynai žalia. Pilvas – baltas. Tai labai lėtai auganti žuvis. Nurodytą ilgį ir svorį jie pasiekia per 6 metus. Šiaip gali būti iki 1,2 kg svorio. Lietuvoje dažnas. Dėl mažumo, kaulėtos ir menkos žuvienuos vertės plakių ūkinė reikšmė nežymi, stengiamasi juos išgaudyti iš vandenų, kuriuose gyvena vertingos žuvis, pvz., karšiai, unguriai, nes mitybos srityje jie konkuruoja su šiomis žuvimis.

**PLAKTA GRIETINĖLĒ.** Gaminama iš riebaus pieno (išcentrifugavus iki 30 proc. riebalų). Vartojama ledams gaminti, sriuboms ir padažams paskaninti, išplakta – kaip priedas prie vaisių tortų, kavos ir garnyras prie valgomųjų ledų.

**PLAKTAS KIAUŠINIŲ BALTVMAS.** Iki putėsių išplakti kiaušinių baltymai, naudojami dažniausiai kaip kepinų, kepamų gerai įkaitintoje krosnyje (orkaitėje), puriklis. Vartojamas ir kitur, pvz., faršui išpurenti.

**PLAKTINIAI PADAŽAI** (pranc. *sauce mousseline*). Olandiškų padažų rūšis, paskaninta pasaldinta plakta grietine. Pateikiami su šparagais, žiediniais kopūstais ir artišokais, pvz., šparagų stiebai su plaktiniu padažu.

**PLAKTUVĒ.** Indas (dažniausiai metalinis), naudojamas kokteiliams suplakti. Susideda iš 2 dalių: konteinerio ir hermetiškai užsukamos viršutinės dalies su sieteliu. Į konteinerį įpilama skysčio, įdedama ledo gabaliukų, užsukama viršutinė dalis ir plakama. Gali būti įvairių formų ir tūrio. Gaminamas iš medžiagų, nereaguojančių su rūgštimis (pvz., iš nerūdijančio plieno).

**PLAUČIAI** (*Pulmones*). Sausumos stuburinių gyvūnų, kai kurių žuvų kvėpavimo porinis organas, kuriame gausu oro kanalų, kraujagyslių ir daugybė alveolių. Gyvulių plaučiai – tai II kategorijos minkštieji subproduktai, kurių maistinė vertė menka.

Plaučių paviršius aptrauktas serozine plėvele. Jų struktūra korėta, todėl yra elastingi net išvirti. Plaučiai gausiai sugeria riebalus.

Naudojami žemesnės rūšies paštetams, kepeninėms dešroms ir pyragėliams su įdaru gaminti.



### **PLEKŠNINĖS** (*Pleuronectidae*).

Plekšniažuvių būrio žuvų šeima. Paplitusios jūrose ir vandenynuose. Kūnas nuo 7 cm iki 4,5 m ilgio, asimetriškos, labai plokščios. Akys vienoje pusėje. Viršutinė kūno pusė tamsi, apatinė, ant kurios plekšnė guli dugne, šviesi. Plekšnė gali keisti kūno spalvą, prisitaikydama prie dugno. Plekšnės gyvena žemynų pakrantėse, negiliose vietose ant dugno. Jos kepamos, troškinamos, kepamos tešloje, skrudinamos. Dėl gero skonio itin vertinami paltusai. Lietuvoje, Baltijos jūroje, gaudomos jūrinės, upinės plekšnės ir limandos. Žinomi patiekalai: plekšnė pagal malūnininkę – pavoliota miltuose, kepta, užpilta sviestu, su citrina ir supjaustytomis petražolėmis; plekšnė tešloje – aptepta kepimo tešla, iškepta, su pomidorų padažu.

**PLOMBYRAS.** Valgomųjų ledų rūšis, gaminama iš grietinėlės, su vaisiais arba uogiene.



**PLOVAS.** Rytų šalių patiekalas, gaminamas iš mėsos, dažniausiai avienos, gabaliukų (ragu), ryžių, svogūnų, morkų (kartais pomidorų tyrės), druskos, pipirų. Mėsos gabaliukai (po 10–12 g) pasūdomi, pabarstomi pipirais, apkepami ant lajaus, taukų arba sviesto, pridedama svogūnų, morkų (kartais pomidorų tyrės) ir dar pakepama. Paskui pridedama pasūdytame vandenyje išmirkytų geros kokybės ryžių, užpilama avienos kaulų sultinio arba vandens ir verdama uždengtame inde 40–50 min. ant mažos ugnies. Kartais dar išlaikoma 40–50 min. uždengtame inde orkaitėje.

**PLUM PUDDING** (angl., skait. *plam pudding*). Anglų nacionalinis valgis, gerai žinomas Kalėdų patiekalas. Jo gamybai vartojami vaisiai (razinos, vynuogės), rišamoji medžiaga (miltai, džiovėšiai, kiaušiniai, pienas), prieskoniai (cinamonas, kvapieji pipirai, muskatas, degtinė, romas). Pateikiant papuošiamas cukraus gabaliukais, palaistomas pašildytu romu ir uždegamas.

**POCHER** (pranc., skait. *pošer*). Produktų terminio ruošimo būdas vandenyje esant palyginti neaukštai temperatūrai. Šiuo būdu dažniausiai kepa kiaušiniai. Tai trumpa (3–4 min.) kulinarinė

procedūra, reikalaujanti patirties, įgudimo ir kantrybės. Angliškai taip paruošti kiaušiniai vadinami *poached eggs*, vokiškai – *poschierte Eier*, rusiškai – *poširovanyje jaica*.



**POCHLIOBKA** (rus. *похлебка*). Tiršta tradicinė rusiška sriuba, gaminama iš mėsos sultinio su koše, bulvėmis, pomidorų tyre, mėsos gabalais. Iki Petro I laikų, kai buvo įvestas žodis *sup*, *pochliobka* buvo vadinamos visos sriubos.

**PODAGRA** (gr. – kojų spąstai). Liga, kurią sukelia purininių medžiagų apykaitos sutrikimas. Pirminė podagra serga vidutinio amžiaus vyrai, ypač mažai judantys, valgantys daug purinų turinčio maisto (žuvų, riebios mėsos), vartojantys daug alkoholinių gėrimų. Antrinė podagra prasideda apsinuodijus švinu, sergant kraujo ir kt. ligomis. Sergant podagra, šlapimo rūgšties druskos (uratai) kaupiasi kremzlėse, sąnarių dangaluose, sausgyslėse, kauluose. Pažeidžiami sąnariai, juos labai skauda. Pakyla temperatūra. Priepuolis trunka keliolika valandų, sąnarys deformuojasi. Gydoma dieta, nuskausminamaisiais ir kt. vaistais.

**POLENTA** (it.). Italų patiekalas – košė, gaminama iš kukurūzų arba ryžių (miltų arba smulkių kruopų), kepama užbarstyta tarkuotu fermentiniu sūriu. Korsikoje *polenta* gaminama iš valgomųjų kaštainių. Dar vad. *mamalyga*.

**PULQUE, PULKĖ** (isp.). Meksikiečių nacionalinis alkoholinis gėrimas, gaminamas iš kai kurių agavos veislių sulčių. Alkoholio kiekis – apie 6 proc.



**POMIDORAS** (*Lycopersicon esculentum*).

Bulvinių šeimos augalo vaisius. Jo populiarumas išaugo praėjusio šimtmečio pradžioje. Maistinė-fiziologinė vertė priklauso nuo kai kurių maisto medžiagų, ypač nuo karotino ir vitamino C. Juose taip pat yra nemažai oksalo rūgšties, vitaminų ir kt. Pomidorai vartojami kaip garnyras ir žaliava vegetariškiems valgams. Iš jų gaminamos sriubos, salotos, padažai, jie įeina į daugelio patiekalų priedų sudėtį. Pomidorų sultys yra vertingas gaivusis gėrimas, ypač su rūgusiu pienu, kuris vartojamas kaip priedas prie salotų. Pomidorai – kečupo gamybos žaliava.

**POMIDORŲ KONCENTRATAS**. Fabrikuose pagaminta pomidorų tyrė, kurios masėje sausų medžiagų kiekis siekia 30–40 proc.

Naujausia gamybos technologija leidžia pagaminti produkciją, labai artimą šviežiems pomidorams. Tyrė vartojama padažams ir sriuboms pagardinti.



**POMIDORŲ PADAŽAS** (pranc. *sauce tomate*, skait. *tomat*). Gaminamas iš sviesto arba aliejaus, pomidorų tyrės, lašinių, svogūnų, prieskoninių daržovių ir miltų. Pateikiamas prie kiaušinių, žuvų, mėsos ir daržovių patiekalų, pvz., omletas *Rigoletto*, lydeka *Orly*, ėriuko mėsos kotletai *Carême*, žiediniai kopūstai *Rebeka*. Priklausomai nuo priedų, gali būti įvairių rūšių: Alžyro padažas (*sauce algérienne*, skait. *alžerjan*), paskanintas troškintomis saldžiosiomis paprikomis; Klermonto padažas (*sauce Clermont*, skait. *klermon*), paskanintas sukapotomis petražolėmis; Montebelo padažas (*sauce Montebello*), paskanintas Bearno padažu; Navaros padažas (*sauce Navarraise*, skait. *navarez*), paskanintas česnaku ir kapotais žalėsiais; Ruzvelto padažas (*sauce Roosevelt*, skait. *ruzvelt*), su obuolių musu ir citrinų žievelių juostelėmis.

**POMIDORŲ TYRĖ.** Susmulkinti ir sumalti pomidorai su konservantais, supilti į butelius arba indelius. Tai geras priedas gaminant padažus arba sriubas.

**POMMES DE TERRE** (pranc., skait. *pom de ter*). Prancūziškas bulvių pavadinimas (žemės obuoliai). Kasdienėje kalboje *de terre* praleidžiama, pvz., *pommes frites*. Dar žr. **BULVĖS**.

**PONLEVEKAS** (pranc. *pont-l'Évêque*; *Pont-l'Évêque* – vietovė Šiaurės vakarų Prancūzijoje). Prancūziškas fermentinis, brandintas, pusminkštis, gelsvas sūris balsvai rusva valgoma plėvele. Gaminamas iš karvių pieno Normandijos vienuolynuose jau nuo XII a. Tai švelnaus, malonaus, panašaus į riešutus skonio sūris. Gaminamas stačiakampio formos gabalais po 280–320 g.



**PORAS DARŽINIS** (*Allium ampeloprasum* L.). Amarilinių šeimos dvimetė daržovė, ropelė: cilindriškos, prie pagrindo truputį papūstos formos. Lapai, kaip ir česnako, linižiški. Jauni lapai valgomi, bet maistui daugiausia vartojama apatinė sustorėjusi kojelės dalis. Daržinis poras saldoko skonio, valgomas šviežias, virtas ir džiovintas. Jo dedama į mėsos valgius, padažus. Virtus arba troškintus galima patiekti atskirai prie mėsos patiekalų.

**PÖRKÖLT** (vengr.). Vengriškas troškinyš (ragu) iš mažų ėrienos, avienos, vištienos ar kt. mėsos gabaliukų, dažnai gaminamas su perlinėmis kruopomis.



**PORRIDGE** (angl., skait. *poridž*). Anglų pusryčių valgis – košė, gaminama iš avižinių arba kvietinių dribsnių (arba miltų), išvirtų vandenyje, valgoma užbalinta pienu.

**PORTERINĖ** (lenk. *porterówka*). Porterio degtinė, gaminama iš porterio alaus. Porteris sumaišomas su kitos rūšies tamsiu alumi, pridedama truputį cukraus ir pusė tūrio spirito (spiritas pilamas į alų, bet ne atvirkščiai). Po kelių dienų perkošta degtinė išpilstoma į butelius. Ilgiau išlaikyta degtinė skanesnė.

**PORTERIS**. Angliškos kilmės originalus alus, stiprus, tamsus, viršutinės fermentacijos. Gaminamas daugelyje pasaulio šalių, tarp jų ir Lietuvoje. Misoje yra 18 proc. fermentuojamų medžiagų, alkoholio – 4–6 proc.

**PORTO**, žr. **PORTVEINAS**.

**PORTUGALIJOS VYNAS**. Šalyje mėgstami saldūs, jauni, trumpai brandinti raudonieji, baltieji, rožiniai, lengvai putojantys *Vinhos Verdes* („žalieji vynai“). Tačiau pasaulyje Portugalija žinoma maderomis, portveiniais. Vynininkystė šalyje užima svarbią vietą: vynuogėmis

užsodinti didžiausi žemės plotai (palyginti su kitomis kultūromis), vynas yra svarbi eksporto prekė. Vynuogės auginamos visoje Atlanto vandenyno pakrantėje į šiaurę nuo Lisabonos, taip pat salose. Madeira, Portas, Koimbra, Težo bei Douro upių slėniai garsūs vynuogynais ir vynais.

Šalyje dažniausiai auginamos originalių veislių *Alfrocheiro Preto*, *Alvarinho*, *Avesso*, *Baga*, *Bastardo*, *Bual*, *Louveiro*, *Malmsey*, *Sercial*, *Tinta Roriz*, *Touriga Nacional*, *Verdelho* vynuogės.

Portveinas – stiprus (alkoholio 20 proc.) baltasis, dažniausiai saldus vynas, pasižymintis rausva spalva, karamelės bei uogų aromatu, saldymedžio uogų ir cinamono skoniu. Populiariausios rūšys: „Aloirado“, „Aloirado Claro“, „Tinto“. Maderos vynai – taip pat stiprūs, baltieji. Gali būti ne tik desertiniai, bet ir sausi, pusiau sausi. Geriami prieš valgį arba prieš saldžiųjų patiekalų. Garsus „Mateus Rosé“ vynas, o „Tavel“ – tikrai puikus. Portugalijoje gaminama ir kitų vertingų vynų: „Alentejo“, „Aliança“, „Aveleda“, „Barca Velha“, „Buçaco“, „Bucelas“, „Capa Velha“, „Dão“, „Pagosta“, „Raposeira“, „Velha“. Porto regione ir kitur gaminami vyno distiliatai – brendžiai. Pvz., puikus brendis „Bagaco“. Dar žr. **MADERA, PORTVEINAS, DÃO**.

**PORTUGALŲ VALGIAI**. Portugalijoje, kaip ir kitose Viduržemio jūros šalyse, valgoma daug daržovių, jūrų gėrybių. Maistas gardinamas prieskoniais. XV a. portugalai atvežė į Europą prieskonius: kalendrą, papriką, karį, imbierą, cinamoną, vanilę, šafraną. Be to, iš Kinijos, Etiopijos, Pietų Amerikos, Japonijos atsivežė ryžius,

arbatos, kavos pupelių, ananasų, bulvių. Atlanto vandenyne gausu žuvų ir jūrų gėrybių. Jos populiarios portugalų kulinarijoje, ypač menkės, sardinės, jūros ešeriai, skumbrės, aštuonkojai, kalmarai, krabai, krevetės. Portugalijoje mėgstamos tirštos sriubos, pvz., *Caldo verde*. Žinoma, valgoma ir mėsos patiekalų: jautienos kepsnys *bife a Portuguesa*, ant iešmo kepti avienos ir ėrienos patiekalai *espetas*.

Kiauliena yra ypatingo skonio, ypač jeigu kiaulės buvo šeriamos ažuolų gilėmis. Puikaus skonio ir kiaulienos dešros. Mėgstama paukštiena: *Tripas à moda do Porto*, patiekalas iš vištienos, jautienos, dešros, rūkyto kumpio, pupelių ir prieskonių, – portugalų patiekalų įvairovės viršūnė. Portugalai didžiuojasi ožkų sūriais *Alentejo* ir socialiais desertais, kurių pagrindas – kiaušiniai. Tradicinis ryžių pudingas *arroz doce*. Portugalų jūreiviai išrado marmeladą, todėl jis dažnai puikuojasi ant pusryčių stalo. Kava Portugalijoje dievinama taip pat kaip Turkijoje ar Italijoje. Geriama daug alaus, vyno, populiarūs figų degtinė, brendis, likeris.

**PORTVEINAS** (Porto vynas). Dažniausiai desertinis, raudonasis arba baltasis portugalų vynas iš Duaro upės apylinkių. Pavadinimas kilęs iš šių apylinkių uosto Porto. Gaminamas iš vietinių vynuogių (*Bastardo*, *Tinta Roriz*, *Touriga Nacional*) ir vyno distiliato. Pastarasis padeda pasiekti iki 20 proc. stiprumą. Vynininkystės ūkiuose (Adega) vynuogės kartu su žievelėmis ir kekių šakelėmis smulkinamos ir cisternose rauginamos 2–3 paras. Rauginimo trukmė priklauso nuo to, kokio vyno norima: saldaus,

pusiau saldaus ar sauso. Kai cukraus sumažėja iki norimo kiekio, vynas spirituojamas, kupažuojamas ir brandinamas didelese statinėse 3–30 metų. Pats paprasčiausias vynas „Ruby Port“ brandinamas 3 metus, kupažinis „Tawny Port“ – 4–10 metų, o prestižinis „Vintage Port“ brandinamas statinėse ir buteliuose 10–30 metų. Populiariausias desertinis portveinas pasižymi rausva ugnies spalva, karamelės bei uogų aromatu, saldymedžio uogų, cinamono skoniu. Geriamas 15–18 °C kaip aperityvas, virškinimui pagerinti, prie desertų, saldžių kepininių.

**POSSET** (pranc.). Baro gėrimas, gaminamas iš pieno ir baltojo vyno arba alaus.

**POT-AU-FEU** (pranc., skait. *potofio*). Populiarus prancūzų virtuvės patiekalas, susidedantis iš 2 komponentų – sultinio ir mėsos gabalų su įvairiomis daržovėmis. Paprastai vartojama jautiena ir vištienos subproduktai. Su mėsa patiekama kornišonų, garstyčių arba tarkuotų krienių, padažų (krienių, pomidorų). Kai kuriuose Prancūzijos regionuose vietoj jautienos vartojama veršiena arba aviena.

**POULARDE**. Tam tikros veislės viščiukų pavadinimas.

**POUSSE-CAFÉ** (pranc.). Baro gėrimas, sutaisomas iš įvairių gėrimų (pvz., iš vyšnių, mėtų, apelsinų likerių, degtinės). Atsargiai, kad nesusimaišytų, gėrimo komponentai pilami sluoksniais vienas ant kito į aukštas skaidraus ir lygaus stiklo taures su kojelėmis.

**POŽARSKIO KOTLETAI.** Kapotos vištienos mėsos kotletai, pavolioti džiovėsių miltuose, iškepti riebaluose, patiekiami su daržovėmis (žaliaisiais žirneliais, žiediniais kopūstais).

Patiekalo pavadinimas kilęs iš jo autoriaus, Rusijos bajoro Dimitrijaus Požarskio (1578–1642) pavardės.

**PRAEIVĖS ŽUVYS.** Dauguma žuvų, kurios gyvena jūrose, o neršti keliauja į upes ir ežerus. Kai kurios atvirkščiai – gyvena upėse ir ežeruose, o neršti migruoja į jūras. Daugelis jų per neršto migracijas nesimaitina, naudoja organizme sukauptas medžiagas (pvz., lašišos, silkės). Dauguma praeivių žuvų (pvz., lašišos, eršketai, unguriai, silkės, žiobriai) yra svarbus verslo objektas. Lietuvos vandenyse gyvena šios praeivės žuvys: upinė ir jūrinė nėgė, žiobris, perpelė, šlakis, ungurys, atlantinis eršketas, Baltijos lašiša, didstintė.



**PRALINÉ** (pranc. *praliné*, skait. *praline*; vok. *Pralinen*).

1) Apcukrintas ir paspragintas migdolas;  
2) šokolado gaminių pavadinimas, kilęs nuo jo išradėjo – prancūzų kulinaro Praleno pavardės. Tai šokoladiniai saldiniai su įvairių įdaru: kremo saldiniai – įdaras iš cukraus ir krakmolo

sirupo, nudažytas ir aromatizuotas; stambūs saldiniai – šokolado mišinys su nuga, paskaninta migdolais ir riešutais; desertiniai saldiniai – įdaryti kieta (marcipanais, persipanais, nuga) arba skysta mase (degtine, likeriu, romu).

**PRANCŪZIJS VYNAS.** Vynininkystė Prancūzijoje turi senas tradicijas ir diktuoja vyno gamybos bei vartojimo madas. Pagal vyno gamybą ir išaugintų vynuogių kiekį Prancūzija užima vieną pirmųjų vietų pasaulyje. Čia auginamos žinomos vynuogių veislės: *Cabernet*, *Cabernet Franc*, *Cabernet Sauvignon*, *Chardonnay*, *Chenin Blanc*, *Cinsault*, *Gamay*, *Grenache*, *Pinot Noir*, *Syrah*, *Sémillon* ir daugelis kitų. Vyno gamyba išplitusi beveik visoje šalyje, tačiau kai kurie regionai itin išsiskiria aukštos kokybės originaliais vynais.

Bordo sritis garsi „Bordeaux“, „Bordeaux Blanc“, „Cabernet Sauvignon“, „Entre-Deux-Mers“, „Cinsault“, „Lussac-Saint Emilion“, „Médoc“, „Pinot Blanc“ ir daugeliu kitų vynu.

Paminėtini Burgundijos vynai:

„Beaujolais“, „Beaujolais Nouveau“, „Bourgogne“, „Chablis“, „Châteauneuf-du-Papė“, „Chenas“, „Gamay“, „Pinot Blanc“, „Pinot Noir“, „Pommard“.

Ronos upės slėnį garsina „Côtes du Rhône“, „Gigondas“, „Tavel Rosė“ ir daugelis kitų puikių vynu. Luaros upės apylinkėse gaminami rausvieji ir putojantys vynai. Be šių, pažymėtini „Cremant“, „Rosė d’Anjou“. Langedokas ir Rusijonas didžiuojasi „Côteaux Languedoc“, „Côtes du Rousillon“. Šampanėje gaminamas pasaulyje garsus putojantis vynas – šampanas



„Champagne“ arba „Champagne Blanc“. Originalius vynus gamina Korsika, Provansas, Gaskonija, Pietų Prancūzija. Vynų ir jų produktų gamybą kontroliuoja valstybės komisija (*Appellation d'Origine Controlée* – AOC), todėl prancūziški vynai pasižymi gera kokybe. Tai rodo vyno butelių etiketės, kuriose nurodomi derliaus metai, gamintojas, kilmė, alkoholio kiekis. Taip pat pridedamas užrašas „Mis en bouteille au Château...“, t. y. šis vynas pagamintas iš nurodytame vynininkystės ūkyje išaugintų vynuogių. Dažniausiai pats ūkis vyną ir realizuoja (pranc. *Château* – pilis, dvaras, šiuo atveju vynininkystės ūkis).

Šalyje gaminami puikūs vyno distiliatai: konjakai, brendžiai, vaisių ir uogų vynai ir jų distiliatai.

Dar žr. **BORDO, BOŽOLĖ, KONJAKAS, ŠABLIS, ŠAMPANAS, KALVADOSAS.**

**PRANCŪZŲ VALGIAI.** Kulinarijos menas garsus visame pasaulyje. Prancūzai nuo seno žinojo, kad gerai pagamintus, skoningai papuoštus, aromatingus, saikingai, gerai nusiteikus vartojamus patiekalus organizmas gerai ir įsisavina. Prancūziški valgiai ir gėrimai yra tapę pasaulio kulinarijos etalonu. Rytai prancūzai valgo duoną, ragelius su sviestu, geria kavą. Antrieji pusryčiai (*dejeuner de midi*) būna gausesni. Per pietus (*dinèr*), kurie būna vakarėjant, valgoma sriuba, antrieji patiekalai, saldumynai. Prancūzai mėgsta šaltuosius ir karštuosius užkandžius ir šaltuosius patiekalus: pakepintą duoną (*canapé*), salotas su majonezu arba alyvų aliejaus ir acto padažu, žuvis ir mėsos patiekalus. Paplitusios skaidrios ir pertrintos sriubos.

Jos valgomos su duona.

Tirštos sriubos (*consommé*) verdamos su mėsa, žuvimi, daržovėmis, miltų gaminiais, kiaušiniai. Žuvų patiekalai gaminami iš upėtakių, karpį, lašišų, ungurių, plekšnių, kurios verdamos vyne, aluje, pievagrybių sultinyje, prieskoninių daržovių bei aromatinių žolių nuovire. Plačiai vartojami bestuburiai vandens ir sausumos gyviai: austrės, krabai, omarai, kalmarai, midijos, sraigės, varlės. Mėgstami grybai: pievagrybiai, voveraitės, triufeliai. Mėsiškus valgius prancūzai gamina įvairiai: verda, troškina, kepa, apkepa. Tai didkepsniai su riebaluose keptomis bulvėmis (*fri*), pikantiški ragu iš jautienos, veršienos arba avienos, antrekotai, *tournedos*, eskalopai, šniceliai, taip pat žvėrienos ir laukinių paukščių patiekalai. Labai daug vartojama daržovių, ypač šparagų, vaisių. Didelę reikšmę prancūzai teikia padažams. Jie sako, jog reikia gimti talentingam, kad pagamintum gerų padažų. Jų gamybai vartojami įvairūs prieskoniniai ir vynas. Labai įvairūs saldieji patiekalai. Tai drebučiai, kremai, putėsiai, pyragaičiai, tortai. Prancūzai geria daug labai geros kokybės vyno, konjako, brendžio, kalvadoso, šampano, likerio. Dauguma jų kilę iš prancūzų tradicijos.

**PRERIJŲ OLSTERIS.** Baro gėrimas, gaminamas iš pomidorų tyrės, kiaušinių trynių, degtinės ir cherso. Dedama ir prieskonių: Vorčesterio padažo, acto, druskos, pipirų, paprikos. Gėrimas prieš geriant gali būti sumaišomas arba nesumaišomas.

**PRESSWURST** (vok.). Vokiška virta, rūkyta dešra, gaminama iš šoninės ir galvos mėsos, subproduktų, kraujo ir odos. Jos skonis aštrokas, nemažai prieskonių.



**PRIESKONIAI.** Augalai arba jų dalys, dažniausiai džiovinti, vartojami maistui arba gėrimams paskaninti. Šiais laikais kaip prieskoniai vartojamos vietoje išaugintų arba iš kitų šalių įvežtų prieskoningų augalų dalys: šaknys (imbieras), žievė (cinamonas), lapai (lauro lapai), žiedai arba jų pumpurai (gvazdikėliai, kapariai) ir vaisiai bei sėklos (pipirai, muskatas, vanilė ir kt.), taip pat vadinamieji virtuvės prieskoniai. Prieskonių aštrumas priklauso nuo juose esančių eterinių aliejų ir alkaloidų, kurie teigiamai veikia apetitą. Susmulkinti prieskoniai greičiau išsikvepia ir praranda vertę.

**PRIESKONINĖS DARŽOVĖS.** Daržovių rinkinys (morkos, pertražolės, salierai, porai, itališki kopūstai (*Brassica oleracea* var. *Sabauda*), vartojamas verdant sultinius ir kt. sriubas, troškinant mėsą, ypač žvėrieną. Nuvalytos daržovės paprastai dedamos pusiau išvirus ar ištroškinus produktus, o kopūstai sudedami proceso pabaigoje.

**PRIESKONINĖS ŽOLĖS.** Žoliniai prieskoniai, labai svarbūs kulinarijoje. Itin gausiai vartojamos prancūzų, italų, taip pat Rytų šalių kulinarijoje, suteikia patiekalams „galutiną“ skonį ir aromatą. Įžymus kulinaras Liusjenas Tendre (Lucien Tendret) yra pasakęs: *Grožiui išreikšti dailininkas naudoja spalvas, muzikas – garsų gamą, o kulinaras – kvapų ir skonių gamą.*

Prieskoniai suteikia valgams ne tik skonį bei kvapą, bet ir pagerina jų virškinamąją vertę vitaminais, mineralinėmis medžiagomis, aktyvina skrandžio sulčių išsiskyrimą. Tai pagrindė žinomas prancūzų teisininkas, gurmanas Žanas A. Brillat-Savarinas. Toliau šią mintį plėtojo rusų gydytojas I. Pavlovas. Kulinarijoje dažniausiai vartojamos šios prieskoningės žolės: bazilikas, čiobrelis, darželinis dašis, kmynas, krapas, laiškis svogūnas, mairūnas, mėta, peletrūnas, raudonėlis, rozmarinas, šalavijas.



**PROFITEROLES** (pranc., skait. *profiterol*). Profitoliai, maži tešlos kepiniai, dažniausiai patiekiami su sultiniais.

**PROSECCO.** Putojantis itališkas vynas, kildinamas iš Venecijos ir gaminamas

iš *Prosecco* veislės vynuogių. Tai gelsvos spalvos, aromatingas, elegantiškas vaisių skonio gėrimas. Vartojamas atšaldytas prie įvairių patiekalų ir kaip aperityvas.

**PROSTETINĖ GRUPĖ** (gr. *Prostheta* – pridėtinis). 1) Nebaltyminis sudėtinių baltymų (proteinų) komponentas: gali būti angliavandenis, lipidas, nukleino rūgštis, flavino mononukleotidas, geležies protoporfirinas, varis, cinkas, magnis; 2) kofermentas, kuris per visą katalizę būna prisijungęs prie baltyminės fermento dalies – apofermento.

**PROTEIDAI, PROTEINAI, žr. BALTUMAI.**

**PROVANSO, žr. ALYVUOGIŲ ALIEJUS.**

**PROVANSO PADAŽAS.** Šiltas padažas, gaminamas iš riebaluose pakepintų miltų tyrės, pakepintų svogūnų, pomidorų tyrės, rausvo sultinio. Paskaninamas trintu česnaku, druska ir pipirais. Pateikiamas prie mėsos, paukštienos ir žuvies patiekalų.

**PROVENČALE,** À la (pranc. – provansiškai). Mėsos, paukštienos, žuvies patiekalų gaminimo būdas, kai vartojami pomidorai ir česnakas.

**PROVITAMINAS A,** pigmentas, žr. **KAROTINAS.**

**PROVOLONĖ** (it. *Provolone*; it. *provola* – buivolių pieno sūris). Pusketis, balsvas itališkas karvių pieno sūris. Dažnai vartojamas įvairiems patiekalams gaminti.

**PUCHERO** (isp., skait. *pučero*). Populiarus ispanų vieno valgio patiekalas, gaminamas iš mėsos (jautienos, avienos, paukštienos) gabalų, daržovių (žaliųjų žirnelių, pupelių, kopūstų, paprikos ir kt.). Labai panašus į lenkų bigosą.



**PUDINGAS** (angl. *pudding*). Saldus šiltas angliškos kilmės patiekalas. Žinomi abrikosų, obuolių, braškių, aviečių, slyvų, kitų vaisių pudingas. Dar gaminami duonos, grikių, karamelės, ryžių, šokolado pudingas. Jie pateikiami užpilti šiltu padažu arba kremu. Gali būti ir su vaisių sultimis. Dar žr. **PLUM PUDDING.**

**PUERTO RIKO ROMAS, žr. ROMAS.**

**PŪGŽLYS** (*Gymnocephalus cernua*). Ešeržuvių (*Persiformes*) būrio žuvis. Paplitęs Eurazijos šiaurinės dalies vandenyse. Kūnas 10–15 cm (kartais iki 30 cm) ilgio, masė – 20–25 g (kartais iki 200 g), gelsvas arba rusvai žalsvas. Minta kitų žuvų ikrais. Daugelio plėšriųjų žuvų maistas. Pūgžlių daugiausia sužvejojama Kuršių ir Kauno mariose. Pūgžlio žuvienu skani, balta, tačiau dėl daugybės kaulų jos kepti netikslinga. Iš pūgžlių verdama skani žuvenė.

**PŪKUČIAI.** Lietuviškas patiekalas. Maltos kiaulienos (kumpio, nugarinės) kotletai. Mėsa sumalama su pakepintais svogūnais. Į masę įmušamas kiaušinis, įpilama sultinio ir gerai išmaišoma. Padaryti kukuliai suvilgomi kiaušinio plakiniu, pavoliojami pyrago kubeliuose (5x5 mm) ir iškepami.



**PŪKUOTOJI VYŠNIA** (*Prunus tomentosa*). Veltininė vyšnia, erškėtinių šeimos vyšnių genties vaiskrūmis. Savaimė auga Rytų Azijoje. Auginama Kinijoje, Japonijoje. Krūmai 1,5–2,5 m aukščio, lapai ovalios formos, tamsiai žali, apatinė pusė pūkuota. Žiedai balti, smulkūs. Vaisiai apie 12 mm skersmens, raudoni, minkštimas sultingas, saldus, kauliukas mažas, lygaus paviršiaus. Vaisiai valgomi švieži, tinka kompotui. Lietuvoje augina sodininkai mėgėjai.

**PULPA** (lot. *pulpa* – minkštimas).

1) Skystis su jame esančiomis suspenduotomis kietomis dalelėmis;  
2) smulkinti vaisiai arba uogos, apdoroti sieros dioksidu (sulfituoti), siekiant juos laikinai apsaugoti nuo mikroorganizmų sukeliama gedimo.

**PULPETAI** (it.). Riešuto dydžio maltos mėsos, subproduktų, žuvies, bandelės

su riebalais rutuliukai su kiaušinių bei prieskonių priedais. Gali būti valgomi kaip priedai su sultiniais, skaidriomis sriubomis arba naudojami atskiriems patiekalams gaminti su bulvėmis ir padažais.

**PUNŠAI.** Populiari karštų baro gėrimų (boulių) rūšis. Gaminami iš 5 sudedamųjų dalių: vyno, romo (arba arako), cukraus, vandens, arbatos. Gėrimas dar paskaninamas cinamonu ir gvazdikėliais. Kai kurie punšai (pvz., *krambambulis*, *gliuveinas*) gaminami svečių akivaizdoje, atliekant tam tikras ceremonijas. Pavadinimas kilęs iš sanskrito žodžio *panča*, t. y. penki. Gėrimas į Europą atkeliavo XVI a., kai anglai jo receptą parsivežė iš Indijos. XVII–XIX a. punšai buvo plačiai vartojami.

**PUNŠO PADAŽAS.** Saldus, šiltas padažas, gaminamas iš miltų, sviesto, vyno, citrinos žievelės, cukraus ir romo; galima sutirštinti kiaušinio tryniu. Pateikiamas prie saldžiųjų patiekalų, dažniausiai pudingų.



**PUPA** (*Vicia faba*). Ankštinių šeimos vienmetis žolinis augalas.

Kilusi iš Viduržemio pajūrio šalių. Auginama Europoje, Azijoje, Afrikoje, Lietuvoje – dažniausiai kaip pašarinis augalas. Jos stiebas status, lapai poromis priešišškai plunksniški, žiedai balti. Vaisius – ankštis nuo 4 iki 20 cm ilgio (priklauso nuo veislės). Sėklos stambios, plokščios, įvairių veislių skirtingos spalvos: šviesiai rožinės, žalios, rudos, tamsiai violetinės. Pupos – labai sena kultūra, jų randama geležies ir bronzos amžių iškaskenose. Pupos labai maistingos: jose daug baltymų (iki 35 proc.) ir angliavandenių (55 proc.), aminorūgščių, vitaminų C, B. Maistui vartojamos virtos subrendusios arba nesubrendusios pupos. Iš jų gaminami ir konservai. Afrikoje šalyse pupos malamos, iš jų kepama duona, paplotėliai.



**PUPELĖ** (*Phaseolus*). Ankštinių šeimos vienmečių ir daugiamečių žolių, rečiau puskrūmių gentis. Žinoma 150 rūšių, savaime augančių tropiniuose ir subtropiniuose rajonuose. Labai plačiai auginamos Indijoje, Meksikoje, Kinijoje, Europoje. Daržinė pupelė (*Phaseolus vulgaris*) kilusi iš Pietų ir Vidurio Amerikos. Tai vienmetis 20–45 cm (krūminė) arba iki 3 m (vijoklinė) augalas. Vaisius – 7–28 cm ilgio ankštis

su 2–10 sėklų. Jos turi iki 30 proc. baltymų, iki 3,6 proc. riebalų, be to, vitaminų, karotino. Vartojamos maistui. Žalios ankštys ir žalios sėklos konservuojamos, maistui vartojamos virtos, keptos, šaldytos. Šalyse, kur trūksta mėsos, ji iš dalies pakeičiama pupelių sėklomis.

**PUSIAU RIEBUS SŪRIS.** Sūris, kurio sausoje masėje yra 20 proc. riebalų.

**PUTA.** Dispersinė sistema iš dujų (oro) burbuliukų, atskirtų plona skysčio plėvele, išplaukianti į skystų produktų paviršių termiškai apdorojant. Puta yra dažniausiai nepageidaujamas elementas kulinarijoje, todėl reikalaujama ją kuo greičiau pašalinti. Putų atsiradimas reišia, kad pasirinkti nevisiškai tinkami produktai arba pažeista gamybos technologija. XVIII–XIX a. į putų atsiradimą buvo žiūrima kaip į faktą, pabloginantį gaminio išvaizdą ir aromatą. Šiais laikais prie šių teiginių dar prisideda higiena ir profilaktika. Be to, pastebėta: jeigu gaminant nuo valgio pašalinamos putos, jo skonis pagerėja.



**PUTINAS PAPERASTASIS** (*Viburnum opulus* L.). Sausmedinių šeimos krūmas. Lapai triskiaučiai, žiedai balti, susitelkę

plokščiais, pusiau skėtiškais žiedynais. Putino raudonose uogose yra cukraus, organinių rūgščių, pektinų, vitaminų C ir P. Uogos valgomos žalios, iš jų verdami kompotai, kisieliai, želė, daromas įdaras pyragams, gaminamas marmeladas, pastilės.



**PUTOJANTYS VYNAI.** Tiesioginės fermentacijos gėrimai (dažniausia balti), turintys daug angliarūgštės – anglies dioksido (CO<sub>2</sub>). Šiai grupei priskiriamas šampanas, taip pat Prancūzijoje ir kitose šalyse gaminami vynai. Jie gaunami pakartotinai rauginant buteliuose arba rezervuaruose natūralius tam tikrų vynuogių veislių vynuogių arba jų mišinių vynus. Antrinio rūgimo metu išsiskiria angliarūgštė. Šį procesą atskleidė vienuolis, tėvas benediktinas Pierre'as Feriquonas (1638–1715). Dabartinais laikais paplitę putojantys gėrimai, prisotinti angliarūgšte esant 20 °C temperatūrai ir 3 atm slėgiui, tačiau jie neprilygsta tikriesiems putojantiems vynam. Putojantys vynai yra populiarūs pasaulyje. Visų pirma tai šampanas, taip pat vokiškas „Sekt“, itališkas „Spumante“, ispaniškas „Cava“ ir kiti, gaminami ir Lietuvoje iš atvežtų vynu (Alytuje nuo 1980 m., Kaune).  
Dar žr. **ŠAMPANAS, VYNAS.**

**PUTONAS** (vengr. *puttonos*). Vengrijos vynininkų naudojamas tūrio matas, reiškiantis statinės (pintinės) tūrį, į kurį telpa 12,5 kg sausų vynuogių. Terminas nusako ir vyno kokybę. Pvz., nuoroda *keturių putonų Tokajus* reiškia, kad vienai statinei vyno (140 l) sunaudoti 4 putonai, t. y. 50 kg vynuogių. Kuo daugiau putonų nurodoma, tuo geresnis ir saldesnis vinas minimas (maksimalus putonų kiekis – 6).



**PUTPELĖ** (*Coturnix coturnix*). Fazaninių šeimos paukštis. Paplitusi Eurazijoje ir Afrikoje. Kūno ilgis apie 17 cm, masė – 110 g. Margai rusva, su rudomis skersinėmis juostelėmis. Panaši į jauną kurapką. Viršugalvyje trys šviesūs balsvi dryžiai, kaklas juosvas. Patelės pakaklėje nėra juodumo, o krūtinė ne ruda, bet balsvos spalvos. Putpelių Lietuvoje pastaraisiais metais labai sumažėjo. Daug jų žūsta skridamos iš Afrikos per Viduržemio jūrą, taip pat dėl žemės ūkio mechanizacijos, chemizacijos darbų. Putpelės į Lietuvą parsikrenda balandžio pabaigoje – gegužės pradžioje, išskrenda rugpjūčio ir rugsėjo mėnesį, gyvena laukuose, sausose pievose. Lizdą suka ant žemės, deda 7–14 rudai gelsvų dėmėtų kiaušinių. Minta sėklomis, grūdais, vabzdžiais. Putpelės medžiojamos, tačiau jų sumedžiojama labai mažai. Keptos putpelės, kaip ir kurapkos, yra delikatesas.



**RABARBARAS** (*Rheum rhaponticum*).

Rūgtinių (*Polygonaceae*) šeimos daugiametis žolinis augalas. Šakniastiebis trumpas, šaknys stambios, mėsingos. Lapai stambūs, ilgais sultingais lapkočiais. Valgomi tik jauni lapkočiai. Jie turi obuolių, rūgštynių ir kitų organinių rūgščių. Šaknys vartojamos alkoholiniais gėrimams (pvz., „Trejoms devynerioms“, vynui), o lapkočiai – kompotams, želė, sultims, marmeladams gaminti.

**RABARBARŲ SRIUBA.** Vaisių sriuba, gaminama iš virtų ir pertrintų rabarbarų, sutirštinta miltų tyrele, paskaninta (nukėlus nuo ugnies) grietine, cukrumi arba druska. Patiekama karšta arba šalta su skrebučiais arba kukuliais.

**RACHAT-LUKUMAS** (arab.). Saldus Rytų skanumynas, populiarus arabų ir senovėje Turkijos valdytose šalyse. Čia kiekvienoje parduotuvėje ar cukrainėje galima gauti jau gatavą produktą, pagamintą iš kviečių arba ryžių krakmolo, bulvių sirupo su cukrumi, pigmentais, kvapiosiomis medžiagomis. Paprastai būna kubelių formos, pabarstyti cukraus milteliais. Pavadinimas kilęs iš dviejų arabų kalbos žodžių: *rahat halkum* – gerklės nuraminimas.

**RACHEL.** (skait. *rašel*). Elisabeth Rachel-Felix (1821–1855), prancūzų balerina, gurmanė, sukūrusi valgių receptų. Pavyzdžiui:

- 1) Paukštiesenos sultinys á la Rachel. Koncentruotas paukštiesenos sultinys sutirštinamas tapioka ir patiekiamas su priedu, pagamintu iš jautienos kaulų čiulpų ir smulkiais juostelėmis supjaustytų artišokų sustorėjusios dalies. Taip paruošta masė užtepama ant pakepintų duonos riekių (krutonų);
- 2) žuvies paruošimo būdas. Ant žuvies filė užtepama žuvies faršo, paskaninto triufeliais (trumais), susukama, ištroškinama svieste su pievagrybių sultiniu, užpilama vyno padažu, sutirštintu baravykais ir šparagų viršūnėlėmis;
- 3) smulkių mėsos gabalų paruošimo būdas, pvz. Tournedos Rachel. Iškepta mėsa patiekiamas su bordo padažu ir jaučio kaulų čiulpuose pakepintais artišokais;
- 4) Rachel padažas (Sauce Rachel). Olandų padažų rūšis, paskaninta patroškintais pomidorais. Patiekiamas prie lengvai pakeptos mėsos patiekalų.



**RACLETTE** (pranc.). Senas Alpių piemenų patiekalas, gaminamas iš pašildyto ant žarijų sūrio. Valgomas su neluptomis keptomis bulvėmis ir svogūnais.

**RAFINADAS** (pranc. *raffinée*). Kietas, išgrynintas gabalinis arba smulkus cukrus, turintis 99,9 proc. sacharozės. Seniau dar buvo gaminamas vadinamasis galvinis rafinuotas cukrus. Vartojamas namų virtuvėje, vyno pramonėje (putojančių vynu, šampano gamyboje) ir kitur.

**RAGAIŠIS.** Lietuvių patiekalas – rupių kvietinių arba miežinių miltų duona.

**RAGU** (pranc. *ragoût*). Patiekalas, pagamintas iš gabalais supjaustytos mėsos, žuvies, paukštinės, žvėrių ar laukinių paukščių mėsos. Iš šviežios mėsos (veršio, ėriuko) pagamintas ragu vadinamas *blanguette*. Labai smulkiai supjaustytos mėsos patiekalas, iškeptas krosnyje (orkaitėje), vadinamas *ragoût fin* (skait. *ragu fen*). Mėsa supjaustoma stambokais gabalais (5–6 vienai porcijai), jie pavolijami miltuose, apkepami riebaluose, užpilami sultiniu, vynu arba vandeniu ir pamažu ištroškinami su riebaluose apkepta svogūnais, daržovėmis ir prieskoniais. Taip gaminamas vadinamasis tamsus ragu (*ragoût à brun*). Šviesus ragu (*ragoût blanc*) troškina miltus pakeičiant grūstomis bulvėmis, jomis sutirština padažas. Šviesaus ragu pavyzdys – *Irish stew*.

**RAGUOLIS.** Storas sklandis iš kvietinių (grikių) miltų ir bulvių su mielėmis. Žinomas lietuvių ir pietų baltarusių valgis.

**RAKIJA.** Alkoholinis gėrimas, gaminamas iš vaisių raugo distiliato. Populiarus Balkanų šalyse. Paprastai yra anyžių, migdolų ir kt. kvapo.



**RAPSAS** (*Brassica napus*). Aliejinis griežtis, bastutinių šeimos vienmetis (vasarinis arba žieminis) augalas. Stiebas 50–150 cm aukščio. Apatiniai lapai skiautėti, viršutiniai – lancetiški. Žiedai smulkūs, geltoni, auga kekėmis. Ankštaros ilgos, turinčios iki 40 sėklų, kuriose yra iki 40 proc. aliejaus. Iš sėklų gaunamas aliejus ir išspaudos. Žieminis rapsas – geras pašaras. Kai kurių veislių rapsų žolė nuodinga. Auginamas daugelyje pasaulio šalių (iki 10 mln. ha kasmet).

Lietuvoje sėklai pradėtas auginti XX a. antrojoje pusėje.

**RAPSŲ ALIEJUS.** Aliejus, spaudžiamas iš rapsų sėklų. Savito kvapo. Spalva – nuo geltonos iki rudos. Susideda iš eruko (47–50 proc.), oleino, linoleno, eikozano rūgščių, gliceridų. Pagamintas aliejus netinka maistui. Jis privalo būti rafinuojamas – pašalinamos rūgštys. Lietuvoje rapsų aliejaus pramonė sėkmingai vystoma.

**RAREBIT** (angl., skait. *rerbit*). Patiekalas iš baltos duonos, ant kurios užtepta ir apkepta krosnyje (orkaitėje) masė iš tarkuoto sūrio, apšlakstyto alumi. Originalus anglų patiekalas – Česterio



sūris su alumi (*Chester cheese and ale*).  
Lygiareikšmis pavadinimas *Welsh rabbit*  
(skait. *velš rebit* – Velso triušis).

**RATAFIJA.** Saldžioji vaisių trauktinė  
(likeris), gaminama iš vaisių sulčių  
(dažniausiai nedistiliuojama).  
Alkoholio – 25 proc. Gėrimas vaisių sultys  
sudaro 40 proc. tūrio. Spalva priklauso  
nuo sulčių kilmės.

Namų sąlygomis gali būti gaminama  
iš sezoninių sirpstančių vaisių, kuriais  
indas nuolat papildomas (pvz., prisirpsta  
trešnės – dedama, prisirpsta braškės –  
jomis papildoma, vyšnios – vėl  
papildomai dedama vis pabarstant  
cukrumi), užpilama spiritu.  
Gėrimas žinomas daugelyje šalių.  
Pavadinimas kildinamas iš prancūzų  
kalbos.

**RATATOUILLE** (pranc., skait. *ratatuj*).  
Provanso, Nicos apylinkių patiekalas,  
gaminamas iš baklažanų, aguročių,  
pomidorų, svogūnų ir šviežios paprikos  
su alyvuogėmis, česnako, petražolių  
lapelių priedu ir prieskoniais (druska,  
pipirais). Paruoštos daržovės paeiliui  
apkepamos aliejuje, sudedamos  
sluoksniais į kaistuvą ir trumpai  
patroškinamos krosnyje arba orkaitėje.

**RAUDĖ** (*Scardinius erythrophthalmus* L.).  
Žiežulė, raudonsparnė karpinių šeimos  
žuvis, paplitusi Europos, Mažosios Azijos  
pusiasalio gėluose vandenyse, Kaspijos  
ir Aralo jūros baseinuose.  
Kūnas iki 36 cm ilgio, masė – iki 1,5–2 kg,  
nors dažniausiai pagaunamos 10–20 cm  
ilgio ir 25–200 g svorio. Nugara tamsi,  
šonai sidabriški, pelekai (išskyrus

nugaros) raudoni. Išvaizda labai panaši į  
kuojos, tačiau labiau suplota ir aukštesnė.  
Neršia porcijomis, minta dumbliais,  
bestuburiais. Lietuvoje dažna ežeruose  
ir lėtai tekančiose upėse.  
Verslinė reikšmė maža. Jų žuviena labai  
kaulėta, su salstelėjusiu prieskoniu.  
Tinka žuvienei virti.



**RAUDONĖLIS** (*Origanum*). Notrelinių  
šeimos daugiamečių žolių gentis.  
Paplitęs Vakarų, Vidurio ir Pietų  
Europoje bei jos vakarinėje dalyje,  
Šiaurės Amerikoje. Lapai smulkūs,  
ovalios formos. Žiedai rausvai violetiniai  
arba šviesiai purpuriniai, susitelkę  
skėtiškėmis šluotelėmis. Labiausiai  
paplitęs paprastasis raudonėlis (*Origanum*  
*vulgare*) – medingas, prieskoninis,  
vaistinis, turintis eterinio aliejaus, daržinis  
augalas. Jų sėklose yra apie 28 proc.  
riebalų. Lietuvoje auginamas paprastasis  
raudonėlis. Vartojamas kaip prieskonis,  
pvz., gaminant picą, jo dedama į salotas,  
rūkytus mėsos gaminius.

**RAUDONIEJI BUROKĖLIAI** (*Beta vulgaris*  
*subsp. rapaceae var. rubra*). Dvimetė  
burnotinių šeimos daržovė. Kilę iš  
savaime augančių runkelių.  
Šakniavaisiai tamsiai raudoni, apvalūs.  
Jų cheminė sudėtis: cukraus – 9–16 proc.,

baltymų – 1,8–3 proc., organinių rūgščių – iki 0,9 proc., celiuliozės – 0,7–1,4 proc., pelenų – 0,8–1,3 proc., be to, turi vitaminų, ypač P. Vartojami daržovių salotoms, priedams, marinuojami, rauginami. Iš raugintų burokėlių raugalo (vadinamųjų barščių) gaminamos lietuviškos sriubos – barščiai.

**RAUDONIEJI KOPŪSTAI.** Kopūstinė daržovė, turi gydomųjų savybių – gerina žarnyno peristaltiką. Turi daug vitaminų, mineralinių medžiagų, vartojami kaip priedas prie mėsos, paukštienos, žvėrienos patiekalų. Be to, iš jų gaminamos salotos, daržovių vyniotiniai. Dar žr. **KOPŪSTAI**.

**RAUDONIEJI VYNAI.** Iš raudonųjų arba mėlynųjų vynuogių pagaminti vynai. Susmulkinta vynuogių masė fermentuojama kartu su jų žievėmis, sėklomis ir kekių šakelėmis. Dažomosios medžiagos (žievielių) ir aitrumas (šakelių) ištirpsta alkoholyje – vynas nusidažo rausva, raudona arba rubino spalva ir įgyja aitroką skonį bei sunkoką charakterį. Vynams bręstant, jų spalva keičiasi į vyšnių, granato, rubino arba plytos. Pagal tai galima spręsti apie vyno amžių. Jaunų vynų spalva pasižymi intensyvumu ir violetiškai mėlynu atspalviu. Bręstant keičiasi ir vynų aromatas, atsiranda buketas. Norint geriau jį pajusti, vynai geriama kambario (apie 18 °C) temperatūroje.

**RAUDONVIRŠIS** (*Leccinum aurantiacum*). Baravykas raudonviršis, raudonikis, baravykinių šeimos grybas. Kepurėlė 3–30 cm skersmens, oranžiškai raudona,

geltonai raudona, rudai raudona (priklauso nuo augimvietės, dirvožemio rūgštumo ir klimato sąlygų). Kotas kietas, 5–20 cm ilgio, iki 6 cm storio, apšepęs pilkais, rudais arba net juodais plaušeliais, žvyneliais. Trama (mėsa) balta, kieta, paspaudus, perpjovus arba perlaužus keičia spalvą, pasidaro pilkai melsva, pilkai violetinė, rusva arba net juosva. Auga birželio–spalio mėn. po beržais, drebulėmis, ąžuolais, pušimis. Valgomas šviežias, marinuotas, džiovintas (džiovinant juoduoja). Verdant pridėjus kiek acto, citrinos arba vyno sulčių, mažiau pajuosta. II kategorijos grybas.

**RAUGALAS.** 1. Raugu suraugintas substratas. Ruginės duonos raugalas daromas iš raugo 3–4 stadijomis, turimą raugalą vis dedant į jaunų miltų ir vandens tyrę. Taip gaminami mielių, tarpinis, pagrindinis, gamybinis raugalai. Pastarojo rūgštumas – 13–16 °T (Ternerio laipsnių). Iš miltų, vandens ir dalies gamybinio raugalo įmaišoma duonos tešla. Spirito raugalas – sucukrinta bulvių arba grūdų masė, surauginta mielių raugu. Turi 8–9 proc. etilo alkoholio. 2. Gėrimas, raugiamas iš ruginių miltų, užpiltų vandeniu. Buvo populiarus Suvalkijoje.

**RAUGAS.** Mikroorganizmų kultūra, kuri sukelia rūgimą natūraliuose substratuose, turinčiuose angliavandenių, azotinių ir kitų maistingųjų medžiagų (piene, miltų tyrėje, vaisių, uogų sultyse). Labiausiai paplitę raugai yra grynos bakterijų kultūros (pieno, propiono, sviesto rūgšties), mielės ir pelėsiniai grybai. Raugų mikroflora, patekusi į rauginamą

substratą, tinkamomis sąlygomis greitai dauginasi, sukeldami rūgštinį arba alkoholinį rūgimą. Grynų bakterijų kultūrų raugai būna skysti ir sausi. Su jais gaminami rūgštūs pieno produktai. Su mielių raugu gaminamas spiritas, vynas, alus, duonos, pyrago gaminiai, su pelėsiniais grybais – citrinos, gliukono, fumaro rūgštys, penicilinas, streptomocinas.

**RAUGERŠKIS** (*Berberis*). Raugerškinių šeimos augalų gentis, paplitusi Eurazijoje, Amerikoje. Krūmai, rečiau medeliai. Šakos rakiuotos, dažniausiai briaunuotos, lapai lancetiški, vaisius – raudona, juoda arba geltona uoga. Auginami kaip dekoratyviniai augalai. Vaisiai turtingi vitamino C. Iš jų galima gaminti uogienes, marmeladus, želė. Vartojami farmacijos pramonėje, taip pat vyno, degtinės ir likerų gamyboje.

**RAUGINIMAS**. 1. Daržovių, vaisių konservavimo būdas – konservuoja pieno rūgštis, susidariusi vykstant pienarūgščiam rūgimui. Kad pasigamintų daugiau pieno rūgštis, 1–10 dienų rauginama 15–24 °C. Paskui procesas sustabdomas (laikoma 0–4 °C temperatūroje). Kad nesidaugintų nepageidaujama mikroflora, į rauginamus produktus įdedama valgomosios druskos, rauginama žemesnėje temperatūroje, be deguonies. Be pieno rūgštis, rauginamuose produktuose dar pasigamina kitokių rūgščių, etilo alkoholio, anglies dioksido, aromatinių medžiagų, kurios suteikia raugintiems produktams būdingą skonį. 2. Maisto produktų rauginimas tam tikru raugu. Rūgštūs pieno produktai rauginami

grynų pieno rūgštis bakterijų raugu (rūgusis pienas, grietinė, varškė) ir mišriu raugu (kefyras, kumysas). Pirmuoju atveju vyksta pienarūgštis rūgimas, antruoju – pienarūgštis ir alkoholinis. Duonos tešla rauginama mielėmis arba mišriu raugu (vyrauja alkoholinis rūgimas), kvietinė tešla – mišriu raugu. Spiritas, alus, vynas gaminami tik mielėmis sukeldami alkoholinį rūgimą. Gaminant spiritą, necukrinta bulvių arba grūdų masė arba praskiesta melasa dauginama mielių raugu. Alus rauginamas alaus mielėmis paprastai 2 stadijomis. Vynas rauginamas vyno mielėmis taip pat 2 stadijomis. Pirmoji trunka 10–15 dienų, antroji – 15–20. Pirmoje pasigamina daug alkoholio ir anglies dioksido, raugalas putoja, antroje susikaupia daug etilo alkoholio, rūgimas sulėtėja.

**RAUGINTAS PIENAS**. Produktas, kuris susidaro fermentuojantis pienui, veikiant pieno rūgštis bakterijoms. Pienas surūgsta savaime arba veikiamas grynų pieno rūgštis kultūrų. Rūgštų pienu geriausia laikyti 4–8 °C temperatūroje, nes rūgimo procesas šiomis sąlygomis sustoja.



**RAUGINTI AGURKAI**. Švieži agurkai sudedami į sūrį, tada prasideda pienarūgštis rūgimas, kuris užkonservuoja juos ir suteikia rūgštų

charakteringą skonį. Rauginti agurkai vartojami kaip priedai prie įvairių patiekalų, salotoms gaminti.

**RAUGINTI KOPŪSTAI.** Baltagūžiai kopūstai, kurie supjaustyti arba galvomis rauginami statinėse su druska, kmynais, obuoliais, spanguolėmis, morkomis. Po pienarūgščio rūgimo proceso tampa rūgštoko skonio ir specifinio aromato. Tai geras, vitaminų turintis priedas prie įvairių patiekalų: kiaulienos kotletas su raugintais kopūstais – kepsnys uždedamas ant troškintų kopūstų; kurapka su vynuogių lapais – priedas kopūstai, paskaninti kmynais ir vynu; fazanas su ananasais – rauginti kopūstai su ananasų gabaliukais ir ananasų sultiniu; *choucrouste garnie* (skait. *šukrut garni*) – rauginti kopūstai, patroškinti su taukais, kumpio gabaliukais, lašinukais, dešrelėmis, žąsiena, svogūnais, kadagio uogomis, valgomi su mėsa ir bulvėmis. Iš raugintų kopūstų verdamos sriubos, taisomos salotos.

**RAVIGOTO PADAŽAS** (pranc. *sauce ravigote*). Šaltųjų padažų rūšis (*sauce mayonnaise*), jų pagrindas. Gaminamas iš kietai virtų kiaušinių trynių, alyvuogių vaisių su citrinos sultiniu. Prie iš minėtų komponentų sumaišyto majonezo pridedama tarkuoto svogūno, truputis garstyčių, baltųjų pipirų ir peletrūno bei kapotų prieskoninių žolių, žalių šparagų. Kitas šio padažo variantas – aštrus Ravigoto padažas, paskanintas actu, aliejumi, prieskoninėmis žolėmis. Tai pikantiškas padažas prie veršio galvos drebučių, šaltųjų laukinių žvėrių ir paukščių patiekalų.



**RAVIOLI** (it.). Įdaryti smulkūs virtiniai. Jie patiekiami su sultiniais, didesni – kaip kitų patiekalų priedai arba kaip atskiras valgis. Įdaromi brinza, špinatais arba mėsa. Tai senas italų valgis, minimas Dž. Bokačo knygoje *Dekameronas* (XVI a.).

**RAZINOS** (vok. *Rosinen*). Džiovinotos vynuogės. Turi iki 87,5 proc. cukraus, iki 3 proc. azotinių, iki 3 proc. mineralinių medžiagų. Drėgnumas – 16–19 proc. Džiovinoti tinka besėklės ir su sėklomis vynuogės, turinčios daug cukraus ir mažai rūgščių. Džiovinamos saulėje arba specialiose džiovyklose. Didžiausios tiekėjos Graikija, Turkija, Ispanija, Italija. Vartojamos įvairiems saldiesiems patiekalams, kepiniams, įdarams, taip pat vynams gaminti.

**REBLOŠONAS** (pranc. *reblochon*; *reblocher* – pamelžti dar kartą). Prancūziškas fermentinis, brandintas, minkštas, malonaus švelnaus aromato ir skonio sūris, gaminamas iš avių pieno, plokščio cilindro, 3,5 cm aukščio ir 14 cm skersmens galvomis, kurių svoris 500 g. Sūris su plona valgoma baltų pelėsių plutele. Brandinamas 3 savaites.

**REDUIRE** (pranc.). Padažo sutirštinimo, nugarinant jį ant mažos ugnies, proceso pavadinimas.

**REINO VYNAI.** Garsieji Vokietijos vynai iš Reino upės baseino, pasižymintys puikiu bukietu, elegantiškumu, maloniu skoniu. Visa Reino vynu gamybos sritis gali būti skirstoma į 3 apylinkes bei vynu rūšis. Pirmoji – Reingau (Rheingau) vynai, gaminami iš geriausių Vokietijos vynuogių. Antroje apylinkėje gaminami Reino Heseno (Rheinhessen) vynai. Jų gamybos teritorija – Vokietijos žemės, esančios piečiau nuo Reino upės vingio ir nusitęsiančios iki Vormės. Pagrindinės vynuogių veislės, iš kurių gaminami šie vynai – *Silvaner* ir *Riesling* vynuogės. Reino Heseno vynai pasižymi švelnumu ir natūraliu skoniu. Trečioji Reino vynu atšaka – Reinfalco (Rheinpfalz) vynai. Čia daugiausia auginamos baltosios *Silvaner* ir *Riesling* vynuogių veislės, taip pat raudonosios vynuogės (pvz., *Portugieser*), iš kurių gaminami raudonieji, panašūs į burgundiškus, vynai.

**REKTIKACIJA** (lot. *rectificatio* – ištiesinimas, ištaisymas). Skysčio mišinio perskyrimas, pagrįstas nevienoda mišinio komponentų virimo temperatūra. Tai daugkartinė distiliacija viename aparate distiliacijos kolonoje. Remiasi Konovalovo 1 dėsnio: kylančiuose garuose vis daugėja lakesnių, nutekančiame skystyje – mažesnio lakumo komponentų. Alkoholio gamybos procesas, kai išdistiliuotas iš raugo spiritas valomas specialiose rektifikacijos kolonose, atskiriant aldehidus, fuzelius ir kt. priemaišas.



**REMY MARTIN** (pranc.). Vieno žinomiausių prancūzų konjakų pavadinimas. Dar žr. **KONJAKAS**.

**REMOULADO PADAŽAS** (pranc. *sauce remoulade*). Majonezo tipo padažas, paskanintas supjaustytais agurkais, prieskoninėmis žolėmis, kapariais, garstyčiomis, sardinėmis. Tinka prie kiaušinių, silkės, rolmopsų ir šaltienos arba prie mėsos bei rūkytų jos gaminių.

**RENAISSANCE**, À la (pranc., skait. *renesans*). Keptos mėsos patiekalų garnyras, susidedantis iš jaunų daržovių, užpiltų olandišku padažu. Dažniausiai vartojami žiediniai kopūstai, žalieji žirneliai, šparaginės pupelės.

**RENETAI** (pranc. *reinette*). Žieminių obelių veislės grupė. Obuoliai kieti, išlaikomi iki naujojo derliaus, minkštimas vyno saldumo, sultingas, aromatingas. Lietuvoje dažniausiai auginamas *Landsbergo renetas*.

**RENKLODAI** (pranc. *reine-claude*). Slyvų veislių grupė. Vaismedžiai iki 6–7 m aukščio. Vaisiai apvalūs, žali, geltoni arba violetiniai, minkštimas sultingas, saldus; valgomi švieži, tinka perdirbti. Lietuvoje

auginami *Atlanto renklodas*, *Uleno renklodas*, *Žalioasis renklodas*.

**RÉSERVE CHÂTEAUBRIAND.** Prancūzų raudonasis vynas, kilęs iš Božolė, gaminamas iš *Gamay* veislės vynuogių. Rubino spalvos, šviežių vaisių kvapo, stiprus, švelnaus skonio. Atvėsintas (12–15 °C) tinka prie mėsos, šaltųjų užkandžių, kiaušinių patiekalų.

**RESTORANAS** (pranc. *restaurant*). Maitinimo įmonė, ištaigingesnė, aukštesnės kategorijos negu valgykla. Restorane patiekiami įvairesnių, platesnio asortimento kulinarijos ir konditerijos patiekalų, gėrimų. Restoranai gali būti kelių kategorijų. Restoraną sudaro vestibulis su drabužine, lankytojų salė, bufetas-baras, virtuvė ir kitos patalpos. Lankytojų salėje gali būti pakyla orkestrui ir aikštelė koncertams bei šokiams. Ištaigingiems restoranams būdinga didelė vidaus erdvė, specialūs baldai, gausus dekoras.



**RETÉS** (vengr.). Štrudelis, obuolių pyragas, labai populiarus patiekalas Vengrijoje, atkeliavęs iš Austrijos.

**RETINOLIS.** Panašiai kaip akserofolis, vitamino A pavadinimas.

**RETSINA, RECINA.** Baltasis graikų vynas, gaminamas iš *Savatiano* vynuogių. Pušų sakų, į terpentiną panašaus skonio, puikiai tinkantis prie graikiškų patiekalų. Geriamas atšaldytas (10–12 °C).

**REVENIR** (pranc.). Kulinarinės procedūros pavadinimas – mėsos, daržovių, ryžių arba kitų produktų apkepimas įkaitintuose riebaluose prieš kitą terminį procesą.

**RIBEIRA DEL DUERO.** Ispanų raudonasis vynas iš Kastilijos Leono apylinkių, gaminamas iš *Tinto-Aragonés* vynuogių. Tai tamsiai raudonos spalvos, miško vaisių aromato, saldžiai rūgštoko skonio vynas, tinkantis prie jautienos kepsnių, kitokios raudonos mėsos, prie ryžių patiekalų, kieto ar subrendusio minkšto sūrio.

**RIBOFLAVINAS.** Laktoflavinas, vitaminas B<sub>2</sub>, heterociklinio junginio izoaloksazino darinys. Sintetinamas mikroorganizmuose, žaliuosiuose augaluose. Žmonės ir gyvūnai gauna jo su maistu. Riboflavinas svarbus daugeliui oksidacijos ir redukcijos reakcijų, baltymų, riebalų, aminorūgščių, vitaminų apykaitai, glikogeno susidarymui kepenyse, kaulų čiulpų funkcijai. Jo stoka sukelia akių, burnos ertmės gleivinės uždegimą, nervų sistemos sutrikimus. Daugiausia riboflavino yra mielėse, kepenyse, kiaušiniuose, piene, daržovėse, vaisiuose.

**RICHELIEU** (pranc., skait. *rišelje*). 1) Mėsos patiekalų garnyras (priedas), gaminamas iš jaunų, iškeptų su rafinuotu aliejumi bulvių, įdarytų pomidorų,

R

pievagrybių ir patroškintų riebaluose galvinių salotų; 2) pavoliotos miltuose žuvis filė kepimo būdas, kai patiekama su petražolių sviestu, papuošus keptais pievagrybių griežinėliais; 3) patiekalo iš viščiuko krūtinėlės gaminimo būdas: mėsa pavolijama miltuose ir iškepama svieste, sumaišoma su mėsos sultinyje patroškintais grybais ir patiekama su daržovių sviestu. Pavadinimas kilęs iš prancūzų hercogo, kardinolo de Rišeljė (Armand Jean du Plessis de Richelieu, 1585–1642) pavardės.



**RICOTTA** (it.). Minkštas, nebrandintas itališkas sūris iš išrūgų, likusių nuo fermentinių sūrių gamybos, arba iš avių pieno išrūgų, panašių į varškę. Vartojamas šviežias su cukrumi, cinamonu arba kaip kitų patiekalų priedas.

**RIDIKAS VALGOMASIS** (*Raphanus raphanistrum subsp. sativus* L.). Bastutinių šeimos dvimetis arba vienmetis augalas storomis baltomis arba tamsiomis aštraus skonio šaknimis. Vienmečio ridikėlio – ridiko atmainos – šaknys ne tokio aštraus skonio. Esama daug ridikų ir ridikėlių veislių. Jos skiriasi šakniavaisių skoniu, spalva, forma. Šakniavaisiai vartojami salotoms ir prieskoniams. Ridikų ir ridikėlių skonis priklauso nuo eterinių

alieju, o aštrumas – nuo glikozidų. Ridikai turi cukraus, kalio druskų, fermentų, vitaminų. Tai svarbi daržovė pavasarį ir žiemą, kai trūksta vitaminų.



**RIDIKĖLIS** (*rebhanus sativus var radricula*).

Bastutinių šeimos augalas, išvestas iš ridikų. Esama įvairių dydžių, formų ir spalvų, žieminių, vasarinių. Turtingi mineralinių druskų, vitaminų C, A, PP, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>. Skonis švelnesnis nei ridikų. Vartojami vieni arba kaip sudedamoji salotų dalis. Populiarios salotos iš ridikėlių, salotų, svogūnų laiškų su aliejumi arba grietine. Taip pat valgomi vieni su sviestu ir duona arba kaip kitų patiekalų priedas.

**RIEBALAI.** Lipidų grupės organiniai junginiai – glicerolio ir riebalų rūgščių esteriai. Sintetinasi (daugiausia iš angliavandenių) beveik visuose organizmuose. Gyvūnų organizme kaupiasi (kaip atsarginė medžiaga) poodyje, riebalų liaukose; augaluose – sėklose, vaisiuose. Riebaluose yra apie 70 riebalų rūgščių, daugiausia palmitino, stearino (sočiųjų rūgščių), linolo, linoleno, eikozano (nesočiųjų). Gryni riebalai neturi spalvos, skonio ir kvapo. Oro deguonis oksiduoja nesočiąsias

rūgštis iki aldehidų. Todėl po kurio laiko riebalai apkarsta, įgyja nemalonų skonį ir kvapą. Pagal kilmę riebalai skirstomi į gyvūninius ir augalinius, pagal konsistenciją – į kietuosius ir skystuosius. Kietuosiuose riebaluose vyrauja sočiosios riebalų rūgštys (pvz., avių, galvijų lajuje). Jų lydymosi temperatūra 44–45 °C. Skystųjų (augalų, žuvų, jūrų žinduolių, kaulų čiulpų) – artima 0 °C. Pagal vartojimą riebalai skirstomi į maistinius, techninius ir kt. Maistui naudojami daugiausia kiaušinių taukai, galvijų, avių lajus, aliejai. Riebalai naudojami tiesiogiai (dažniausiai kepti, liesai mėšai, pvz., žvėrienai, pariebiniai) ir netiesiogiai – tolesniam perdirbimui (margarinas, kepimo riebalai ir kt.).

**RIEBALŲ RŪGŠTYS.** Aciklinės sočiosios ir nesočiosios monokarboninės rūgštys. Jų yra riebaluose, aliejuje ir kitur. Svarbiausios: stearino, palmitino, oleino, linolo ir linoleno rūgštys.

**RIEŠUTAI.** Lazdyno (*Corylus*) vaisiai. Jie turtingi riebalų (apie 65 proc.), valgomi žali ir vartojami riešutų sviestui, ledams, padažams, įdarams, tortams ir kt. kulinarijos gaminiams. Lukštų dalis sudaro 50–60 proc. bendrosios riešutų masės.

**RIEŠUTAS.** 1) Sausasis vienasėklis augalo (pvz., lazdyno, buko, kaštainio) vaisius kietu sumedėjusiu apyvaisiu, sėklai subrendus neatsidaro; 2) kai kurių pušų sėkla (pvz., kedro), riešutmedžio, kokoso palmės kaulavaisis (pvz., graikinis, kokoso riešutas). Daugelis riešutų turi daug aliejų, eterinių medžiagų ir

vartojami kulinarijoje valgomiesiems ledams, garnyrams, kepiniams, taip pat alkoholiniams gėrimams gaminti.

**RIEŠUTŲ MASĖ.** Smulkiai malti graikiniai arba lazdyno riešutai, ištrinti su cukraus pudra, pridėjus grietinėlės, citrinos sulčių ir romo. Vartojama tortų gamyboje.

**RIEŠUTŲ TORTAS.** Prabangus miltų konditerijos gaminys, gaminamas iš ištrintų su cukrumi kiaušinių trynių, citrinos sulčių, maltų riešutų, bandelės miltų ir iki putojimo išplaktų kiaušinio baltymų. Kepamas vidutinio karštumo orkaitėje (apie 40 min.). Perpjauamas į 2 sluoksnius ir pertepamas riešutų arba sviesto su kava mase.



**RIGATONI** (it). Itališkų makaronų rūšis: trumpo (apie 4 cm) vamzdelio formos, didoko diametro (0,6–1 cm). Juos galima patiekti virtus, su įvairiais padažais, pvz., su Bolonijos padažu, arba keptus. Verdami labai išbrinksta ir išlaiko formą.

**RIJSTAFFEL** (oland.). Indonezijos nacionalinis patiekalas, susidedantis iš virtų ryžių ir įvairių priedų, tinkančių prie ryžių. Patiekiamas ypatinguose induose.



Valgiai gaminami iš mėsos, žuvies, vaisių, daržovių, su pikantišku padažu ir gausybe prieskonių. Olandai perėmė šį patiekalą kolonijinio režimo metais ir išpopuliarino Europoje. Prie šio maisto patiekama šalto alaus.

**RIOJA** (isp., skait. *riocha*). 1. Garsių ispaniškų vynu grupės pavadinimas. Tai baltieji, raudonieji, rožiniai vynai, kurių pavadinimai susiję su Ebro upės intaku. Šie vynai skoniu ir bukietu panašūs į Bordo vynu. Geriausiais laikomi „Federico Patarmina“, „Margués de Murieta“, „Margués de Riscal“, „Rioja“. 2. Raudonasis, vienas geriausių ispaniškų vynu, kilęs iš Riochos upės slėnio, gaminamas iš *Garnacha*, *Graziano*, *Tempranillo* vynuogių. Tai tamsiai raudonos spalvos, vaisių ir miško uogų kvapo, švelnaus skonio vynas, tinkantis prie žvėrienos, jautienos kepsnio, aromatingo sūrio.

Dar žr. **ISPANIJOS VYNAS**.



**RISI E BISI** (it.). Patiekalas, gaminamas iš ryžių, išvirtų mėsos sultinyje. Pridedama smulkiai supjaustyti ir alyvų aliejuje pakepinti svogūnų, supjaustytos kubeliais šoninės ir žaliųjų žirnelių. Paruoštas patiekalas pabarstomas tarkuotu

fermentiniu sūriu ir kapotais petražolių lapeliais. Gali būti patiekiamas prie mėsos arba valgomas kaip atskiras patiekalas.

**RISLINGAI**. Vynai iš *Riesling* rūšies vynuogių. Gaminami daugelyje Europos ir pasaulio šalių. Turi 10–14 proc. alkoholio.

**RISLINGAS ABRAU**. Baltasis vynas, gaminamas Krasnodaro krašte (Rusija), *Abrau Diurso* ūkyje. Šviesios aukso spalvos su žalsvoku atspalviu, harmoningo, lengvo, gaivinamai rūgštoko skonio.

**RIESLING VYNUOGĖS**. Baltųjų vynuogių veislė, iš jų gaminami geriausi ir brangiausi pasaulyje baltieji vynai. Itin geros kokybės vynuogės auginamos Reino ir Mozelio apylinkėse. Tų pačių veislių vynuogės auginamos dar ir Vengrijoje, Rumunijoje, Prancūzijoje, Italijoje, Bulgarijoje, Austrijoje, Šveicarijoje, JAV (Kalifornijoje), Čilėje, Argentinoje.

**RISOTTO** (it.). Itališkas ryžių patiekalas. Priešingai nei plovos, yra sultingas, kreminės spalvos. Paskaninamas sviestu bei parmezanu. Patiekiamas su kepenėlėmis, paukštiena ar veršiena. Mėsa sumaišoma su ryžiais arba sudedama jų paviršiuje.

**RISOLLES** (pranc.). Smulkūs pusmėnulio pavidalo virtinukai su įvairiais įdarais, kepami riebaluose. Patiekiami su sultiniais arba kitais patiekalais. Tai populiarus prancūzų kulinarijos patiekalas.

**RITSCHER** (vok., skait. *rič'er*). Austriškas patiekalas, plačiai žinomas ir kitose šalyse, priklausiusiose Austrijos–Vengrijos imperijai. Gaminamas iš birios stambių miežinių kruopų košės, sumaišytos su smulkiai pjaustytais ir žąsup tautuose pakepintais svogūnais, virtais žaliaisiais arba geltonaisiais žirneliais. Visi ingredientai sumaišomi, pabarstomi paprika ir trumpai pakepinami.



**RYŽIAI.** Grūdinės kultūros (*Oryza*) grūdai, pagrindinis daugelio šalių maisto produktas (Japonija, Kinija, Indija, Indonezija ir kitos Azijos tropikų šalys). Sėjamojo ryžio kultūrinė rūšis (*Oryza sativa*) kilusi iš Pietų Azijos. Pagal auginimo būdą skirstomi į sausumos ir baltų ryžius; pagal apdorojimą – *Paddy* ir *Cargo* ryžiai, šlifuoti ir poliruoti; pagal kilmę – indų, indoneziečių, kinų, korėjiečių, amerikiečių, ispanų ir italų ryžiai; pagal virimo procesą – kieto ir minkšto virimo ryžiai. Maistui daugiausia naudojamus ryžių kruopos, kuriose yra apie 75 proc. angliavandenių, 7,7 proc. baltymų, 14 proc. vandens, riebalų ir kt. medžiagų. Žinomi ryžių valgiai: *Risotto* – troškinti itališki ryžiai su sviestu; *Risi e bisi* – virti ryžiai, sumaišyti su žaliaisiais žirneliais; indiški ryžiai –

virti ryžiai su kariu; genujietiški ryžiai – virti, sumaišyti su pomidorų tyre; itališki ryžiai – troškinti su lašiniiais, svogūnais, pomidorų tyre ir parmezanu.

**RYŽIŲ APKEPAS SU SMEGENIMIS.** Pietų arba vakarieniškas patiekalas. Ryžiai išverdami taip, kad būtų birūs. Smegenys (be plėvių) iškepamos su svogūnais ir riebalais, paskaninamos druska ir pipirais. Pusė išvirtų ryžių įdedama į riebalais išteptą ugniai atsparų indą, sudedamos iškeptos smegenys, likę ryžiai, užpilama grietine, sumaišyta su išplaktu kiaušiniu, pabarstoma sutarkuotu sūriu ir kepama iki parudavimo orkaitėje.

**ROBERT.** Tamsus padažas, patiekiamas su šiltais patiekalais, gaminamas iš pakepintos kartu su kubeliais supjaustytais svogūnais miltų tyrelės, praskiestos sultiniu su baltuoju išlaikytu vynu, pridėjus pomidorų tyrės ir garstyčių. Patiekiamas su kauliena.



**ROBINIJA** (*Robinia pseudoacacia*). Vikmedis, baltoji akacija, ankštinių šeimos medžių gentis. Paplitusi daugiausia Šiaurės ir Centrinėje Amerikoje. Lapai plunksniški. Žiedai balti, kvapūs, susitelkę kekėmis.

R

257

Lietuvoje auginama kaip dekoratyvinis augalas. Kai kuriose šalyse iš žiedų gaminamas skanus desertas. Surinkti žiedai panardinami į tirštą blynų tešlą ir kepami kaip blynai riebaluose iki paskrudimo. Pateikiami šalti, pabarstyti cukraus pudra.

**ROGEN** (vok.). Neapdoroti ikrai. Žuvininkystėje naudojami žuvims dauginti. Iš jų su svogūnais, pipirais ir druska kepamas delikatesinis patiekalas.



**ROKFORAS** (pranc. *roquefort*; *Roquefort* – vietovė Pietvakarių Prancūzijoje).

Baltas prancūziškas avių pieno sūris su melsvai žaliais pelėsių viduje. Minkštas sūris, gaminamas Rokforo mieste, Averno departamente, iš avių pieno, pridėjus pelėsių grybelio (*Penicillium roqueforti*). Jis brandinamas keletą mėnesių specialiose patalpose, kur palaikoma žema temperatūra (apie 7 °C) ir didelė drėgmė. Pelėsių perauga sūrio masę, sudarydami tamsiai žalias gyslas ir suteikdami charakteringą aštrų skonį. Tai vienas seniausių pasaulyje sūrių, žinomas senovės Romoje jau nuo Plinijaus vyresniojo laikų (*Historia naturalis*). Sūris plačiai vartojamas italų, prancūzų ir kt. šalių kulinarijoje. Su juo geriamas raudonasis išlaikytas vynas.

**ROLMOPSAI** (vok. *Rollmops*). Marinuotų, su prieskoniais, sūdytų silkų, susuktų velenėliu, patiekalas. Gali būti dvigubas rolmopsas (iš dvigubos filė) ir viengubas – šakutinis. Įdaromi svogūnais ir agurkų gabaliukais su maitais pipirais, cinamonu ir garstyčių grūdėliais. Dažnai pateikiami su *Remoulado padažu*.

**ROMADURO SŪRIS** (pranc. *romadur*). Minkštas, fermentinis, brandintas, pusiau riebus geltonai, rudai raudonos spalvos, lipniu paviršiumi (pelėsių sūris). Cilindro formos gabalų masė 250 g. Kvapas pikantiškas. Gaminamas iš karvių pieno Bavarijoje, Šveicarijoje, Belgijoje, Prancūzijoje, Lenkijoje. Skoniu ir konsistencija panašus į Limburgo sūrį, tik švelnesnio ir silpnesnio kvapo.

**ROMANELLO** (it.). Fermentinis, brandintas kietas sūris, gaminamas Italijoje iš karvių pieno. Masė balta, su kiaurymėmis, aštraus skonio. Formuojamas plokščio cilindro formos gabalais. Skerspjūvis – apie 25 cm, aukštis – 10–12 cm, svoris – apie 5 kg.

**ROMAS**. Stiprus taurusis alkoholinis gėrimas, turintis specifinį skonį ir aromatą. Gaminamas iš cukranendrių melasos arba rudojo cukraus. Į rinką patenka kaip *Originalusis romas*, turintis 75 proc. alkoholio. Tada jis skiedžiamas vandeniu iki 40–45 proc. alkoholio ir vadinamas *Tikruoju romu*. *Originalusis romas* paprastai išlaikomas apie 5 metus ąžuolinėse statinėse, kur įgyja aromatą ir gelsvoką spalvą. Romas dažniausiai geriamas su arbata arba naudojamas kaip grogo ir kitų baro gėrimų sudedamoji

dalis. Populiariausias yra *Jamaikos romas*, pasižymintis pikantišku bukietu. Žinomos romo markės – *Kubos romas*, bespalvis, išlaikytas, aitroko skonio, ir *Puerto Riko romas* – sausas, labai stiprus. Pastarasis, išleidžiamas į rinką su balta ir auksine etiketėmis, yra saldus, tamsesnis, stipresnio aromato. Žinomas „Captain Morgan“, taip pat garsusis „Bacardi“ romas. Romas geriamas: brandintas – grynas kambario temperatūros, kai kada su arbata; pigesnis vartojamas kokteiliams, pvz. *Daikiris*, *Mochito*, *Havanos klubas*, taip pat karštiesiems gėrimams gaminti.



### ROMŠTEKSAS, RUM(P)STEIKAS

(angl. *rump steak*). Patiekalas iš jautienos nugarinės, vidurinės skerdenos dalies (Rostbifo). Mėsa supjaustoma skersai raumens 1,5 cm storio gabalais, lengvai pamušama ir trumpai iš abiejų pusių pakepinama labai įkaitintuose riebaluose taip, kad pjūvyje būtų rožinės spalvos. Yra ir kitas būdas: įkaitintuose riebaluose apkepinta mėsa ištroškinama su trupučiu vandens. Mėsos gabalai gali būti iš pradžių pasūdomi, pabarstomi pipirais, suvilgomi piene išplakame kiaušinyje, pavolijami džiūvėsiuose ir iškepami keptuvėje. Patiekiamas su riebaluose

pakepintais svogūnais, piene virtomis bulvėmis ar bulvių koše, žaliomis daržovėmis.

**RONDEL.** Maloniai putojantis ispanų *Cava* vynas, tradiciškai suraugintas buteliuose, kilęs iš Katalonijos. Gaminamas iš *Tempranillo* ir kt. veislių vynuogių. Aukso spalvos, vaisių kvapo, sausas, subtilaus vaisių skonio gėrimas geriamas atšaldytas (5–8 °C) kaip aperityvas arba prie žuvies, jūros produktų (austrių), subtilaus skonio paštetų.

**ROPĖ** (*Brassica rapa*). Bastutinių šeimos dvišeris daržovė. Dviejų rūšių: valgomoji ir pašarinė. Kilusi iš dirvinio bastučio (*Brassica campestris*), savaime augančio Šiaurės pusrutulio vidurio platumos juostoje. Pirmaisiais metais užauga skaldytų lapų skrotelė ir mėsingas šakniavaisis baltu ar geltonu minkštimu, antraisiais – stiebas su žiedais, subręsta sėklos. Šakniavaisiai turi 8,5 proc. sausų medžiagų (daugiausia cukraus), vitaminų C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP, karotino, garstyčių aliejaus. Valgomi švieži, virti, kepti. Anksčiau ropės buvo plačiai vartojamos vietoj bulvių, vėliau bulvės jas išstūmė iš daugelio šalių žmonių raciono, tačiau ir šiandien ropės vartojamos Prancūzijoje, Vokietijoje, JAV. Jų patiekiami prie kėpsnių (jautienos, avienos), galima dėti į salotas, pvz., stambiai sutarkuotos ropės sumaišomos su svogūnais, konservuotais pjaustytais agurkais, petražolių lapeliais ir svogūnų laiškais su majonezu.

**ROSÉ d'ANJOU** (skait. *anžu*). Prancūzų rožinis vynas, kilęs iš Luaros slėnio

(Anžu), gaminamas iš *Grolleau* veislės vynuogių. Gelsvai rožinės spalvos, natūralaus aromato, švelnaus, maloniai saldaus skonio. Geriamas atšaldytas (4–5 °C) prie įvairių patiekalų.

**ROSOLNIK** (rus.). Rusų kulinarijos patiekalas: agurkinė sriuba su subproduktų priedais (inkstais, veršelių širdimis), taip pat su paukštiesenos subproduktais arba žuvų (sterko, šamo) gabalais. Ją galima gaminti iš kaulų arba grybų nuoviro (sultinio).

**ROSOLIS** (it.). Rožių aromato itališkos kilmės likeris. Manoma, kad šį gėrimą į Prancūziją atvežė karaliaus Henriko II žmona italė Kotryna Mediči. Čia jis labai išpopuliarėjo ir buvo pavadintas likeriu (nuo lotyniško žodžio *liquor*). Vėliau taip pradėta vadinti visas saldžias degtines.

**ROSSINI**, À la (it.). Keptos mėsos (žlėgtaimo) garnyras (priedas), susidedantis iš pakepintų žąsies kepenėlių ir trumų (triufoelių). Pavadinimas kilęs nuo didžiojo italų kompozitoriaus Džoakino Rosinio (Gioacchino Rossini, 1792–1868) pavardės. Muzikas taip pat buvo garsus smalžius (gurmanas).

**ROSTBIFAS** (angl. *roast beef* – kepta jautiena). 1) Keptas jautienos gabalas su šonkauliais; 2) stambus jautienos gabalas, išpjautas iš vidurinės skerdenos dalies. Marinuojamas alyvų aliejuje, sumaišytame su prieskoninėmis daržovėmis, pabarstytas pipirais ir pasūdytas. Kepamas iš karto karštuose riebaluose arba labai įkaitintoje krosnyje,

arba ant grotelių. Pagal pageidavimą kepamas trumpai, vidutiniškai arba iškepamas visiškai. Trumpai kepta mėsa būna raudonokos spalvos, vidutiniškai – rožinės, iškepta – pilkos. Mėsa supjaustoma gabalais ir patiekama su bulvėmis, krienais ir daržovėmis. Galima patiekti ir šalta.



**ROSTBRATEN** (vok.). Tipiškas austrų patiekalas (Vienos kepsnys – *Wiener Rostbraten*). Originalus kepsnys gaminamas iš plonomis riekelėmis supjaustyto jautienos nugarinės, iškepamas keptuvėje arba grilyje arba ištroškinamas. Žinomi patiekalai: *Esterhazy* kepsnys, ištroškintas su šakninėmis daržovėmis; Mailenderio kepsnys, ištroškintas su pomidorų tyre ir makaronais; svogūnų kepsnys, ištroškintas su svogūnais; Reino kepsnys, ištroškintas su pomidorais ir bulvėmis.

**ROUX** (pranc., skait. *ru*). Užkulas, uždaras, sriubų skonio stipriklis. Tai dažniausiai pakepintos daržovės, miltai, pieno ir kiaušinių plakiniai, grietinė. *Roux blanc* – užkulas skaidrioms sriuboms, *Roux brun* – užkulas tamsioms sriuboms.

**ROZENTALERIO RISLINGAS.** Baltasis bulgariškas vynas. Švelnaus kvapo, gero bukieto, šviežumu, harmoningumu pasižymintis gėrimas.



**ROZMARINAS** (*Rosmarinus officinalis* L.). Amžinai žaliuojantis pusiau krūmas, 0,2–0,8 m aukščio. Auga Viduržemio jūros šalyse. Į Europą vienuolių atvežtas iš Libano. Lapai pailgi, smulkūs, žiedai violetiniai, susitelkę šluotelėmis. Žydi birželio–rugpjūčio mėn. Vaisiai – riešutėliai. Pas mus auginamas soduose, balkonuose. Vartojami rozmarino lapai, kuriuose yra iki 2 proc. eterinio aliejaus, rauginių ir kt. medžiagų. Smulkinti lapai vartojami kulinarijoje kaip prieskonis. Mažais kiekiais jo dedama į vaisių sriubas, salotas, maltą, keptą mėsą ir paukštinę, į grybus, kopūstus ir marinatus. Malonų skonį rozmarinas suteikia minkštiems sūriams, bulvėms, žvėrienai, kiaušinių tešloms. Charakteringu skoniu pasižymi jautienos guliašas, aviena ir pomidorų sriubos, paskaninti rozmarinu.

**ROŽIŲ LIKERIS.** Rausvasis (rožinis) bulgariškas likeris, pasižymintis švelniu Balkanų rožių aromatu. Alkoholio kiekis – 40 proc.

**RÜBEN** (vok.). Kai kurių gumbinių daržovių (morkų, ropių, griežčių, burokėlių) vokiškas bendras pavadinimas. Pvz., *rote Rübe* – burokėlis, *gelbe Rübe* – morka.

**RUDMĖSĖ** (*Lactarius deliciosus*). Piengrybis, rudmėsė, ruduoakė, ūmėdinių šeimos grybas. Paplitusi Šiaurės pusrutulio vidurio platumų klimato juostoje, Lietuvoje taip pat, vietomis labai gausiai. Geras valgomas I kategorijos grybas. Kepurėlė 5–12 cm skersmens, plokščia, mėsinga, kieta, oranžiškai raudona, geltonai oranžinė, su keliomis tamsesnėmis koncentrinėmis zonomis, vidurys įdubęs. Paspaudus pažaliuoja, sena – su žaliomis dėmėmis, perlaužus išleidžia oranžinės spalvos salstelėjusio, bet aštroko skonio ore pažaliuojančias sultis. Lakšteliai oranžiniai, kotas 3–8 cm ilgio, 1–3 cm storio, tuščiaviduris. Auga rugpjūčio–spalio mėn. eglynuose, (ypač jaunuose) pušynuose, pamiškėse. Rudmėsės keamos, sūdomos, marinuojamos.

**RUDMĖSĖS KEPTOS.** Jauni vidutinio dydžio grybai gerai nuplaunami ir apdžiovinami. Keptuvėje gerai įkaitinus aliejų arba taukus, rudmėsės iš abiejų pusių iškepamos. Baigiant kepti įdedama sviesto. Iškepti grybai sudedami į pašildytą lėkštę, pasūdomi ir pabarstomi pipirais.

**RUDMĖSĖS MARINUOTOS.** Gerai nuplauti, nuvarvinti grybai apverdami pasūdytame vandenyje ir sudedami į indelius su svogūnų riekelėmis, užpilami actu,

išvirtu su lauro lapais ir prieskoniais, pasterizuojami.

**RUDMĖSĖS SŪDYTOS.** Nuplautos be kotų rudmėšės sudedamos sluoksniais į molinį arba stiklinį indą, kiekvieną galvutę pabarstant druska, uždengiama mediniu dangčiu, kurio skersmuo mažesnis už indo kaklelio skersmenį, ir prislegiama švari akmeniu ar plyta (silikatinių nenaudoti!). Kai grybai susislegia, dedamas naujas sluoksnis. Atsiradus pelėsiams, jie pašalinami. Jeigu atsiranda per mažai sulčių, įpilama virinto, atšaldyto, gerai pasūdyto vandens. Prieš vartojimą pamirkoma šaltame vandenyje.

**RUDMĖSĖS TEŠLOJE.** Šviežios jaunos rudmėšės nuvalomos, nupjaustomi koteliai, rūpestingai nuplaunama ir apdžiovinama. Tada grybai pabarstomi miltais ir panardinami į tirštą blynų tešlą, į kurią įpilta aliejaus. Kepama įkaitintuose riebaluose (taukuose arba saulėgrąžų aliejuje) iš abiejų pusių, prieš baigiant kepti įdedama sviesto. Iškepti grybai sudedami į pakaitintą kaistuvą, truputį palaikomi. Patiekiami kaip atskiras karštasis patiekalas arba kaip kitų valgių priedas.

### **RUDMĖSĖS, UŽPILTOS IŠTIRPINTU**

**SVIESTU.** Šviežios, nepašalusios rudmėšės gerai nuplaunamos ir apdžiovinamos, trumpai pavirinamos, sudedamos sluoksniais į konservų indelius ir užpilamos karštu sviestu taip, kad apsemtų. Išimtus iš sviesto grybus reikia tuojau pat suvalgyti. Taip pagamintos rudmėšės išlaiko šviežių grybų skonį.

**RUGIAI.** Žemės ūkio augalas. Labiausiai paplitę žieminiai sėjamieji rugiai (*Secale cereale* L.); jų būna ir vasarinių. Stiebas – 60–200 cm aukščio šiaudas, lapai platus, plokšti, žiedynas – varpa, vaisius – gelsvas, žalsvas arba pilkas grūdas. Rugių grūduose yra 12,2 proc. baltymų, 69,1 proc. angliavandenių, 1,8 proc. riebalų. Iš ruginių miltų kepama duona, gaminamas spiritas, krakmolos. Rugiai kilę iš Kaukazo priekalnių, Mažosios ir Vidurinės Azijos. Lietuvoje jau buvo paplitę I–IV a. Ruginė duona labai populiari Lietuvoje, buvo itin vertinama tarpukariu. Ji skani, soti ir maistinga.

**RUGINĖ DUONA.** Rupių ruginių miltų raugintos tešlos duona, populiari Lietuvoje ir kituose kraštuose. Šiais laikais labai vertinama natūralaus raugo ruginė duona, iškepta kaimo krosnyje.



**RŪGŠTYNĖ VALGOMOJI** (*Rumex acetosa* L.). Rūgtinių šeimos daugiametis žolinis augalas trumpa kuokštine šaknimi. Vartojami lapai, kurie turi šiek tiek baltymų, cukraus, daug rūgštynių rūgšties. Iš rūgštynių gaminamos sriubos, padažai. Valgant rūgštynių daug ir dažnai, gali atsirasti akmenligė. Tačiau sveiki žmonės gali jas valgyti drąsiai.

## **RŪGŠTYNIŲ RŪGŠTIS** (HOOC–COOH).

Labiausiai augaluose paplitusi rūgštis, kurios gausu rūgštynešė, špinatuose, rabarbaruose, kiškio kopūstuose. Tai bespalviai kristalai, tirpstantys vandenyje, alkoholyje, eteryje. Kenksminga sveikatai (4–5 g grynios rūgšties – mirtina dozė).

**RŪGŠTYNIŲ SRIUBA.** Verdama iš mėsos su kaulais, kumpio, grybų, prieskoninių daržovių, kiaušinių ir grietinės. Išverdama sultinys. Jauni, švieži, supjaustyti arba konservuoti rūgštynių lapai sudedami į perkoštą sultinį. Pavirus užbalinama grietine ir tryniais. Į sriubą galima įdėti smulkiai supjaustyto kumpio (iš sultinio), kietai virtų kiaušinių arba kiaušinių, virtų be lukšto.

**RŪGŠTUS PIENAS.** Rūgštus pieno produktas. Baltas arba gelsvas, tirštos vienalytės konsistencijos. Pramoniniu būdu gaminamas iš pasterizuoto pieno, kuris rauginamas 5–7 val. termostatinėse kamerose. Namų ūkyje pienas surūgsta laikomas šiltai. Jį surauginama natūraliai besidauginančios pieno rūgšties ir kt. rūgimą sukeliančios bakterijos, kurių yra piene.

Lietuvos ūkininkai iki XX a. vidurio pieną rauginavo daugiausia puodynėse. Valgė su koše, sklandžiais, iš jo spaudė sūrius, darė varškę. Iš pieno ūkininkai darydavo atsargas (piltinį), kurį valgydavo ankstyvą pavasarį ir per vasaros darbymetį.

**RŪKYMAS.** Konservavimo procesas, kai deginant malkas produktą veikia išsiskiriančios dujos (aldehidai, ketonai,

furfuralis diacetilas, lakios riebalų rūgštys). Dėl džiūvimo (vandens išgaravimo) sumažėja produkto masė. Rūkymas gali būti šaltas ir karštas. Šaltai paprastai rūko silkes, lašišas, kumpius, lašinius, kai kurių rūšių dešras, karštai – šprotus, silkes, plekšnes, virtas dešras.

**RŪKYTOS ŽUVIES PASTA.** Tiršta masė, pagaminta iš rūkytos žuvies. Nulupus odą ir pašalinus kaulus bei ašakas, žuvis (filė) sutrinama kartu su virtais kiaušinių tryniais. Masė gerai išmaišoma su lydytu sviestu ir paskaninama citrinos sultimis. Valgoma su duona, bulvėmis arba daromi sumuštiniai.

**RUANDA.** Kvapus harmoningas baltasis rumuniškas vynas su cukraus likučiais.



**RULETAS** (pranc. *roulette* iš *rouleau* – ritinėlis), vyniotinis. 1. Kaip stora dešra susuktas ir ištroškintas jautienos, kiaulienos, veršienos gabalas su lašiniai, agurkais, svogūnais, garstyčiomis. Populiarus patiekalas Vakarų Europoje, ypač – Vokietijoje. 2. Konditerijos gaminyš iš tešlos, suvyniotas keliais sluoksniais, su saldžiu įdaru.

**RUMFORDO SRIUBA.** Maistinga žirnių sriuba, verdama su pjaustytomis



daržovėmis, bulvėmis, ryžiais ir  
kiaulienos spirgučiais. Ši sriuba pavadinta  
anglų fiziko ir filantropo Bendžamino  
Tomsono Rumfordo (1753–1814) vardu.



**RUMUNIJOS VYNAS.** Šios šalies dirvožemis  
ir klimato sąlygos palankios vynuogėms  
auginti, ypač pietiniai ir šiaurės rytų  
regionai. Senos vinyininkystės tradicijos,  
siekiančios romėnų laikus, gyvos ir  
šiandien. Vynai gaminami iš žinomų  
vynuogių veislių. Pirmąsias pozicijas  
užima baltosios *Aligotė*, *Chardonnay*,  
*Muscat*, *Riesling*, taip pat raudonosios –  
*Cabernet*, *Merlot*, *Pinot Noir* – vynuogės.  
Šalyje populiarios ir vietinės veislės:  
*Babeașca*, *Dragașani*, *Feteasca*, *Tamlioasa*.  
Rumunija garsėja švelniais baltaisiais  
vynais visų pirma dėl palankių sąlygų  
baltosioms vynuogėms auginti, antra –  
dėl rinkos aplinkybių. Praėjusio  
šimtmečio antroje pusėje didžioji vyno  
dalis buvo eksportuojama į buvusią  
TSRS, kur baltieji švelnūs vynai buvo  
labai populiarūs. Todėl plėtėsi vynuogynų  
plotai, didėjo vynuogių derlius, augo vyno  
gamyba. Vynuogės auginamos ir vynai  
gaminami šiuose regionuose: *Alba Julos*,  
*Banate*, *Dealii Marè*, *Dobruja*, *Fokșanio*,  
*Moldavijos*, *Tirnavo*.  
Paminėtini šie garsūs rumunų vynai:

„*Aligotė*“, „*Cabernet*“, „*Cadarcă*“, „*Cotnari*“,  
„*Feteasca*“, „*Murfatlar*“, „*Muscat-Ottonel*“,  
„*Riesling de Tirnave*“  
ir daugelis kitų, taip pat putojantis  
vynas „*Zarea*“.

**RUMUNŲ VALGIAI.** Jiems būdinga tai, kad  
patiekalams kepti vartojamas alyvuogių  
aliejus. Populiari ėriena, kiauliena, aviena,  
vištiena; gaminama su paprika, svogūnais,  
česnakais. Kasdienį racioną papildoma balta  
duona, avių pieno sūris ir vinas.  
Per pusryčius rumunai geria stiprią  
rytietišką kavą, valgo baltą duoną,  
uogienę, avies pieno sūrį, pomidorus,  
raugintus agurkus, kartais jogurtą arba  
rūgščių sriubą su mėsos kukuliais (*ciorba*).  
Kitos sriubos gaminamos mėsos arba  
grybų sultiniuose – tai daržovių bei grybų  
sriubos, barščiai. Populiarūs paukštienos  
sultiniai su lakštiniais, manų kruopomis  
arba ryžiais. Karštieji antrieji patiekalai  
gaminami iš žuvies ir mėsos. Rumunų  
tautinis patiekalas *giuvechi* gaminamas iš  
gėlavandenių arba jūrų žuvų, ištroškintų  
su daržovėmis krosnyje.  
Iš mėsos gaminamas tipiškas patiekalas  
*sarmala*: iš kiaulienos ir veršienos mišinio  
faršo su prieskoniais padaromi maži  
kukulikai, jie suvyniojami į vynuogių  
arba kopūstų lapus ir troškinami su  
vynu, pomidorų tyre, prieskoniais.  
Tautinis patiekalas *mititejus*: iš maltos  
jautienos ir veršio taukų, su česnaku,  
pipirais, actu, prieskoniais suformuotos  
dešrelės kepamos žarijų kaitroje.  
*Čymala* gaminama iš bulvių arba mėsos  
su baltuoju arba grietinės padažu.  
Pažymėtinas nemėsiškas patiekalas –  
*mamalyga* – kukurūzų miltų košė,  
virta pieno ir sviesto mišinyje.

Iš varškės gaminamas tautinis valgis *papanaši*. Saldžiuosius patiekalus rumunai gamina iš vaisių, uogų, varškės, grietinės. Populiarūs putėsiai, sambukai, kremai, kompotai, pyragaičiai, tortai. Mėgstami vynai – baltieji, raudonieji, desertiniai, taip pat putojantys; degtinė, vyno distiliatai.

**RUNKELIAI.** Burokai, balandinių šeimos kultūriniai augalai. Didžiausią ūkinę reikšmę turi paprastasis (*Beta vulgaris*). Tai vienmetis arba dvimetis augalas. Šaknis storėjusi, mėsinga, apskrita arba pailga, balta, gelsva, geltona, raudona. Yra 2 paprastųjų runkelių porūšiai: mangoldas (arba lapinis) ir pašarinis, kuriam priklauso ir burokėliai bei cukriniai runkeliai. Dar žr. **BUROKĖLIAI, CUKRINIAI RUNKELIAI.**

**RUSIJOS VYNAS.** Labiausiai pripažinti šie Rusijos vynai: „*Derbent*“, „*Gelanžik*“, „*Kaberne*“, „*Kaberne Abrau*“, „*Kizliar*“, „*Kuban*“, „*Pino Gri Doneckoje*“, „*Risling Abrau*“, „*Silvaner Veštai*“, „*Terekt*“, „*Žemčiužina Rosiji*“. Garsūs yra ir kai kurie kiti Krasnodaro krašto *Abrau Diurso* ūkyje gaminami, taip pat Rostovo srities vynai. Pagrindinė šios rūšies Rusijos produkcija (apie 60 proc. visų šalies vynų) ir yra gaminama Krasnodaro, Stavropolio kraštuose, Rostovo srityje. Daugiausia gaminama spirituotų vynų.

**RUSIŠKAS** (pranc. *à la russe*, skait. *rius*). Priedų (garnyrų) pavadinimas, kilęs iš dvarininkų, bajorų, carų rūmų virtuvių, kur buvo stipri prancūzų kulinarų įtaka. Prie mėsos patiekalų gaminamas baravykų, grietinės, svogūnų ir rusiškas

padažas (žr. toliau). Prie žuvies patiekalų patiekiami mažais kubeliais supjaustyti daržovių, mėsos, kumpio, rūkyto liežuvio ir grybų, sumaišytų su majonezu ir paskanintų smulkintais pankolio (*Foeniculum*) lapeliais. Į paukštienos patiekalus, pvz., *rusišką antį*, baigiant troškinti mėšą pridedama rūgštaus pieno, raugintų nuluptų agurkų. Troškینimo sultys pavirinamos su grietine.

**RUSIŠKAS PADAŽAS** (pranc. *sauce à la russe*, skait. *rius*). Majonezų rūšis, paskaninta sutrintais omarais, ikrais, garstyčiomis ir Vusterio padažu. Kita rūšis (*velouté*) gaminama iš rauginto pieno, tarkuotų krienuų ir acto su prieskoniais.

**RUSŲ VALGIAI.** Kulinarija turi senas tradicijas. Rusų valgiai labai įvairūs, gaminami švelnaus ir aštraus skonio patiekalai. Vartojami įvairūs prieskoniai: petražolės, krapai, svogūnai, česnakai, salierai, garstyčios, anyžiai, dašis, lauro lapai. Užkandžiai dažniausiai iš žuvies: ikrai, lašiša, sykas, eršketas, sterkas; taip pat kumpis, vištiena, tetervinas, jerubė. Sriubos rusų racione užima labai svarbią vietą: kopūstų sriubos, šiupininės (*solianka*), barščiai, žuvienės (*ucha*). Mėgstamos daržovės: kopūstai, agurkai, ridikai, pomidorai. Mėsa įvairi: jautiena, kiauliena, veršiena, aviena, paukštiena, laukinių žvėrių ir paukščių. Iš jos gaminami virti, šutinti, kepti, troškinti ir apkepti valgiai. Mėsa retai konservuojama, Sibire užšaldoma. Labai paplitę rusų patiekalai: koldūnai, befstrogenas, patiekalai iš subproduktų. Plačiai vartojami vaisiai, iš jų verdamos

R

sriubos, vaisiai plačiai naudojami mišiniams su daržovėmis gaminti. Vartojama daug grybų, uogų, ypač aviečių, bruknių, spanguolių, žemuogių. Rusų kulinarijoje gausu įvairių formų ir rūšių mielinių pyragų ir lietinių.

Pyragai bei pyragėliai kepami su mėsos, žuvies, grybų, kopūstų, kruopų košės, morkų, varškės, obuolių, uogų ir kt. įdaru: *kuliabiakos, kalačiai, rastegajai, vatrūškos*. Mėgstami rusų gėrimai – gira, arbata, degtinė, vynas.



**RŪTA** (*Ruta graveolens* L.). Daugiametis rūtinių šeimos augalas, kilęs iš Viduržemio pajūrio šalių. Lietuvoje auginama nuo senų laikų. Tai 30–80 cm aukščio šakotas, melsvai žalias, daugiastiebis stipraus kvapo vaistinis ir dekoratyvinis augalas. Lapai ilgakočiai, skaldyti. Žiedai dvilyčiai, žalsvai geltoni. Vaisius – dėžutė. Lapuose yra 0,1–0,15 proc. eterinių aliejų, iki 1 proc. furokumarino junginių, vitamino C, gliukozidų (rutino) ir kitų medžiagų. Vartojama farmacijos, maisto pramonėje, likerių, trauktinių gamyboje. Mažą kiekį (su rūta reikia elgtis atsargiai, gali sukelti alergiją) galima pridėti konservuojant agurkus, pomidorus, į salotas, avienos patiekalus, sūrį.

**SACHARAZĖ**. B-fruktozidazė, hidrolazių klasės fermentas, skaidantis cukrų sacharozę į gliukozę ir fruktozę. Esama visuose aukštesniuose augaluose ir kai kuriuose grybuose, bakterijose.

**SACHARINAS**. O-sulfobenzoinės rūgšties amidas, balti kristaliniai milteliai (arba tabletės), be kvapo arba turintys silpną kvapą, labai saldūs (550 kartų saldesnis nei cukrus).

Gaminamas iš tolueno. Sunkiai tirpsta vandenyje. Nėra maistingas produktas. Kai kurių mokslininkų tyrimai yra parodę, kad sacharinas gali sukelti vėžio ligas. Lietuvoje tarpukario laikotarpiu neturtingi gyventojai sachariną vartoję kaip cukraus pakaitalą. Jį taip pat vartoja sergantieji cukralige.

**SACHAROZĖ**. Cukranendrių cukrus, cukrinių runkelių cukrus, disacharidas, sudarytas iš α D-gliukozės ir β D-fruktozės, susijungusių glikozidine jungtimi. Bespalviai kristalai. Lydosi 186 °C temperatūroje skildama gerai tirpsta vandenyje. Kaitinama 200 °C temperatūroje skyla ir paruduoja – karamelizuojasi. Sacharozės yra augaluose, daugiausia cukriniuose runkeliuose (14–20 proc.) ir cukranendrėse (13–20 proc.). Vartojama kaip maisto produktas, kaip etilo alkoholio, acto rūgšties, pieno rūgšties gamybos žaliava.

**SAGO**. Sago palmių (*Metroxylon*), auginamų Japonijoje, Indonezijoje, Šri Lankoje, sultys (tyrė). Vokiškas sago gaminamas iš bulvių miltų, braziliškas, vadinamas *tapioka*, – iš manioko

(*Manihot esculenta*) šakniagumbių krakmolo, analogiškas Indijų sago. Jo paprastai dedama į vaisių, pieno sriubas, gaminant pyragus ir saldžiuosius patiekalus.

**SAIGA** (*Saiga tatarica*). Dykaraginių šeimos porakanopių žinduolis. Paplitusi Mongolijoje, Vakarų Kinijoje, Kaukaze, Pavolgyje. Kūno ilgis – 100–145 cm, aukštis – 55–80 cm, masė – 20–50 kg. Saiga gelsvai rusva, pilvas baltas. Ragai (juos turi tik patinai) pusiau peršviečiami, apie 25 cm ilgio. Gyvena sausose stepėse, pusdykumėse, laikosi bandomis. Labai greitai bėgioja. Minta stepių žolėmis. Medžioklės objektas. Vartojama mėsa, ji yra gana skani, ir oda.

**SAIGNANT** (pranc., skait. *senjan*). Trumpai kepto žlėgtainio (bifštekso), kai vidus lieka rožinės spalvos, pavadinimas (dar vad. *angliško kepimo*).

**SAINT-GERMAIN** (pranc., skait. *san žermen*). Sriuba, pagaminta iš svieste pakepintų žaliųjų žirnelių, paskaninta grietinėle, sumaišyta su išplaktu kiaušinio tryniu. Pertrinta sriuba patiekama su skrebučiais.

**SAINTE-MÉNEHOULD**, À la (pranc., skait. *san menu*). Prancūziškas veršio kojų kepimo būdas, kai jos apverdamos, o paskui pavoliojamos miltuose arba aptepamos tešla ir iškepamos.

**SAKĖ**. Japoniškas ryžių vynas, tautinis šalies gėrimas, turintis 10–18 proc. alkoholio. Sakės skonis labai panašus į chereso. Geriamas ir pašildytas.



**SALAMI** (it., skait. *saliami*). Žalio rūkymo sausa dešra, paskaninta česnaku, kardamonu, pipirais, kvapiaisiais pipirais, padengta baltų pelėsių (*Penicillium* ir *Aspergillus*) sluoksniu. Originalus saliamis gaminamas Italijoje (Milanas, Bolonija) iš asilienos, šiais laikais – dažniausiai iš kiaulienos, jautienos su lašiniais. Vengrų saliamis kokybe nenusileidžia itališkam, tačiau yra šiek tiek švelnesnis.

**SALANGANOS** (*Collocalia*). Nedideli paukšteliai, kurie lizdus suka iš savo seilių, kai kurių žolių ir samanų. Kinai ir indai iš šių lizdų verda visame pasaulyje žinomą kregždžių lizdų sriubą.



**SALATIS** (*Aspius aspius*). Karpinių šeimos žuvis. Paplitęs Šiaurės, Baltijos, Juodosios, Kaspijos jūros ir Aralo ežero baseinuose. Kūno ilgis – 60–80 cm, masė – 2–4 kg (užauga iki 12 kg). Gyvena daugiausia upėse. Verslinė reikšmė nedidelė.

**SALBEI-KÜCHLI** (vok., skait. *zalbeikiuchli*). Šveicariškas desertinis patiekalas, gaminamas iš didelių šalavijų lapų,

panardintų į sklandžių tešlą, užmaišomą iš miltų, grietinės ir iki putojimo išplaktų kiaušinių baltymų. Prieš patiekiant pabarstoma cukrumi ir cinamonu.

**SALCESON** (it.). Ilgai laikyti netinkamas produktas, gaminamas iš subproduktų ir mėsos atliekų – jautienos arba veršienos galvų, odų. Mėsa, skirta šiam gaminiui, gerai nuplaunama, supjaustoma gabalais, išverdama ir gerai paskaninama, tada sukemšama į kiaulių skrandžius arba pūsles ir paslegiama. Šis gaminyt buvo žinomas tarpukario Lietuvoje ir vadinamas *saltisonu*.



**SALDAINIAI.** Aukštos kokybės konditerijos gaminiai iš cukraus, sirupo ir priedų (pieno produktų, riešutų, kakavos produktų, riebalų, aromatinių medžiagų). Iš šių medžiagų sutaisoma saldainių masė. Pomados masė verdama iš cukraus ir krakmolo sirupo; riešutinė – apkepinti trinti riešutai, cukraus pudra ir kt. komponentai; griliažinė – apkeptų riešutų trupiniai maišomi su lydytu cukrumi; marcipaninė – nekepintų riešutų trupiniai maišomi su cukraus pudra ar cukraus ir krakmolo sirupu; kreminė – šokoladinė masė plakama su sviestu ar kt. riebalais. Skoninių ir aromatinių medžiagų dedama baigiant

taisyti. Saldainiai daromi iš vienos kurios masės kelių sluoksnių – iš saldainių masės su priedais (karamelės, vaflių trupinių, riešutų branduolių).



**SALDYMEDIS** (*Glycyrrhiza*). Ankštinių šeimos daugiamečių žolių genties augalas. Savaime auga šilto ir vidurio platumų klimato juostose. Labiausiai paplitęs paprastasis saldymedis (*Glycyrrhiza glabra*) auginamas ir Lietuvoje. Šakniastiebis trumpas, storas, jame yra glicino rūgšties, gliukozės, sacharozės. Vartojamas alaus, konditerijos pramonėje, kulinarijoje.

**SALDUS SERBENTŲ PADAŽAS.** Serbentai verdami vandenyje palaipsniui juos trinant su cukrumi. Nukošiami. Dalis skysčio atšaldoma, sumaišoma su miltais, supilamas likęs skystis ir užverdama, sumaišoma su grietine.

**SALDŽIOJI BULVĖ.** Vajoklinių šeimos augalas, kitaip – *batatas*. Dar žr. **BATATAS**.

**SALICILO RŪGŠTIS.** Aromatinė oksirūgštis. Bepalviai adatos formos kristalai. Lydymosi temperatūra 159 °C. Blogai tirpsta vandenyje. Salicilo rūgšties acetilavimo produktas – acetilsalicilo rūgštis (aspirinas) yra vaistai. Vartojama ir maisto pramonėje kaip konservantas.

**SALIERAS** (*Apium*). Salierinių šeimos vienmečių, dvimečių ir daugiamečių gentis. Savaiame auga Europoje, Azijoje, Afrikoje ir Australijoje. Europos šalyse ir Lietuvoje bei kitur auginamas valgomas salieras (*Apium graveolens*). Dvimetis, rečiau vienmetis. Šaknis stora, stiebas stačias, 70–100 cm aukščio. Žiedai smulkūs, balti, skėtiški. Lapai tamsiai žali. Vaisiai apvalūs. Auginamas kaip daržovė; vartojami lapai, stiebai, šakniagumbiai, sėklos. Daržovė (ypač šakniagumbiai) turtinga mineralinių medžiagų, vitamino C, B, B<sub>12</sub>, PP, karotino, eterinių aliejų. Vartojamas sriuboms, salotoms kaip priedas prie mėsos, žuvies patiekalams arba savarankiškiems valgiams.

**SALIERŲ SRIUBA.** Daržovių sriuba, gaminama iš šviežių salierų šakniagumbių, kurie kartu su tokiu pat bulvių kiekiu išverdami kaulų sultinyje, pertrinami per sietą ir užverdami. Pakepinti iki geltonumo miltai užpilami kaulų sultiniu, išmaišoma ir užpilama ant trintų daržovių. Sriuba pasūdoma, paskaninama grietinėle, pabarstoma kapotais petražolių lapeliais. Pateikiama su bandelės skrebučiais.

**SALIETROS** (lot. *Sal* – druska + *nitrum* – soda; *sal petrae* – uolos druska). Nitratų klasės mineralų grupė, azoto rūgšties druskos, turinčios praktinę reikšmę. Vartojamos trąšoms gaminti, o kai kurių, pvz., natrio nitrato (NaNO<sub>2</sub>), dedama sudant mėsą arba gaminant jos produktus, pvz., dešras. Nuo salietrų pagerėja mėsos spalva ir aromatas. Dedama nedaug: apie 3 mg – 100 g mėsos.



**SALYKLAS.** Dirbtinai sudaiginti miežių, rugių, kviečių ir kt. javų grūdai. Daiginamuose grūduose kaupiasi fermentai, kurie krakmolą paverčia cukrumi, o baltymus – aminorūgštimis. Vartojamas spirito, giros, alaus, duonos pramonėje. Džiūstančiame salykle susidaro kvapių rudos spalvos junginių melanoidinų, koaguliuoja baltymai. Išdžiointas salyklas brandinamas. Jame padaugėja tirpių azotinių medžiagų, suaktyvėja fermentai. Gaminamas šviesusis ir tamsusis alaus salyklas. Lietuvos kaime jau XIX a. buvo gaminamas salyklas, o iš jo – alus.

**SALMIS** (pranc.). Patiekalas, gaminamas iš smulkių medžiojamų paukščių (slankų, perkūno oželių ir kt.). Paukštiena iškepama, vėliau padalijama porcijomis ir ištroškinama padaže su vynu.

**SALMONĖLĖS.** *Enterobacteriaceae* šeimos bakterijų gentis. Dauguma veisiasi žmonių ir gyvūnų žarnyne. Sukelia angliavandenių (gliukozės, manozės, ksilozės), dekstrinų, kai kurių alkoholių rūgimą, per kurį susidaro rūgštys, kartais dujos. Daugelis salmonelių rūšių sukelia ligas, pvz., vidurių šiltinę, parotitą, salmoneliozes.



**SALOTA** (*Lactuca sativa*). Graižaziedžių šeimos vienmetė daržovė. Auginama beveik visame pasaulyje. Stiebas 60–120 cm aukščio. Lapai dideli, žali, švelnūs. Maistui jie vartojami švieži, turi daug vitaminų (C, B, PP), karotino, geležies ir fosforo druskų. Salotų veislės: lapinė, gūžinė, romėnų, kinų ir daug kitų.

**SALOTA GALVINĖ** (vok. *Kopfsalat*).

Lapinė daržovė, auginama daržuose arba šiltnamiuose (rudenį, žiemą). Turi vitaminų A, B ir C. Lapai marinuojami acto, citrinų arba pieno marinatai ir vartojami kaip šiltųjų ar karštųjų patiekalų priedas.



**SALOTOS.** Šaltas gaminys, patiekiamas su mėsos arba žuvies patiekalais kaip užkandis. Gaminamos iš įvairių žaliavų: žaliosios – iš galvinių ar lapinių salotų; daržovių salotos – iš pomidorų, agurkų,

žaliųjų žirnelių, pupelių, svogūnų ir kt.; vaisių salotos – iš obuolių, bananų ir kt. vaisių, pvz., *Martini*, *Jamaikos*, *Valdorfo* salotos. Be minėtų komponentų, dar gali būti įdedama smulkiai supjaustytos mėsos, paukštienos, žuvies, grybų, ryžių, makaronų, bulvių, kiaušinių.

Salotos paskaninamos aliejumi, actu, grietine, majonezu.

**SALPIKONAS** (pranc.). Prancūzų kulinarijoje – virta gyvulių, paukščių, žvėrių ir laukinių paukščių mėsa, vėžiagyviai, taip pat daržovės ir grybai, supjaustyti smulkiais gabaliukais ir užpilti padažu. Šaltas *salpikonas* užpilamas majonezu arba vinegretu padažu, šiltas – įvairiais šiltais padažais, dažniausiai Bešamelio padažu. Jis vartojamas kaip kiaušinių, naminių ir laukinių paukščių, žuvų įdaras. Su juo gaminami sumuštiniai, krocketai, kotletėliai.

**SALTIMBOCCA** (it.). Žinomas itališkas patiekalas, gaminamas iš truputį pamuštos veršienos mentės, pasūdytos ir pabarstytos miltais. Ant kiekvieno mėsos gabalo uždedama riekelė šalavijais pabarstyto kumpio, susukama į velenėlį ir surišama. Vyniotiniai pakepinami aliejuje ir keletą minučių troškinami su baltuoju vynu. Į kepimo sultis įdedama sviesto, pakaitinama, išmaišoma ir užpilama ant vyniotinių.

**SAMBUKA, SAMBUCA.** Bespalvis tautinis italų gėrimas, skoniu panašus į prancūziškus anyžių gėrimus, todėl geriamas su vandeniu ir ledu. Gaminamas iš juodaugio šėivamedžio ir paprastosios rudmenės.



**SAMOS.** Desertinis graikiškas baltasis vynas, gaminamas iš *Weißer Moschato* vynuogių Samos saloje. Turi apie 10 proc. alkoholio, labai saldus, spalva – gintarinė, kvapas – vynuogių. Geriamas kaip aperityvas prie desertų, minkštų kepinų iš mažų taurelių, pašaldytas (12–15 °C).

**SAMTSOS,** vokiečių padažas (pranc. *sauce allemande*) iš veršių sultinio, pievagrybių nuovi, citrinos sulčių, kiaušinio trynio ir grietinės pagamintas padažas, patiekiamas prie žuvies, krabų, paštetų, paukštiesenos patiekalų.

**SAMOVARAS** (rus.). Populiarus Rusijoje arbatos virimo indas (virdulys). Pradėtas gaminti Tuloje. Anksčiau vanduo buvo kaitinamas medžio anglimis, o šiais laikais – elektra.

**SANDWICH,** žr. **SUMUŠTINIAI.**



**SANGRIJA.** Populiarus ispanų gėrimas, gaminamas iš raudonojo išlaikyto vyno, citrinos sulčių, cukraus, su vaisių (abrikosų, persikų) gabaliukais. Gali būti parduodamas buteliuose jau gatavas (su vaisių sultimis). Tinka gerti atšaldytas arba pašildytas – kaip punšas. Alkoholio – 7–9 proc.

**SARDELIŲ (ANČIUVIŲ) SVIESTAS.** Sviestas, ištrintas su ančiuvų pasta. Vartojamas sumuštiniams užtepti, suformuotas ir atšaldytas – kaip troškintos mėsos priedas.



**SARDINĖS.** Silkinių šeimos (*Clupeidea*), *Sardina*, *Sardinella* ir *Sardinops* genčių žuvis. Paplitusios visose jūrose, išskyrus šaltąsias. Kūnas apie 25 cm ilgio, masė – 100–150 g. Gyvena būriais pakrančių zonoje. Svarbus verslo objektas. Daugiausia sardinių (*Sardinella* genties) sugaunama palei Šiaurės vakarų Afrikos pakrantę. Iš sardinių gaminami konservai aliejuje arba pomidorų padaže. Tolimųjų Rytų sardinės (*Sardinops sagax*), arba ivasi, sūdomos ar konservuojamos kaip silkės, paplitusios Ramiojo vandenyno pakrantėse.

**SASIMI, SASHIMI** (jap.) Japoniškas patiekalas – žalios žuvies riekelės, patiekiamos su sojų padažu ir krienais.

**SAUCIER** (pranc.). Kulinaro, specialisto, gaminančio padažus, prancūziškas pavadinimas.

**SAUCISSON** (pranc., skait. *sosison*). Mažos keptos dešrelės.





**SAULĖGRAŽA** (*Helianthus*). Graižažiedžių šeimos aliejinis augalas. Savaime auga Amerikoje. Ūkinę reikšmę turi paprastoji (*Helianthus annuus*) ir daugiametė – topinambas. Paprastosios saulėgražos vaisiai turi 30–57 proc. aliejaus. Jų išspaudos ir rūginiai – baltymingas koncentruotas pašaras. Auginamos Ukrainoje, Rusijoje, Argentinoje ir kitur. Lietuvoje pradėta auginti XIX a., intensyviai, pašarui – nuo XX a. 6-ojo dešimtmečio, tačiau kaip aliejaus žaliava nėra svarbi, nes per trumpas vegetacijos periodas. Saulėgražų aliejus yra malonaus skonio, lengvai rafinuojamas.

**SAULĖGRAŽŲ ALIEJUS.** Augalinis aliejus, spaudžiamas iš saulėgražų sėklų. Šis aliejus yra vertinamas, nes jame gausu organizmui būtinų riebalų rūgščių: linolo (52–66 proc.) ir linoleno (2–6 proc.). Vartojamas kepti, salotoms ir kaip žaliava margarinui gaminti.

**SAUSAINIAI.** Tešlainiai, trapūs miltiniai konditerijos gaminiai. Be miltų, į juos paprastai dedama iki 40 proc. cukraus, iki 30 proc. riebalų, pieno, kiaušinių, krakmolo, sirupo, kvapiųjų medžiagų, į kai kurias rūšis dar riešutų ir kt. priedų. Įvairūs – cukriniai, trauktiniai,

galetos, krekeriai. Cukriniai – paprasti ir desertiniai. Paprasti sausainiai yra trapūs, akyti, gerai brinksta, 3–15 proc. drėgnumo. Desertiniuose daugiau cukraus, riebalų ir priedų. Trauktinių konsistencija tvirtesnė nei cukrinių, jie ne tokie trapūs, turi 4–10 proc. drėgmės. Galetos – stačiakampiai, akyti, nesaldūs arba beveik nesaldūs, vartojami vietoj duonos. Krekeriai nuo galetų skiriasi tuo, kad yra sluoksniuotos struktūros ir trapūs.

**SAUTÉ** (pranc.). Mėsos, paukštienos, žuvies arba daržovių kepimo būdas keptuvėje. Produktas, sudalintas porcijomis, dedamas į įkaitintus (160–170 °C) riebalus, apkepinama viena jo pusė, vėliau apverčiamas, kad vienodai apkeptų ir pasidengtų plėvele, kuri sulaiko produkto sultis. Baigiama kepti žemesnėje temperatūroje. Skoniui pagerinti ant iškepto produkto uždedamas gabaliukas šviežio sviesto ir kepsnys tuojau pat patiekiamas. Sultis, išsiskyrusias kepat, galima praskiesti vandeniu, vynu (taip sumažinamas jų riebumas) ir vartoti kaip padažą.

**SAUTER** (pranc.). Mėsos, paukščių, žuvų, žvėrienos kepimo keptuvėje būdas. Produktas supjaustytas gabalais. Kepant pajudinama kad nprisviltų.

**SAVARIN, SAVAREN.** Saldūs patiekalai, pavadinti žinomo prancūzų teisininko, gastronomo Žano A. Brillat-Savarino (1755–1826) vardu. Tai maži žiedo formos mielinės tešlos kepinėliai, įdaryti vaisiais, patiekiami užpilti uogiene arba kremu, taip pat su vaisių sulčių padažais.

Žinomi šie Savarinai: Savarino žiedai su apelsinai – išmirkyti apelsinų sirupe, padengti karštu abrikosų marmeladu, sumaišytu su Kiurasao likeriu, žiedo vidus užpildytas (įdarytas) apelsinų kremu, papuoštas apcukrintomis apelsino skiltelėmis; Savarino žiedai su avietėmis – išmirkyti aviečių sirupe, žiedo vidus įdarytas patroškintomis avietėmis, padengtas plakta grietinėle su vanile, sumaišyta su aviečių musu; kardinoliški Svarino žiedai – išmirkyti *Maraskos* vyšnių sirupe, žiedo vidus įdarytas šutintais persikais, užpilti žemuogių tyre, prismaigstyti migdolų gabaliukų.

**SAVOYARDE**, À la (pranc., skait. *savujard*). Bulvių gaminimo būdas. Bulvės supjaustomos plonomis riekelėmis, sudedamos sluoksniais į karščiui atsparų indą, pabarstomos tarkuotu sūriu, užpilamos sultiniu ir iškepamos orkaitėje. Išrastas brolių Žiuljenų XIX a. buvo labai populiarus.



**SAVOJOS KOPŪSTAI** (*Brassica oleracea var. sabauda* L.). Labai panašūs į baltuosius kopūstus, tačiau jų lapai pūslėti ir skanesni už baltųjų kopūstų. Savojos kopūstai turi mažiau vitaminų, tačiau

daugiau mineralinių medžiagų nei baltieji. Vartojami taip pat kaip ir baltieji kopūstai.

**SAVOURIES** (angl., skait. *seiveriz*).

Pikantiški užkandžiai, patiekiami šilti (pakepinti, pavolioti miltuose parmezano, rokforo ar kt. sūrio gabaliukai), taip pat šalti (Česterio pyragaičiai, pasūdyti migdolai). Tiekiami pobūvio pradžioje arba jo pabaigoje, kad sužadintų apetitą arba troškulį.

**SBRINCAS** (vok. *sbrinz*). Šveicariškas brandintas, fermentinis kietas sūris, gaminamas disko formos, diametras – 55 cm, aukštis – 4 cm, masė – 20–40 kg. Tai ilgiausiai (2–4 metus) brandinamas šveicariškas sūris, pasižymintis būdingu aromatu ir pikantišku skoniu. Jis populiarus ne tik Šveicarijoje, Italijoje, bet ir kitur.

**SCALLOP** (angl., skait. *skelop*). *Pectinidae* šeimos dvigeldžių moliuskų bendras pavadinimas. Šukutės.

**SCHWÄBISCHE MAULTASCHEN** (vok., skait. *švėbiše maultašen*). Švabų pyragas, Bavarijos patiekalas. Tai pyragėliai su įdaru, kurie gaminami iš mėsos faršo, lašinių, išmirkytos bandelės, pakepintų svogūnų, petražolių lapelių ir kiaušinių. Pyragėliai formuojami trikampio formos ir patiekiami užpilti riebalais ir pakepintais svogūnais.

**SCONES** (angl.). Anglų arbatiniai sausainiai, gaminami iš miltų, sviesto, pieno, sodos arba kepimo miltelių. Dažniausiai trikampio formos.



### **SEDULA GELTONŽIEDĖ** (*Cornus mas* L.).

Sedulinių šeimos medis arba aukštas krūmas raudonai ruda žieve, ovalo formos lapais ir kuokštais susitelkusiais geltonais žiedais. Vaisiai – tamsiai raudoni, stambūs, ovalūs, sultingi, kaulavaisiai su pailgu kauliuku. Žydi balandžio–gegužės mėn. Auginama daugelio Europos šalių soduose. Krūmai sodinami gyvatvorėms. Vaisių minkštimas malonaus saldžiarūgščio, sutraukiančio skonio. Po šalnų vaisiai skanesni. Juose yra iki 9 proc. cukraus, iki 2,9 proc. organinių rūgščių, pektinų, azotinių ir dažinių medžiagų, vitamino C. Vaisiai valgomi švieži arba perdirbti. Iš jų spaudžiamos sultys, verdami sirupai, uogienės, kompotai, džemai, kisieliai, marinatai, gaminamas vynas, užpiltinės, trauktinės, likeriai, nealkoholiniai gėrimai.

**SEGEDINO GULIAŠAS** (vengr. *szegedi gulyas*). Vengrų patiekalas, gaminamas iš gabaliukais supjaustytos jautienos, riebaluose pakepintų svogūnų, trinto česnako, kmynų ir paprikos miltelių. Kai mėsa truputį suminkštėja, dedama šviežios paprikos, smulkiai supjaustyta prieskoninių daržovių (be kopūstų), supjaustyta kubeliais bulvių, įpilama vandens, kad apsemtų produktus.

Prieš baigiant troškinti pomidorų tyrės. Prieš nukeliant nuo ugnies įdedama ypatingai pagamintų skrylių.

**SEILĖS.** Bespalvė substancija, kurią išskiria seilių liaukos, esančios burnoje. Jų sudėtyje 98,5 proc. vandens ir 1,5 proc. organinių ir neorganinių cheminių junginių, turinčių virškinimo fermentų, kurie padeda paversti krakmolą cukrumi. Seilės tirpdo kietąsias maisto dalis. Seilėse yra organinių medžiagų: mucino, karbamido, amoniako, cholesterolio, kreatinino, monosacharidų, vitaminų, fermentų. Per parą išskiria 0,5–1,5 l seilių. Jos paslidina maisto produktus, skalauja burną, naikina joje mikroorganizmus. Seilių pH 5,6–7,6.

**SĖKLAVAISIAI.** Obuoliai, kriaušės ir svarainio vaisiai. Vartojami švieži ir konservuoti. Iš jų gaminama daug populiarių patiekalų, vartojami ir kitiems paskaninti.

**SEKT** (vok.).

žr. **PUTOJANTIS VYNAS, ŠAMPANAS.**

**SĖLENOS.** Šalutinis miltų gamybos produktas – grūdų luobelės ir nesurūšiuotų miltų likučiai. Selenose yra daug riebalų ir vitaminų. Naudojamos duonos pramonėje. Kai kuriose šalyse, pvz., Lenkijoje, – raugui nacionaliniam patiekalui, putrai, gaminti. Lietuvoje daugiausia vartojamos gyvulių pašarui. 100 kg selenų turi 71–78 pašarinius vienetus, 12,5–13 kg baltymų. Kai kurių augalų (pvz., garstyčių, linų, migdolų) sėklų sėlenos naudojamos medicinoje.

**SELIAVA** (*Coregonus albula*). Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos žuvis. Paplitusi Airijos, Didžiosios Britanijos vandenyse, Baltijos ir Barenco jūros baseinuose. Tipinės seliavos masė – 150–200 g, didelės – 1,2 kg, mažos – 10–15 g. Lietuvos ežeruose (Rubikiuose, Stirniuose, Lakajuose, Luodyje) veisiasi tipinės seliavos. Į kai kuriuos ežerus ir Kuršių marias buvo įveista greičiau augančių seliavų rūšių (Ladogos ežero seliava, vad. *ripusu*). Tai skani žuvis; ji kepama, rūkoma, marinuojama.

**SELTERIS**. Pasūdytas, angliarūgštės prisotintas vanduo. Kaip gaivusis gėrimas vartojamas grynas, be to, stipriesiems alkoholiniams gėrimams praskiesti arba baro gėrimams gaminti.

**SENMARSELINAS** (pranc. *saint-marcellin*; *Saint Marcellin* – vietovė Rytų Prancūzijoje). Minkštas, balsvas prancūziškas karvių pieno sūris. Kaip ir *kamamberas*, tai yra minkštasis sūris.



**SERBENTAI JUODIEJI**. Serbentų (*Ribes nigrum* L.) tamsios uogos, turtingos vitaminų. Vartojamos šviežios, šaldytos, džiovintos, kompotams, drebučiams, marmeladams, uogienėms, sultims, uogų vynams ir likeriams gaminti.

**SERBENTAS** (*Ribes* L.). Agrastinių šeimos uogakrūmis. Savaime auga Europoje, Azijoje, Amerikoje. Lietuvoje savaime auga 3 rūšys, auginamos – 4. Lapai pažanginiai, paprasti skiautėti. Žiedai smulkūs, susitelkę kekėmis. Vaisiai – juodos, raudonos, geltonos ir kitokios spalvos uogos. Didžiausią reikšmę turi juodasis (*Ribes nigrum*) ir raudonasis (*Ribes rubrum*). Uogose yra 5–12 proc. angliavandenių, organinių rūgščių, vitaminų C (ypač juodųjų serbentų uogose), B ir P. Vartojamos šviežios uogos su cukrumi. Iš jų verdamos uogienės, marmeladai, želė, sultys, gaminami likeriai ir vynas. Kai kurių padažų (pvz., *Cumberland*) sudedamoji dalis.

**SERBENTŲ PADAŽAS** (pranc. *sauce groseille*). Daržovių padažų rūšis, gaminamas iš pakepintų riebaluose daržovių (morkų, salierų, petražolių), kurios pabarstomos miltais, patroškinamos, užpilamos kaulų sultiniu, paskaninamos (juodaisiais, kvapiaisiais pipirais) ir verdamos ant mažos ugnies. Padažas nukošiamas, daržovės sutrinamos, pridedama serbentų drebučių, nudažoma padegintu cukrumi (karamelenu). Patiekiamas kaip mėsos patiekalų priedas.

**SERVELATAS**. Aukštos kokybės šaltai rūkyta dešra, gaminama iš jautienos ir kiaulienos, su riebalais ir prieskoniais.

**SETUBALAS (MOSCATEL de SETÚBAL)**. Baltasis desertinis portugalishkas vynas, gaminamas iš muskato veislės vynuogių. Laikomas pačiu geriausiu muskatiniu vynu Europoje. Brandinamas 6–25 metus.



**SEZAMAS** (*Sesamum indicum*). Vienmetis aliejinis augalas, auginamas tropikų ir subtropikų šalyse (Indijoje, Egipte, Kinijoje, Sudane, Birmoje). Iš sezamo sėklų gaminamas aliejus, kuris plačiai vartojamas Kinijos ir Korėjos kulinarijoje, taip pat konditerijos pramonėje chalvai bei pyragaičiams gaminti.

**SEZAMO ALIEJUS.** Vertingas maistinis aliejus, vartojamas Tolimųjų Rytų šalyse. Sudarytas daugiausia iš nesočiųjų riebalų rūgščių (oleino, linoleno ir kt.).

**SHORT DRINK** (angl. – trumpas gėrimas). Iš karto, vienu gurkšniu geriama baro gėrimai.

**SIDRAS** (pranc. *cidre*). Lengvai fermentuotos, grynus obuolių sultys be vandens ir mielių, turinčios daug angliarūgštės, mažai alkoholio (5–7 proc.). Tai putojantis, obuolių skonį ir kvapą turintis obuolių vynas. Gaminamas saldus (10 proc. cukraus), pusiau sausas (5 proc. cukraus), sausas (be cukraus). Gaminamas Prancūzijoje (čia *sidrais* vadinami visi alkoholiniai gėrimai iš obuolių sulčių), Austrijoje, Šveicarijoje, Anglijoje. Kitose šalyse ir pas mus sidru vadinami

surogatai, pagaminti dažnai iš menkaverčių žaliavų, pigaus obuolių vyno.

**SYKAI** (*Coregonus*). Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos žuvų gentis. Paplitę Atlanto, Ramiojo ir Arkties vandenynų baseinuose. Kūno ilgis iki 75 cm, masė – iki 8, kartais – iki 16 kg. Sykai skirstomi į 3 grupes (pagal žiomenų padėtį): su viršutiniais žiomenimis (pvz., seliava), su galiniais žiomenimis (pvz., omulis, peledė), su apatiniais žiomenimis (pvz., čyrai). Dauguma sykų yra verslo objektas. Lietuvoje kai kuriuose ežeruose veisiasi seliavos, Platielių ežere – sykai (*Coregonus lavaretus holsatus*), Baltijos jūroje – jūriniai sykai. Introdukuotos peledės, čyrai. Sykų mėsa balta, liesa, mažai kaulų. Skanūs kepti, rūkyti, konservuoti.



**SILKĖ** (*Clupea harengus* L.). Silkinų (*Clupeidae*) šeimos žuvis. Veisiasi Šiaurės Atlante ir artimose jūrose. Yra maistinga, pigi ir dėl to labai populiarė. Prekiaujama šviežia arba sūdyta; pagal sūdyumą: mažai, vidutiniškai ir labai sūdyta; pagal apdorojimą: išdarinėta ir neišdarinėta; pagal paruošimą: šviežia, neįdaryta riebi silkė, įdaryta natūrali. Visuomeninio maitinimo įmonėse silkė labai įvairiai paruošiama. Šviežia silkė marinuojama (pvz., rolmopsai), kepama arba rūkoma. Sūdyta silkė patiekiami su virtomis arba keptomis neskustomis bulvėmis ir žaliaisiais žirneliais – kaip silkių salotos arba kaip rūkytos lašišos pakaitalas. Švedijoje, taip pat kitose šalyse ir Lietuvoje,



labai populiarai kaip užkandis. Kai kuriose šalyse, pvz., Vokietijoje, iš silkės gaminami įvairūs konservai ir padažai.

**SILKĖ ALIEJUJE.** Iš gerai išmirkytos sūdytos silkės atskiriama filė, apdžiovinama ir nulupama. Supjaustytas svogūnas nušutrinamas verdančiu, perpilamas šaltu vandeniu, pašlakstomas actu. Žuvis sudedama į pusdubėnį, apdedama svogūnais, užpilama aliejumi, papuošiama petražolių lapeliais. Pateikiama kaip užkandis.

**SILKĖ GRIETINĖJE.** Išmirkyta silkė nulupama, atskiriama filė, išrenkami kaulai. Supjaustytas svogūnas nušutrinamas verdančiu, perpilamas šaltu vandeniu, apdžiovinamas. Grietinė sumaišoma su tarkuotais obuoliais, cukrumi ir svogūnais. Silkė sudedama į dubenėlį ir užpilama paruošta grietine. Papuošiama kapariais ir konservuotų agurkų gabaliukais.

**SILKĖ GRIETINĖJE IR MAJONEZE.** Išmirkyta silkė nulupama, atskiriama filė, išrenkami kaulai. Supjaustyti svogūnai nuplikomi verdančiu vandeniu, perpilami šaltu ir nusunkiami. Grietinė sumaišoma su majonezu santykiu 2:1. Silkė sudedama į pusdubėnį, užpilama padažu, papuošiama petražolių lapeliais ir figūriniu peiliu supjaustytomis virtomis morkomis.

**SILKĖ JAPONIŠKA.** Išmirkyta silkė nulupama, atskiriama filė, pašalinami kaulai. Puseles kietai virto kiaušinio apvyniojamos silkės filė ir sudedamos į indą sluoksniais su raugintų arba

konservuotų agurkų gabaliukais, pabarstoma svogūnų griežinėliais, sumaišoma su paprika ir cukrumi. Prieš patiekiant silkė užpilama majonezu su žaliaisiais žirneliais ir petražolės šakelėmis.



**SILKĖ, KEPTA TEŠLOJE.** Iš pieno, miltų, kiaušinių trynių išplakama tešla. Prieš kepatį ją įmaišoma iki putojimo išplaktų kiaušinio baltymų. Supjaustyta porcijomis arba mažesniais gabalais silkės filė suvilgoma paruošta tešla ir kepama aliejuje. Tiekama kaip šiltas arba šaltas užkandis.

**SILKĖ METROPOLIS.** Silkės vyniotinis su grybais. Džiovinti grybai išverdami ir supjaustomi šiaudeliais. Svogūnai supjaustomi šiaudeliais ir pakepami, dar pakepinami kartu su grybais. Atšaldytas grybų ir svogūnų mišinys įvyniojamas į silkės filė. Pateikiama uždėjus ant agurko griežinėlio, papuošus žalumynais.

**SILKIŲ PASTA.** Tiršta masė, pagaminta iš mirkytos, be kaulų silkės (filė), kuri, nulupus odą, ištrinama kartu su virtų kiaušinių tryniais ir sviestu. Galima pridėti truputį varškės ir svogūnų. Vartojama sumuštiniais ir kt. patiekalams gaminti.



**SILVANER, SYLVANER.** 1) Populiari baltųjų vynuogių veislė, paplitusi Vokietijoje, Austrijoje, Balkanų valstybėse, Italijoje, JAV (Kalifornijoje) ir kitose šalyse; 2) iš šių vynuogių gaminami to paties pavadinimo išskirtiniai baltieji žalsvo atspalvio vynai.

**SIRUPAS** (lot. *sirupus*). Koncentruotas (40–80 proc.) angliavandenių (sacharozės, fruktozės, gliukozės, maltozės) arba jų mišinio tirpalas vandenyje arba vaisių ir uogų sultyse. Tai skaidrus, tąsus skystis. Vartojamas uogienėms, kompotams, konditerijos gaminiams, o vaisių ir uogų sirupas – dar ir vaisvandeniams gaminti.

### **SKANDINAVIJOS ŠALIŲ (ŠVEDŲ, NORVEGŲ, SUOMIŲ IR DANŲ) VALGIAI.**

Jie giminingi ir pasižymi švelniu skoniu. Pateikalam gaminti vartojami neaštrūs prieskoniai (miško uogos, riešutai, prieskoninės daržovės, gvazdikėliai, krapai), taip pat cukrus, grietinė, obuoliai, slyvos, kiaulės taukai, aliejus. Pusryčių stalas Danijoje itin gausus, panašus į anglišką. Kava paskaninama grietinele, avižų dribsniai su pienu ir cukrumi, su kumpiu kepti kiaušiniai, žuvies bei mėsos šaltieji patiekalai, pyragaičiai, įvairių rūšių duona.

Svarbūs sumuštiniai *smørrebrød*.

Tai dažniausiai sviestu apteptos duonos arba bandelės riekelės su jautiena, kepenine dešra, sardelėmis. Mėgstama šalta žvėriena su serbentų drebučiais, veršienos kepsnys su garstyčiomis, agurkais, laiša su kiaušiniu, kumpis, taip pat gausus dešrų ir sūrių pasirinkimas. Daržovių, žuvų, mėsos, alaus (*öllebröd*) ir kitokios sriubos valgomos per pietus. Platus žuvies asortimentas. Tai įvairių rūšių silkų, upėtakių, menkių, sterkių, ungurių patiekalai. Mėsos patiekalai pasižymi gera kokybe.

Skaniai gaminami paukštienos valgiai. Pvz., žąsienos kepsnys, įdarytas obuoliais ir razinomis, veršienos frikadelės, avienos ragų su krabais ir šparagais, jautienos ir kiaulienos kepsniai su daržovėmis. Padažai dažniausiai miltiniai. Vakarienei patiekiami saldūs valgiai, sūriai. Mėgstami gėrimai: kava, pienas, mineralinis vanduo, alus, vynas, degtinė. Norvegų pusryčiai sotūs, tačiau kuklesni. Populiarūs valgyklose, restoranuose valgių pateikimo būdai (*smørrebrød*), kai ant bendro stalo sudedama šalta mėsa, dešra, žuvų konservai, salotos, kiaušiniai, sūris, įvairių rūšių duona. Geriama kava, arbata, pienas, kurį prie mažesnio stalo patiekia padavėjas.

Pietums dažnai valgoma žuvies su virtomis bulvėmis. Mėgstama laiša, silkė, ešerys, pleksnė. Nacionalinis norvegų mėsos patiekalas (*kjøttboller*) – troškinti jautienos muštinukai, taip pat *jūrininkų mėsa* – smulkiai supjaustyta jautiena, ištroškinta su svogūnais ir bulvėmis. Mėgstamos dešrelės ir laukinių žvėrių bei paukščių mėsa. Vakarienei valgomi pyragaičiai, vaisiai, želė ir ledai, geriamas



pienas, kava, arbata, selteris, alus, degtinė. Vynas importuojamas.

Suomija – tūkstančio ežerų, jūrų ir miškų šalis, todėl valgoma daug žuvies, miško uogų, grybų, laukinių žvėrių ir paukščių mėsos. Pietinėje šalies dalyje auginama daug daržovių ir vaisių. Rytai suomia valgo miltų tyrę su pienu. Kopūstų sriubos paskaninamos grietine.

Žuvenį valgoma su juoda duona, užtepta sardelių sviestu. Antienos atliekų sriuba verdama su obuoliais ir džiovintomis slyvomis. Labai mėgstama lašiša, ji valgoma žalia, rūkyta arba įdaryta, taip pat silkė, ešerys. Suomia vartoja daug jautienos, elnienos, avienos. Prie mėsos patiekalų patiekiami daug daržovių. Vertinamos mėlynės, bruknės, avietės, žemuogės; iš jų gaminami padažai, kompotai, marmeladai. Salotas suomia gamina su grietine arba rūgščiu pienu, geria daug kavos ir pieno.

Švedų gaminių asortimentas platus. Dažnai stalas apkraunamas įvairiais silkų, sardinių, lašišų, ungurių, krabų, daržovių, kiaušinių, kumpių, paukštienos, žvėrienos, liežuvių, grybų valgiais, sumuštiniais. Ant kito stalo apstu karštųjų valgių. Tai įvairūs kepiniai, žuvies, daržovių patiekalai. Ant trečio – saldūs valgiai: uogos, vaisiai, kompotai, drebučiai, putėsiai, pudingai, pyragaičiai. Švedai vaišinasi patys pasirinkdami valgius (iš čia – *švedišką stalą*). Visi patiekalai – sriubos, žuvis, mėsa – mėgstami pasaldinti. Karštus antruosius patiekalus švedai valgo vieną kartą per dieną, per pietus. Mėgsta pupelių sriubą su kumpiu, žirnių sriubą su lašiniiais, vadinamąją *juodąją sriubą* su žąsų krauju bei alaus sriubą. Labai mėgstami žuvų

patiekalai, vėžiai. Populiarūs mėsos patiekalai: mėsos kukuliai (*Köttbuller*), kiaulienos riekelių patiekalas (*Svensk panna*), taip pat šniceliai, didkepsniai, žąsų ir žvėrienos patiekalai. Švedai geria daug kavos, arbatos, pieno, sulčių, mineralinio vandens, vyno. Garsus švedų punšas.

**SKERDENA.** Paskersto ir išdarinėto gyvulio arba paukščio visas arba išilgai perpjautas kūnas, t. y. bet kurio paskersto gyvulio šviežia mėsa ir švieži subproduktai (kepenys, inkstai, širdis). Galvijų skerdena būna be odos (kiaulių – su oda), be galvų, kojų ir vidaus organų. Paukščių skerdena būna visa skrosta arba iš dalies skrosta. Pirmuoju atveju pašalinamos plunksnos, galva su kaklu ir visi vidaus organai, antruoju – plunksnos ir žarnos.

**SKERDENOS ATLIEKOS.** Subproduktai, vidaus organai ir kitos skerdenos dalys, kurios neparduodamos kartu su mėsa. Tai galvos dalys (liežuvis ir smegenys), kaklo dalys (veršio gurklys), krūtinės vidaus organai (širdis ir plaučiai), pilvo vidaus organai (kepenys, inkstai, žarnos, skrandžiai). Jos turi daug rišamųjų ir mineralinių medžiagų, vitaminų, todėl vartojamos daugelyje patiekalų.

**SKERSNUKIS** (*Chondrostoma nasus*). Karpinių žuvų šeimos žuvis. Paplitęs Europos upėse, įtekanciose į Šiaurės jūrą, Baltiją, Juodosios ir Kaspijos jūrų baseinų upėse. Kūno ilgis iki 50 cm, masė – iki 1,5 kg. Verslinė reikšmė menka. Lietuvoje pasitaiko Nemune, Neryje, Žeimenoje.



**SKILANDIS.** Žalia arba rūkyta dešra iš stambiai supjaustytos mėsos. Gaminama iš pusriebės kiaulienos (apie 85 proc.) ir jautienos (apie 15 proc.). Mėsa supjaustoma 2–3 cm ilgio ir 1–1,5 cm pločio gabalėliais. Dedama druskos (3,5 proc.), salietros (natrio nitrito), cukraus, juodųjų ir kvapiųjų pipirų, česnako. Faršas kemšamas į kiaulių skrandį, pūslę, galvijų tiesiąją arba akląją žarną. Dažniausiai rūkomas. Gaminamas namuose ir mėsos kombinateuose. Lietuvoje minimas nuo XVI a. Kaime jį darydavo iš kiaulienos.

**SKLEROZĖ** (gr. *sklerōsis* – sukietėjimas). Organo, kurio funkciniai elementai žūva, jungiamojo audinio išvesėjimas, sustandėjimas ir surandėjimas. Sukelia lėtinis produkcinis uždegimas (pvz., sergant reumatu, sifiliu), kraujotakos medžiagų apykaitos sutrikimai. Sklerozė gali būti židininė ir difuzinė. Ji susidaro inkstuose, plaučiuose, kepenyse (nefrosklerozė, pneumosklerozė, kepenų cirozė). Jungiamajam audiniui randėjant, organai deformuojasi, raukšlėjasi, mažėja, sutrinka jų funkcija.



**SKLINDŽIAI,** blynai, lietiniai, paplokšti kepinėliai. Kepami riebaluose, iš įvairių

miltų arba trintų bulvių. Lietuvoje blynai nuo seno valgomi su riebalais, grietine, rūgščiu arba saldžiu pienu, uogiene. Blynų yra labai daug rūšių: jie kepami su įvairiais vaisiais (obuoliais), daržovėmis (cukinija), kartais kepami be riebalų (bulviniai blynai, kepti krosnyje, specialiose ketaus formose).

**SKLINDŽIAI VENGRIŠKI,** Á la Gundel. Žinomas vengrų desertinis patiekalas, gaminamas iš sklindžių, apteptų mase iš susmulkintų riešutų, sumaišytų su cukraus pudra, ištrintu sviestu, razinomis, romu, pienu, apelsinų žievelių milteliais. Sklindžiai patiekiami su šokoladu, išvirtu pienu. Padažas sutirštinamas kiaušinio tryniu. Prieš patiekiant sklindžius galima pašlakstyti spiritu arba romu ir uždegti. Patiekalo pavadinimas kilęs iš Karolio Gundelio, žinomo Budapešto restorano savininko, pavardės.

**SKLINDŽIAI BISKVITINIAI, SU VARŠKE.** Sklindžių tešla išmaišoma su kiaušinio baltymu, išplaktu iki putėsių. Iškepti sklindžiai aptepami mase iš trintos varškės, grietinės, cukraus ir kiaušinių trynio. Sudėti skarele lietiniai apkepami iki rudumo ir patiekiami pabarstyti cukraus pudra. Atskirai patiekiami grietinė.

**SKLINDŽIAI SU GRYBAIS.** Iškepti sklindžiai, įdaryti faršu iš supjaustytų grybų, išvirtų mažame kiekyje vandens, patroškintų su pakepintais riebaluose svogūnais. Į faršą įdedama truputį maltos bandelės. Susukti ritinėliu sklindžiai patepami išplaktu kiaušiniu, pabarstomi

bandelės miltais, iškepami iš abiejų pusių. Patiekiami su padažu (kaparių, pomidorų).

**SKLINDŽIAI SU GRIETINE.** Desertinis patiekalas, gaminamas iš sklandžių tešlos ir ištrinto su cukrumi kiaušinio trynio, su smulkinta citrinos žievele, išmaišyta su miltais bei grietine ir pabaigoje lengvai sumaišyta su iki tirštumo išplaktais kiaušinių baltymais. Tešla supilama į riebalais išteptą keptuvę ir kepama pamažu, pagruzdinant tik iš vienos pusės. Viršutinė sklandžio pusė turi likti neapkepusi. Taip iškepti sklandžiai susukami ritinėliu ir patiekiami karšti, pabarstyti cukrumi ir vanile.

**SKLINDŽIAI SU RUSIŠKU ĮDARU.** Iškepti sklandžiai patepami įdaru iš virtų trintų bulvių (3 dalys) ir varškės (1 dalis), sumaišytu su pakepintais riebaluose, pasūdytais ir paskanintais pipirais, svogūnais. Prieš pat patiekiant, sklandžiai apkepinami, valgomi karšti kaip pagrindinis patiekalas.

**SKLINDŽIŲ TEŠLA.** Skysta grietinės konsistencijos tešla, užmaišyta iš miltų, kiaušinių ir pieno, praskiesto vandeniu (santykiu 1:1). Šią tešlą galima paruošti iš miltų, pieno, praskiesto vandeniu, išplaktų kiaušinio trynių ir baltymų putų (biskvitų tešla). Pieną su vandeniu galima pakeisti grietine (grietinės sklandžiai). Iš sklandžių tešlos galima kepti sklandžius kaip pagrindinį arba saldujį patiekalą.

**SKONINIAI PRODUKTAI.** Maisto produktai, dažniausiai neturintys maistinės vertės (išskyrus kakavą); kai kurie, pvz.,

alkoholiniai gėrimai, yra kenksmingi sveikatai. Produktai, kuriuose yra alkaloidų, veikia nervų sistemą ir širdies veiklą.

Skoniniams produktams priskiriama degtinė ir vynas, kava ir arbata, taip pat kai kurie prieskoniai: pipirai, muskatas, lauro lapai, kvapieji pipirai, kalendra. Be daugelio skoninių produktų neapsieinama virtuveje, tačiau juos reikia vartoti saikingai.

**SKONIS.** Vandenyje arba seilėse ištirpusių cheminių medžiagų, veikiančių skonio organus, liežuvio, gomurio, gerklės sienelės, antgerklio receptorių, jutimas ir suvokimas. Yra 4 pagrindinės skonio pojūčio rūšys: kartumas, saldumas, rūgštumas ir sūrumas. Apie kulinarijos gaminių kokybę sprendžiame pagal 4 požymius: spalvą, aromatą, konsistenciją, skonį. Apie skonį galima iš dalies spręsti iš įvairių duomenų (pvz., pH nustatymas), tačiau lemiamą reikšmę turi skonio etalonai, pagal kuriuos patiekalų skonio kokybę nustato parengti, įgimtų savybių turintys žmonės – degustatoriai, titesteriai. Skonis padeda spręsti apie maisto produkto kokybę, jo šviežumą, subrendimą, paruošimą, kulinaro kvalifikaciją. Jau senovėje buvo pastebėta, kad skanus maistas prisotina, o neskanus – ne. Teoriškai tai pagrindė prancūzų teisininkas, gastronomas Žanas (Jean) A. Brillat-Savarinas (1755–1826) savo knygoje „Skonio fiziologija“.

**SKORBUTAS** (vok. *Skorbut*). Avitaminozė C, liga, kylanti dėl ilgalaikės askorbino rūgšties (vitamino C) stokos. Sergant skorbutu, paburksta ir kraujuoja



dantenos, pradeda klibėti, vėliau iškrinta dantys, odoje atsiranda kraujosruvų, sutrinka virškinimas. Gydoma askorbo rūgštimi ir kt. vitaminais, perpilamas kraujas.

**SKRUDINTUVAS** (angl. *toaster*, skait. *toustė*). Elektrinis virtuvės įrenginys duonai pakepinti. Turi termoregl., kuri po nustatyto laiko išjungia srovę, ir specialų įrenginį, kuris iškelia duonos riekes. Yra įvairių tipų.



**SKUMBRĖ.** Makrelė (*Scomber scombrus*), makrelinių (skumbrinių) šeimos jūros žuvis. Paplitusi Atlanto vandenyne, aptinkama Viduržemio, Juodojoje, kartais Baltijos jūrose. Silkės dydžio, užauga iki 60 cm ilgio, masė – iki 1,6 kg. Svarbus verslo objektas. Mėsa skani, ganėtinai riebi (iki 11,6 proc.). Lietuvoje populiari rūkyta ir konservuota (aliejuje arba su pomidorais). Valgyklose ir restoranuose dažniausiai gaminami patiekalai: *kepta skumbė su sviestu, kepta skumbė su svogūnais ar pomidorais*.

**SLANKOS** (*Scolopax rusticola*). Tilvikų šeimos (*Scolopacidae*) medžiojami miškų paukščiai. Kūno ilgis – apie 34 cm, masė – apie 340 g. Paplitę Eurazijoje. Slankų mėsa labai skani. Jos kepamos apvyniojus skerdeną lašinių juostelėmis. Troškinamos vyne, kepamos įdarytos. Kartais kepamos kartu su viduriais. Tai medžiotojų skanėstas.



**SLYVA NAMINĖ** (*Prunus domestica* L.).

Kaulavaisiai, kurių veislės skiriasi forma, spalva, skoniu. Gerai žinomos didelės, žaliosios *Renklodo*, mažos, smulkiaisi branduoliais *Mirabelos*, mėlynosios naminės veislės, vengrinės slyvos. Slyvose yra apie 8 proc. cukraus, vitaminų A, B<sub>2</sub>, C, mineralinių druskų (kalcio, fosforo, geležies). Valgomos šviežios, perdirbtos, rūkytos ir džiovintos. Iš jų gaminamos sultys, kompotai, drebučiai (musai); naudojamos kaip įdarų priedas gaminant ančių, žąsų patiekalus. Fermentacijos pramonėje žinomi slyvų gėrimai: likeriai, karčiosios, *slivovica*.

**SLYVOS ACTE.** Nuplautos bei apdžiovintos slyvos subadomos šakute ir užpilamos šiltu sirupu, pagamintu iš vandens (3 dalys), 6 proc. acto (1 dalis), cukraus (1 dalis), prieskonių (cinamono žievelės, gvazdikėliai). Užpiltos slyvos palaikomos parą. Atsiradęs sirupas nupilamas, užvirinamas ir vėl užpilamas ant slyvų. Ši procedūra pakartojama 3 kartus. Paskutinį kartą užpiltos slyvos atšaldomos, uždaromos hermetiškame inde ir laikomos šaltoje vietoje. Pateikiama su mėsos patiekalais.

**SLIVOVICA.** Iš fermentuotų slyvų raugalo pagamintas taurusis gėrimas. Tai bespalvė



arba gelsva slyvų ir karčiųjų migdolų skonio degtinė. Populiari Balkanų, ypač buvusios Jugoslavijos, šalyse. Stiprumas – 45 proc. Pavadinimas *slivovica* nėra legaliai įteisintas. Tokio pavadinimo degtinė gaminama ir kitose šalyse, pvz., Vokietijoje, Lenkijoje, Austrijoje, Čekijoje, Slovakijoje.

**SLYVŲ KARČIOJI.** Gaminama iš džiovintų (nerūkytų) slyvų, degtinės, spirito. Slyvos be kauliukų smulkiai supjaustomos ir sudedamos į indą, užpilamos degtine (4 dalys), spiritu (1 dalis) ir laikomos 4–6 savaites. Tada karčioji nupilama, slyvos užpilamos trupučiu vandens, po 2–3 dienų nukošiama ir sumaišoma su anksčiau nukošta degtine. Mišinys dar palaikomas keletą dienų ir dar kartą iškošiamas.

**SMEGENYS.** Priskiriamos vertingiems subproduktams. Iš jų gaminami šie patiekalai: *veršio smegenys su kiaušiniu* (apvirintos, susmulkintos, iškeptos, sumaišytos su žaliais kiaušiniiais); *veršio smegenys su daržovių padažu* (virtos smegenys patiekiamos su žalių daržovių padažu); *avies smegenys pagal čigonus* (keptos smegenys su lašinių riekelėmis, su čigonišku padažu); *kiaulės smegenys pagal malūnininkę* (sumaltos, keptos, paskanintos citrinos sultimis ir susmulkintomis žaliomis daržovėmis). Smegenis galima vartoti blyneliams su mėsa, paštetams gaminti. Labiausiai vertinamos veršių ir kiaulių smegenys.

**SMIDRAS** (*Asparagus*). Šparagas, lelijinių šeimos daugiamečių žolių, puskrūmių ir lianų gentis. Savaiame auga Vakarų

Europoje, prie Viduržemio jūros, Balkanuose. Lapai spygliški, žiedai smulkūs, gelsvi. Vaisius – rutuliška raudona uoga. Ūkinę reikšmę turi vaistinis smidras (*Asparagus officinalis*). Augalas dvimetis, stiebas 120–150 cm aukščio. Auginamas daugelyje šalių Vakarų Europoje, Indijoje, Kinijoje, Japonijoje, Alžyre, Egipte, JAV. Iš pradžių buvo auginamas kaip vaistinis augalas, vėliau – kaip daržovė. Jauni požeminiai ūgliai, be chlorofilo, turi apie 2 proc. baltymų, 2,4 proc. angliavandenių, vitaminų C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP. Jie valgomi virti, kepti arba konservuoti. Lietuvoje auginamas kaip dekoratyvinis augalas. Kaip daržovė vartojamas retai, mėgėjiškai. Labai populiarius kai kuriose Europos šalyse, pvz., Vokietijoje (vok. *Spargel*). Dar žr. **ŠPARAGAS**.

**SMÖRGASBORD** (šved.). Valgių kompleksas, populiarius Skandinavijos šalyse, susidedantis iš įvairių žuvies (rūkytos, marinuotos) patiekalų, sumuštinių, karštųjų mėsos patiekalų, dešrelių, sūrių, salotų. Skandinavijos, pirmiausia Švedijos, restoranuose klientas, sumokėjęs tam tikrą kainą, gali kiek nori valgyti šių patiekalų. Populiarūs valgių kompleksai yra ir Norvegijoje.

**SNEKBARAS** (angl. *snack bar*). Taip vadinami barai, kuriuose lankytojai itin greitai aptarnaujami. Tokie barai kai kur (pvz., JAV) yra labai paplitę.

**SODA** (it. *soda*). Natrio karbonatas, anglies rūgšties natrio druska, arba bevandenis natrio karbonatas (Na<sub>2</sub>CO<sub>3</sub>), geriamoji soda (natrio hidrokarbonatas (NaHCO<sub>3</sub>)).



Gerai tirpsta vandenyje. Dedama į kepinius, vartojama medicinoje.

**SODOS VANDUO.** Geriamasis vanduo, prisotintas anglirūgštės, parduodamas buteliuose arba jo prileidžiama į specialius balionėlius – sifonus. Naudojamas baro gėrimams praskiesti. Šiuo metu dažniausiai gaminamas pramoniniu būdu.



**SOJA** (*Glycine*). Ankštinių šeimos augalų gentis. Paplitusi daugiausia tropinio drėgno klimato zonoje. Visuose žemynuose, ypač Amerikoje (JAV), Azijoje (Kinija), auginama kultūrinė, arba gauruotoji, soja (*Glycine max*).

Tai vienmečiai augalai šakotu iki 2 m aukščio stiebu. Lapai – iš 3–5 lapelių. Žiedai balti arba violetiniai. Vaisiai – ankštys su 2–3 sėklomis (geltonomis, rudomis, juodomis). Sėklos turi 24–43 proc. baltymų, 13–32 proc. riebalų, vitaminų D, B, E. Dėl didelio kiekio labai vertingų medžiagų sojų pupelės naudingos ir žmonėms, ir gyvuliams. Iš jų spaudžiamas aliejus, gaminami padažai, pieno, duonos, net mėsos pakaitalai, konditerijos ir daugelis kt. maisto produktų. Išspaudomis, šiaudais, pelais šeriami gyvuliai.

**SOJŲ PADAŽAS** (angl. *soy sauce*).

Fabrikinės gamybos, fermentacijos būdu iš sojų ar kviečių grūdų su mielėmis pagamintas padažas, labai populiarius kinų ir japonų kulinarijoje. Turi daug baltymų, mineralinių priedų (fosforo, kalcio), vitaminų.

**SOJŲ ALIEJUS.** Gaminamas iš sojų sėklų.

Susideda iš linolo rūgšties glicerido (jo yra 51–57 proc.), oleino, stearino, eikozano, linoleno, palmitino, miristino rūgščių gliceridų. Stingimo temperatūra nuo -15 iki -18 °C. Sojų aliejus – vienas plačiai vartojamų aliejų: rafinuotas vartojamas maistui, margarinui gaminti, iš jo gaminamas lecitinas.

**SOLAN.** Rauginto avių arba karvių pieno sūdytas sūris. Kai kuriuose kraštuose gaminamas iš avių ir karvių pieno mišinio. Yra charakteringo kvapo, sūrokas, rūgštokas, masė elastinga, tvirtoka, trapi.

**SOLFERINO** (it.). Sriuba, verdama sultinyje su trintomis bulvėmis, žaliaisiais žirneliais.

**SORA** (*Panicum*). Miglinių šeimos vienmečių žolių gentis. Paplitusi Afrikoje, Amerikoje, Azijoje.

Grūdams auginama tikroji sora (*Panicum miliaceum*). Stiebas (šiaudas) paprastas arba šakotas, 45–150 cm aukščio. Lapai linijiški, žali arba rausvi. Grūdai ovalūs arba pailgi. Iš jų gaminamos kruopos, rečiau – miltai. Daugiausia auginama Indijoje, Kinijoje, Nigerijoje. Lietuvoje tikrosios soros daugiausia buvo auginamos XV–XVIII a., nuo 1960 m. neauginamos.

**SORBETAS** (pranc. *sorbet*). Baro gėrimas su ledu, gaminamas aromatizuojant jį tam tikros rūšies likeriais ir užpilant baltuoju, raudonoju, putojančiu vynu ar šampanu bei sumaišant. Kartais patiekiamas su vaisiais. Geriamas per šiaudelį. Gali būti gaminamas ir, pavyzdžiui, braškių, abrikosų, vyšnių sorbetas.

**SOFRITO** (isp.). Padažas, pagamintas iš alyvuogių, svogūnų, česnakų ir pomidorų. Esama įvairių jo variantų: su smulkiai supjaustyto kumpio, pievagrybių, paprikos, baklažanų, žaliųjų žirnelių, pupelių, šparagų (smidro) priedais. Tai dažnas ir italų kulinarijoje daugelio mėsos, paukštienos, žuvies, ryžių, kiaušinių ir daržovių patiekalų priedas.



**SORGAS** (*Sorghum*). Miglinių šeimos vienmečių ir daugiamečių žolių gentis. Paplitęs Pietų Europoje, Afrikoje, Amerikoje. Stiebas 0,5–4 m aukščio, grūdai ovalūs arba kiaušiniški, balti, geltoni, rausvi, raudoni. Kai kurios rūšys auginamos kaip maistiniai, techniniai, pašariniai augalai. Iš jų grūdų gaminamos kruopos, miltai, spiritas, krakmolos.

**SORNI**, baltasis italų vinas, gaminamas Frentino apylinkėse iš ten auginamų *Nosiola*, *Müller-Thurgau*, *Silvaner* veislių vynuogių. Tai žalsvos spalvos malonaus vaisių skonio ir kvapo gėrimas. Šis vinas įrodo, kad ir iš keleto vynuogių veislių mišinio galima pagaminti puikų vyną. Vertinamas ir Sorni raudonasis vinas, pagamintas iš *Shiava*, *Teroldego*, bei *Lagrein* vynuogių veislių. Baltasis Sorni vinas geriausiai tinka prie baltos mėsos, makaronų, grybų patiekalų.

**SOUBISE**, À la, žr. **SVOGŪNŲ PADAŽAS**.

**SPÄTBURGUNDER**. Prancūzų kilmės, raudonasis, tauriausias vokiškas vinas, gaminamas Badeno, Reino-Heseno, Pfalco ir kitose apylinkėse iš Blauer Spätburgunder (Pinot Noir) vynuogių. Tamsios rubino spalvos, kvapnus, uogų skonio vinas, derantis prie kepsnių.

**SPAGHETTI** (it.). Paruoštas tešlos gaminytis, storas, lygiu paviršiumi. Formuojamas apie 2 cm storio ir 24 arba 48 cm ilgio. Vartojamas kaip įvairių patiekalų priedas ir gaminamas kaip makaronai.

**SPANGUOLĖ** (*Oxycoccus*). Erikinių šeimos augalas. Paplitusi Šiaurės pusrutulio subpoliarinio ir vidurio platumų juostose. Auga drėgnuose ir šlapiuose, rūgščiuose, nederlinguose dirvožemiuose. Stiebas šliaužiantis arba stačias. Lapai smulkūs. Žiedai rausvi. Vaisius – raudona uoga. Labiausiai paplitusios paprastoji (*O. palustris*) ir smulkiauogė (*O. microcarpus*), kurios auga ir Lietuvoje. Uogose yra

organinių rūgščių (benzenkarboksirūgštis saugo nuo gedimo), pektinų, vitaminų, glikozido. Jos valgomos šviežios, vartojamos kisieliams, uogienėms, konditerijos gaminiams, alkoholiniams ir nealkoliniams gėrimams gaminti. Jų dedama raugiant kopūstus. Nuo 1960 m. spanguolės (taip pat ir stambiauogė *O. macrocarpon*) auginamos plantacijose.

**SPĄTZLE** (vok. skait. *špətcle*). Populiarūs vokiški kukuliai, gaminami iš miltų su manų kruopomis (7 dalys miltų ir 1 manų kruopų), kiaušinių, vandens, druskos ir muskato. Dubenyje tešla gerai išmaišoma mediniu šaukštu ir vandeniui suvilgytu peiliu padaromi kukuliai. Patiekiami prie troškintų mėsos patiekalų (guliašo) arba, užpilti spirgučiais su pakepintais svogūnais, kaip atskiras patiekalas (kartais pabarstoma tarkuotu sūriu). Tešlą galima pagerinti pridodant sumaltų žalių kepenų, špinatų.

**SPICKAAL** (vok., skait. *špikal*). Vokiškas karštai rūkyto ungurio pavadinimas.

**SPIEGELEI** (vok., skait. *špygelai*). Neplakta kiaušiniene, kiaušinių kepimo būdas, kai baltymas sukepa, o trynys lieka nesukepęs ir nepaliestas. Žinomi patiekalai: kiaušiniai su keptomis bulvėmis, *Ham and eggs*, kiaušinis ant pakepinto kumpio. Taip kepti kiaušiniai gali būti kitų patiekalų garnyras, pvz., Hamburgo pjausnys, Holšteino pjausnys.

**SPIRGUČIAI**. Smulkiai supjaustyti, pakepinti (paspirginti) lašinių gabaliukai. Jie vartojami paskaninti bulves, košes, gali būti valgomi kaip užkanda, kartu

su taukais užsitepant ant duonos. Dažnai spirginami kartu su svogūnais. Vengrijoje, Italijoje stambiai supjaustytos ir paspirgintos papildvės gabaliukai, presais pašalinus taukus ir pasūdžius, vartojami kaip gėrimų (pvz., alaus) užkandis. Su spirgučiais gaminami įvairūs patiekalai.

**SPIRGUČIŲ PADAŽAS**. Populiarus lietuviškas padažas, gaminamas iš lašinių spirgučių, paspirgintų kartu su svogūnais. Tiekama prie tarkuotų bulvių didžkukulių (cepelinų), vėdarų, bulvių plokštainio, bulvių dubenėlių ir daugelio kitų valgių.

**SPIRITAS** (lot. *spiritus*), C<sub>2</sub>H<sub>5</sub>OH. Bespalvis, lakus, skaidrus, savito kvapo ir skonio skystis, sudarytas daugiausia iš etilo alkoholio. Žalioji spiritas susideda iš etilo alkoholio ir įvairių priemaišų, daugiausia esterių, aldehydų, aukštesniųjų alkoholių, organinių rūgščių. Rektifikuotas yra 96,5 proc. (ekstra spiritas), 96,2 proc. (gerai išvalytas) ir 96 proc. (I rūšies) etilo alkoholio ir vandens mišinys. Gaminamas perdirbant krakmolingas medžiagas (bulves, cukrinius runkelius, grūdus) arba melasą. Spiritas vartojamas maisto (alkoholinių gėrimų) gamybai, chemijos ir farmacijos pramonėje.

**SPIRITAVIMAS**. 1. Vaisių, uogų, daržovių sulčių konservavimas spiritu iki 16 proc. ir didesnės koncentracijos. Konservuojamos šviežiai išspaustos ir nuskaidrintos sultys, taip pat natūraliai suraugintos (be cukraus) iki 5–8 proc. stiprumo sultys (vyno žaliava). Spirituotos sultys vartojamos nealkoliniams gėrimams, likeriu,



antpilams, vynui gaminti. 2. Vyno rūgimo sustabdymas etilo alkoholiu, kai dalis cukrų dar nesuskilę (vyno stiprinimas).

**SPIRITOMETRAS** (spiritas + gr. *metreō* – matuoju). Pastovios masės areometras, vartojamas etilo alkoholio koncentracijai vandenyje nustatyti. Gali būti stiklinis arba metalinis. Jo skalė graduota tūrio arba masės procentais tam tikros temperatūros skystyje, todėl kartais būna įmontuotas ir termometras.

**SPIROCHETOZĖS.** Žmonių ir gyvūnų infekcinės ligos, kurias sukelia bakterijos spirochetos (*spirochaetaceae*). Pagal užsikrėtimo būdą skiriamos: žarnyno (pvz., leptospirozės), kraujo arba transmissinės (pvz., grįžtamoji šiltinė), odos ir gleivinių (pvz., sifilis).



**SRAIGĖS.** Pilvakojai moliuskai (*Gastropoda*), kurių kūną gaubia kriauklė; priklauso bestuburių gyvūnų klasei (trys poklasiai). Kulinarijoje vartojamos kai kurios jūrų sraigės, vynuoginės sraigės. Pastarosios auginamos specialiuose daržuose arba auga laisvai. Lietuvoje veisiasi senose dvarvietėse, prie ežerų, paupiuose. Kai kur mėgstamos kaip pasninko patiekalas. Žinomi patiekalai:

*sraigių salotos* (virtos, atšaldytos, su marinatu), patiekiamos su virtų kiaušinių riekelėmis; *sraigės su žaliųjų daržovių sviestu* (virtos, atšaldytos, su žaliųjų prieskoninių daržovių sviestu).  
Dar žr. **VYNUOGINĖ SRAIGĖ.**

**SRIUBOS** (pranc. *potages*, skait. *potaż*). Pirmieji patiekalai, kurių pagrindas (skystimas) – mėsos, žuvies arba grybų sultiniai, pienas, duonos gira, daržovių arba vaisių nuoviras. Sriubos sužadina apetitą, skatina virškinimo sulčių išsiskyrimą ir pagerina maisto įsisavinimą, nes jos verdamos iš sultinių, kuriuose yra daug ekstraktinių medžiagų ir organinių rūgščių. Pagal išvaizdą gali būti skaidrios ir tirštos; pagal žaliavas – mėsos, žuvies, paukštienos, daržovių, vaisių, pieno, giros; pagal kilmę – regioninės ir nacionalinės; pagal temperatūrą – karštos ir šaltos; pagal vartojimo laiką – rytinės, dienos ir pusiaunakčio. Gali būti su priedais arba be jų.

**SRIUBŲ PRIEDAI.** Paskanina skaidrius sultinius ir padidina jų maistingumą. Jiems priklauso: daržovių priedai (ankštinių vaisiai, šparagų ūgliai, žiediniai kopūstai, morkos), mėsos priedai (kukuliai, kubiukai, pasta), tešlos priedai (kukuliai, virtinukai), tešlos gaminiai (kiaušinių pyragaičių juostelės), grūdų priedai (ryžiai, griekiai), kiaušinių priedai (kiaušinių tryniai, kiaušinių gabaliukai). Pagal priedus ir sultinius sriubos vadinamos: sultinys *brunoise* (su daržovių kubeliais), sultinys *Carmen* (su pomidorais ir saldžiosiomis paprikomis), sultinys *Caroline* (su ryžiais), sultinys



*Célestine* (su kiaušinių pyragaičių juostelėmis), sultinys *Colbert* (su šutintais kiaušiniiais ir daržovėmis), sultinys *Colombine* (su balandžių mėsos gabaliukais), sultinys *Demidoff* (su paukštienos kukuliais), sultinys *Dubarry* (su ryžiais ir žiediniais kopūstais), sultinys *Monaco* (su pavasarinėmis daržovėmis), sultinys *royale* (su kiaušinio gabaliukais), sultinys *russe* (su virtinukais ir burokėlių sultimis).

**STAMPPOT** (oland.). Olandų liaudies patiekalas, gaminamas iš bulvių košės, sumaišytos su virtais ir supjaustytais baltažūžiais kopūstais. Ant viršaus uždedama supjaustytų dešrelių ir apkepama orkaitėje. Pateikiama tame pačiame inde, kuriame kepė.

**STARKA** (rus). Ruginė degtinė, gaminama iš natūralaus rugių spirito ir laikoma ąžuolinėse statinėse 5–10 metų.

**STAUROIDĖ** (*Trachurus trachurus*). Stauridinių (*Carangidae*) šeimos žuvis. Paplitusi Atlante, Indijos, Ramiajame vandenyne, Šiaurės, Viduržemio, rečiau Juodojoje, Azovo, Baltijos jūrose. Kūno ilgis – 30–50 cm, masė – 400–500 g. Svarbus verslo objektas. Mėsa liesa, švelni. Rūkoma, kepama, troškinama.



**STERKAS** (*Lucioperca lucioperca*). Starkis, ešerinių šeimos žuvis. Paplitęs Baltijos, Juodosios, Azovo,

Kaspijos jūrų baseinų upėse, Lietuvoje Kuršių mariose, Nemuno žemupyje, daugelyje ežerų.

Kūnas iki 120 cm, masė – iki 12 kg. Plėšrus. Žvejojamas. Žuviena vertinga, skani. Verdamas, kepamas, farširuojamas (įdaromas), kepamas riebaluose (*fri*), ant grotelių.

**STERKAS DREBUČIUOSE.** Paruošta žuvis išverdam su daržovėmis ir prieskoniais, atšaldoma sultinyje. Porcijoms sudedamos į pusdubėnį, pridedama kietai virto kiaušinio riekelį, daržovių, konservuotų agurkų ir užpilama drebučiais.

#### **STERKAS, KEPTAS ANT GROTELIŲ.**

Paruošta žuvis pasūdoma ir palaikoma 2 val. Padalyta porcijomis žuvis apdžiovinama, suvylgoma aliejumi ir kepama ant aliejumi pateptų grotelių. Prieš patekiant ant kiekvieno gabalo žuvis uždedama po truputį sviesto ir po riekelę citrinos. Pateikiama su virtomis bulvėmis, daržovėmis arba tarkuotais krienais.

**STERKAS LIETUVIŠKAS.** Žuvis nugarinė išmušama, ant jos dedamas įdaras ir formuojamas suplotas stačiakampis pusgaminis. Jis pavoliojamas kiaušinio plakinyje bei džiovėsiuose ir iškepamas. Įdaras: kietai virti kiaušiniai, virti grybai, svogūnai, petražolių lapeliai, druska, pipirai.

**STERKAS MAJONEZE.** Išvirtos žuvis gabalai sudedami į pusdubėnį, užpilami tirštu majonezu ir papuošiami drebučiais. Galima dekoruoti salotomis, pomidorais arba konservuotais agurkais.



**STERLĖ** (*Acipenser ruthenus*).

Erškėtinių šeimos žuvis. Paplitusi Juodojoje, Azovo, Kaspijos jūrose ir Arkties vandenyne.

Kūno ilgis iki 125 cm, masė – iki 16 kg. Sėkli ir pusiau praeivė. Vertinga verslinė žuvis. Mažesnės žuvys (iki 400 g) šutinamos, kepamos ant grotelių, didesnių gabalai troškinami. Iš jų kiaušinėlių gaminami ikrai.

**STILTONAS** (angl. *Stilton* – vietovė Rytų Anglijoje). Baltas angliškas sūris, gaminamas iš surauginto karvių pieno, su melsvai žaliais pelėsiomis viduje arba (rečiau) be jų, kokybe lyginamas su gorgoncola arba netgi su garsiuoju rokorfu.

Gaminamas nuo XVIII a. pradžios.



**STINTA** (*Osmerus eperlanus*). Stintinių (*Osmeridae*) šeimos žuvis. Paplitusi Arkties, Ramiajame, Atlanto vandenyne ties Eurazija ir Šiaurės Amerika ir šių baseinų geluose vandenyse. Dviejų

porūšių: europinė ir azijinė. Europinė stintos gėlavandeninė forma – stintelė (*Osmerus spirinchus*). Jūrų pakrantėse gyvenančios stintos yra praeivės – neršti plaukia į upes. Baltijoje ties Lietuvos krantais gyvena didstintė, kurios kūno ilgis iki 25 cm.

Stinta yra verslo objektas.

Tai švelni ir skani žuvis. Ji kepama pavoliota miltuose, konservuojama.



**STIRNA** (*Capreolus capreolus*). Elninių šeimos porakanopinis žinduolis. Paplitusi Eurazijoje, Kaukaze, Sibire, Mongolijos kalnuose. Kūno ilgis 150 cm, aukštis – iki 100 cm, masė – iki 55 kg. Grakščios kūno sandaros. Patinai turi trišakius, rečiau – keturšakius ragus, gyvena miškuose, laukuose. Medžiojama mėsai, kailiams, trofėjams (ragai). Lietuvoje gyvena iki 130 tūkst. stirnų.

**STIRNIENA**. Laikoma vertingiausia tamsia žvėriena. Tai liesa, lengvai virškinama, gero skonio mėsa. Paprastai kepama nepjaustyta stirnos nugarinė ir šlaunys, o iš kitų skerdenos dalių (mentės, kaklo, šoninės) gaminami mažų gabalų patiekalai (ragu). Žinomi patiekalai: kepta stirnos nugarinė su grietinės

padažu ir voveraitėmis; vokiška starnos šlaunis (prismaigstyta, troškinta, su grietinės padažu ir kadagio uogomis); medžiotojiški starnos kotletai (kepti su medžiotojų padažu); starnos nugarinė su *Cumberlando* padažu (prismaigstyta, kepta). Kulinarijos meno viršūnė – jaunos starnos nugarinės griežinėliai, pakepti įkaitintame alyvų aliejuje, kad kepsnio vidus liktų rausvos spalvos.

Pateikiama su prieskoniais, žalumynų sviestu, riebaluose keptomis bulvėmis.

**STOCKFISCH** (vok.). Prekybinis sūdytos ir džiovintos menkinių šeimos žuvies, kuri veisiasi prie Islandijos krantų, šiaurinėje Šiaurės jūros dalyje, pavadinimas. Nuvalyta ir išdarinėta žuvis džiovinama oru specialiose džiovyklose. Prieš vartojimą išmirkoma.

**STOUT** (angl.). Stiprus angliškas alus, kurio gamybai naudojamas padegintas salyklas. Panašus į porterį.

**STRACCIATELLA** (it., skait. *stračiatela*). Populiarus itališkas patiekalas – sultinys su kukuliais, pagamintais iš miltų, kiaušinių, smulkinto parmezano. Kukuliai išverdami sultinyje. Prie sultinio pateikiama tarkuoto parmezano.

**STRACHINO** (it. skait. *strakino*). Paprastas minkštų sūrių, gaminamų Italijoje iš rauginto karvių pieno, pasižyminčių švelniu skoniu, pavadinimas. Labiausiai žinomi: *Strachino di gorgonzoli*, labai panašus į *gorgonzolą*, tiktai be pelėsių, *Strachino di Milano* – su pelėsių intarpais ir *Strachino di Crescenza* – saldus, tirpstantis burnoje.



**STRAZDAS** (*Turdus pilaris*). Strazdinių šeimos paukštis, medžiojamas kai kuriuose kraštuose, pvz., Italijoje. Anksčiau juos gaudydavo tinklais. Lietuvoje nemedžiojamas. Skaniausia strazdo mėsa rudenį, kai prisirpsta kadagiai, kurių uogas jie lesa. Nuo to mėsa įgauna specifinį skonį. Kai kur strazdai kepami, įdarius paukštelių krūtinės ląstą sviestu su kadagio uogomis. Galima patiekti šaltus drebučiuose.

**STRIMELĖS, BALTIJOS SILKĖS**. Strimelė (*Clupea harengus membras*) yra viena pagrindinių verslinių žuvų Baltijos jūroje prie Lietuvos, taip pat prie Latvijos ir Estijos krantų. Itin daug jų Rygos įlankoje. Kūno ilgis iki 20 cm, masė – 25–50 g. Realizuojamas sūdytos, marinuotos, keptos. Iš jų daromi ir populiarūs konservai – *šprotai*.



**STRUCLA** (vok.). Saldūs mieliniai pailgos bandelės formos kepiniai, dažniausiai įdaryti aguonomis, marmeladu, riešutų mase arba glajumi.



**STULGYŠ** (*Gallinago media*), dubeltas. Tiltikų šeimos paukštis, gyvenantis Šiaurės Europoje, Sibire. Anksčiau jų buvo ir Lietuvoje, dabar perintis nepastebėtas. Šie paukščiai gyvena pelkėse, raistuose, šlapiose vietose. Jie gausiai būriuojasi per rudeninį traukimąsi ir būna labai riebūs. Tai vienas vertingiausių medžiojamųjų paukščių.

**STUMBRAS** (*Bison bonasus*). Dykaraginių šeimos porakanopinis žinduolis. Gyvena Europoje. Patino svoris 700–900 kg, patelės – 400–600 kg.

Senovėje stumbrai buvo paplitę visoje Europoje, iki Kaukazo. Jie buvo aktyviai medžiojami dėl skanios mėsos, todėl ilgainiui išnyko. Paskutiniai laisvėje gyvenę stumbrai Europoje išnaikinti po Pirmojo pasaulinio karo. Vėliau iš likusių zoologijos soduose populiacijų jie buvo įkurdinti Belovežo girioje, Kaukaze. Lietuvoje stumbrai gyvena gilioje senovėje.

Tai buvo svarbus medžioklės objektas. Išnyko XVIII a. viduryje. 1969 m. Panevėžio rajone buvo įsteigtas stumbrynas, į kurį iš Paokio rezervato atsivežta 10 belovežinių stumbrų. Dabar jų yra apie 80. Dauguma (apie 63) gyvena laisvai. Stumbrų medžioklė uždrausta.

**STUMBRAŽOLĖ** (*Hierochloe*). Zubražolė, miglinių šeimos daugiamečių žolių gentis. Paplitusi daugiausia vidurio platumų klimato juostose.

Vartojama degtinės antpilams („Stumbrinė“, „Trejos devynerios“) gaminti. Lietuvoje auga kvapioji (*H. odorata*) ir pietinė (*H. australis*). Taip pat auginama soduose.

**STUMBRINĖ**, degtinė, karčioji trauktinė. Gaminama iš stumbražolių (*Hierochloe odorata*) ekstrakto ir maistinio spirito su tam tikrais ingredientais. Alkoholio – 40 proc. Anksčiau buvo populiarūs ne tik Lietuvoje, bet ir Lenkijoje, Baltarusijoje. Galima pasigaminti ir namuose. Imama keletas džiovintos stumbražolės šiaudelių, sulaužoma 3–4 cm gabaliukais ir užpilama spiritu. Palaikoma 10 dienų tamsioje vietoje. Tada spiritas (ekstraktas) nupilamas, žolė užpilama tokiu pačiu kiekiu virinto ir atšaldyto vandens, palaikoma 1–2 dienas ir sumaišoma su stumbražolės ekstraktu, iškošiama. Galima įberti truputį cukraus.

**SUBPRODUKTAI**. Valgomos skerdenos dalys, kurios nepriskiriamos mėsai. Grupuojama taip: kaulėtieji – galvos (be odos) su visais priedais, stimburiai, slėpsnos; minkštieji – kepenys, širdys, plaučiai, diafragmos, trachėjos, inkstai, blužnis, mėsos atraižos, liežuviai, smegenys; gleivėtieji – didieji galvijų ir avių prieskrandžiai, vadinamosios galvijų knygos, tinklainiai ir šliužai, kiaulių skrandžiai; plaukuotieji – kiaulių ir avių galvos, galvijų čiurnos, kiaulių kojos ir uodegos, galvijų lūpos, galvijų ir kiaulių ausys. Atsizvelgiant į subproduktų maistinę vertę, jie skirstomi į I ir II kategorijas. I kategorijai priklauso liežuvis, kepenys, inkstai, smegenys, širdis, diafragma, mėsos atraižos, tešmenys. Visi kiti yra II kategorijos. Subproduktų sudėtyje yra 9–28 proc. baltymų, 2–17 proc. lipidų, mineralinių medžiagų, vitaminų A, B, C. Kai kuriuos subproduktus: kojas, ausis, smegenis,



kepenis ir kt. vartoja smaližiai, kitus – neturtingi žmonės, nes jie pigesni. Iš II kategorijos subproduktų gaminamos žemesnės rūšies dešros, šaltiena, paštetai, pyragėlių įdarai, apvalkalai dešroms.

**SŪDYMAS.** Maisto produktų konservavimas valgomąja druska (NaCl). Druska produkte padidina osmosinį slėgį, užkirsdama kelią mikroorganizmams vystytis. Pagal druskos kiekį (produkto masės procentais) sūdyti produktai skirstomi į švelnius (2,0–2,5), nesūrius (iki 3), vidutinius (iki 3,5), sūrius (daugiau nei 4,5). Sūdoma mėsa, žuvis, daržovės, vaisiai, grybai. Sūdyto produkto sūrumas priklauso ne tik nuo jame esančio druskos kiekio, bet ir nuo produkto drėgnumo: sausesni produktai atrodo sūresni. Puvimo bakterijos žūva, kai druskos koncentracija pasiekia 10–15 proc. Pelėšiai ir mielės išlaiko daug didesnę druskos koncentraciją: žūva esant 20–30 proc. Produktai sūdomi koncentruotu sūrymu arba sausiai. Sūdytu konservuojami mėsos gaminiai (tik sūdomi, sūdomi ir rūkomi, sūdomi, rūkomi ir verdami). Druskos juose būna 2–4 proc. Sūdoma 4 °C temperatūroje sausa druska arba užpilama 14–24 proc. koncentracijos sūrymu. Sūdoma trumpai (6–7 d.), vidutiniškai (14–18 d.) ir ilgai (40–50 d.). Kad sūdyta mėsa išliktų raudona, į sūrymą dedama (apie 0,02–0,03 proc.) natrio nitrito (NaNO<sub>2</sub>), apie 0,5 proc. cukraus. Žuvis sūdomos šviežios. Pasūdytos tuojau atšaldomos iki 0 °C temperatūros. Sūdoma sausa druska, sūrymu arba mišriai. Druskos dedama tiek, kad sudarytų 7–30 proc. žuvų masės. Daržovės ir vaisiai sūdomi dvejopai: kad

vyktų pienrūgštės rūgimas ir kad nevyktų. Sūdyimo proceso išradėjas – olandų žvejys Pokelis. Lietuvos valstiečiai mėsą sūdė ir sūdo dideliuose loviuose arba kubiluose. Kumpiai, lašiniai laikomi druskos sūryme 2–4 savaites, tada rūkomi.

### **SŪDYTI RŪKYTI MĖSOS GAMINIAI.**

Valgomąja druska apdoroti ir išrūkyti stambūs mėsos gabalai. Tai kumpiai, nugarinės, šoninės, sprandinės, liežuviai, pažandės, krūtinėlės. Sūdyti rūkyti, virti kumpiai, nugarinės, šoninės, sprandinės, krūtinėlės, liežuviai, taip pat sūdytas bekonas.

**SUKIJAKI** (jap.). Japoniškas patiekalas, gaminamas iš plonų jautienos (filė) riekelių, iškeptų keptuvėje su bambuko ūgliais, paskanintas pupelių daigais, svogūnais, porais, sojų varške (*tofu*), sojų padažu, sake ir prieskoniais. Prie šio patiekalo patiekama ryžių.

**SUFLÉ** (iš pranc. *soufflé*, skait. *suflə* – putnus, išpūstas). Išplakti ir pusiau skiesti arba smulkiai sumalti maisto produktai. Suflė dažniausiai gaminama iš kiaušinių su aromatiniais priedais, todėl viešojo maitinimo įstaigose suprantama, kad tai – išplaktų kiaušinių gaminiai. Tačiau išplakami ir kiti produktai, net mėsa. Kulinarijoje šis žodis turėtų reikšti „plakinys“. Iš jo daromi sufletai.

**SUKTINIS.** Lietuviško midaus trauktinė, gaminama Stakliškėse. Dar vadinamas *lietuvišku balzamu*. Sudėtyje yra medaus, gvazdikėlių žiedų, tuopos pumpurų, ažuolo gilių, cinamono, lauro lapelių,



kadagio uogu, krapų sėklų. Brandinamas statinėse iki 2 metų. Tai skaidrus, rusvos spalvos, puikaus aromato ir skonio gėrimas. Stiprumas – 50 proc.

**SUKTINUKAI.** Veršienos vyniotiniai. Supjaustyta veršiena išmušama ir pabarstoma druska ir pipirais. Ant jos dedami plonai supjaustyti ir išmušti lašinukai. Iš paruoštos mėsos susukami cepelino formos suktinukai ir iškepami. Porcija – du suktinukai.



**SULA.** Skystis, tekantis iš augalų stiebų arba šaknų žaizdų. Paprastai teka pavasarį. Klevų ir beržų suloje yra mineralinių druskų, cukraus (iki 8 proc.), daugiausia sacharozės ir fruktozės, aminorūgščių, baltymų. Sula geriama šviežia, rauginta, konservuota.

Lietuvių valstiečiai šviežią sulą nuo seno gerė, rečiau ją vartojo sriubai virti, barščiams raugti. Į rauginamą sulą dedama serbentų, ąžuolo šakelių ar žievės, įpilama avižių. XX a. pradėta rauginti su mielėmis, citrina, cukrumi.

**SULTENĖ** (*Valerianella locusta*). Sausmedinių šeimos žolinis augalas, kilęs iš Viduržemio jūros pakrančių teritorijos. Auginama (daugiausia Prancūzijoje) dėl

sultingų lapų, vitaminų ir mineralinių medžiagų. Daržovė mažai žinoma pas mus, nors klimato sąlygos jai palankios. Gali žiemoti grunte, po sniegu, dėl to dar vadinama *žieminėmis salotomis*. Vartojama salotoms su aliejumi bei grietine arba mišiniuose su daržovėmis.



**SULTINYS** (pranc. *bouillon*, skait. *būjon bouillir* – virti). Mėsos nuoviras su daržovėmis. Geriausias sultinys išverdamas iš jautienos, vištienos, kiaulienos, žvėrių ir laukinių paukščių (pvz., fazano) mėsos su kaulais. Galima virti ir iš avienos, tokį mėgsta anglai (*mutton broth*). Sultinys pamažu verdamas uždengtame puode. Pateikiamas su įvairiais priedais, pvz., makaronais, ryžiais, pupelėmis, auselėmis.

**SULTYS.** Skystas šviežių vaisių, uogų, daržovių produktas. Gali būti be minkštimo ir su minkštumu. Pagal sudėtį skirstomos į natūralias, pagamintas iš vienarūšės žaliavos be konservuojančių ir kitų priedų; kupažuotas (sumaišomos tos pačios žaliavos, tik skirtingo aromato ir rūgštumo); sultis iš skirtingų žaliavų; saldintas; gazuotas, su minkštumu. Kad laikomos sultys negestų, jos konservuojamos pasterizuojant,

sterilizuojant, šaldant, sulfituojant, spirituojant (iš tokių sulčių gaminamas vynas). Sultys geriamos, iš jų gaminami alkoholiniai ir nealkoholiniai baro gėrimai, sirupai.



**SUMUŠTINIS** (vok. *Butterbrot*, angl. *sandwich*, lenk. *kanapki*). Baltos duonos arba bandelės riekelės, apteptos sviestu, su uždėtomis kito produkto juostelėmis ir papuošimo elementais. Gali būti vieno arba kelių sluoksnių. Produktai: silkė, kietas sūris, brinza, kietai virtas kiaušinis, sardinės, ančiuviai, kumpis, lašiša, ikrai. Duona arba bandelė (šviežia arba pakepinta) turi būti plonai suraikyta, tačiau kad nesulūžtų tepant sviestu. Papuošiami gražiai, estetiškai, patiekiami švieži. Angliškas sumuštinio pavadinimas (*Sandwich*, skait. *sendvič*) kilęs iš anglų diplomato Džono Montegju, lordo Sendvičo (1817–1892), pavardės. Lordas, lošdamas kortomis, liepdavo paduoti sumuštinį, kad galėtų valgyti nenutraukdamas žaidimo.

**SUPRĖME** (pranc., skait. *siuprem*). Nuluptos naminių arba laukinių paukščių krūtinėlės. Gali būti gaminamos įvairiai: pavoliotos miltuose ir iškeptos arba keptos sausai (grilyje). Žinomi patiekalai: vištos krūtinėlė su pievagrybiais

(troškinta su valgomaisiais grybais ir *suprême* padažu), vištos krūtinėlė *Doria* (pavoliota miltuose, kepta, su šviežiais patroškintais agurkais), vištos krūtinėlė *florentine* (patroškinta su špinatais, *Mornay* padažu, iškepta), vištos krūtinėlė *Pojarski* (paskanintos vištienos kotletas, pavoliotas miltuose ir iškeptas).

## SUOMIŲ VALGIAI, ŽR. SKANDINAVIJOS ŠALIŲ VALGIAI.

**SUPRĖME SAUCE** (pranc., skait. *siuprem*). Padažas, pagamintas iš baltos miltų tyrelės su pievagrybiais, praskiestas vištienos sultiniu, paskanintas grietinėle. Pateikiamas prie paukštienos, kiaušinių patiekalų, su daržovėmis (šparagais, žiediniais kopūstais).



**SŪRIS.** Maisto produktas iš sutraukinto pieno. Turi 19–31 proc. baltymų, 10–60 proc. pieno riebalų, 4–8 proc. mineralinių medžiagų (kalcio, natrio, fosforo), organinių rūgščių, vitaminų A, B<sub>1</sub>, C, D, E, PP, karotino. Gaminamas iš karvių, ožkų, buivių, avių pieno. Skiriamas brandintas ir nebrandintas (varškės) sūris. Brandintas būna 3 pagrindinių rūšių: fermentinis (iš fermentu sutraukto pieno), pienrūgštis (iš pieno rūgštimi sutraukto pieno)



ir perdirbtas. Fermentiniai sūriai savo ruožtu skirstomi į kietuosius (šveicariškas, olandiškas, rusiškas, čederio, rūkytas, kmyną; 45–50 proc. riebalų, 40–45 proc. vandens), puskiečius (20–55 proc. riebalų, 46–56 proc. vandens), minkštuosius (rokforas, brinza; 40–60 proc. riebalų, 50–60 proc. vandens). Pienrūgštis sūris gali būti smulkintas (žaliasis) ir brandintas (pelėsinis). Perdirbtas sūris: lydytas be prieskonių, lydytas su prieskoniais, lydytas pastos pavidalo (tepamas), lydytas plastinis (pvz., šokoladinis, kavos, vaisinis), lydytas konservuotas arba kitaip perdirbtas. Sūris vartojamas sumuštiniams, kepiniams, apkeptiems patiekalams gaminti, taip pat kaip šaltasis užkandis arba gali būti patiekiamas (pvz., Prancūzijoje) vaišių pabaigoje. Lietuvos valstiečiai nuo seno iš karvių pieno varškės gamina nebrandintus sūrius, rūgščius arba saldžius. Dedama prieskonių (kmyną). Pastaraisiais metais daugiausia sūrių Lietuvoje gamina akcinės bendrovės „Rokiškio sūris“ ir „Pieno žvaigždės“.

**SŪRIS LYDYTAS.** Lydytas kietas, gabalinis arba minkštas sūris be žievės ir kiaurymių. Lydomas esant 85 °C temperatūrai. Fasuojamas į aliuminio foliją (blokais, dėžutėse arba atskirais gabaliukais).

**SŪRIO PADAŽAS** (pranc. *sauce mornay*, skait. *morne*). Baltų padažų (*sauce Béchamel*) rūšis, paskaninta parmezanu arba kitokiu kietu sūriu; vartojama kaip viršutinis (dengiamasis) sluoksnis apkeptiems patiekalams. Vartojamas

kiaušinių, žuvies, mėsos ar daržovių patiekalams, pvz., žiediniai kopūstai su sūrio padažu, sterkas su sūrio padažu.

## SUROGATAS, žr. PAKAITALAS.



**SURÓWKA** (lenk.). Vaisių, daržovių salotos, gaminamos iš šviežių produktų, supjaustytų arba sutrintų, paskanintų šviežia grietine arba jogurtu, majonezu, aliejumi, kuriuos reikia užpilti prieš patiekiant ir gerai išmaišyti. Galima paskaninti citrinos sultimis, erškėtrožių koncentratu, raugintų kopūstų sultimis ir pagal skonį cukrumi ir druska.

**SURPRISE** (pranc., skait. *siurpryz*). Omletas-siurprizas, valgomieji ledai, suformuoti kūgio pavidalu, užpilti ir dekoruoti suflė mase, keletui sekundžių įkišti į karštą krosnį (orkaitę). Omletas pasidengia kiaušinių baltymų mase.

**SŪRSPAUDIS.** Prietaisas sūriui slėgti. Lietuvoje naudojami įvairūs sūrspaудžiai: viena arba dvi lentelės, viename gale sujungtos dvi lentelės (Dzūkija), keturiais strypeliais sujungtos dvi lentelės (visoje Lietuvoje) ir rėminiai (daugiausia Žemaitijoje). Spaudžiama pleištais, uždėjus svorį, pvz., akmenį, arba sraigtu (mediniu arba plieniniu).





**SUŠIS (SUSI).** Japonų patiekalas, gaminamas iš marinuotų ryžių, įvairių žuvų, taip pat kitų jūrų gėrybių, pvz., valgomųjų dumblių, krevetėlių. Pateikiamas su sojų padažu, marinuota imbiero šaknimi, žaliais krienais ir kitais priedais. Patiekalas pradėtas gaminti XIX a. pabaigoje, išplito visame pasaulyje ir tapo japonų kulinarijos vizitine kortele. Pastaruoju metu išpopuliarėjo ir Lietuvoje.



**SVARAINIS** (*Cydonia*). Erškėtinių šeimos augalų genties augalas. Paprastasis (*Cydonia oblonga* Mill.) savaime auga Kaukaze, Vidurinėje Azijoje, Irane. Auginamas Viduržemio jūros šalyse, Vakarų Europoje, Japonijoje. Lapai ovaliniai. Žiedai balti arba rausvi. Vaisiai geltoni, 5–12 cm ilgio, turi 7,2–15 proc. cukraus, 0,2–1,2 proc. organinių rūgščių, apie 2 proc. pektino.

Vartojami uogienėms, kompotams, marmeladui, alkoholiniams gėrimams gaminti. Lietuvoje paplitęs pastaraisiais dešimtmečiais.

**SVIESTAS.** Maisto produktas, susidedantis daugiausia iš pieno riebalų. Be jų, svieste yra pieno baltymų, fosfatidų, angliavandenių, šiek tiek vitaminų, mineralinių medžiagų, vandens. Paprastai sviestas gaminamas iš karvių pieno, grietinės arba grietinėės. Anksčiau Lietuvoje buvo gaminamas kelių rūšių sviestas: grietinėės, grietinės, mėgėjų, valstiečių, sumuštininių. Šiais laikais sviesto asortimentas labai platus. Riebalų kiekis – 66–82 proc. Be to, sviestas gaminamas su įvairiais priedais: šokoladinis, vaisinis, medaus, daržovių. Dar gali būti sūdytas, lydytas. Namų sąlygomis sviestas gaminamas mušant grietinę muštuvuose.

Pramonė sviestą gamina dviem būdais: muštuvais mušama 30–45 proc. riebumo pasterizuota grietinė (arba grietinė) arba šaldoma specialiai paruošta sviesto riebumo pasterizuota grietinė. Sviestas labai plačiai vartojamas maisto produktas: sumuštiniams, padažams, troškinimui, kepimui, konditerijos pramonėje. Lietuvos kaime nuo seno sviestą gamindavo paprastai iš grietinės – mušdavo (sukdavo) įvairiais muštuvais.

#### **SVIESTO IR GRIETINĖS PADAŽAS.**

Populiariausias lietuviškas padažas. Sviestas ištirpinamas, pridedama pakaitintos grietinės, pasūdoma. Tiekiamas prie virtų bulvių, didžkukulių (cepelinų), abriedėlių, virtinių su virtomis bulvėmis.

**SVIESTO MASĖ.** Kiaušinio trynys, ištrintas su cukrumi ir sviestu iki homogeniškos masės.

**SVIESTO MIŠINIAI.** Vartojami sausai keptiems (grilyje) ir kt. kepiniams bei padažams: riešutų sviestas (*beurre d'aveline, skait. bior davelyn*), žaliųjų prieskonių sviestas (*beurre Chivry, skait. bior šivri*), vėžių sviestas (*beurre d'ecrevisses, skait. bior dekrevis*), migdolų sviestas (*beurre damandes, skait. bior damand*), miltų sviestas (*beurre manié, skait. bior manijé*), sardelių (ančiuvių) sviestas (*beurre danchois, skait. bior danšoa*), džiovusių sviestas (*beurre polonaise, skait. bior polonez*), garstyčių sviestas (*beurre moutarde, skait. bjor mutard*) ir kiti.

**SVIESTO RŪGŠTIS,**  $C_3H_7COOH$ . Sočioji monokarboninė rūgštis, tirpstanti vandenyje ir organiniuose tirpikliuose. Gliceridų pavidalu sviesto rūgštis yra svieste. Ilgai laikomame svieste išsiskiria laisva sviesto rūgštis, todėl sviestas apkarsta ir ima dvokti. Sviesto rūgštis yra prakaitė. Vaisiais kvepiantys sviesto rūgštis esteriai vartojami maisto pramonėje.

**SVGŪNAS VALGOMASIS** (*Allium cepa* L.). Savotiško skonio viena labiausiai paplitusių daržovių. Turi nepaprastų biologinių savybių. Svogūnas kilęs iš Pietvakarių Azijos. Šiais laikais įvairių svogūnų rūšių auginama visose pasaulio šalyse. Aštraus skonio ir kvapo svogūnų veislės turi daug eterinio aliejaus ir geriau išsilaiko. Ropelėse esti cukraus, ląstelienos, kalcio ir fosforo druskų,

organinių rūgščių, flavonoidų, saponinų, gliukozidų, vitaminų C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>. Svogūnai valgomi žali, virti, kepti, marinuoti ir džiovinti. Jie suteikia maistui tam tikrą prieskonį, jį vitaminizuoja, todėl dažnai vartojami kulinarijoje gaminant įvairiausias mėsos, žuvies ir daržovių patiekalus. Beveik visur vartojami žali svogūnų laiškai, kurie turi daug vitamino C ir kitų vandeningų medžiagų. Dar žr. **SVGŪNŲ LAIŠKAI.**



**SVGŪNŲ LAIŠKAI.** Vamzdelio formos svogūnų lapai. Tai mėgstami virtuvės prieskoniai, vartojami salotoms gaminti, kiaušinių patiekalams, sriuboms paskaninti. Dar auginami daugiamečiai žieminiai smulkūs svogūneliai.

**SVGŪNŲ PADAŽAS** (pranc. *sauce soubise*, skait. *sos subyz*). Bešamelio padažų rūšis, paskaninta svogūnų tyre ir kvapiaisiais pipirais. Vartojamas su kiaušinių, paukštienos, mėsos patiekalais, pvz., omletas *Marija*, avienos kotletai su svogūnų padažu.

**SWEET DISHES** (angl., skait. *svyt dišiz*). Angliškas bendras saldžiųjų patiekalų pavadinimas.

**ŠABLIS** (pranc. *Chablis*). Aitroko skonio, žalsvai auksinės spalvos, gėlių kvapo baltasis Burgundijos vynas, gaminamas iš *Chardonnay* vynuogių. Geriausiais vynais laikomi *Chablis Grand Cru* ir *Chablis Premier Cru*. Geriamas atšaldytas (8–10 °C), dera su balta mėsa, paukštiena, minkštu sūriu. Naudojamas ir kulinarijoje (pvz., sterkas šablpio padaže).



**ŠAFRANAS** (lot. *safranum*, arab *za'faran*). Prieskonis, gaminamas iš džiovintų krokų žiedų piestelių arba purkų. Geltonai oranžinės arba rausvai oranžinės spalvos, kartaus skonio ir savito kvapo. Vartojamas įvairiems patiekalams paskaninti, pvz., sriuboms, ryžių valgiams, avienos, raudonųjų kopūstų salotoms. Dar žr. **KROKAS**.

**ŠAKNIASIEBIS**. Daugiamečių žolių požeminis stiebas. Skirtingai negu šaknis, turi redukuotus lapus, neturi šaknies šalmelio. Ties šakniastiebio kambliais arba lapų pažastyse susidaro pumpurai, iš kurių kasmet išauga nauji ūgliai arba pridėtinės šaknys. Šakniastiebiais augalai dauginasi, juose kaupiasi atsarginės maisto medžiagos.

**ŠAKNIAVAISINĖS DARŽOVĖS**. Kultūriniai dvimečiai augalai, kurių šakniavaisiai

vartojami maistui. Priklauso 3 augalų šeimoms: salierinių – morkos, pastarnokai, petražolės, salierai; burnotinių – burokėliai; bastutinių – griežčiai, ridikai, ridikėliai, ropės.

**ŠAKNIAVAISIS**. Kai kurių kultūrinių dvimečių augalų organas. Susidaro iš labai sustorėjusios pagrindinės šaknies. Didumą šakniavaisių sudaro vešli parenchima (pvz., ridiko, ropės) arba karniena ir žievė (pvz., morkos, petražolės, pastarnoko). Šakniavaisyje kaupiasi angliavandeniai, baltymai, mineralinės druskos, vitaminai, pigmentai. Šakniavaisiai vartojami maistui, pašarui, iš cukrinių runkelių gaminamas cukrus.



**ŠAKOTIS**, ragius, raguotinis. Aukštas, kiauraviduris, nupjauto kūgio pavidalo šventinis kepinys. Gaminamas iš kvietinių miltų, 30–120 kiaušinių (nelygu dydis), sviesto, cukraus arba medaus, grietinės. Kepamas prieš krosnį arba specialiame židinyje beržinėmis arba uosinėmis malkomis kūrenant ugnį. Skystoka tešla keliais sluoksniais varvinama ant tam tikru greičiu sukamo riebaluota drobe aptraukto medinio (lapuočių, kartais

metalinio) kūgio formos horizontalaus veleno, įstatyto į du stovelius. Iš sukamos tešlos susidariusios šakelės (rageliai) nuo karščio kietėja ir skrunda. Tešlos likučiai varva ant skardos apačioje. Kartais šakotis glaistomas šokoladu. Europoje panašus pyragas buvo kepamas dar senovėje – Lenkijoje, Vokietijoje. Pastatytas vertikaliai panašus į medį, todėl vokiškai vadinamas *Baumkuchen*. Šiais laikais Lietuvoje kepamas ir pramoniniu būdu specialiai sukonstruotose krosnyse.

**ŠALOTĖS** (*Allium ascalonicum*, vok. *Schalotten*). Maži (apie 20 g) švelnaus skonio svogūnai, paplitę ispanų, prancūzų ir italų kulinarijoje.



**ŠALTA RŪGŠTYNIŲ SRIUBA.** Lietuviška sriuba iš rūgštynių, agurkų, svogūnų laiškų, kiaušinių. Vandenyje išvirtos šviežios arba konservuotos rūgštynės atšaldomos, pasūdoma, įdedama kvadratiniais supjaustytų šviežių agurkų, smulkiai supjaustytų svogūnų laiškų, viskas išmaišoma, įberiama truputį cukraus. Patekiant įdedama kietai virtų kiaušinių, užbalinama grietine. Atskirai patiekama krapais apibarstytų karštų

bulvių. Šią sriubą galima gaminti su kefyru arba rūgusiu pienu. Tada pilama mažiau vandens.



**ŠALTALANKIS** (*Hippophae rhamnoides* L.). Žilakrūminių šeimos medis arba šakotas krūmas, paplitęs Eurazijoje. Lapai linijiški, žiedai smulkūs, kvapūs, geltoni. Vaisiai – netikri kaulavaisiai, apvalūs, oranžiniai, sultingi, kvapūs. Vaisiuose yra 9,5 proc. cukraus, daug organinių rūgščių (9,2 proc.), daugiausia obuolių ir vyno. Be to, juose daug riebiojo aliejaus (apie 9 proc.) ir vitamino C. Uogos paprastai renkamos po šalnų, tada jos jau nebūna karčios. Valgomos žalios arba iš jų daromi kisieliai, pastilės, uogienės, užpiltinės, trauktinės, likerai. Turi gydomųjų savybių, ypač sultys ir aliejus.

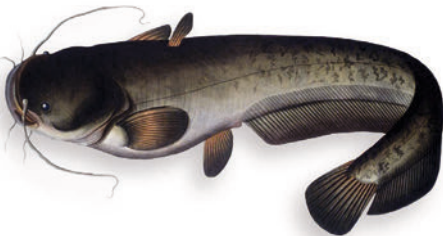
**ŠALTIENA.** Šaltasis drebučių patiekalas, verdamas iš subproduktų (galvų, kojų, ausų) ir mėsos. Produktai sukapojami, užpilami šaltu vandeniu, užvirinami, nugraibomos putos ir kaitinama 95–98 °C temperatūroje. Dedama prieskoninių daržovių ir prieskonių. Išvirusi mėsa nuimama nuo kaulų, susmulkinama, sudedama į formas, užpilama sultiniu. Formose šaltiena sustingsta. Pateikiama su bulvėmis, actu, krienais.

**ŠALTĪENOS DEŠROS.** Slėgtainis, virtų dešrų rūšis, gaminama iš mėsos atliekų, turtingu kolageninių medžiagų, subproduktų, kraujo ir kraujo produktų.

### ŠALTŲ PADAŽŲ PAGRINDAI (pranc.

*Sauce mayonnaise*). Padažų pagrindai iš kiaušinių trynių ir aliejaus. Paskaninami žaliomis prieskoninėmis daržovėmis, pomidorais, agurkais, prieskoniais ir kt. Remoulado padažas (*Sauce rémoulade*) gaminamas iš sardelių, garstyčių, kaparių, smulkintų prieskoninių daržovių, agurkų; totorių padažas (*Sauce tartare*) – iš smulkiai kapoto kiaušinio trynio, agurkų; Tirolio padažas (*Sauce tirolienne*) – iš kaparių, petražolių, pomidorų pastos; Alžyro padažas (*Sauce algérienne*) – iš salierų gumbų, krabų mėsos; Andalūzijos padažas (*Sauce Andalouse*) – iš pomidorų pastos ir paprikos; Šantilio padažas (*Sauce Chantilly*) – iš pasaldintos grietinės; žaliasis padažas (*Sauce Verte*, skait. *vert*) – iš špinatų; Glosterio padažas (*Sauce Gloucester*, skait. *gloster*), Kajoko ir Vusterio padažai, Maskvos padažas (*Sauce Moskovite*) – su ikrais ir omarų mėsa; žalumynų majonezas (*Sauce ravigote*) – su kapariais, petražolėmis, svogūnais, peletrūnu; švediškas majonezas (*Sauce suédoise*) – iš pasaldintos obuolių tyrės, krienu, apelsinų sulčių; drebučių majonezas (*Sauce collée*) – ištirpinti šalti drebučiai. Majonezo padažai vartojami su kiaušinių ir žuvies patiekalais kartu su salotomis, pvz., paryžietiški omarai: duona pakepinama kartu su artišokais, omarų riekelėmis, tada užpilama majonezu; salotos *Doria*: supjaustyti agurkai, majonezas, bulis ir peletrūnas; Fiodoro

salotos: obuolių gabaliukai, apelsinų skiltelės, supjaustyti salotų lapeliai, salierų gumbai su majonezu.



**ŠAMAS** (*Silurus glanis*). Šaminių (*Siluridae*) šeimos žuvis. Paplitęs Europos ir Vakarų Azijos geluose vandenyse. Kūnas 30–100 cm, rečiau – iki 500 cm ilgio, masė 6–8 kg, rečiau – 40–70 kg. Gyvena giliuose vandenyse tarp akmenų. Plėšrus. Tai skani žuvis, kepama, rūkoma. Lietuvoje šamų esama Nemune, Neryje, Šventojoje, Kuršių ir Kauno mariose. Jų pagaunama nedaug, todėl verslinė reikšmė yra nedidelė.

### ŠAMPANAS (pranc. *Champagne*).

Prancūzijos provincijoje Šampanėje pirmą kartą pagamintas ir jos vardu pavadintas putojantis, anglies dioksido prisotintas vynuogių vinas. Gaminamas pakartotinai rauginant buteliuose arba rezervuaruose (šampanizuojant) natūralų tam tikrų vynuogių rūšių vyną. Paprastai turi iki 13 proc. etilo alkoholio. Prancūzijoje šampanu vadinamas tik Šampanijoje ir tik buteliuose pagamintas vinas. Šampano gamybos procesas prasideda, kai prieš pakartotinį rauginimą vienos arba kelių rūšių jauno vyno partijos maišomos, kupažuojamos, pripilama apie 20 proc. išlaikyto vyno. Kupažas skaidrinamas, pridedama cukraus sirupo (likerio), grynų mielių,



skaidrinimo medžiagos ir rauginama. Buteliuose vinas rauginamas 3 metus (slėgis pakyla iki 0,5 atm.). Angliarūgštė tirpsta vyne. Jis nuskaidrėja, įgyja specifinį skonį ir aromatą. Tada buteliai sukraunami kakleliais žemyn, atšaldomi. Degorgažo metodu kartu su kamščiais pašalinamos nuosėdos, buteliai papildomi specialiu sirupu ir užkemšami. Rezervuaruose vinas rauginamas vadinamuoju periodiniu arba nuolatinu būdu. Periodiniu būdu rauginama akratoforuose apie 30 dienų. Kai slėgis pakyla iki 0,45–0,55 atm., vinas atšaldomas, filtruojamas, pilstomas į butelius. Nuolatinu būdu vinas rauginamas nuosekliai sujungtuose rezervuaruose. Buteliuose šampanas pradėtas gaminti XVII a. Prancūzijoje, o rezervuaruose – XIX a., taip pat Prancūzijoje. Pagal cukraus kiekį šampanas paprastai skirstomas į saldų (apie 10 proc. cukraus), pusiau sausą (5 proc.), sausą (3 proc.) ir briutą (0,3 proc.). Šampanas paprastai patiekiamas kibirėlyje su ledu. Geriamas iš aukštų, lygaus stiklo taurių, 12–15 °C temperatūros kaip aperityvas. Sausas prie baltos mėsos, ikry, įvairių patiekalų; sausėnis – prie mėsos kepsnių, jūros gėrybių, sūrių; saldus – prie desertų. Garsios šampaną gaminančios firmos: „Moët & Chandon“, „Krug“, „Lanson“, „Bollinger“, „Marcier“, „Dom Pérignon“, ir kt. Dar žr. **PUTOJANTYS VYNAI**.

**ŠARLOTĖ** (pranc. *charlotte*): 1) trapios tešlos plokštainis, įdarytas obuoliais; 2) karštųjų desertinių patiekalų rūšis, kepama specialioje formoje, išklotoje (dugnas ir šonai) sausainiais ir

užpildytoje obuolių marmeladu; 3) šaltųjų desertų, gaminamų formoje, išklotoje biskvituais, užpildytoje kremu (*charlotte russe*), rūšis. Karšta šarlotė su obuoliais greičiausiai kilusi iš Austrijos, o į Prancūziją atvežta Marijos Antuanetės. *Charlotte russe* yra prancūzų gaminys. Šį patiekalą greičiausiai pirmą kartą pagamino garsusis prancūzų kulinaras M. A. Karemas (Marie Antoine Carême). Dar žr. **CAREME M. A.**

**ŠARTRIOZAS** (pranc. *Chartreuse*). Populiariai vadinama *Šartrezu*. Garsus prancūzų likeris, kilęs iš Grenoblio vietovės. Žinomas žalsvasis *Šartriozas*, pasižymintis vaistažolių skoniu ir aromatu, ir geltonasis – prieskonių skonio. Stiprumas – 40 proc.



**ŠAŠLYKAI**. Rytietiškas ant iešmo iškeptas kepsnys. Gabaliukai avienos mėsos, marinuoti aliejuje su pipirais, druska, petražolėmis, pipirmėte, atskirti vienas nuo kito lašinių riekelėmis ir iškepti ant iešmo virš žarijų arba grilyje. Gali būti kitokių įvairių kombinacijų, pvz., šernienos arba stirnienos gabaliukai su lašiniais, svogūnais ir kepenėlėmis. Patiekiami su virtais ryžiais, pomidorų tyre, bulvėmis.



**ŠAURSAS** (pranc. *chaource*; *Chaource* – vietovė Centrinėje Prancūzijoje). Minkštas, gelsvai baltas, prancūziškas karvių pieno sūris plona valgoma baltųjų pelėsių plutele. Konsistencija panašus į nešateljį.



**ŠČI** (rus. *уш*). Labai populiarus rusų kulinarijoje karšta sriuba iš daržovių lapų, pirmiausia šviežių arba raugintų kopūstų (gali būti rūgštyinės, špinatai arba dilgėlės). Verdama su mėsa kaulų sultinyje, su grybais arba žuvimi, pridedama pomidorų ir šakninių daržovių. Gali būti paskaninta grietine. Prie sriubos su raugintais kopūstais patiekama juodos ruginės duonos, grikių košės arba pyragaičių su grikių koše. Prie šviežių kopūstų sriubos dažniausiai patiekama pyragėlių, įdarytų kopūstais, mėsa, žuvimi.



**ŠERBETAS.** 1) Gaivieji Vidurinės Azijos šalių gėrimai, gaminami iš natūralių

uogų ir vaisių sulčių (rečiau iš ekstrakto). Šerbetai vadinami vaisių ir uogų, iš kurių jie pagaminti, vardais.

2) Tiršta masė, pagaminta iš vaisių, kavos, šokolado, cukraus.



**ŠERMUKŠNIS** (*Sorbus*). Erškėtinių šeimos medžių ir krūmų gentis. Paplitęs Šiaurės pusrutulio vidurio platumų klimato juostoje. Auga miško kirtimuose, pamiškėse. Lapai ištisiniai arba neporiniai, žiedai smulkūs, balti arba rausvi, susitelkę žiedynais. Vaisius – raudonas arba geltonas obuolėlis. Juose būna apie 7 proc. monosacharidų ir disacharidų, vitaminų C, P, sorbito, pektinų, rauginių medžiagų. Vartojami maisto pramonėje, farmacijoje. Lietuvoje savaime auga paprastasis (*Sorbus aucuparia*), kelios rūšys introdukuotos. Dažniau auginami šiaurinis (*Sorbus hybrida*), švedinis (*Sorbus intermedia*) ir miltingasis (*Sorbus aria*). Iš vaisių gaminamos uogienės, sirupas, vynas.

**ŠERNAS** (*Sus scrofa* L.). Kiaulinių šeimos porakanopis žinduolis. Paplitęs Eurazijoje ir Šiaurės Afrikoje. Lietuvoje dažnas (2016 m. jų buvo apie 130 tūkst.). Vienas populiariausių medžioklės objektų. Kūno ilgis iki 2 m, aukštis iki 1,2 m, masė iki

320 kg. Patinai su didelėmis iltimis. Mėsa skani. Senesnių žvėrių mėsa paprastai verdama arba troškinama. Jaunesnių nei antramečių tinka kepsniams. Itin vertinama mažų šerniukų mėsa. Vertingiausios skerdenos dalys – nugarinė ir kumpiai, o menčių, šoninės mėsa geriausia naudoti vadinamiesiems mažų gabaliukų patiekalams. Žinomi patiekalai: šerniena, virta raudonajame vyne, šernienos troškiny su voveraitėmis, šerniukas, keptas ant iešmo, ant grotelių kepta šerniena, kepti šernienos pjausniai.

### ŠIAURĖS AFRIKOS IR KITŲ ŠALIŲ VYNAS.

Nemaža Prancūzijos vynininkystės įtaka. Šalyse aklimatizuotos prancūziškų veislių vynuogės, vynai gaminami pagal prancūzų technologijas. Alžyre vynuogių plantacijų plotai buvo sumažėję trečdaliu, dabar vėl pradėjo plėstis. Geriausi baltieji, rausvieji ir raudonieji vynai gaminami iš Tlemseno, Maskaros, Haut Dakros, Zakaro ir Ain Besemo kalvose išaugintų vynuogių. Izraelio vynininkystės pradžia galima laikyti 1880 m., kai garsaus finansų magnato Rotšildo iniciatyva pradėtos auginti *Cabernet*, *Grenache*, *Sauvignon Blanc*, *Semillon* bei kitos vynuogės. Iš jų gaminami geros kokybės košeriniai vynai. Palankiausias sąlygos vynininkystei Galilėjaus, Samsono apylinkėse. Čia gaminami raudonieji, rausvieji ir baltieji vynai. Libane smulki vyno pramonė daugiausia susitelkusi Ksaros slėnyje, Beiruto apylinkėse, kur gaminami geri raudonieji vynai daugiausia iš *Cabernet Sauvignon* vynuogių. Maroko vynininkystė išplitusi

Atlanto vandenyno pakrantėje, Mekneso apylinkėse. Nors vynuogių plantacijos buvo sumažėjusios beveik dviem trečdaliais, dabar jos nuolat plečiamos. *Chante bled* ir *Tarik* yra geriausi raudonieji, o *Gris de guerrouane* – švelnus ir sausi rožiniai vynai.

Pastaruoju metu vynų gamyba Tunise plečiasi. Auginamos baltosios *Clairette*, *Pedro Ximenez*, *Ugni Blanc* ir raudonosios *Carignan*, *Cinsault*, *Grenache* vynuogės. Kartagenos apylinkėse gaminami saldūs muskatiniai, taip pat baltieji, rožiniai bei raudonieji vynai. Vyriausybės pastangomis gerėja jų kokybė. „Château saint Augustin“, „Cuvée des Chasseur“, „Didona Chardonnay“, „Magon“, „Punique rosé“, „Vin de mess“ – tai tik keletas populiarių Tuniso vynu. Turkijoje daugiausia auginamos valgomosios vynuogės, tačiau Trakijos, Anatolijos ir kt. apylinkėse gaminami geri vynai: baltasis „Trakya“, raudonasis „Buzbag“ ir kt.

Šiaurės Afrikos šalyse dėl religinių aplinkybių alkoholiniai gėrimai nėra populiarūs, tačiau čia gaminami ne tik vynai. Pvz., Tunise gaminamas alus, degtinė, viskis, džinas, likeris, „Boukha“ (figmedžio vaisių degtinė).

### ŠILERIO VYNAS (vok. *Schillerwein*).

Rožinis vokiečių vinas, gaminamas iš baltųjų ir raudonųjų *Württemberg* veislės vynuogių rūšių sulčių. Pastarųjų pridedama tik tiek, kad vinas nuo uogų žievelių nusidažytų gelsvai rožine spalva. Tai vaisių skonio, raudonų uogų kvapo gavus vinas. Tinka atšaldytas (8–10 °C) prie baltos mėsos, daržovių patiekalų, sūrio.





Vyno pavadinimas nesusijęs su vokiečių literatūros klasiko F. Šilerio pavarde (vok. *schillern* – blizgėti, mirgėti).



**ŠIRATAKI** (jap. *shirataki*). Ploni makaronai, pagaminti iš į bulves panašaus augalo, leopardinio amorfofalo, miltų. Parduodami jau pagaminti makaronai, juos reikia tik pašildyti. Patiekiami prie *sukijako* arba kitų mėsos ir kiaušinių patiekalų. Iš jų galima pagaminti ir atskirus patiekalus, paskaninus *Ajinomoto* (glutamo rūgštis) ir žaliais kiaušiniiais.

**ŠIRDIS**. Vertingas subproduktas, nes yra maistinga. Pripažinta kulinarijoje. Jos vertę sudaro lengvai organizmo įsisavinami baltymai (apie 15 proc.) ir vitaminai. Iš galvijų širdžių gaminami skanūs patiekalai. Pvz., veršio širdis drebučiuose, veršio širdis su prieskoniais, širdis *sautė* (smulkiais griežinėliais supjaustyta kepta širdis su padažu).

**ŠITAKE** (jap. *shiitake*). Japoniški džiovinti grybai, pasižymi maloniu kvapu, mažina cholesterolio kiekį kraujyje.

**ŠIUPININĖS SRIUBOS** (rus. *солянки*). Rusiškos kilmės tirštos sriubos, gaminamos iš koncentruoto sultinio, agurkų ar raugintų kopūstų, jų sūrymo,

pomidorų, mėsos, žuvies. Į mėsos sriubas dedama rūkytos mėsos produktų, dešros, kumpio, dešrelių. Tikros rusiškos žuvų šiupininės sriubos verdamos tik iš lašišinių žuvų. Į šias sriubas dedama ir daržovių bei prieskonių: svogūnų, raugintų agurkų, alyvuogių, kaparių, citrinos, pipirų, petražolių, krapų.

**ŠIUPINYS**. Lietuviškas valstiečių valgis. Tai daržovių, grūdinių kultūrų košė, pagardinta lašiniais, kumpiu, grietine. Gaminamas dažniausiai iš žirnių ir perlinių kruopų. Komponentai verdami skyrium ir tik pabaigoje sumaišomi. Pirmiausia išverdamos kruopos, paskui – išmirkyti žirniai su svogūnais ir paspirtais lašiniais. Kumpis nekepamas, tik smulkiai supjaustomas. Manoma, kad šis patiekalas iš mūsų šalies paplito Baltarusijoje (*šupinia*) ir Vokietijoje, nes gamyba ir ingredientai panašūs.

**ŠLAKYS** (*Salmo trutta* L.). Jūrinis upėtakis, lašišinių šeimos praeivė žuvis. Paplitęs Europos pakrantėse nuo Pirėnų iki Baltosios jūros. Kūno ilgis – 40–70 cm, masė – 1–5 kg. Pirmuosius 2–4 metus šlakiai praleidžia upėse, vėliau dauguma grįžta į jūrą. Lietuvoje neršia Minijos, Neries, Šventosios, Žeimenos šaltavandeniuose intakuose. Tai labai vertinga žuvis, įrašyta į Lietuvos raudonąją knygą.

**ŠNICELIS** (pranc. *escalopes*, skait. *eskalop*, vok. *Schnitzel*), pjausnys. Kiaulės, veršio, žvėrienos nugarinės mėsos griežinys. Jis pamušamas, paskaninamas prieskoniais, pavoliojamas miltuose

arba plakto kiaušinio ir miltų tešloje, iškepamas keptuvėje arba ištroškinamas. Žinomi patiekalai: Vienos pjausnys (keptas veršio pjausnys, pavoliotas kiaušinių ir miltų tešloje su citrina ir petražolėmis); pjausnys *cordon bleu* (pranc., skait. *kordonbliu*; veršienos pjausnys, įdarytas kumpiu, tarp dviejų sūrio riekių, pavoliotas kiaušinių ir miltų tešloje, keptas); Holšteino pjausnys (veršienos pjausnys su keptu kiaušiniu, trijų rūšių daržovėmis ir keptomis bulvėmis); Paryžiaus pjausnys (veršienos pjausnys, pavoliotas miltuose, pateptas išplaktu kiaušiniu, iškeptas, patiekiamas su Paryžiaus bulvėmis ir žaliaisiais žirneliais); vengriškas pjausnys (veršienos pjausnys, apkeptas, ištroškintas raudonųjų paprikų padaže, su saldžiųjų paprikų garnyru); pjausnys čigoniskai (kiaulienos pjausnys, ištroškintas pomidorų padaže, su rūkyto liežuvio, kumpio ir grybų juostelėmis); avienos pjausnys (angl. *Mutton escalope*, skait. *matn eskelop*; avienos pjausnys, pavoliotas miltų ir kiaušinio tešloje, iškeptas, patiekiamas su bulvių šiaudeliais); Prahos pjausnys (kiaulienos pjausnys, natūralus, su minkštai keptu kiaušiniu ant viršaus); Vestfalijos pjausnys (apkeptas veršienos pjausnys, padengtas apkepto kumpio riekelėmis, patiekiamas su Maderos padažu ir bulvių šiaudeliais); rusiškas pjausnys (apkeptas ir ištroškintas rūgščiam piene veršienos pjausnys, patiekiamas su mažais raugintais agurkais, baravykais ir ikrais); *Grenadins* (skait. *grenaden*; prismaigstytas veršio pjausnys, iškeptas arba ištroškintas); *Paupiettes* (skait. *popiet*); įdarytas, velenėliu susuktas jautienos arba

veršienos pjausnys, apkeptas, ištroškintas su veršienos drebučiais, patiekiamas su *Risotto* ir spagečiais).

**ŠNICELIS KALNIETIŠKAS.** Pavoliotas miltuose veršienos arba kiaulienos pjausnys, patiekiamas tiesiai keptuvėje, ant jo uždedama kaparių arba raugintų agurkų.

**ŠNICELIS MINISTERIŠKAS.** Gaminamas iš mėsos faršo (veršienos, paukštienos, žuvies), pridėjus išmirkytos nuspaustos bandelės, kiaušinių, prieskonių, pavolijamas miltuose. Iš masės suformuojamas pailgos formos 1,5 cm storio kotletas, kuris kepamas iš abiejų pusių iki auksinės spalvos. Patiekiamas su bulvėmis ir daržovėmis.



**ŠOKOLADAS** (isp. *chocolate*, actekų (Meksika) *chocolat*) – gėrimas iš kakavmedžio vaisių). Konditerijos gaminys iš kakavos produktų. Turi iki 40 proc. riebalų, 30–60 proc. cukraus. Būna natūralus (iš kakavos produktų ir cukraus pudros) ir su priedais (paprastas, desertinis, akytas, su priedais). Į pastarąjį dedama pieno, grietinėlių miltelių, riešutų branduolių, kavos, vaisių cukatų, vanilės. Pirmiausia pagal sudėtingą technologiją paruošiama kakavos masė, kuri supilama



į specialias formas. Šokoladas su įdaru formuojamas kaip saldainiai su įdaru. Šokolado gaminiai būna plytelių, medalių, įvairių figūrų ir kt. formų. Šokoladas vartojamas desertiniams patiekalams: tortams, glazūruotiems saldainiams, meduoliams, marmeladui gaminti. Pagal cukraus kiekį skirstomas į saldų, pusiau saldų, pusiau kartų, kartų. Šokolado kaloringumas – 100 g – apie 600 kcal.



**ŠPARAGAS, SMIDRAS** (*Asparagus officinalis* L.). Smidrinųjų šeimos augalas. Auginami blyškieji ir žalieji. Maistinės fiziologinės savybės priklauso nuo juose esančių maistinių medžiagų, kurios stiprina inkstų veiklą. Maistui naudojami jauni šparagų ūgliai; jie turi asparagino, saponinų, įvairių vitaminų: C, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, PP. Žalieji šparagai nelupami ir patiekiami užšaldyti. Tai vertinga daržovė. Vartojami sriuboms virti, kaip mėsos ir žuvies patiekalų daržovių priedas, taip pat salotoms, pvz., šparagų sriuba, kotletai su šparagų stiebais, šparagai su kumpiu, šparagų salotos. Padažai prie šparagų valgių: tirpintas sviestas, olandiškas padažas, putų (plaktas) padažas, aliejaus, acto padažas. Šparagai itin mėgstami pavasarį Vokietijoje (*Spargel*). Lietuvoje auginami kaip dekoratyviniai augalai.

Beje, reikėtų juos plačiau vartoti maistui ir veisti, kadangi turi gydomųjų savybių: mažina kraujospūdį, gerina širdies darbą, plečia kraujagysles.

**ŠPARAGŲ SRIUBA.** Prabangi sriuba, gaminama taip: nuplauti ir be skaidulų šparagai (smidrai) išverdami kaulų sultinyje. Nupjaunamos galvutės, likusi dalis pertrinama per sietą, perpilant sultiniu. Sriuba paskaninama miltais, išplaktais šaltame sultinyje. Sudedamos šparagų galvutės, pavirinama, pasūdoma, įdedama cukraus pagal skonį. Nuėmus nuo ugnies, įpilama grietinėlės, išmaišytos su kiaušinio tryniu. Pateikiama su plikytos tešlos žirneliais arba skrebučiais.

**ŠPIKUOTI** (vok. *spicken* – smaigstyti, skait. *špiken*). Gaminimo metodas, kai liesa mėsa arba žuvis (veršio nugarinė, liesa žvėriena, lydeka) prieš termiškai apdorojant prismaigstoma mažų lašinių gabaliukų. Karveliai, slankos, kurapkos apvyniojamos plonomis lašinių juostelėmis, kad mėsa taptų riebesnė, sultingesnė.



**ŠPINATAI** (*Spinacia*). Žalialapė burnotinių šeimos vienmetė arba dvimetė daržovė, turinti daug maistinių medžiagų. Turtinga vitaminų C, PP ir provitamino

A. Gerinanti kraujo apytaką (geležis), varanti skysčius (kalis), jodo turtinga daržovė. Ištikus metus gali būti vartojama kaip kiaušinių, mėsos, žuvies patiekalų priedas. Nudažo gražia žalia spalva padažus ir drebučių patiekalus. Vidurio platumų šalyse dažniausiai paplitęs daržinis špinatas (*Spinacia oleracea*). Stiebas tiesus, 25–50 cm ilgio. Ant stiebo iš pradžių užauga sultingų lapų skrotelė, vėliau susidaro žiedynas. Lapai trikampiai, ietiški arba ovalūs. Vyriškojo augalo žiedai susitelkę šluotelėmis, moteriškojo – išaugę lapų pažastyse. Maistui labiau tinka moteriškasis augalas, nes turi daugiau lapų. Jie valgomi žali kaip salotos, virti, konservuoti, iš jų spaudžiamos sultys. Špinatus rekomenduojama valgyti šviežius; laikyti šalta.

**ŠPRICERIS** (vok. *Spritzer*). Šaltasis gėrimas, gaminamas iš baltojo vyno, sumaišyto santykiu 1:1 su sodos vandeniu. Pridedama ledo.



**ŠPROTAI** (*Sprattus sprattus*). 1. Mažos silkinių šeimos žuvelės 11–15 cm ilgio, gyvena Baltijos, Šiaurės jūrų Europos pakrantėse, Atlanto vandenyne, Viduržemio ir Juodojoje jūroje. Jos

rūkamos, konservuojamos (su aliejumi ar pomidorais). Kartais vadinamos Šiaurės sardinėmis, nors skoniu pastarosioms nusileidžia. Didžiausią paklausą turi vadinamieji žiemos šprotai. 2. Tų žuvų konservai.

**ŠTUFADA** (it.). 48 val. marinuota mėsa, dažniausiai jautiena. Marinuojama aliejuje su ištrintomis daržovėmis, paskui prismaigstoma lašinių ir ištroškinama uždengtame inde. Ištroškinta mėsa supjaustoma plonomis riekelėmis skersai raumenų ir užpilama per sietą pertrintu padažu su raudonuoju vynu ir pomidorų koncentratu. Šį patiekalą galima gaminti iš arklienos ir elnienos, galima patiekti šaltą.

**ŠUTINIMAS**. Virimas nedideliame kiekyje skysčio arba to paties produkto sultyse (uogos, pomidorai). Skystis puode apsemia 1/3–1/5 produkto. Šutinant dedama sviesto, margarino, citrinos sulčių, vyno, prieskoninių daržovių, prieskoninių žalumynų. Šutinti produktai yra švelnaus skonio, kvapūs, iš jų gaminami maistingi, kaloringi patiekalai. Šutinama specialiuose puoduose neaukštoje (90–95 °C) temperatūroje.

**ŠVEDŲ PUNŠAS** (šv. *glogg*). Originalus karštas gėrimas, gaminamas iš raudonojo vyno, muskatinio vermuto, razinų, apelsinų žievelių, kardamono, gvazdikėlių, imbiero, cinamono. Visos sudedamosios dalys sumaišomos, palaikomos dieną uždengtame inde, paskui pridedama cukraus, *akvavito* (švediška degtinė), išmaišoma, užvirinama ir iškart patiekiami užbarsčius migdolų miltelių.

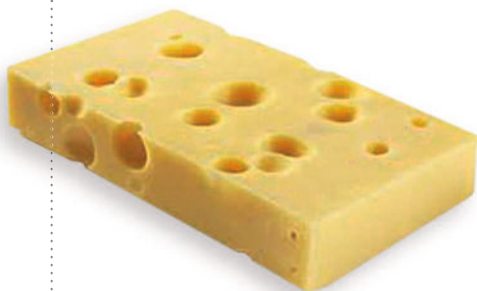


## ŠVEDŲ VALGIAI.

žr. **SKANDINAVIJOS ŠALIŲ VALGIAI.**

**ŠVEICARIJOS VYNAS.** Šveicarija turi produktyviausius ir pelningiausius vynuogynus pasaulyje. Derlingiausias žemės yra slėnyje piečiau Ronos upės baseino iki Ženevos ežero, Valės ir Vo (Vaud), taip pat Nešatelio ir Tičino kantonų teritorijose. Vynų pavadinimai kilę iš vietovardžių ir vynuogių veislių pavadinimų. Legaliai įteisinami ir kitokie vardai. Vynuogių augintojus ir vyno gamintojus kontroliuoja viena organizacija – D. Y. A. (*Drink the youngest available*).

Populiarios vynuogių veislės: *Chasselas, Gamay, Merlot, Spätburgunder, Pinot Noir, Riesling, Silvaner, Traminer*. Geriausi šveicariški vynai: „Aigle“, „Amigne“, „Chablais“, „Chasselas“, „Mont d’Or“, „Neuchâtel“, „Dézaley-Marses“, „Dôle“, „Dorin“, „Fendant“, „Gutadel“, „Lavaux“, „Merlot“, „Müller Thurgau“, „Rivaz“, „Saint-Saphorin“, „Salvagnin“.



**ŠVEICARŲ SŪRIS.** Bendras šveicariškų sūrių pavadinimas, pvz., ementalio sūris.

**ŠVEICARŲ VALGIAI.** Šveicarija yra Vidurio Europos šalis, Italijos, Austrijos, Vokietijos ir Prancūzijos kaimynė.

Kalnuota, su daugybe ežerų, miškų, upių, Alpių pievų. Gamtinės sąlygos ir kitų šalių įtaka suformavo Šveicarijos kulinariją, kuri garsi jautienos, ypač švelniais veršienos, patiekalais, skaniomis dešromis ir sūriais. Mėgstamos sriubos, kiaušiniai, patiekiami kaip priedai arba kaip atskiri patiekalai (omletai).

Kalnų ežerai ir upės turtingos vertingų žuvų, iš jų gaminami skanūs valgiai. Vartojama daug daržovių, vaisių. Žvėrių ir laukinių paukščių mėsa labai vertinama. Patiekalai iš jos dažniausiai gaminami pagal prancūziškus receptus. Vartojama daug svogūnų, žirnių, morkų, špinatų, šparagų, salierų. Labai įvairūs saldieji patiekalai, jų gamybai naudojama grietinė, šokoladas, sūris. Mėgstama kava, dažniausiai su pienu. Šveicarai daug dėmesio skiria patiekalų skoniu ir žaliavų kokybei.

Pusryčiai dažniausiai būna dviejų dalių: kava su pienu, duona ir uogiene, tada avižiniai dribsniai. Neretai, pagal kaimo papročius, dešra, kumpis, nepamirštama ir sūrio.

Pietų patiekalų meniu daug įtakos turi kaimynai: prancūzai, italai, vokiečiai. Visų pirma – skani užkanda (*Plattli*), vėliau – soti sriuba, pvz., sūrio (Liucernos sriuba), smegenų (Bazelio sriuba), pomidorų (Ciuricho sriuba). Antrieji patiekalai gaminami iš mėsos (jautienos, veršienos, kiaulienos) su švelniais padažais ir daržovėmis. Mėgstamas veršienos pjausnys, Ciuricho veršienos ragu. Gausus žuvies patiekalų pasirinkimas. Pietūs paprastai baigiami saldžiaisiais patiekalais, skanėstais: tortais, pyragaičiais su šokoladu (*Schoppi*), grietinėle, kremais. Vakarienė – dviejų dalių: pavakariai –

šaltasis užkandis, paštetai, vėliau pakepinta duona su sviestu, dešra, sūriu, taip pat su medumi ir uogienėmis. Šveicarai savo svečiams gali pasiūlyti gausybę fondu ir picų su sūriu, šparagais, žuvimi, sraigėmis, varške, mėsa. Nemažas gėrimų asortimentas. Vokiškai kalbantys šveicarai mėgsta alų. Visoje šalyje mėgaujamas baltuoju ir raudonoju vynu, vyšnių trauktine (*Kirschwasser*), geru mineraliniu vandeniu, vaisių sultimis.



**ŠVENTAGARŠVĖ, VAISTINĖ** (*Angelica archangelica*). Dvimetis, rečiau daugiametis žolinis augalas. Auga vidurinėje Europos zonoje, taip pat ir Lietuvoje, drėgnose pievose, pašlaitėse, paupiuose. Tai stambus vientiebis augalas, lapai plunksniški, smulkūs, žiedai susitelkę skėtiškai. Šaknis stambi, vaisiai – sėklos. Jose yra eterinių aliejų (šaknyse – apie 1 proc., sėklose – apie 1,5 proc.), felandreno, kitų terpenų, laktonų, kumarino. Jie šventagaršvei suteikia malonų aromatą ir skonį. Vartojama kaip prieskonis, taip pat likerių, trauktinių (pvz., „Trejos devynerios“) gamyboje, farmacijos, parfumerijos pramonėje.

**TABASCO.** Prekinis pavadinimas padažo, pagaminto iš paprikų. Tai aštrus padažas su actu, patiekiamas su ragu, bifsteku (žlėgtainiu), paukštiena, kiaušiniiais ir kt.

**TABLE d'HOTE** (pranc. – šeimininko stalas). Patiekalai, gaminami mažuose, privačiuose viešbutėliuose, pensionuose, sanatorijose visiems svečiams nustatytu laiku už iš anksto sutartą kainą. Dar vad. *à la carte*.

**TADJIN** (arab., skait. *tadžin*). Arabų patiekalas, gaminamas specialame inde su dangčiu, kuris vadinamas *tadžinu*. Populiariausias *tadžin ahmar* – patiekalas, gaminamas iš kubiukais supjaustytos bei pakepintos svieste arba aliejuje kartu su supjaustytais svogūnais avienos, užpiltos trupučiu vandens ir ištroškintos tame inde kartu su slyvomis, cinamonais, paprika, šafranu. Avieną galima pakeisti vištiena.



**TAGLIATELLE** (it. *tagliare* – pjauti). Lakštiniai, ilgos plokščios juostelės arba kitos formos makaronai. Italai jų deda į sriubas, valgo su padažais, sūriu ir sviestu, kaip atskirą patiekalą.

**TAHINA** (arab.). Populiarus arabų šalyse pastos pavidalo prieskonis (užkulas),

gaminamas iš kelių sudedamųjų dalių, kurių svarbiausia – sezamo grūdai. Iš sezamo pastos gaminamas padažas vadinamas *tarator*.

**TALEDŽAS** (it. *taleggio*; *Taleggio* – vietovė Šiaurės Italijoje). Pusminkštis, baltas itališkas karvių pieno sūris.

**TAMALES** (isp.). Balandėlių rūšis, populiarūs Meksikoje. Gaminami iš mėsos faršo, sumaišyto su kukurūzų miltais, susukto į kukurūzų, kartais į bananų lapus.



**TAMARINDAS** (*Tamarindus indica*). Indinis tamarindas, ankštinių šeimos medis. Savaime auga ir auginamas Afrikos ir Azijos ekvatorinio ir subekvatorinio klimato juostose, auginamas kai kur ir tropinio klimato juostose. Užauga iki 30 (kartais iki 40) metrų aukščio. Laja plati. Lapai plunksniški. Žiedai purpuriniai arba oranžiniai, susitelkę kekėmis. Vaisius – iki 15 cm ilgio sultinga ankštis. Vaisiai valgomi, iš jų daromi gėrimai, gaminamas pektinas. Iš sėklų daromas krakmolos. Vaisiai populiarūs Tolimųjų Rytų šalių virtuvėje.

**TANINAI, TANIDAI** (pranc. *tanin*). Augalinės kilmės fenoliniai junginiai, rauginės medžiagos. Su baltymais,

celiulioze, pektininėmis medžiagomis sudaro patvarius junginius. Esama rauginiuose augaluose, pvz., arbatoje, pagamintuose produktuose, pvz., vyne. Vartojami kaip priešnuodis apsinuodijus sunkiaisiais metalais, nudegimams ir ilgai negyjančioms žaizdoms gydyti.

**TAPENADE** (pranc.). Populiarus Provanse užkandis, gaminamas iš alyvmedžio vaisių be kauliukų, kaparių, tunų (konservų), ančiuvių, garstyčių ir aliejaus. Pateikiamas užteptas ant duonos riekelį su sviestu.

**TAPIJOKA**. Košė, gaminama iš manijoko (*Manihot utilissima*) gumbų. Atogrąžų kraštuose (Brazilijoje, Javoje, Gvianoje, Singapūre) tapijoka yra pagrindinis maistas, vartojamas lengvai virškinamiems patiekalams gaminti, taip pat dedama į sriubas. Mūsų platumose tapijokos surogatas gaminamas iš specialiai pagaminto bulvių krakmolo.

**TARATOR**. Arabų šalių padažas, gaminamas iš *tahinos* (tachini), sumaišyto su trintu česnaku, citrinų sultiniu ir vandeniu. Turinys labai ilgai maišomas šluotele arba mikseriu iki majonezo konsistencijos. Padažas pateikiamas su žuvimi, žiediniais kopūstais, šparagais (smidrais).

**TARATOR** (bulg.). Šalta bulgariška daržovių sriuba, gaminama iš jogurto, sumaišyto su nuluptais ir smulkiai supjaustytais šviežiais agurkais, trintu česnaku, miltais, riešutais bei saulėgrąžų aliejumi. Atšaldyta sriuba pateikiama su smulkiai supjaustytais kapariais.

**TARHONIJA.** Vengrų kulinarijoje – kieta tešla, pagaminta iš miltų, kiaušinių ir trupučio vandens, susmulkinta kapokle arba sutarkuota, biri. Vartojama kaip troškintos mėsos patiekalų (pvz., guliašo) priedas, dedama į sriubas.

**TARRAGONA.** 1. Raudonasis desertinis, stiprus ispaniškas vynas, gaminamas iš saldžiųjų *Carignan Noir*, *Garnacha Tinta* vynuogių veislių. Tai tamsiai raudonos spalvos, alkoholio kvapo vynas. Geriamas pašaldytas (12–15 °C). 2. Standartinio skonio raudonasis („Vino Tinto“) vynas. 3. Katalonijos miestas, kuriame gaminami vermutai, šartrezo likeriai ir spirituoti vynai (23 proc. alkoholio; buvo itin populiarūs po Antrojo pasaulinio karo).

**TARTELETĖS.** Maži kepinių indeliai, populiarūs daugelio šalių restoranuose. Užpildomi mėsos, žuvies, grybų, daržovių įdarais, paskaninami padažais ir prieskoniais. Valgomos kartu su indeliais, kurie yra skanūs, nes kepami iš gerų produktų: sviesto, kiaušinių, grietinėlės. Tartaletės yra austrų ir italų išradimas, kuriam pritaikytos neapolietiškos pyragų kepimo tradicijos.



**TARTE** (pranc.). Populiarus prancūziškas saldusis patiekalas, gaminamas

dažniausiai iš trapios tešlos, pridėjus nedidelį kiekį kepimo miltelių. Tešla kepama apvalioje dantytoje formoje. Ant kepinėlių su paaukštintomis briaunelėmis uždedama šviežių uogų (žemuogių, braškių, gervuogių ir kt.) ir užpilama vaisių drebučių arba plaktos grietinėlės. Gali būti ir kitas *tarte* paruošimo būdas, kai kepama kartu su vaisiais, obuoliais, slyvomis, persikais. Prieš baigiant kepti vaisiai užpilami grietinėle, sumaišyta su cukraus pudra, išplaktu kiaušiniu, ir dar truputį pakepama.

**TAUKAI**, kai kurių gyvulių (kiaulių, arklių, triušių), žvėrelių (kiškių), taip pat paukščių (žąsų), žuvų, jūros gyvūnų riebalai. Dauguma jų lydosi esant 20–45 °C. Kad švieži ilgai negestų, taukai lydomi, išgarinama drėgmė. Kulinarijoje dažniausiai naudojami kiaulienos ir žąsų taukai, juose yra 62 proc. ir daugiau riebalų rūgščių. Taukai tinka kepti, troškinti, kartais valgomi su spurgučiais, prieskoniais, svogūnais, obuoliais. Lietuvoje nuo seno kaip pagrindiniai riebalai buvo naudojami kiaulių taukai. Iš jų kartu su spurgučiais buvo ruošiami ir grybų valgiai, padažai.

**TAURUSIS ELNIAS** (*Cervus elaphus* L.). Elninių šeimos žinduolių gentis. Atsirado Centrinėje Azijoje, išplito Eurazijoje, Šiaurės Afrikoje ir Šiaurės Amerikoje. Lietuvoje jų buvo gausu iki antrojo tūkstantmečio vidurio, vėliau išnyko. Pradėti aklimatizuoti praėjusio šimtmečio pradžioje. 1983 m. jų jau buvo apie 11 tūkst. Kūnas iki 150 cm aukščio, masė – iki 300 kg. Patinai turi gražius ragus, kurie sveria 7–10 kg.



Jaunų elnių mėsa labai skani, iš jos gaminami vertingi patiekalai. Vertingiausias skerdenos dalys – išpjova, nugarinė, kumpiai ir mentys – keamos ir troškinamos. Kitos dalys – troškinamos. Jaunų elnių nugarinę galima kepti pagal anglišką receptą. Žinomi patiekalai: troškinta elniena su grietinės padažu, elnienos pjausnys, keptas ant grotelių, kepta elnio nugarinė su grybų padažu.

**TEFLONAS** (angl.). Termoplastinės fluoro sintetinės masės, atsparios karščiui ir mechaniniam poveikiui, prekybinis pavadinimas. Šia mase padengiami indai, skirti produktų terminiam paruošimui, pvz., keptuvės.

**TEINAS** žr. **KOFEINAS**.



**TEKILA** (isp. *tequila*). Bespalvis alkoholinis gėrimas, gaminamas iš sufermentuotų mėlynosios agavos (*Agave tequilana*) sulčių. Populiarus Meksikoje, pastaruoju metu išplito pasaulio rinkoje. Alkoholio kiekis – 38–46 proc. Geriama labai atšaldyta su citrina ir druska kaip aperityvas bei dižestyvas (pranc. *digestive*).

Žymiausias rūšys: „José Cuervo de la Familia“, „Jose Cuervo 1800“ (J. M. Cuervo 1795 m. pradėjo gaminti šį gėrimą), „Viuda de Romero“. Galima paminėti ir „Cabo Wabo“, „Sauza Bianco“, „Sauza Hornitos Reposado“.



**TEKŠĖ** (*Rubus chamaemorus*). Erškėtinių šeimos aviečių genties daugiametė žolė. Paplitusi daugiausia Šiaurės pusrutulio ir vidurio platumų klimato juostose. Auga aukštapelkėse ir supelkėjusiuose miškuose. Stiebas stačias, 5–20 cm aukščio, lapai inkstiški, skiautėti, raukšlėti. Vaisiai geltoni, valgomi. Lietuvoje tekšė auga aukštapelkėse.

**TEKEMALI**. Populiariausias gruziniškas padažas, patiekiamas prie šašlykų, paukštienos ir žuvies patiekalų. Gaminamas iš džiovintų, išvirtų ir pertrintų per sietą slyvų. Masė praskiedžiama sultiniu, pridedama trinto česnako ir paprikos miltelių. Padažas turi būti grietinės tirštumo.

**TEMPURA**. Japonų patiekalas iš mėsos, žuvies, vėžiagyvių, svarbiausia – iš omarų ir krevečių. Produktai pirmiausia panardinami į tirštą tešlą, paskui iškepami riebaluose. Tipinė ir neatskiriama

patiekalo dalis – padažas, japoniškai *tesuju*, iš sultinio, sojų padažo ir prieskonių.

**TERMINIS MAISTO PARUOŠIMAS.** Maisto apdorojimas karščiu, kuris dezinfekuoja maistą, padeda organizmui jį geriau įsisavinti, pakeičia fiziškai ir chemiškai. Kaitinant gyvulinius produktus, pasikeičia jungiamojo audinio baltymai, suyra kolagenas ir angliavandeniai, nes jų krakmolos virsta kleisteriu, greitai tampančiu cukrumi. Šiluminiu būdu apdorotų produktų baltymai denatūruojami, t. y. tampa ne tokie atsparūs fermentams, todėl lengviau virškinami. Organizmas geriau virškina ir šiluminiu būdu apdorotus riebalus, nes jie išsilydo ir lengviau emulguojasi. Karščiu apdorotas maistas patrauklesnės išvaizdos ir kvapo, švaresnis, nes sunaikinami mikroorganizmai, kirmėlinių ligų sukėlėjai, nuodingosios medžiagos suyra arba pereina į nuovirą. Tačiau, apdorojant karštuoju būdu, naikinami vitaminai, kartais nepageidautinai kinta produktų spalva, suyra daugelis žalių produktų skoninių, kvapiųjų medžiagų, padidėja jų nuostoliai.

Pagrindiniai šiluminio apdorojimo būdai: virimas (jo rūšys: virimas skystyje, padidinus slėgį, šutinimas, virimas garuose, pažeminus temperatūrą, apdorojimas aukšto dažnumo elektromagnetiniame lauke); kepimas (jo rūšys: kepimas su riebalais, kepimas riebaluose, kepimas orkaitėje, kepimas žarijų kaitroje, kepimas infraraudonaisiais spinduliais). Mišrūs šiluminio apdorojimo būdai: troškinimas, apkepimas.

Pagalbiniai šiluminio apdorojimo būdai: pakepimas, blanširavimas.

**TERMOSAS** (gr. *thermos* – šiltas, karštas). Indas su dvigubomis sienelėmis, kuriame ilgai laikosi pastovi temperatūra. Buityje ir technikoje naudojamas termosas yra *Diuario indas*. Paprastai tai 0,25–2 l talpos stiklinis arba metalinis indas amalgamuotomis dvigubomis sienelėmis, tarp kurių yra vakuumas, metaliniu arba plastikiniu korpusu, užkemšamas termoizoliacinės medžiagos kamščiu. Visuomeninio maitinimo įstaigose naudojamas termosas – iki 30 l talpos aliumininis bidonas arba dėžė (tarp dvigubų jos sienelių prikemšama gofruoto popieriaus, aliuminio folijos), uždaroma dangteliais su dvigubomis sienelėmis. Indą su dvigubomis sienelėmis XIX a. pab. išrado škotų mokslininkas Džeimsas Diuaras (James Dewar).



**TERRAPIN.** Maži minkštašarviai vėžliai, gyvenantys Šiaurės Amerikos ežeruose. Iš jų mėsos verdama labai skani sriuba.

**TERRINE** (pranc.). Keraminis emaliuotas indas, kuriame dažniausiai kepami paštetai (iš žąsų kepenėlių, ančių, triušių ir kt. mėsos). Patiekama tame pat inde.

**TEŠLA.** Duonos, pyrago, riestainių, makaronų pusgaminiš iš miltų, skysčių ir įvairių priedų. Tešloje yra baltymų, angliavandenių, riebalų, rūgščių, druskų. Tešla gali būti rauginta (duonos, mielinė, pyrago, riestainių) ir nerauginta (makaronų, meduolių, sausainių, vaflių, biskvitinė, trapi, sluoksniuota, pyrago). Mielinę tešlą iškelia angliavandenių skilimo produktai, anglies dioksidas, spiritas, vandens garai. Mielinė pyrago tešla paprastai būna pagerinta (kiaušiniai, pienu, cukrumi, riebalais). Trapioji tešla suminkoma iš miltų, riebalų, cukraus, kiaušinių (be skysčio). Prieš formavimą atšaldoma. Sluoksniuota tešla – tai iškočioti, riebalais sutepti ir sudėti mielinės tešlos arba tešlos, įmaišytos iš miltų, vandens, kiaušinių, citrinos rūgšties, druskos, sluoksniai.



### TEŠLAINIAI, žr. SAUSAINIAI.

**TETERVINAS** (*Lyrurus tetrix* L.). Fazaninių šeimos paukštis, paplitęs Eurazijos miškų ir miškastepių zonose. Gyvena pamiškėse, aukštapelkėse, minta medžių pumpurais. Kūnas 42–61 cm ilgio, masė – 0,8–1,2 kg. Medžiojamas, tačiau Lietuvoje nykstantis paukštis. Tetervino mėsa tamsi, liesa. Paprastai brandinamas, marinuojamas, troškkinamas prismaigstytas lašinių, su vynu ir prieskoninėmis daržovėmis arba įdarytas. Kartais kepamas ant

grotelių. Pateikiamas su pikantišku padažu. Anksčiau tetervino kepsnys būdavo papuošiamas džiovinta galva, sparnais, uodega ir pateikiamas svečiams iškilmingai.



### TETERVINAS BALTASIS, PAPERASTOJI ŽVYRĖ (*Lagopus* L.).

Vertingas medžiojamasis vištinių būrio paukštis. Paplitęs tundrų zonoje. Lietuvoje jau išnykęs. Vidutinio dydžio (0,4–0,9 kg). Žiemą baltas, vasarą – rusvai pilkas. Gyvena aukštapelkėse. Minta augalų pumpurais, lapais, uogomis, sėklomis.



### TEQUILA, žr. TEKILA.

**TIAMINAS.** Aneurinas, vitaminas B<sub>1</sub>. Sintetinamas augaluose ir kai kuriuose mikroorganizmuose. Tiaminas ir jo

dariniai (pvz., tiaminpirofosfatas) svarbūs daugeliui fermentinių reakcijų. Žmogus ir gyvūnai gauna jo su maistu. Tiamino stoka organizme sukelia beri-beri ligą. Žmogui tiamino reikia 1,5–2 mg per parą. Jo daug mielėse, daržovėse, javų grūduose, bulvėse. Tiaminu ir jo dariniais gydomi medžiagų apykaitos sutrikimai, kitos ligos (pvz., neuritas, cukraligė).

### **TIKRASIS ROMAS**, žr. **ROMAS**.

**TILMAN**, baltasis vokiečių vynas iš Frankonijos. Gaminamas iš *Rivaner* (*Müller-Thurgau*) vynuogių. Yra šviesiai geltonos spalvos, subtilaus muskato, neprinokusių obuolių kvapo, sausas gaivinantis vynas. Jis pavadintas žymaus skulptoriaus, medžio raižytojo Tilmano Riemenscheiderio vardu. Tai senąjį pavadinimą išlaikęs gėrimas, skirtas jaunimui. Tinka prie žuvies, jūros produktų, baltos mėsos. Pateikiamas 8–10 °C temperatūros.

**TILŽĖS SŪRIS**. Fermentinis, brandintas, kietas sūris, gaminamas iš karvių pieno Vokietijoje, Austrijoje, Šveicarijoje ir Lietuvoje. Formuojamas plokščio cilindro formos galvomis, kurių diametras 25 cm, aukštis – 10–15 cm, svoris – 4,5 kg. Skonis pikantiškas, šiek tiek rūgštokas.

**TIMBALE** (pranc. 1) Įvairių dydžių gilus indas iš karščiui atsparios medžiagos (molio, porceliano, Jenos stiklo), kuriame ruošiami ir pateikiami valgiai; 2) įvairių dydžių indeliai, iškepti iš trapios, kartais biskvitinės tešlos, kurie užpildomi pusiau skysta mase su priedais: mėsos, žuvies, daržovių, jūrų gėrybių, paštetų

ir kt. Timbalai gali būti įvairių dydžių ir formų. Taip vadinamas ir visas gaminys. Pavadinimas sietinas su būgnu. Manoma, kad prancūzai jį pasisavino iš italų. Timbalai buvo ypač populiarūs XVII–XIX amžiuje. Išplito ir kitose šalyse, pvz., Vokietijoje. Tai dažniausiai šaltieji užkandžiai.

**TIRNOVO**. Bulgarų desertinis vynas. Jis tamsiai raudonos spalvos, malonaus skonio, harmoningo bukieto.

**TIROLIŠKASIS PADAŽAS** (pranc. *sauce tirolienne*, skait. *tiroljen*): 1) majonezas su kečupo ir smulkiai supjaustytų kaparių arba nuluptų ir supjaustytų karnišonų priedu, patiekiamas su rūkyta šalta mėsa ir jos gaminiais; 2) šiltas padažas, gaminamas iš išplaktų kiaušinių trynių su pomidorų koncentratu ir prieskoniais (petražolėmis). Pateikiamas prie žuvies, kiaušinių patiekalų arba keptos ant grotelių mėsos.

**TIROZINAS**. Aromatinė aminorūgštis. Susidaro oksiduojantis fenilalaninui. Yra daugelio baltymų (pvz., kazeino, fibroino, karotino, insulino) sudedamoji dalis, svarbi tiamino, melanino, noradrenalino ir kt. fiziologiškai aktyvių junginių sudedamoji dalis.

### **TIRPI KAVA**, žr. **KAVA**.

**TOAD IN THE HOLE** (angl., skait. *toud in houl* – rupūžė skylėje). Populiarus angliškas patiekalas, gaminamas iš ritinėliais supjaustytos, pakeptos taukuose dešros, užpildtos tiršta blynų tešla ir iškeptos orkaitėje.





**TOAST.** Sausai pakepinta (paskrudinta) balta duona, sriubų, sultinių ir salotų priedas arba kepinų pagrindas (*canapés*). Taip pat, gaminant *Welsh rarebit*, yra sumuštinį pagrindas. Ant paskrudintos duonos uždedama mažų laukinių paukščių (slankos, kurapkos) kepinų.

**TOFFEE** (angl.). Karameliniai saldainiai, pagaminti iš riebaus pieno, sviesto ir cukraus, išvirti 260–270 °C temperatūroje, tąšūs (*chewing candy*).

**TOFU.** Maisto produktas, išvaizda panašus į sūrį, tačiau gaminamas ne iš pieno, bet iš sojų. Plačiai paplitęs japonų, kinų ir kitų Tolumųjų Rytų šalių kulinarijoje. Tofu įeina į daugelio kiaušinių, daržovių, grybų, krabų ir kt. patiekalų sudėtį, yra turtingas baltymų, riebalų ir mineralinių druskų.

**TOKAJAUS VYNAI.** Vengrų vynininkų pasididžiavimas. Pavadinimas kilęs iš Vengrijos miesto Tokajaus prie Teiso. Šio krašto klimatas, derlingos žemės labai palankios tokajų žaliavai – *Furmint*, *Hárslevelü* bei *Muscateler* vynuogėms – auginti. Iš Tokajaus vynų labiausiai žinoma didžioji trijulė:

„Tokaj Aszú“, „Tokaj Eszencia“, „Tokaj Szamardni“, taip pat „Tokaj

Furmint“, „Tokaj Aszu“ – tai desertinis vynas, gaminamas iš rinktinių apvytintų vynuogių koncentruotų sulčių. Sendinamas apie 4 metus. Tai sunkus gintaro spalvos vynas. Jo kokybė priklauso nuo gamybai panaudotų vynuogių kiekio.

Gaminami dviejų trijų putonų (vienas – 12,5 kg sausų vynuogių) vynai, net iki 6 putonų, tačiau pastarieji brangūs. Alkoholio kiekis – 12 proc., cukraus – 5–12 proc. „Tokaj Eszencia“ – tai geriausia rūšis. Gaminamas iš džiovintų vynuogių sulčių. Iš vieno putono gaunama vos 1,5 l sulčių, o vynas turi 40–60 proc. cukraus ir 6–8 proc. alkoholio. Retai pardavinėjamas, gaminamas tik ypatingoms progoms. Populiarus yra „Tokaj Furmint“, gaminamas iš *Furmint* veislės vynuogių. „Tokaj Szamardni“ gaminamas išspaustiant sultis iš šviežių prinokusių ir padžiovitų vynuogių. Žodis *szamardni*, kaip ir slavų kalbose, reiškia *grynas, natūralus*, t. y. priklausantis nuo gamtos sąlygų. Saldesis vynas gaminamas iš vynuogių, sunokusių gerais metais, geromis oro sąlygomis, o sausesni – iš išaugusių prastesnėmis sąlygomis.

**TOKANY** (vengr.). Vengrų patiekalas, gaminamas dažniausiai iš jautienos. Mėsa, supjaustyta ilgomis juostelėmis, ištroškinama su svogūnais. Kad patiekalas būtų pikantiškesnis, pridedama pipirų ir paprikos.

**TOKOFEROLIAI.** E grupės vitaminai. Sintetinami augaluose, skaidrūs, panašūs į aliejų skysčiai. Atsparūs šilumai, rūgštimis. Tirpsta organiniuose tirpikliuose

ir riebaluose. Svarbūs daugeliui organizmo medžiagų apykaitos reakcijų, ypač audinių kvėpavimui, antioksidatorius. Dėl tokoferolių stokos organizme atsiranda raumenų distrofija, sutrinka centrinė nervų sistema, įvyksta patologinė hemolizė, biologinės membranos būna labai pralaidžios arba net yra. Žmogui per parą reikia apie 30 mg tokoferolių. Jų yra javų gemaluose, aliejingose sėklose, aliejuje, svieste, piene, mėsoje, kiaušinio trynyje. Tokoferoliais gydomas kai kurios ligos, stabilizuojami vitaminai A, D.

**TALEGGIO** (it., skait. *toledžo*). Italų fermentinis, brandintas, minkštas sūris, gaminamas tiktai Lombardijoje, Toledžo upės slėnyje, iš karvių pieno lygiagretainio formos gabalais, kurių kraštinės ilgis 20 cm, aukštis – 5 cm, svoris – 2,2 kg. Sūrio minkštumas geltonos spalvos. Brandinamas 2 mėn. Priklauso tepamiems (sumuštininių) sūriams.



**TOPINAMBAS** (*Helianthus tuberosus*). Bulvinė saulėgrąža, graižaziedžių šeimos daugiametis augalas. Kilęs iš Šiaurės Amerikos. Paplitęs įvairiuose kraštuose. Stiebas stačias, išauga iki 4 m aukščio. Lapai ovalūs. Žiedai geltoni. Šaknys giliai įsiskverbia į dirvą. Stiebų požeminėje dalyje susidaro gumbai.

Jie būna balti, gelsvi, violetiniai, įvairių formų. Gumbuose yra 16–18 proc. polisacharido inulino, vitaminų C ir B, mineralinių medžiagų. Iš gumbų gaminamas spiritas ir fruktozė, jie vartojami maistui (pvz., salotoms) ir pašarui. Lietuvoje dažniausiai auginamas darželiuose, kolektyviniuose soduose kaip dekoratyvinis augalas.



**TORTAS** (it. *torta*). Kelių sluoksnių konditerijos gaminytis, paprastai miltinis. Daromas iš biskvito, vaflių, trapios, sluoksniuotos, baltyminės, migdolinės tešlos pusgaminių. Biskvitas supjaustomas sluoksniais, apšlakstomas cukraus sirupu, į sirupą kartais dar įpilama romo, konjako, citrinų sulčių, aromatinių esencijų. Biskvito ir kitokių pusgaminių sluoksniai pertepami kremu, uogiene. Torto viršus ir šonai aptepami šokolado, cukraus glaistu arba kremu. Puošiama griliažu, šokoladu, cukatomis, cukrinės, marcipandinės masės arba kremu ornamentais.

**TORTELLINI** (it.). Pyragaičiai su mėsos faršu, gaminami fabrikuose. Virti pyragaičiai patiekiami su pomidorų padažu, pabarstyti tarkuotu sūriu. Galima patiekti prie sultinio ir skaidrių sriubų.



**TORTILLA** (isp., skait. *tortilja*). 1) Ispanų kulinarijoje – omletų rūšis, gaminama įvairiais būdais, dažniausiai su šviežia paprika, keptais aliejuje pomidorais; 2) Vidurio Amerikoje, ypač Meksikoje, populiarūs apvalūs plokštainiai iš išmirktų kietame vandenyje ir sugrūstų kukurūzų grūdų. Ploni plokštainiai keptami skardoje arba ant grotelių.

**TORTUE** (pranc., skait. *tortju* – vėžlys). Angliškai *turtle* (skait. *tiortl*), *real turtle soup* (skait. *riel tiortl sup*) reiškia „tikra vėžlio sriuba“.

**TOSTAS**. Trumpa, iškilminga užstalės kalba, sveikinamasis šūkis, linkėjimai, pasiūlymas vaišintis, išgerti taurę vyno kieno garbei. Tostai pagyvina iškilmes, vaišes. Juos paprastai skelbia priemonių organizatoriai.

**TOTORIŠKAS PADAŽAS** (*Sauce tartare*). Majonezų grupės padažas su smulkiai supjaustytais karnisonais (mažais marinuotais agurkais) ir petražolių lapeliais (Vienos variantas) arba su ištrintu kietai virto kiaušinio tryniu ir sukapotu baltymu bei su smulkiais laiškiniais svogūnais (prancūziškas variantas). Pateikiamas su rūkytais mėsos gaminiais arba šalta mėsa, kietai išvirtais kiaušininiais, rūkyta silke.

### **TOTORIŲ BIFŠTEKSAS (ŽLĖGTAINIS).**

Gaminamas iš maltos žalios jautienos nugarinės (filė), kuri suformuojama į paplotelį su duobute centre. Į ją įmušamas žalias kiaušinis ir padaroma kepurelė iš susmulkintų svogūnų, agurkų, kaparių, sardelių, svogūnų laiškų, pipirų, paprikos ir gerų garstyčių.

**TOURIN** (pranc., skait. *turen*). Vestuvių sriuba, patiekiamą jaunavedžiams Pietų Prancūzijoje. Verdama iš didelio kiekio skysčio, svogūnų ir pomidorų, paskaninama kiaušinių tryniais. Ši sriuba valgoma su sužiedėjusios duonos riekelėmis. Geriausia sriuba verdama Perigordo apylinkėse.



**TOURNEDOS** (pranc., isp.). Maži apvalūs bifštekai (žlėgtainiai), gaminami iš vertingiausios jautienos mėsos – išpjovos. Jų svoris 100–120 g. Tournedas galima kepti keptuvėje (*tournedos saute*) arba ant grotelių (*tournedos grille*). Kepama tiek, kad vidus būtų rožinės spalvos. Pateikiama ant pakepintos duonos riekelės – krutono. Galima ir lėkšteje su virtais ryžiais arba su bulvių koše, paskanintas kepimo sultimis, sviestu, vynu. Pagal priedus tournedos gali būti: *tournedos Belle-Hélène* – su

abrikosais ir Bearnaro padažu; *tournedos Massena* – su abrikosais, petražolių lapeliais, savomis sultimis ir Maderos vynu; *tournedos Rossini* – su žąsies kepenėlėmis ir raudonuoju vynu; *tournedos Monaco* – su pakepinto kumpio ir troškintų veršio kepenėlių bei pievagrybių kepurėlių priedu. Paprastai vienai porcijai skiriamos 2 tournedos.

**TOURNEDOS BELLE-HÉLÈNE.** Maži apvalūs jautienos išpjovos bifšteksai (žlėgtainiai), iškepti ant grotelių, patiekiami ant pakepintos duonos riekės (krutono), apkloti pakepintų artišokų pagrindais, pripildytai tiršto Bearnaro padažo su riebaluose iškeptais bulvių šiaudeliais *fri*.

**TOURNEDOS MASSENA.** Maži apvalūs jautienos išpjovos bifšteksai (žlėgtainiai), iškepti keptuvėje arba ant grotelių. Patiekiami ant pakepintų artišokų pagrindų, papuošti virtais jautienos kaulų čiulpais ir kapotomis petražolių šakelėmis. Kepsnio sultys atskiedžiamos maderos tipo vynu. Pavadinimas kilęs iš Prancūzijos maršalo André Masséna (1756–1817) pavardės.

**TOURNEDOS MONAKO.** Maži jautienos išpjovos bifšteksai (žlėgtainiai), kepami keptuvėje arba ant grotelių, patiekiami ant pakepintų duonos riekelių (krutonų) su garnyru iš keptų kumpio gabaliukų, keptų veršienos smegenėlių ir mažų pievagrybių galvučių. Kepimo sultys praskiedžiamos maderos vynu kaip padažas prie kepsnio.

**TOURNEDOS ROSSINI.** Maži jautienos išpjovos bifšteksai (žlėgtainiai), kepami keptuvėje arba ant grotelių, patiekiami

ant pakepintos duonos riekelių (krutonų), papuošiami žąsies kepenėlėmis, užpilami kepimo sultimis (kai kepama keptuvėje), praskiestomis raudonuoju išlaikytu vynu. Pavadinimas kildinamas iš įžymaus italų kompozitoriaus ir gurmano Žoakino Rosinio (1792–1868) pavardės.

**TOURNER** (pranc., skait. *turne*).

Procedūra, kuri atliekama peiliu arba specialiu įrankiu suteikiant atitinkamą formą bulvėms, morkoms, grybams ir kt., pavadinimas.

**TRAKIJA.** Raudonasis bulgariškas vinas. Rubino atspalvio, nuosaikaus skonio, aitrokas.



**TRAMINER.** Žinoma vynuogių veislė, kilusi iš Elzaso, išplitusi Tirolyje, Vokietijoje, Šveicarijoje ir Austrijoje, Kalifornijoje. Pasižymi puikiu skoniu. Iš jų gaminami sausi baltieji vynai.

**TRAN** (vok.). Skysti riebalai, turintys charakteringą kvapą, gaunami iš jūrų žinduolių ir žuvų, turintys nesočiųjų riebalų rūgščių, vitaminų, jodo. Tolumųjų Rytų šalių žmonės juos vartoja maistui. Kitur jie vartojami margarinui, žuvų konservams gaminti, taip pat kaip



gydomasis produktas, turintis daug vitaminų A ir D. Dar vadinami žuvų taukais.

**TRANŠERAVIMAS** (pranc. *trancher* – perpjauti, perrėžti, skait. *tranše*). Keptos mėsos arba paukštienos padalijimo procedūros pavadinimas. Pjaustoma aštriu trumpu peiliu ir dviejų dantų šakute. Aukštos klasės restoranuose tai daro labai kvalifikuoti darbuotojai.

**TRAPI TEŠLA.** Tai tešla, gaminama iš prastesnių, mažiau glitimo turinčių miltų. Kartais kvietiniai miltai sumaišomi su krakmolu, sviestas arba margarinas ištrinami su cukrumi 17 °C temperatūroje. Į gerai išskutą masę įmušami tryniai, supilamas vandenyje ištirpintas amonio karbonatas, įberiami miltai ir išminkoma. Gaminiai (sausainiai, pyragaičiai, tortai, plokštainiai, krepšeliai), kepami 230–250 °C temperatūroje, turi būti trapūs ir sausi.

**TRAPPISTEN KĀSE** (vok.). Austrijoje ir kitose šalyse gaminamas fermentinis sūris su minkštine netvarkingai išsidėsčiusiomis akimis (kiaurymėmis). Pasižymi maloniu skoniu.

**TREJOS DEVYNERIOS.** Senas lietuviškas gėrimas. Tai šviesiai rudos spalvos karčioji traukinė, garsi gydomosiomis savybėmis. Gaminama iš geros kokybės spirito ir 27 rūšių vaistinių žolių, šaknų, vaisių bei prieskonių.

**TREONINAS.** α-amino-β-oksisviesto rūgštis, aminorūgštis. Sintetinama augaluose ir organizmuose. α-treoninas

yra beveik visų baltymų (išskyrus protaminus) komponentas. Daugiausia treonino yra pepsine, gliadine ir fibrine. Žmogus ir gyvūnai treonino gauna su maistu (jiems treoninas – nepakeičiama aminorūgštis). Suaugusiam žmogui per parą reikia 1,2 g treonino.

**TREPANGAI** (malajų k.). *Holoturijų* klasės *Holothuria*, *Stichopus*, *Cucumaria*, *Microthela* ir kitų genčių bestuburiai gyvūnai. Paplitę jūrose ir vandenynuose palei Malajų ir Filipinų salas, Australijoje, Azijos, Afrikos ir Pietų Europos pakrantes. Trepangai valgomi džiovinti ir konservuoti. Iš jų kinai, malajiečiai, indoneziečiai, japonai gamina daug patiekalų.

**TREPANGŲ SRIUBA** (pranc. *consommé de trepang*). Sriuba, pagaminta iš bestuburių gyvūnų – trepangų. Jie gaudomi palei Malajų ir Filipinų salas, japonų vandenyse ir kitur. Daugiausia jų, džiovintų ir konservuotų, suvartoja japonai ir kinai. Trepangų sriuba laikoma egzotišku patiekalu, patiekama mažuose puodeliuose, kaip ir vėžlių sriuba.



**TREŠNĖ** (*Carasus avium*). Erškėtinų šeimos medžių ir krūmų genties augalas.

Išauga iki 15 m aukščio. Lapai dideli, ovalūs, smailiomis viršūnėmis. Žiedai balti, skleidžiasi kartu su lapais. Vaisiai – kaulavaisiai, rutuliški, sultingi, geltoni, rausvi, raudoni, kartais beveik visiškai juodi, prinoksta liepos mėn. Turi apie 15 proc. cukraus, apie 1,1 proc. rūgščių. Valgomi švieži, tinka uogienėms, kompotui, džiovinami, šaldomi. Sultys vartojamos likeriams ir degtinei gaminti.

### **TRICHINELĖ** (*Trichinella spiralis*).

Trichinelidžių (*Trichinellidae*) šeimos apvalioji kirmėlė. Patino ilgis 1,2–1,6 mm, patelės – iki 4,5 mm. Parazituoja plėšriųjų arba polifagų žinduolių ir žmonių žarnyne, sukelia trichineliozę.

**TRICHINELIOZĖ.** Liga, kurią sukelia apvaliosios kirmėlės trichinelės. Žmonės užsikrečia valgydami nepakankamai termiškai apdorotą kiaulieną, šernieną arba lokieną, kurių raumenyse yra trichinelių lervų. Virškinant lervos patenką į plonąsias žarnas, kur apvaisintos patelės padeda daugybę iki 0,1 mm ilgio lervų. Kraujo nuneštos į skersaruožius raumenis lervos sulenda į jų skaidulas, išauga iki 1 mm ilgio ir susisuka į spiralę. Per kelias savaites apie jas susidaro jungiamojo audinio kapsulė, vėliau ji sukalkėja. Inkubacinis laikotarpis – 1–4 sav. Ligonis karščiuoja, jam tinsta veidas, ypač vokai, labai skauda raumenis, dažnai išberia odą. Profilaktika: kiaulių ir sumedžiotų šernų bei lokių mėsa turi būti tikrinama, apkrėsta – naikinama.

**TRIPSINAS.** Hidrolazių klasės proteolitinis fermentas, skaidantis baltymus ir kai kuriuos esterius. Neaktyvus tripsino

pirmtakas tripsinogenas sintetinasi kasoje. Veikiamas fermento enterokinazės arba tripsino, tripsinogenas virsta tripsinu – aktyvia fermento forma. Kalcio, magnio, mangano jonai didina tripsino aktyvumą, o fosforo turintys organiniai junginiai, kai kurie metalai jį slopina. Tripsinu (dažnai su kt. fermentais ir antibiotikais) gydomi uždegimai, žaizdos, nudegimai, trombozės.

**TRIPTOFANAS.** Aromatinė aminorūgštis, kuri sintetinama mikroorganizmuose ir augaluose. Žmonės ir gyvūnai triptofano gauna su maistu. Suaugusiam žmogui jo reikia apie 0,25 g per parą.



### **TRIUFLIAI** (*Tuber brumale* vitt.), **TRUMAI.**

Valgomasis truminių (*Tuberaceae*) šeimos grybas. Auga po žeme 10–15 cm gylyje. Tai pailgi arba rutuliški 3–8 cm skersmens labai vertingi grybai. Auginami Prancūzijoje ir Italijoje, o miškuose renkami su specialiai treniruotais šunimis arba kiaulėmis. Anksčiau šie grybai galėjo augti ir Lietuvoje, dabar (galbūt šernų) išnaikinti. Triufeliai pjaustomi labai plonomis riekelėmis ir patiekiami prie itin brangių patiekalų, pvz., prie *Brillat-Savarin* sūrių rinkinio.



**TRIUŠIAI** (*Oryctolagus*). Kiškinių šeimos žinduolių gentis. Paplitę Amerikoje, Afrikoje, Europoje. Laukinis triušis paplitęs Europos pietvakariuose, Afrikoje, aklimatizuotas Vidurio Europoje, Australijoje, Naujojoje Zelandijoje, Amerikoje. Kūnas 35–45 cm ilgio, masė – 1,3–2,2 kg. Rusvai pilkas. Gyvena atvirose vietose, didelėmis bandomis. Medžiojamas. Naujojoje Zelandijoje, Australijoje naikinamas, nes kenkia ganykloms ir žemės ūkiui. Naminis kilęs iš laukinio. Manoma, kad juos prijaukino romėnai. Ypač jie išplito XIX a. Pasaulyje auginama apie 60 rūšių naminių triušių. Iš triušių gaunami pūkai, kailiai ir mėsa. Triušiai kailiui ir mėsai tinka 70–110 dienų amžiaus, kai jų masė – 2,8–4 kg. Stambiausi belgų veislės triušiai, kurie sveria iki 7 kg. Triušių mėsa itin vertinama Prancūzijoje, Italijoje, nes yra maistinga, balta, švelni, liesa (turi tik 4–8 proc. riebalų). Joje yra apie 20 proc. baltymų, daugiau nei jautienoje ar kiaulienoje. Žmogaus organizmas įsisavina apie 92 proc. šių baltymų (jautienos baltymų įsisavina tik 62 proc.). Pateikalai iš triušienos (*civet de lapin*) prancūzų kulinarijoje vertinami ne mažiau nei veršienos.

**TRIUŠIENA.** Šviesi, liesa, švelni mėsa, turtinga baltymų. Gali būti kepama, troškinama, iš jos gaminamas gulašas su grietine arba ragu. Pvz., triušiena su pievagrybiais, kepta triušiena (pavoliota bandelės miltuose su kiaušiniu), triušienos ragu.

**TRIUŠIS BALTAJAME** (à la poulette)

**PADAŽE.** Triušio skerdenos priekinės dalies gabalai, išvirti su prieskoninėmis daržovėmis ir patiekti su baltuoju padažu, pagamintu iš sultinio, kuriame virė mėsa.

**TROŠKINIMAS.** Mišrus produktų šiluminio apdorojimo būdas.

Produktas visų pirma apkepinamas, o paskui troškinamas nedideliame kiekyje skysčio arba padaže, pridėjus pakeptintų prieskoninių daržovių, žalumynų ir aštresnių prieskonių. Apkepinant susidaro rusva plutelė, produktai įgauna specifinį skonį, bet dar nėra gatavi.

Produktai, kurie kepami nesuminkštėja, troškinami. Troškinti itin tinka mėsą ir žuvį, nes jų jungiamojo audinio kolagenas, veikiamas temperatūros, greičiau suminkštėja.

Troškinama rūgščiuose padažuose arba apkepinama pridėjus pomidorų tyrės. Troškinama puoduose su storomis sienelėmis ir dugnais, kurie išilg išlaiko vienodą temperatūrą. Troškavimo temperatūra – 85–95 °C.

**TROUSSER** (pranc., skait. *truse*).

Paukščių skerdenos formavimo prieš terminį apdorojimą pavadinimas. Dar žr. **PAUKŠČIŲ FORMAVIMAS**.



**TRŪKAŽOLĖ PAPERASTOJI** (*Cichorium intybus* L.). Cikorija. Graižaziedžių šeimos augalų genties daugiamečių augalas, neuakštus (30–120 cm), tiesiu išsišakojusiu stiebu. Paplitusi Europoje, Azijoje, Afrikoje ir kitur. Auga pakelėse, pagrioviuose, dykynėse. Pagrindinė šaknis sustorėjusi, panaši į ridiką. Lapai bekočiai. Pirmaisiais metais išauga skrotelė su plunksniškai karpytais lapais, vartojamais salotoms. Žiedai melsvi arba balti, susitelkę lapų pažastyje. Visose augalo dalyse yra pieno sulčių. Šaknyse yra iki 60 proc. inulino, cukraus, baltyminių medžiagų, pektino, riebalų, cholino, kartaus glikozido, intibino ir kt. medžiagų. Iš šaknų galima gaminti fruktozę ir spiritą. Tačiau svarbiausia trūkazolės paskirtis – natūralios kavos pakaitalas arba priedas. Kavai trūkazolės šaknis supjaustomos gabaliukais, apkepinamos, tada sumalamos. Apkepinant inulinas ir fruktozę karamelizuojasi, tai ir suteikia spalvą, sodrumą kavos gėrimui.

**TULŪZOS PADAŽAS** (*sauce Toulouse*). Baltųjų padažų, patiekiamų prie paukštienos, rūšis. Pagardinami mėsos drebučiais ir maderos vynu. Žinomi patiekalai: viščiukas Tulūzos padaže, valensiškas viščiukas.

**TULŪZOS ŽĄSYS.** Išvestų Prancūzijoje (Tulūzoje) žąsų veislė. Daugiausia pilkos. Liemuo masyvus, galva plati, kaklas storas. Žąsino masė 9–10 kg, žąsies – 7–8 kg. Mėsa geros kokybės, kepenys labai didelės, sveria iki 1 kg. Iš jų gaminami garsūs delikatesiniai Strasbūro paštetai.



**TUNAS** (*Thunnus*). Skumbrių šeimos žuvis, gaudoma subtropinio ir tropinio klimato juostų jūrose, taip pat Atlanto vandenyne, Viduržemio jūroje. Išauga iki 4,5 m ilgio ir 600 kg svorio. Jo mėsa liesa, panaši į veršieną, dažniausiai konservuojama su aliejumi arba rūkoma.



**TUNGAMEDIS** (*Aleurites*). Karpazolinių šeimos medžių gentis. Savaimė auga Pietų ir Rytų Azijoje, tropinio ir subtropinio klimato juostose. Lapai ištisiniai. Žiedai vienalyčiai, vaisius panašus į kaulavaisį. Sėklose yra iki 60 proc. aliejaus. Tungamedžiai daugelyje šalių auginami kaip aliejiniai augalai.

**TUNGO ALIEJUS.** Tungamedžio vaisių aliejus, gelsvas, nemalonaus kvapo skystis.

Susideda iš eleostearino (66–82 proc.), oleino (10–15 proc.), stearino, palmitino rūgščių gliceridų. Tirpsta daugelyje organinių tirpiklių. Ore greitai džiūsta. Vartojamas vaistų gamyboje.

**TUNISO VYNAS.** Tunise yra apie 30 tūkst. ha vynuogynų. Anksčiau buvo beveik 50 tūkst. Iš čia augančių vynuogių gaminami daugiausia saldūs muskatiniai vynai, tačiau neblogi ir raudonieji bei rožiniai vynai iš Kartagenos, Mornago, Kap Bono regionų. Tuniso vyriausybė kontroliuoja eksportuojamų vynų kokybę. Dar žr. **ŠIAURĖS AFRIKOS VYNAS.**

**TURKIJOS VYNAS.** Didžioji dalis Turkijoje išaugintų vynuogių parduodama valgymui kaip vaisiai. Tačiau jų vynai, gaminami Trakijos, Anatolijos ir Aegeoano regionuose, yra puikūs. Labiausiai žinomi ir vertinami šalies raudonieji vynai – „Buzbag“ ir „Trakya“, „Daluca“ ir „Kavaklidere“ – vynus gaminančios privačios firmos. Itin vertinamas „Villa Doluca“ raudonasis vynas, gaminamas Trakijoje. Dar žr. **ŠIAURĖS AFRIKOS VYNAS.**

**TURKŲ VALGIAI.** Vieni prašmatniausių pasaulyje. Šimtametės dvaro tradicijos gyvos ir šiandien. Patiekalai skirstomi į tris pagrindines grupes: miltiniai, mėsos ir daržovių. Itin mėgstama duona, jos kepama įvairių rūšių, pvz., lavašas, Trabzono duona. Populiariausia mėsa – aviena. Iš jos gaminama daugybė patiekalų. Tai *shish kebab*, *doner kebab*. Būtinasis mėsos patiekalų priedas – ryžiai. Neatsiejama turkų kulinarijos dalis – troškiniai *giuveč*, gaminami

iš avienos, vištienos, jautienos arba daržovių. Daržovių patiekaluose vyrauja baklažanai, pvz., *kamiyrok*. Populiarūs žuvų patiekalai, pvz., iš raudonosios kefalės, kardžuvės, taip pat – jūrų gėrybės: krabai, vėžliai, krevetės. Turkai vartoja nemažai priesonių: svogūnų, česnakų, paprikų. Ne mažiau populiarūs patiekalai iš riešutų, razinų, vynmedžio lapų. Mėgstamas jogurtinis gėrimas *ayran*, o ypač kava. Iš Osmanų imperijos laikų per Vienos miestą mus pasiekė labai aromatingos kavos virimo būdas. Šalies svetingumas neatsiejamas nuo kavos gėrimo ceremonijos. Turkija – islamo šalis, kur draudžiami alkoholiniai gėrimai, todėl vynai, rakija gaminami daugiausia užsieniečiams ir turistams. Platus desertinių patiekalų pasirinkimas. Rytietiški kepiniai žinomi toli už Turkijos ribų. Vartojama daug džiovintų vaisių: persikų, abrikosų, bananų, vynuogių.



**TUTTI FRUTTI** (it.). 1) Valgomieji ledai su supjaustytais įvairiais vaisiais; 2) įvairių vaisių kompotas; 3) įvairių vaisių ir uogų uogienė.

**TWIST** (angl.). Indelis konservams su hermetiškai uždaru dangteliu. Naudojamas kompotams, marinatams, džemams, marmeladams ir kt. uždengti.

**UCHA** (rus.). Labai populiarri sriuba Rusijoje ir kt. šalyse. Dar žr. **ŽUVIENĖ**.

**UDON**. Populiarūs japoniški balti, dažnai fabrikuose gaminami makaronai.

**UKRAINIEČIŲ VALGIAI**. Tradicijoms susiformuoti turėjo įtakos rusų kulinarija. Ukrainiečių valgiai yra aštresni nei rusų. Mėgstamos aitriosios, raudonosios paprikos, muskatas, mairūnas, svogūnai, ypač česnakai. Ukrainiečiai garsėja barščiais, kurie gaminami mėsos sultiniuose iš bulvių, svogūnų, kopūstų, lašinių su česnaku, pupelių, paukštienos. Sultiniai dažnai pakeičiami gira, sultinio ir giros mišiniu su giroje virtais burokėliais, su miltiniais leistikais – galuškėmis. Labai populiarūs virtiniai. Jų tešla iš miltų, iš sutrintų bulvių, bulvių ir tešlos mišinio. Įdarai – mėsos, žuvies, grybų, kopūstų, prieskoninių daržovių, varškės, vyšnių, slyvų. Iš mėsos bei paukštienos ukrainiečiai gamina virtus, keptus patiekalus. Būdingas troškinimo būdas moliniame inde su prieskoniais, padažu arba sultiniu, uždegnus elastinga tešla. Mėgstami priedai – džiovintos slyvos, razinos, obuoliai. Kijevo kotletai iš vištienos paplitę daugelyje pasaulio kraštų. Saldžiųjų patiekalų gamybai plačiai naudojamas medus. Ukrainos kulinarija garsi pyragėliais: *kuliebiakomis*, *vatruškomis*, *rastegajais*, *pampuškėmis* su česnaku. Mėgstama gira, arbata, vynas, stiprios ir aštrios trauktinės (pvz., su paprika).

**UKRAINOS VYNAS**. Juodosios jūros pakrantės, Užkarpatė, Dono upės baseinas – garsios vynuogių auginimo

ir vynu gamyba Ukrainos srityse. Itin garsūs Kryme gaminami geros kokybės markiniai, desertiniai ir stiprūs vynai. Tai muskato, tokajaus, maderos, chereso bei kiti vynai, gaminami Masandros vynu kombinata, Odesoje, Užkarpatėje, Chersono, Zaporožės srityse, pripažinti ne tik Ukrainoje, bet ir užsienyje. Geriausi Ukrainos vynai: „Alkadar“, „Alušta“, „Berdenskoje desertnoje“, „Kokur“, „Krasnij kamen“, „Livadija“, „Masandra“, „Oksamit Ukrainij“, „Muskat čionrj“, „Pino gri“, „Portvein Krimskij“, „Proministe“, „Risling“, taip pat puotojantys vynai, pvz., „Krimskoje igrisioe“. Žr. **KRYMO VYNAS**.

**ULUNG** (*Oolong*). Kiniška arbata, gaminama iš fermentuotos juodosios ir nefermentuotos žaliosios arbatos.



**ŪMĖDĖ** (*Russula*). Ūmėdinių (*Russulaceae*) šeimos grybas. Žinoma 275 rūšys, Lietuvoje – apie 50. Beveik visų rūšių valgomos, nors kai kurios yra karčios, pvz., pelkinė ūmėdė. Kai kuriose šalyse, pvz., Lenkijoje, Rusijoje, tam tikrų rūšių ūmėdės valgomos žalios kaip salotų sudėtinė dalis. Iš čia ir jų pavadinimas: rus. *syroježka*, lenk. *surojadka*, *serojadka*. Kitur kaip III kategorijos grybai vartojami troškinti su spirgučiais, grietine ir bulvėmis, taip pat kaip sudėtinė padažų



dalis. Konservuojama su svogūnais, paprika, pomidorais, morkomis, aliejumi.

**ŪMĖDINIAI** (*Russulaceae*). Agarikomicetų klasės grybų šeima. 2 gentys: piengrybis ir ūmėdė. Paplitę beveik visame pasaulyje, auga miškuose, parkuose, rečiau soduose. Vaisiakūniai taisyklingi, dažniausiai mėsingi. Himenoforas lakštelinis. Kai kurios rūšys turi nedidelį šydą. Beveik visi ūmėdinių šeimos grybai yra valgomi. Kai kurios rūšys (pvz., rudmėšė) priskiriamos I (aukščiausiai) kategorijai.

**UNAGI-RYORI.** Japonų patiekalas, gaminamas iš unгурio ir ryžių arba tešlos. Pvz., patiekalas *uniaki* – unгурys, keptas blynų tešloje. Prie *unagiryon* patiekalų priskiriamas taip pat *kabayaki*.

**UNCIJA.** Anglų arba amerikiečių svorio matavienetas. 1 uncija – 28,35 g arba 1/16 anglų svaro (1 anglų svaras – 453,59 g). Terminas vartojamas anglų kulinarijos literatūroje.



**UNGURIAI** (*Anguilliformes*). Ungurinių šeimos žuvis. Paplitę tropinės ir subtropinės klimato juostų vandenyse. Kūnas cilindriškas, panašus į gyvatės, tik uodegos dalyje suplotas. Oda gleivėta, žvynų nėra arba jie yra redukuoti.

Gyvena jūrose, išskyrus upinius unгурius (*Anguillidae*), kurie gyvena gėluose vandenyse, bet neršia jūrose. Paprastojo unгурio (*Anguilla anguilla*) kūno ilgis iki 1,2 m, masė – iki 4 kg (patelės), patinai daug mažesni. Jis gyvena Europos gėluose ir apysūriuose vandenyse, Lietuvoje daugiausia Kuršių mariose, mažiau upėse ir ežeruose. Neršia Saragoso jūroje. Kelionė į neršto vietą trunka 1 metus, lervų migracija į gėluosius vandenį – 2 metus. Ungurys labai gajus, pagautas lengvai nepasiduoda, be vandens gali būti gyvas daugiau kaip para. Unguriai yra labai vertingos žuvis. Jų žuvisena labai riebi (20–23 proc. riebalų) ir skani, ypač rūkyta. Jie kepami, marinuojami, ruošiami drebučiuose. Lietuvoje populiariausi karštai arba šalta rūkyti unгурiai. Jų valgoma per šventes su citrinos griežinėliais. Anksčiau Kuršių marių pakrančių gyventojai unгурių dažnai valgydavo.

**UNIKUMAS** (*Unicum*). Vengrų karčioji degtinė, turinti 42 proc. alkoholio.



**UOGIENĖ.** Vaisiai ir uogos, konservuoti virinimu cukraus arba cukraus ir krakmolo sirupe. Uogienėje (skirtingai nuo džemo, marmelado, želė) vaisiai ir

uogos išlaiko formą, nesuverda, sirupas būna tašus, bet ne per daug tirštas. Verdamas vienąkart, be pertraukos, arba daugkartiniu būdu (3–5 kartus pakaitomis verdama ir aušinama). Pramonėje paprastai verdama daugkartiniu būdu. Kai kurie uogienės virimo aparatai turi 2 vonias: vieną su šaltu (20–25 °C), kitą su karštu (iki 100 °C) sirupu; jose pakaitomis verdami arba aušinami vaisiai ir uogos. Modernūs difuziniai uogienės virimo aparatai turi kelis difuzorius, kuriuose sirupas pereina per visus difuzorius. Ilgam laikymui uogienė fasuojama į sandarią tarą ir sterilizuojama.

Uogienė verdama ir namuose. Nesusmulkintos uogos (vaisius galima supjaustyti) kruopščiai paruošiamos (perrenkamos, nuplaunamos). Cukraus ir uogų imama lygiomis dalimis pagal tūrį, o ne pagal svorį. Įpilama 1/5 tūrio vandens (rusiškas metodas). Vaisiai ir uogos supilami į verdantį sirupą. Iš pradžių verdama ant didesnės ugnies, o vėliau temperatūra sumažinama. Rekomenduojamas daugkartinis virimas. Virti 15–20 min., palaikyti 3–4 val., o po to pakartoti. Baigiama virti, kai nustoja putoti, sirupas turi būti skaidrus, vaisiai ir uogos – blizgantys. Karšta uogienė supilama į sandarius, hermetinius indelius, apverčiama dugnu į viršų. Uogienė gali būti laikoma iki 2 metų.

**UOGINIAI AUGALAI.** Daugjamečiai kultūriniai ir laukiniai medžiai, krūmai, puskrūmiai ir žolės, sunokinantys uogas. Jie gerai prisitaiko prie dirvožemio ir klimato, greitai dauginasi, anksti pradeda

derėti. Pasaulyje daugiausia auginama kultūrinių vynuogių, Europoje – žemuogių, serbentų, aviečių, agrastų, gervuogių. Šiaurės Amerikoje auginamos ir spanguolės, mėlynės. Lietuvoje auginamos braškės, serbentai, agrastai.



**UPĖTAKIAI.** Lašišinių (*Salmonidae*) šeimos, daugiausia *salmo* genties, žuvis. Paplitę Šiaurės pusrutulio gėluose vandenyse. Labiausiai žinomas margasis upėtakis (*Salmo trutta m. fario*). Lietuvoje gyvena mažuose, švartuose šaltiniuose upeliuose, veisiami tvenkiniuose. Labai vertinamas dėl skanios žuvenos, kuri kepama, troškinama. Delikatesas – šaltai rūkyta upėtakio filė. Kiti patiekalai: mėlynas upėtakis, pakepintas upėtakis, upėtakis grietinėje. Verslo objektas.

**UPĖTAKIS GRIETINĖJE.** Paruoštas kepti upėtakis pavoliojamas miltuose ir iškepamas įkaitintuose riebaluose. Įdedamas į pašildytą lėkštę, užpilamas keptuvėje likusiais riebalais, trintu česnaku, užvirinta grietine.

**UPĖTAKIS MĖLYNAS.** Paruoštas upėtakis suvilgomas actu, įdedamas į actu parūgštintą daržovių sultinį. Verdamas keletą minučių ant mažos ugnies. Prieš patiekiant pabarstoma kapotais petražolių lapeliais, skyrium patiekiami išlydyto sviesto arba olandiško padažo.





## UPĖTAKIS PAKEPINTAS (SAUTE).

Paruošta kepti žuvis pavolijojama miltuose ir iškepama įkaitintuose riebaluose. Pateikiama su citrinos gabaliukais, petražolių šakelėmis ir keptais bulvių rutuliukais.



**UPINIAI VĖŽIAI** (*Astacidae*). Dešimtkojų vėžių būrio vėžiagyvių šeima. Paplitę Šiaurės pusrutulio upėse, ežeruose, rečiau apysūriuose vandenyse. Gyvena ant dugno. Aktyvūs naktį. Verslo objektas. Europoje labiausiai paplitęs siauražnyplis vėžys (*Astacus leptodactylus*), kūnas iki 18 cm ilgio, ir plačiažnyplis vėžys (*Astacus pachypus*). 1972 m. iš Amerikos buvo atvežtas žymėtasis vėžys (*Pacifastacus leniusculus*). Lietuvoje gyvena visos 3 rūšys. Duomenų apie vėžius, jų išteklius turima nuo XVI a. Tada jų buvo daug. Vėliau beveik visai išnykdavo ir vėl atsirasdavo. Iš vėžių gaminami delikatesiniai patiekalai: vėžių sriuba, vėžių sviestas, padažai. Jie verdami su krapais ir druska vandenyje, aluje. Kai kuriose šalyse, pvz., Švedijoje, yra senos ir gražios vėžių valgymo tradicijos.

**UPOKŪNIŲ ŠALVIS** (*Salvelinus fontinalis*). Amerikinė palija, lašišinių (*Salmonidae*) šeimos žuvis. Paplitęs Šiaurės Amerikos upeliuose ir ežeruose. Kūnas verpstiškas,

25–45 cm ilgio, masė – 370–500 g, kartais – iki 7 kg. Verslo objektas. XIX a. 2-ojoje pusėje atvežtas į Vakarų Europą, prieš Pirmąjį pasaulinį karą – į Lietuvą. Šios žuvis buvo auginamos Trakų Vokės tvenkiniuose.

**ŪSORIUS** (*Barbus barbus* L.). Karpinių šeimos žuvis. Paplitęs beveik visoje Europoje. Kūnas iki 85 cm ilgio, masė iki 4 kg. Gyvena tekančiame vandenyje, gilesnėse vietose. Lietuvoje paplitęs Nemune, Neryje, Žeimenoje, Merkyje, Šventojoje, veisiasi ir Kauno mariose. Ūsorių žuvisena labai skani, nors ir kaulėta, ašakota. Mūsų valstybės vandenyse jie turi tam tikros verslinės reikšmės.

**UŽKANDŽIAI.** Patiekalai, skirti apetitui sužadinti prieš pietus arba prieš valgant pagrindinį patiekalą. Kad skatintų skrandžio sulčių išsiskyrimą, jie būna aštresni. Pateikiami nedidelėmis porcijomis, nes yra kaloringi. Užkandžiai gali būti šaltieji arba karštieji. Šaltiesiems priskiriami raudonieji ir juodieji ikrai, sūdyta ar rūkyta žuvis (lašiša, eršketas), kilkės, šprotai, sūdyti ir marinuoti grybai, daržovės, silkių patiekalai, rūkyti mėsos gaminiai. Karštieji užkandžiai: kepti inkstai su padažu, švieži grybai grietinėje, kiaušiniene, dešrelės, keptas kumpis su garstyčiomis, apkepti šiupiniai (daržovių, mėsos, žuvis), kepta silkė, silkė tešloje.

**UŽKULAS.** Užtrinas, uždaras, valgių paskaninimas. Tai įvairūs riebalai, grietinė, sviestas, spirgučiai su grietine ir pan.

**VACHERIN** (pranc., skait. *vašeren*). Fermentinis, brandintas, minkštas sūris,

gaminamas iš karvių pieno Šveicarijoje ir Prancūzijoje. Formuojamas plokščio cilindro formos gabalais, kurių diametras 20–30 cm, aukštis – 6–8 cm, masė – 7–12 kg. Su šiuo Kantono apylinkėse gaminamu sūriu ruošiamas šveicarų mėgstamas patiekalas *fondua*.

**VAFLIAI** (vok. *Waffeln*). Labai ploni (iki 3 mm) akyti, traškūs konditerijos gaminiai, kepami specialiose metalinėse formose iš miltų, kiaušinių, puriklių, druskos, kartais cukraus užminkytos tešlos. Būna lakštiniai ir figūriniai. Lakštiniai sluoksniuojami su įdaru, kartais glaistomi šokoladu. Figūriniai užpilami įdaru. VafLIAI dar naudojami saldiniams, tortams, pyragaičiams gaminti. Žinomi Karlsbado vafLIAI, susidedantys iš kelių vaflių plokštelių, išteptų cukrumi su vanile, ir karštai supresuoti. VafLIAI su šokolado riešutų įdaru vadinami Pišingerio vafLIAis. Pavadinti austrų konditerio Oskaro Pišingerio (*Pischinger*) garbei.

**VAISIAI.** Įvairių vaismedžių, vaiskrūmių valgomi vaisiai. Tai sėklavaisiai: obuoliai, kriaušės, svarainiai; kaulavaisiai: vyšnios, slyvos, abrikosai, persikai; uogos: avietės, žemuogės, gervuogės; uždarieji: riešutai ir migdolai; pietų vaisiai: ananasai, apelsinai, citrinos, bananai, kiviai, mandarinai. Vaisiai vartojami labai įvairiai: valgomi švieži; iš jų gaminami šaltieji patiekalai ir sriubos (vyšnių sriuba); savarankiškai, namuose gaminami patiekalai (kepti vaisiai); kompotams (vyšnių, kriaušių, obuolių ir kt.); vaisių salotoms (Floridos salotos, vaisių salotos), įvairių patiekalų priedams (višta su apelsiniais, stirniena

su ananasais), sudėtinėms padažų dalims (Vusterio, *Cumberland* ir kt. padažai), įdarams (antims, žąsims, kalakutams), tepamiems valgiams (marmeladas, uogienės), kaip sudėtinė mišinių ir gėrimų dalis (selteris su uogiene, vaisių pieno gėrimai, bouLIAi, kiti baro gėrimai), gėrimų gamybai (sultys, limonadas, vynas).

**VAISIAI CUKRUJE,** kondiruoti vaisiai. Vaisiai, išvirti tirštame cukraus sirupe taip, kad išliktų jų forma. Po virimo vaisiai, dažniausiai kriaušės, rojaus obuoliai, abrikosai, persikai, agrastai, vyšnios, apelsinų žievelės, pabarstomi cukrumi, apcukrinami. Vartojami tortams papuošti, gali būti patiekiami desertui. Taip paruoštus vaisius galima ilgai laikyti. Dar žr. **KONDIRAVIMAS.**



### **VAISIAI IR DARŽOVĖS DŽIOVINTI.**

Mišinys džiovintų vaisių (obuoliai, slyvos, kriaušės, abrikosai) arba daržovių (petražolės, salierai, morkos ir kt.) bei grybai, ruošiami žiemai. Jų maistinė vertė mažesnė negu šviežių: dalis vitaminų išnyksta džiovinant, padidėja mineralinių medžiagų kiekis. Paruošti produktai turi būti elastingi, neapdege. Taip paruoštus produktus šiais laikais pakeičia užšaldyti.





### VAISIŲ IR DARŽOVIŲ SULTYS.

Skysti produktai arba pusgaminiai, išspaudžiami iš žaliavos ląstelių. Sultys yra angliavandenių, ekstraktinių medžiagų, vitaminų. Pagal sudėtį sultys skirstomos į natūralias, pagamintas iš vienarūšės žaliavos be priedų, kupazuotas (sumaišytos iš vienarūšės, tik skirtingo aromato ir rūgštumo žaliavos arba skirtingų žaliavų), saldintas, gazuotas, kondensuotas. Sultys gaminamos presavimo ir difuzijos būdu. Šviežiai išspausť sultys gali būti drumstos, į jas gali patekti ląstelių sienos. Ji paliekama arba sultys skaidrinamos filtruojant, centrifuguojant, konservuojamos pasterizuojant, sterilizuojant, šaldant, sulfituojant, spirituojant. Iš daržovių sulčių populiariausios pomidorų ir morkų. Vaisių ir daržovių sultys labai maistingos ir skanios. Sultys geriamos, vaisių ir uogų sulčių dedama į nealkoholinius gėrimus, iš jų daromas sirupas, alkoholiniai gėrimai. Vertinamos ir namuose pagamintos sultys.

**VAISVANDENIAI.** Nealkoholiniai gaivieji gėrimai su vaisių, uogų sultimis, jų esencijomis arba pačios sultys. Gazuoti ir negazuoti. Gazuoti gaminami iš gazuoto vandens ir vaisių arba uogų sulčių su cukrumi, iš gazuoto vandens ir vaisių arba uogų esencijų, taip pat iš vandens ir koncentratų, kurie tirpdami vandenyje, išskiria ir anglies dioksidą. Negazuoti – natūralios vaisių ir uogų sultys su cukrumi bei vaisių ir uogų gėrimai. Pastarieji paprastai gaminami iš vandens, vaisių ir uogų sulčių, cukraus sirupo, kartais dar pridedama ir tonizuojančių ekstraktų, maistinės rūgšties, aromatinių

medžiagų. Jie geriami ir karšti. Gazuoti arba negazuoti vaisvandeniai iš sulčių, cukraus ir vandens kartais vadinami limonadu.

**VAISVYNAI.** Gėrimai, gaminami rauginant vaisių, uogų (kultūrinių ir laukinių) arba jų mišinių sultis. Dažniausiai tai spanguolės, bruknės, juodieji serbentai, avietės, vyšnios, obuoliai, kriaušės, slyvos. Rauginant natūralias sultis, alkoholio kiekis siekia tik 5,5 proc., tad norint gauti stipresnius gėrimus, į sultis įdedama cukraus arba vynai spirituojami. Vaisvyniai gali būti gaminami iš vienos rūšies vaisių arba uogų (pvz., iš obuolių – sidras), kriaušių (pranc. *poire*), aronijų. Jie gali būti iš vaisių ar obuolių mišinio arba vienos rūšies žaliavos kelių vynu mišinys (kupažiniai). Populiariausi obuolių vaisvyniai ir jų distiliatas – kalvadosas. Lietuvoje daugiausia įvairių vaisvynių anksčiau gamino „Anykščių vyno“ gamykla (žr. **ANYKŠČIŲ VYNAI, KALVADOSAS**).



**VALDORFO SALOTOS** (angl. *Waldorf salad*). Gaminamos iš obuolių ir salierų riekelių, smulkintų riešutų, kepto viščiuko mėsos gabaliukų su kaulais. Viskas sumaišoma,

užpilama majonezu, pašlakstoma maderos tipo vynu ir papuošiama apelsinų riekelėmis. Salotos patiekiamos ant salotų lapų. Pavadinimas kilęs iš kulinaro, Niujorko *Astorijos* viešbučio savininko, pavardės. Pateikiamos su sviestu užtepta duona arba kaip šaltųjų žvėrienos patiekalų priedas.

**VALGOMASIS ACTAS.** Praskiesta acto rūgštis,  $\text{CH}_3\text{COOH}$ . Prekyboje valgomasis actas turi 5 arba 10 proc. (9 proc.) acto rūgšties. Anksčiau buvo parduodama ir acto esencija, kurioje galėjo būti 60–80 proc. acto rūgšties. Actas gaminamas fermentuojant etilo alkoholį ( $\text{C}_2\text{H}_5\text{OH}$ ) arba rauginant vaisius, vynuoges. Acto rūgštis vartojama marinatams, padažams. Dar žr. **ACTAS**.

**VALGOMASIS ALIEJUS.** Augalinės kilmės aliejai, gaunami iš aliejinių augalų (alyvuogių, linų sėmenų, saulėgrąžų, sojų, kanapių, rapsų, aguonų, arachio, medvilnės). Sėmenų, saulėgrąžų, rapsų, alyvuogių, medvilnės aliejus vartojamas kepimui, konservavimui, margarino gamybai, konditerijos ir farmacijos pramonėje. Lietuvoje nuo seno maistui vartojamas sėmenų ir kanapių aliejus.

**VALGOMIEJI RIEBALAI.** Žmonių maistui vartojami riebalai: sviestas, margarinas, taukai, lajus, aliejus. Kietųjų riebalų lydymosi temperatūra aukštesnė nei  $24\text{ }^\circ\text{C}$ . Dar žr. **RIEBALAI**.

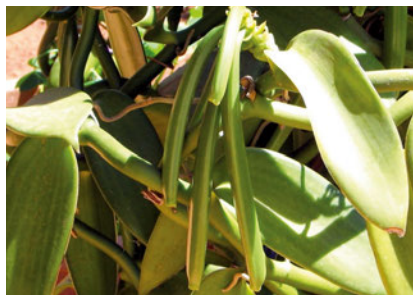
**VALGOMOJI SODA,** žr. **SODA**.

**VALEŃAY** (pranc., skait. *valanse*). Fermentinis brandintas minkštas sūris,

gaminamas Prancūzijoje iš ožkų pieno. Formuojamas suploto kūgio pavidalo galvomis. Jo paviršius padengtas mėlynos spalvos pelėsiais. Geriausi šios rūšies sūriai būna nuo balandžio iki lapkričio mėn.

**VALINAS.** Nepakeičiama aminorūgštis, esanti kai kurių gyvūnų, bet dažniausiai augalų sėklų (pvz., linų sėmenų) baltymuose.

**VANA TALLINN.** Žinomas estų likeris – stiprus, tirštas, rausvai rudos spalvos. Pasižymi koncentruotu prieskonių aromatu ir tokiu pat skoniu. Alkoholio kiekis – 40 proc. Geriamas su arbata arba kava.



**VANILĖ** (*Vanilla planifolia* Andr.). Gegužraibinių šeimos, tropinių šalių vijoklinis augalas, kilęs iš Meksikos, išplitęs Šiaurės, Pietų ir Vidurio Amerikoje, taip pat Šri Lankoje ir Indonezijoje, JAV, Brazilijoje, Paragvajuje, Javoje, Ceilone, Taityje. Panašūs į ankštį jos vaisiai (*Fructus vanillae*) – nuo senų laikų žinomas prieskonis, vartojamas labai plačiai: saldiesiems patiekalams, kompotams, ledams, jogurtams, kremams, tortams, sriuboms, likeriams gaminti. Vanilė pasižymi maloniu





aromatu. Kad jo neprarastų, kiekviena ankštis įdedama į stiklinį indelį ir sandariai uždaroma. Šiais laikais vanilė dažnai pakeičiama vanilinu.

**VANILĖS PADAŽAS.** Saldus šiltas padažas. Gaminamas iš vanilės, kiaušinio, cukraus ir pieno. Pienas užverdamas su cukraus pudra ir vanile. Kiaušinio trynys ištrinamas su cukrumi ir maišant supilamas į karštą pieną su vanile. Tada indas įstatomas į karštą vandenį ir maišoma, kol įgauna vanilės kvapą. Indas išimamas, aušinama maišant, kad nesusidarytų plutelė. Vanilės padažu (kremu) užpilami saldūs patiekalai.

**VANILINAS.**  $C_8H_8O_3$ , bespalviai adatos formos vanilės kvapo kristalai, gerai tirpstantys vandenyje ir organiniuose tirpikliuose. Vanilino gliukozido yra vanilės vaisiuose. Sintetinamas iš gvajakolio, lignino arba eugenolio. Vartojamas maisto ir parfumerijos pramonėje.



**VARENIKI** (rus.). Rusiški virtiniai, įdaryti varške, mėsa, kopūstais su druska, cukrumi, grietine ir išplaktais kiaušiniiais. Liesa tešla iškočiojama plonomis 40–50 cm pločio juostelėmis. Padaromi virtiniai, išverdami pasūdytame vandenyje. Patiekiami užpilti išlydytu

sviestu. Atskirai patiekiami grietinės. Patiekalas populiarus ir Lietuvoje.

**VARIS** (*Cuprum*. Cu). Metalas, masė 63,546, sudaro 4,7 proc. Žemės plutos masės. Gamtoje aptinkamas grynuolių ir junginių pavidalu. Varis yra būtinas organizmų gyvybinėms funkcijoms. Augalai jo gauna iš dirvožemio, žmonės ir gyvūnai – su maistu. Žmogui per parą reikia apie 2 mg. Daug vario turi ankštinių šeimos augalai, burokėliai, lapinės daržovės. Ląstelėse varis jungiasi su baltymais, kai kuriomis organinėmis rūgštimis. Dėl vario stokos varpiniai augalai serga chloroze, džiūsta vaismedžių šakų viršūnės, mažėja augalų atsparumas šalčiui, žmonių ir gyvūnų organizme sutrinka geležies apykaita, kai kurios kitos fiziologinės funkcijos. Didelės vario dozės sukelia viduriavimą, sutrikdo kvėpavimą, širdies, kepenų darbą, sukelia anemiją.

**VARLĖ VALGOMOJI** (*Pelophylax esculentus*). Varlių šeimos pusiau vandens, pusiau sausumos gyvūnas, paplitęs daugelyje pasaulio šalių. Kai kuriose Vakarų Europos, ypač Prancūzijoje, Italijoje, Amerikos šalyse varlių šlaunelės valgomos, iš jų gaminami delikatesiniai patiekalai. Lietuvoje žinomos kelios valgomųjų varlių rūšys. Svarbiausia iš jų – *Lithobates catesbeianus*, kuri buvo eksportuojama daugiausia į Prancūziją.

**VARLIAGYVIAI** (*Amphibia*). Amfibijos, stuburinių potipio gyvūnai. Šaltakraujai, labai primityvūs stuburiniai, kūno sandara, dauginimosi būdas turi daug bendra su žuvimis. Kai kurios varlių rūšys Prancūzijoje, Italijoje, JAV valgomos.

**VARLIŲ ŠLAUNELĖS.** Užpakalinės valgomųjų varlių galūnės, populiarios Prancūzijoje, kai kurių Amerikos šalių kulinarijoje. Nupjaustomos letenėlės, šlaunelės nulupamos, išmirkomos piene. Tada galima jas kepti keptuvėje riebaluose, prieš tai aptepus virtinių tešla, arba apkeptas ištroškinti baltojo vyno padaže su išplaktu kiaušiniu.

**VARNA.** Desertinis bulgarų vynas – geltonos spalvos, vidutiniškai saldus, gaminamas iš *Chardonnay* vynuogių. Vynas pavadintas miesto, esančio prie Juodosios jūros, vardu.  
Žr. **BULGARIJOS VYNAS.**

**VARŠKĖ.** Produktas, gaunamas rauginant pieną. Tai pieno baltymai – kazeinas, arba šviežias sūris, kurio negalima ilgai laikyti, nes jis nebrandintas. Varškė gaminama kelių rūšių, priklausomai nuo riebalų kiekio, sudėties ir gamybos būdo: pvz., maistinė liesa varškė, maistinė varškė su grietine, šviežias varškės sūris (*Lietuviškas sūris*). Liesoje varškėje yra 0,5 proc., o vadinamojoje tradicinėje – 9 proc. riebalų. Varškėje yra daug kalcio (Ca), todėl tai sveikas maistas.

**VARŠKĖČIAI.** Greitai pagaminamas patiekalas iš varškės, kiaušinių ir miltų. Iškepami svieste, taukuose arba aliejuje. Valgomi su grietine, sirupu arba marmeladu.

**VARŠUVOS PADAŽAS** (pranc. *sauce Varsoivienne*). Bešamelio padažų rūšis, paskaninta apelsinų rūgštimi ir tarkuotais krienais. Pateikiamas prie kiaušinių, žuvies ir mėsos patiekalų.

**VATRUŠKI** (rus.). Rusiškas patiekalas, pyragaičiai, kepami iš mielinės tešlos, įdaryti varškės sūriu. Iškočiota tešla sudalijama stikline ir įdaroma. Prieš kepant kiekvienas pyragėlis suvilgomas išplaktu kiaušiniu.

**VAZA.** Didokas porceliano indas, dažniausiai su dangčiu. Nuo XVIII a. vazoje patiekama sriuba. Didikų namuose buvo naudojamos sidabrinės vazos.



**VĖGĖLĖ** (*Lota lota* L.). Vėgėlinių (*Lotidae*) šeimos žuvis. Paplitusi Eurazijos ir Šiaurės Amerikos geluose vandenyse. Kūnas paprastai 30–50 cm ilgio, masė – 0,3–1,5 kg. Užauga iki 1,2 m, masė – iki 32 kg. Kūnas apvalus, uodega iš šonų suplota, galva plati, iš viršaus suplota. Lietuvoje vėgėlių negausiai veisiasi Kuršių mariose, taip pat daugelyje upių ir ežerų. Mėgsta švarų šaltą vandenį. Skaniausia vėgėlių žuviena žiemą, t. y. jų gaudymo sezonu. Šių žuvų mėsa minkšta, balta, be ašakų. Labai vertinamos riebios vėgėlių kepenys. Jas reikia valgyti tik gerai išvirtas arba iškeptas, nes kepenyse gali būti kenksmingo žuvinio kaspinočio lervų.





**VEGETARIZMAS** (pranc. *végétarisme*; *végétal* – augalas, augalinis). Žmonių maitinimasis augaliniu maistu. Fiziologinis vegetarizmas remiasi teorija, kad žmonių virškinimo sistema prisitaikiusi tik augaliniam maistui virškinti ir įsisavinti, o gyvulinių produktų, ypač mėsos, baltymams yrant, susidaro ir kaupiasi organizmą nuodijančių medžiagų. Dietinis vegetarizmas remiasi įsitikinimu, kad vegetariška mityba daro žmogų sveikesnį, gydo kai kurias ligas. Etninis vegetarizmas remiasi pažiūra, kad žmogus neturįs teisės žudyti gyvūnų ir valgyti jų mėsos. Vegetarizmo šalininkų buvo visais laikais, tačiau labiausiai jis paplito XIX a. pradžioje Europoje. Medicinoje vegetarizmas praktikuojamas kaip dietos terapijos priemonė sergant kai kuriomis ligomis, pvz., ateroskleroze, podagra.

**VEKO INDAI.** Hermetiški konservavimo indai su dangteliu ir specialiu guminiu tarpikliu, prispaudžiamu spyruokle. Pavadinimas kilęs iš išradėjo vokiečio pavardės (Weck). Šie indeliai ilgai naudoti konservuotiems produktams – kompotams, džemui, konservuotoms daržovėms, mėšai – laikyti. Iš čia kilęs ir konservavimo karščių – *vekavimo* – pavadinimas. Dabar naudojami paprastesni indai *twisté*, pakeitę *veko* indus.

**VELNIO PADAŽAS** (pranc. *sauce diable*, skait. *diabl*). Pilkųjų padažų pagrindų rūšis, paskaninta pomidorų koncentratu, sviestu, žalumynais, kvapiaisiais pipirais. Tinka prie kiaušinių, žuvų, mėsos patiekalų: pvz., kiaušiniai su prieskoniais

ir velnio padažu; ėriuko krūtinė su velnio padažu; ungurys su velnio padažu.

**VELOUTÉ** (pranc., skait. *velute*).

1) Prancūziškas saldžiosios (kremo) sriubos pavadinimas;  
2) baltųjų padažų, gaminamų iš šviesios tyrėlės, praskiestos koncentruotu vištienos, veršienos ar žuvies sultiniu su priedais, nuo kurių priklauso padažo pavadinimas, pagrindas. Pvz., *sauce supreme*, *sauce Aurora* (su pomidorų koncentrato priedais), *sauce Cardinale* (su vėžių sviestu), *sauce à la russe* (su actu, rūgščiu pienu, krienais). Padažai patiekiami prie veršienos, paukštienos, žuvies patiekalų. Dar žr. **PADAŽAS, SUPREME SAUCE.**



**VENGERKA.** Slyvų rūšis, žinoma daugelyje Europos šalių. Auginama ir Lietuvoje. Jos vaisiai gali būti dideli bei labai dideli (*Itališka vengerka*) arba vidutiniai (*Paprastoji vengerka*). Minkštimas saldus, sultingas, žalsvos spalvos. Valgomos šviežios, iš jų gaminami kompotai, uogienės, džemai, alkoholiniai gėrimai (pvz., *slivovica*).

**VENGRŲ PADAŽAS.** Pomidorų padažų rūšis, gaminama iš miltų, svogūnų, pomidorų tyrės ir prieskonių. Miltai

pakepinami su svogūnais, praskiedžiami koncentruotu sultiniu, pridedama pomidorų tyrės, druskos, paprikos, pavirinama. Prieš valgant primaišoma grietinės. Patiekiami su karštomis dešrelėmis, kotletais, bulvių kukuliais.

**VENGRŲ VALGIAI.** Pasižymi aštrių skoniu, nes vartojama daug paprikų, ypač raudonųjų, taip pat svogūnų. Visus valgius vengrai gamina su kiaulės taukais arba lašiniiais (šviežiais, rūkytais arba sūdytais), su raudonosiomis aitriosiomis paprikomis. Užkandžių asortimentas neplatus. Tai kumpis su krienais (*sonka tormável*), saliamiu, mėsos salotos, žuvis (itin mėgstamas karpis). Populiariausios sriubos – sultiniai, ypač vištienos su miltiniais priedais. Tautinė sriuba laikoma žuviene (*halázlé*), verdama iš įvairių žuvų rūšių su svogūnais, raudonosiomis paprikomis, saldžiosiomis paprikomis, pomidorais. Taip pat verdama bulviene, salierų sriuba, sriuba-guliašas. Antriesiems patiekalams vartojama nemalta kepta arba troškinta jautiena, kiauliena, veršiena ir paukštiena. Populiarūs patiekalai iš elnienos. Garnyrui vartojamos bulvės, marinuotos daržovės, pipirai, tešloje kepti žiediniai kopūstai, keptos bulvės, tešlos kukulaičiai (*tarchoni*). Paminėtinas guliašas, gaminamas iš kelių rūšių mėsos (kiaulienos, jautienos, veršienos) su svogūnais, raudonosiomis paprikomis, raugintais kopūstais ir prieskoniais; *paprikašas* – veršienos, vištienos arba kitokios mėsos, žuvies, daržovių troškinys su daug paprikų ir pipirų; kalakutas, įdarytas kaštainiais; vengriškas kepsnys (*Esterházy rostelyos*) su grybais, paprika,

pomidorais. Esama patiekalų ir be paprikos: sūdytas jautienos liežuvis su bulvių koše, bifšteksas su kiaušiniu. Daug antrųjų patiekalų gaminama iš karpį. Populiariausi saldieji patiekalai – pyragaičiai (*palacsinta*), tortai. Mėgstamas *Liptauerio* sūris. Vengrai geria daug vyno. Populiarūs ir stiprieji gėrimai: *Barack pálinka*, *Unicum*. Geriama daug kavos.

**VENGRIJOS VYNAS.** Šalies dirvožemis, klimato sąlygos yra palankios vynuogėms auginti. Didžiausi vynuogynai Dunojaus–Tisos tarpupyje, Karpatų, Dunantulio kalnų pietiniuose šlaituose, Balatono apylinkėse. Čia auginamos tradicinės europietišku veislių vynuogės: *Cabernet Sauvignon*, *Chardonnay*, *Merlot*, *Muscadet*, *Riesling*, *Traminer*; taip pat originalios – *Hárslevelü*, *Furmint*, *Tokaji*. Vengrijoje gaminami raudonieji, baltieji, rožiniai, sausi, desertiniai, putojantys vynai. Žinomiausi – „Czerdas“, „Eger“, „Egri Bikavér“, „Erlauber Stierblut“, „Hárslevelü“, „Kadarka“, „Kékfrankos“, „Muskotály“, „Somló“, „Siller“, o ypač tokajai. Dar žr. **TOKAJAUS VYNAI.**



**VERMIŠELIAI.** Ploni makaronai, panašūs į spagečius, gaminami dažniausiai fabrikuose. Vartojami verdant sultinius





arba kitas sriubas. Iš jų gaminami mėsos arba daržovių apkepai, taip pat apkepai su vaisiais (kaip desertinis patiekalas). Pavadinimas kilęs iš italų žodžio *vermicelli*, lietuviškai tai reikštų – kirmėlaitė.



**VERMUTO VYNAI.** Pagal senas receptūras gaminami itališkos kilmės gėrimai iš vyno, alkoholio, cukraus ir įvairių prieskonių (pelyno, mairūno, čiobrelių, gvazdikėlių, muskato, apelsinų žievelių). Vermuto vynai skirstomi pagal spalvą: raudonieji (*rosso*), rausvieji (*colorado*) ir baltieji (*bianco*); pagal cukraus kiekį: saldūs ir sausi. Populiarūs italų vermutai „Činzano“ (*Cinzano*), „Gančia“ (*Gancia*), „Kora“ (*Cora*), „Martini“. Vermuto vynai taip pat gaminami Prancūzijoje, Vengrijoje, Moldovoje ir kt. šalyse. Vermutas geriamas kaip aperityvas arba vartojamas įvairiems baro gėrimams paruošti. Alkoholio – 15–18 proc.

**VERNACCIA DI SAN GIMIGNANO.** Baltasis, vienas geriausių Italijos vynu, kilęs iš Toskanos (San Gimignano). Vynuogių veislė – *Vernaccia di San Gimignano*. Tai šviesios aukso spalvos, aromatingas, sausas, lengvai karstelėjęs vynas, tinka

prie užkandžių, mėsos, grylyje keptos paukštienos, makaronų patiekalų.

**VERŠIENA.** Jaunų stambių raguočių mėsa, pasižyminti minkšta konsistencija; gerai virškinama. Kaklo, menčių ir krūtinės mėsa dažniausiai verdama, o kumpio (šlaunies) ir nugarinė – kepama. Vertinama veršio galvos mėsa. Iš jos gaminami delikatesiniai patiekalai, pvz., kepta veršio galva pomidorų padaže. Iš kaklo, menčių ir krūtinės mėsos dar gaminami ragu (*ragoût*) ir frikadelės. Veršio krūtinė drebučiuose laikoma smaližių patiekalu, kaip ir krūtinė kaparių padaže bei kepta krūtinė svogūnų padaže. Populiarūs patiekalai iš subproduktų. Iš veršio nugarinės priekinės dalies gaminami kotletai. Veršio kumpis kepamas prismaigstytas lašinių arba iš jo gaminamas pjausnys (šnicelis). Vertinami Vienos pjausnys, patiekiamas su citrinos griežinėliais ir petražolėmis, Holšteino pjausnys ir vengrų pjausnys bei kt. patiekalai.

**VERŠIO INKSTAI PAKEPINTI** (pranc. *suoté*). Paruošti inkstai supjaustomi storomis riekelėmis, pavolijojami miltuose ir apkepami iš abiejų pusių labai įkaitintuose riebaluose. Baigiama kepti sumažinus ugnį. Pateikiami pasūdyti su pievagrybiais, rudmėsėmis ir bulvių tyre arba su riebaluose keptomis bulvėmis (*fri*), daržovėmis arba žalumynais.

**VERŠIO INKSTAI, TROŠKINTI VYNE.** Paruošti inkstai supjaustomi plonomis riekelėmis skersai ilgosios ašies, pavolijojami miltuose, apkepami keptuvėje įkaitintuose riebaluose,

perkeliami į kaistuvą, užpilami riebalais, kuriuose kepė, bei pasūdytu kaulų sultiniu ir troškinami uždengtame inde, kol suminkštės. Ištroškinti inkstai sudedami į padažą, pagamintą iš troškimo skysčio, šviesios miltų tyrelės, raudonojo vyno ir užvirinami.

### **VERŠIO KEPENYS SU GRYBAIS.**

Nuvalyti ir supjaustyti grybai (dažn. baravykai) patroškinami riebaluose su svogūnais. Kepenys išmirkomos piene, apdžiovinamos, supjaustomos plonomis plačiomis riekelėmis ir gerai apkepamos riebaluose. Tada sudedami grybai ir ilgokai kartu patroškinami. Nuėmus nuo ugnies, paskaninama grietine, pasūdoma ir pagal skonį pabarstoma pipirais. Pateikiama su virtomis bulvėmis.

### **VERŠIO KOJOS, KEPTOS TEŠLOJE.**

Nuplautos, nušutintos, perkirstos pusiau veršio kojos išverdamos su daržovėmis, pašalinami kaulai, atšaldoma, paslegiama taip, kad iš kiekvienos kojos pasidarytų 2 stačiakampiai. Taip paruoštos kojos pasūdamos, pabarstomos miltais ir panardinamos į tešlą iš miltų ir kiaušinių trynių, aliejaus ir vandens. Kepamos iš abiejų pusių iki šviesiai auksinės spalvos. Pateikiamos su bulvių koše ir daržovių salotomis arba su žalumynais.

**VERŠIO KOJOS VIENIŠKOS.** Kojos paruošiamos taip pat kaip kepti, pavolijamos išplaktų kiaušinių ir bandelės miltų masėje, iškepamos iš abiejų pusių iki gelsvos aukso spalvos. Pateikiamos su citrinos riekelėmis ir petražolių šakelėmis, su bulvių koše bei pomidorų arba kitų daržovių salotomis.

### **VERŠIO LIEŽUVIS DREBUČIUOSE.**

Patiekalas, populiarus Lenkijoje ir kt. šalyse. Iš veršio kojų, kaulų su daržovėmis (morkomis, salierais, petražolėmis, svogūnais) išverdamos sultinys. Liežuviai nulupami, supjaustomi plonomis riekelėmis, sudedami į indelius kartu su kietai išvirtų kiaušinių ritinėliais, žaliaisiais žirneliais ir užpilama sultiniu. Pateikiama su šaltu padažu ir krienaais.

**VERŠIO SMEGENYS LENKIŠKOS.** Smegenys, pašalinus plėves, nuplaunamos parūgštintame vandenyje, iškepamos kartu su apkeptais iki rudumo smulkiai supjaustytais svogūnais. Kepimo pabaigoje įmušamas kiaušinis ir gerai išmaišoma. Taip paruoštas smegenis galima vartoti kaip omleto, blynelių ir kt. patiekalų priedą.

### **VERŠIO SMEGENYS VIENIŠKOS.**

Kotletai iš smegenų. Smegenys be plėvių nuplaunamos pasūdytame ir parūgštintame vandenyje, sudalijamos porcijomis, pavolijamos miltų, išplaktų kiaušinių bei bandelės miltų tešloje, iškepamos iš abiejų pusių. Pateikiamos su keptomis bulvėmis ir daržovėmis (špinatais, morkomis su žirneliais) arba su žalių daržovių salotomis.

**VESPESTRO.** Italų naminė trauktinė, gaminama iš šventagaršvės šaknies, kalendros sėklų, kopros (kokoso riešutų branduolio), citrinos žievelių ir anyžių.

**VE-TSIN** (kin.). Glutamo rūgšties natrio druskos – natrio glutamato kiniškas pavadinimas.



**VESUVIO (LACRIMA CHRISTI).** Populiarus sausas raudonasis itališkas vynas, kilęs iš Kampanijos apylinkių, gaminamas iš *Aglianico*, *Piedirosso* vynuogių, pasižymi intensyvia rubino spalva, švelniu, natūraliu aromatu, harmoningu skoniu. Tinka prie raudonos mėsos, picos, makaronų patiekalų, sūrio.

**VĖŽIAGYVIAI** (*Crustacea*). Nariuotakojai gyvūnai. Kulinarijoje naudojami vėžiai, krabai, krevetės, omarai, langustai.



**VĖŽIAI.** Daugelio dešimtkojų vėžių būrio vėžiagyvių rūšių bendras pavadinimas. Dar žr. **UPINIS VĖŽYS**.

**VĖŽIŲ SRIUBA.** Sriuba, gaminama iš sultinio, kuriame virė vėžiai su prieskoninėmis daržovėmis, svogūnais, pridėjus vėžių kaklelių ir grietinės. Ją galima patiekti su ryžiais, šparagais, kukuliais iš vėžių mėsos ir įdarytais vėžių kakleliais.

**VĖŽIŲ SVIESTAS.** Gaminamas iš susmulkintų vėžių kevalų, pakepintų svieste, kol paruduos. Tada užpilama karštu sultiniu, kuriame virė vėžiai, ir verdama 30 min. Atvėsinama ir įdedama į šaldytuvą, kad vėžių sviestas sustingtų.

Taip paruoštas sviestas prieš vartojimą išlydomas ant mažos ugnies. Vartojamas vėžių sriubai virti, prie vėžių patiekalų.

**VĖŽLIAI** (*Testudines*). Roplių klasės gyvūnai, gyvenantys jūrose, sausumoje ir geluose vandenyse. Garsi vėžlių sriuba, gaminama iš 0,5 kg svorio vėžlių. Sausumos vėžlių mėsa labai skani. Žinomiausi gelų vandenų balų vėžliai užauga iki 40 cm ilgio. Šiaurės ir Pietų Amerikoje paplitę minkštašarviai vėžliai, iš kurių mėsos gaminami konservai. Iš vėžlienos specialiuose restoranuose gaminama tikra vėžlių sriuba (*real turtle soup*, skait. *riel tiortl sup*). Netikra vėžlių sriuba (*mock turtle soup*, skait. *mok tiortl sup*) verdama iš veršio galvos mėsos.

**VIDURIO AMERIKOS VALGIAI.** Labai įvairūs. Meksikiečių kulinarijoje vartojama daug aštrių prieskonių, ypač *chilli* (raudonųjų ir pilkųjų paprikų). Iš kukurūzų gaminamas *tortillas* (plokščias apvalus pyragas), bulvės ir ryžiai yra daugelio patiekalų priedai. Populiarūs gėrimai: pulkė (*pulque*), kaktusų ekstraktas, šokoladas su pienu, piene išmaišytų kukurūzų gėrimas (*champurrado*). Kubos valgiai yra „ispaniško charakterio“. Gaminami iš šalyje auginamų žemės ūkio produktų. Tokie patiekalai yra *ajiacos* (jautienos sriuba su daržovėmis ir kiaušiniiais), *arroz con pollo* (vištiena su ryžiais), *carne mechada* (kumpiu ir kiaušiniiais įdaryta jautiena). Geriama daug vandens, taip pat alaus, daugiausia eksportuojama kubietiško romo, gaminamo iš cukranendrių. Populiarūs kokteiliai.

## VIDURINĖS AZIJOS ŠALIŲ VALGIAI.

Juos geriausiai charakterizuoja Irano kulinarija. Čia dominuoja įvairių rūšių patiekalai, gaminami su ryžiais arba iš ryžių. Mėgstami padažai. Aviena kepama žarijų kaitroje. Ji malama, gaminami mėsos kukuliai. Populiarūs *vieno puodo* patiekalai iš pupelių, pomidorų, žirnelių, bulvių, mėsos. Kepiniai mėgstami kvapūs, panašūs į turkiškus. Be kavos, vartojama daug jogurto, iš kurio gaminama įvairių gėrimų ir patiekalų.

## VIETNAMIČIŲ VALGIAI.

Tradicijų formavimuisi nemažai įtakos turėjo kinų ir indų kulinarija. Ryžiai, paukštiena, vaisiai ir daržovės – vietnamiečių mitybos pagrindas. Daug patiekalų, padažų gaminama iš sojų pupų, agurkų, grybų, svogūnų. Vietnamiečiai mėgsta kaulieną, jautieną, šviežių laukinių žvėrių ir paukščių mėsą. Nacionaliniai patiekalai gaminami iš kiaušinių. Čia, kaip ir Kinijoje, valgoma iš dubenėlių su lazdelėmis. Sultiniai patiekiami vaisių pabaigoje.

Nacionaliniai gėrimai – arbata ir kava, taip pat ryžių vynas. Jis geriamas iš vieno indo per bambuko vamzdelius. Mėgstamas romas ir ryžių degtinė.

**VYNAS.** Alkoholinis gėrimas, gaunamas fermentuojant vynuogių, vaisių, uogų sultis arba sutraiškytų vynuogių masę. Tikrieji vynai ir vaisvyniai skirstomi, priklausomai nuo jų charakterio, gamybos būdo, į įvairias grupes. Priklausomai nuo alkoholio kiekio – į lengvuosius (alkoholis sudaro iki 10 proc. vyno tūrio), vidutinio stiprumo (10–14 proc.), stiprius (daugiau kaip

14 proc.) ir spirituotus (daugiau kaip 18 proc.). Priklausomai nuo cukraus kiekio, vynai skirstomi: stalo, sausi, pusiau sausi – juose būna 1–3 proc. cukraus; desertiniai (pusiau saldūs, saldūs; 4–8 proc. cukraus) ir likeriniai (daugiau kaip 8 proc. cukraus). Paprastai stalo vynai būna lengvi ir vidutinio stiprumo, o desertiniai – vidutinio stiprumo ir stiprūs. Priklausomai nuo spalvos, vynai skirstomi į baltuosius, raudonuosius ir rožinius. Pagal gamybos pobūdį vynai skirstomi į rūšinius, kai vynas gaminamas iš tos pačios rūšies vynuogių, mišinių vynus – iš skirtingų vynu ir vynuogių mišinio. Geriausi vynai gaminami vynuogių auginimo vietoje, pvz., italų „Classico“. Visame pasaulyje žinomi prancūzų vynai: Bordo, burgundiški ir šampanai. Taip pat visame pasaulyje pripažinti ispanų cheresai (*sherry*), *Málaga*, portugalų *Porto*, *Madera*, italų *Asti Spumante*, *Chianti*, *Marsala*, taip pat vermutai. Gerai žinomi vokiečių Reino, Mozelio vynai, vengrų tokajai ir rumunų, bulgarų, portugalų, austrų, Rusijos, Ukrainos, Kaukazo šalių, Amerikos, Afrikos, Australijos, Čilės vynai. Baltieji vynai, patiekiami prie žuvies, baltos mėsos patiekalų, turi būti atšaldyti iki 10 °C temperatūros. Raudonieji vynai geriami 16–18 °C temperatūros – prie tamsios mėsos, žvėrienos, grybų, žuvies patiekalų, paruoštų su vynu. Desertiniai vynai patiekiami prie tortų ir kt. saldžių patiekalų. Jie geriami 16–18 °C, t. y. kambario temperatūros. Putojantys vynai ir šampanas patiekiami prie įvairių patiekalų, parenkant pagal rūšį (briutas, sausas, pusiau sausas, saldus). Jie geriami 2–7 °C temperatūros.





Paprastai pirmiausia patiekiami baltieji vynai, paskui raudonieji, lengvi vynai – po stiprių. Vynai geriami iš tam tikrų negraviruotų šviesaus stiklo taurių.

Pilama 3/4 taurės.

Dar žr. įvairių šalių vynai, pvz., **ISPANŲ, ITALŲ, PRANCŪZŲ, VOKIEČIŲ** ir kt.

**VINA SOL.** Baltasis pusiau sausas ispaniškas vinas, kilęs iš Vilafranca del Penedes apylinkių, gaminamas iš *Parrellada* vynuogių. Šviežiai geltonos spalvos, gaivaus vaisių aromato, sodraus skonio vinas geriamas kaip aperityvas arba prie žuvies, vėžių patiekalų.

**VIN DE PAYS.** Jaunų sausų krašto vynu, gaminamų įvairiose šalyse, dažniausiai Prancūzijoje, prancūziškas pavadinimas. Tai patikimas, vaisių, gėlių kvapo vinas, geriamas prie mėsos, makaronų, sūrio.

**VIN DE TABLE** (pranc.). Stalo vinas. Tai tipinis kasdienis vinas, nepasizymintis nei išskirtinėmis savybėmis pasirenkant vynuoges jo gamybai, nei kilme.

**VINEGRETAS** (pranc. *sauce vinaigrette*; *vinaigre* – actas). 1. Acto ir aliejaus padažas, gaminamas iš 1 dalies acto ir 3 dalių alyvų aliejaus. Paskaninama svogūnais, petražolėmis, mažais agurkais, kapariais (visos daržovės smulkiai sukaptos). Šis padažas gali būti gaminamas su kietai virtais kiaušiniiais, sukaptomis dešrelėmis, pomidorų gabaliukais. Patiekiamas su mėsos patiekalais, šaltiena ir daržovėmis. Pvz., veršio galva su *vinaigretto* padažu, šaltiena su *vinaigretto* padažu, šparagai su *vinaigretto* padažu. 2. Mišrainė, šaltas

valgis iš supjaustytų gabaliukais daržovių, mėsos, žuvies su acto, augalinio aliejaus ar kitokių padažu.

**VYNIOTINIS**, ruletas.

1. Mėsos, paukštienos, laukinių žvėrių bei paukščių mėsos arba žuvies karštasis arba šaltasis patiekalas. Gaminamas iš pamuštos mėsos be kaulų, ant kurios uždedamas sluoksnis įdaro, padaroma velenėlio forma, surišama virvele ir iškepama arba išverdamas sultinyje. Įdaras gali būti malta mėsa arba žuvis su daržovėmis, kiaušiniu. Gaminami vyniotiniai (*rolmopsai*) iš silkės filė, kuri įdaroma pakepintais svogūnais arba raugintu agurku, susukama ir persmeigiama gvazdikėliu arba degtuku. 2. Tešlos gaminys, kai ji iškočiojama, sutepama marmeladu, obuolių tyre, džemu, riešutų mase, padaroma velenėlio forma ir iškepama.

**VYNIOTINIS PALANGA.** Įdarytas jautienos vyniotinis. Pirmos rūšies jautiena supjaustoma gabalais, išmušama, įdaroma, suvyniojamas cigaro formos vyniotinis ir iškepamas.

Įdaras: išmirkytos slyvos be kauliukų supjaustomos šiaudeliais, sumaišomos su virtais džiovintais grybais, svogūnais ir pakepinama, pasūdoma.

**VYNIOTINIS SEKLYČIA.** Įdarytas jautienos vyniotinis. Jautienos išpjova, supjaustyta plonais griežinėliais, lengvai išmušama, apibarstoma pipirais ir, įdėjus rūkytos krūtininės, supjaustytos šiaudeliais, suvyniojama taip, kad galuose matytųsi krūtininė. Prieš kepat pavolijama miltuose.

## VINJAKAS, žr. BRENDIS.



**VYNMEDIS** (*Vitis*). Vynuogė, vynmedinių šeimos augalų gentis. Paplitęs vidurio platumų ir subtropinio klimato juostose. Daugelis auginamų veislių kilusios iš tikrojo vynmedžio (*Vitis vinifera*). Stiebas laipiojantis, lapai pražanginiai, žiedai smulkūs, žali, vaisius – uoga. Uogos susitelkusios kekėmis (vad. vynuogė), įvairių spalvų. Turi 65–85 proc. vandens, 10–33 proc. cukraus, 1,4 proc. organinių rūgščių, 0,15–0,9 proc. baltymų, 0,3–1,0 proc. pektinų, mineralinių medžiagų, vitaminų C, B, B<sub>2</sub>, karotino. Vynuogės valgomos šviežios, šaldytos, konservuotos, bet dažniausiai (80 proc.) iš jų gaminamas vinas, iš perdirbimo atliekų – actas, etilo alkoholis. Visos auginamos vynuogių veislės skirstomos į 3 grupes: 1) vyninės (*Aligotė, Cabernet Sauvignon, Chardonnay, Merlot, Pinot Noir, Riesling, Tempranillo*); 2) šviežios valgomosios (*Madlen Anževin, Malengro ankstyvoji, Sabo perlas, Šasla*); 3) razininės (*Askeri, Baltasis kišmišas, Juodasis kišmišas*). Vynuogės mėgsta lengvas, priemolio, smėlio, akmenuotas vulkaninės kilmės dirvas, saulę ir drėgmę. Vynuogės žinomos jau prieš 6 tūkst. metų. Kilusios iš Mažosios Azijos. Europoje išplito prieš 2,5 tūkst. metų. Uogos skiriasi

spalva (gelsvos, žalios, mėlynos arba beveik juodos) ir forma. Populiariausios raudonosios vynuogės. Manoma, kad joms tenka apie 70 proc. visų pasaulyje esančių veislių, o jų yra apie 4 000. Lietuvoje tikruosius vynmedžius auginą sodininkai mėgėjai, kitos rūšys auginamos kaip dekoratyviniai augalai.

**VYNO RŪGŠTYS.** Gintaro dioksirūgštys, C<sub>4</sub>H<sub>6</sub>O<sub>6</sub>. Yra 3 stereioizomerai: D – vyno rūgštis, L – vyno rūgštis ir mezovyno rūgštis, DL – racematas, vyno arba vynuogių rūgštis. Kristalinės medžiagos. Tirpsta vandenyje ir etilo alkoholyje. D vyno rūgšties yra šermukšniuose, vynuogėse. Ji vartojama konditerijoje, vaisvandenių gamyboje. Praktinės reikšmės turi vyno rūgšties druskos – tartratai, vartojami cheminėje analizėje. Jie nusėda ant indo dugno brandinant vyną. Tai vadinamasis vyno akmuo (kalio hidrotartaras).

**VYNO SRIUBA.** Vynas praskiedžiamas vandeniu santykiu 1:1 ir užverdamas. Skyrium išplakamas kiaušinio trynys su cukrumi, maišant supilamas į verdantį vyno vandens mišinį ir tuojau pat patiekiami. Skyrium patiekiami biskvitai.

**VYNŲ IR KITŲ GĖRIMŲ PARINKIMAS PRIE PATIEKALŲ.** Nėra griežtų taisyklių, kokius vynus su kokiais valgiais vartoti, tačiau būtų absurdiška ignoruoti per šimtmečius sukauptas tradicijas. Subtiliai derinant vynus prie valgių, atsiskleidžia tiek vienių, tiek kitų gerosios savybės. Tai suteikia valgymo procesui tam tikro šventiškumo ir padeda geriau suvirškinti maistą.



Vynai geriami:

1. Prieš valgį – aperityvas – putojantys sausi vynai (pvz., italų „Prosecco“, šampanas) arba stipresni vynai, pvz., cherasas. Skirtingose šalyse – savos tradicijos. Italijoje – *Albana di Romagna, Frascati, Luganao, Tocai, Vernaccia*.

Prancūzijoje kaip aperityvas patiekiamas rislingas arba silvaneras, šablis, muskadetas, Vokietijoje – *Kabinett* tipo vynai, Ispanijoje – cherasas arba *Montilla*, Portugalijoje – *Vinho Verde* vynai, Vakarų Europoje – rislingas, Anglijoje – angliški baltieji vynai, Kalifornijoje – šablis, rislingas, Australijoje – rislingas.

2. Su šaltaisiais patiekalais: su ikrais – šampanas arba labai atšaldyta degtinė; su sūrio fondu – *Fendant du Valais, Grüner Veltliner*; su vištienos kepenėlėmis – *Beaujolais, Valpolicella*; su kiaušiniiais (t. p. *sufflé*) tinka įvairūs vynai; su kumpiu – sausi vynai: *Alsace Sylvaner*, australų rislingai, *Grüner Veltliner*; su silke – džinas, skandinavų akvavitas, baltieji *Dão, Graves, Mâcon-Villages*; su rūkyta skumbre – baltieji vynai – *Premier Cru, šablis, tokajus*; su pica – sausi raudonieji Italijos vynai arba ispanų *Rioja*; su salotomis – jauni raudonieji *Bordo, Chianti, Zinfandel*; su dešra (saliomis) – raudonieji arba rožiniai, pvz., *Barbera*, jaunas *Bordo, Tavel rosé*, jaunas *Zinfandel*; su rūkyta lašiša – šablis *Grand Cru, Sherri*, su rūkytu upėtakiu – *Saceré Pouilly Fume*.

3. Su žuvimis, jų patiekalais ir kitais vandens gyvūnais: su ešeriu – sausi vynai – šablis, vokiečių *Kabinett*; su krabais (šaldytais, salotomis) – *Rheinfalz* rislingas, *Kabinett*; su rūkytu unguriu – stiprūs arba aštrūs vynai, pvz., cherasas; su silke – *Aligoté* arba sausas *Sauvignon*

*Blanc*, taip pat geros, pvz., Ceilono, arbatos puodelis; su vėžiais arba krabais – šampanas, rislingas, šablis; su skumbre – stiprūs arba aštrūs vynai – baltasis *Rioja, Sauvignon Blanc, Touraine*; su moliuskais, midijomis – šablis, muskadetas; su austrėmis – šampanas, šablis, muskadetas; su šviežia lašiša – baltieji burgundiški, rislingas arba *Rheingau Kabinett*; su sardinėmis – labai sausi baltieji vynai, *Dão*, muskadetas; su upėtakiu – baltieji švelnūs Mozelio, Reino vynai.

4. Su mėsos patiekalais: su bifšteksais – raudonieji burgundiški ar kt.: *Bergerac, Cabernet Sauvignon, Chianti Classico, Côtes-du-Rhône, Cru Bourgogne*, Bordo; su vištiena, keptu kalakutu – baltieji geri sausi arba vidutiniškai sausi, arba geri raudonieji išlaikyti vynai; su antiena, žąsiena – seni baltieji vynai *Rheinfalz, Bordo* ar burgundiški; su laukiniais paukščiais – raudonieji geri vynai *Gevrey-Chambertin, Napa Cabernet, St. Emillion*; su žvėrienos patiekalais – geri raudonieji vynai; su kumpiu – jaunas burgundiškas vynas arba vokiečių baltieji *Rheine-spätlese*; su ėriena – geri raudonieji Bordo vynai; su kepta kiauliena, kai ji patiekama su padažu, – jauni raudonieji arba baltieji vynai, kitais atvejais – raudonieji arba baltieji išlaikyti vynai; su triušiena – jauni raudonieji vynai; su stirniena – raudonieji geri vynai; su Vienos šniceliu – raudonieji geri vynai.

5. Su sūriu: su *Bleu de Bresse, Dolcelatte* – jauni raudonieji vynai, *Barbera, Dolcetto* arba baltieji saldūs vynai; su anglų sūriais (čederiu ir kt.) daugelis raudonųjų vynu; su kietaisiais sūriais (parmezano, ementalio ir kt.) – sausi baltieji vynai *Tokay d'Alsace* arba *Vernaccia*; su rokforu,

danų mėlynuoju – jauni saldoki vynai (plati gama). 6. Su desertiniais patiekalais: su obuoliais – saldūs vokiečių, austrų, vengrų vynai; su pyragaičiais – mader, *Oloroso*; su vaisiais – *Sauternes arba Vouvray*, lengvas saldus muskatas; su riešutais – Mader, *Bual*; su uogomis (braškėmis, žemuogėmis) – *Sauternes* arba *Vouvray*, raudonasis *Bordo*; su tortais – šviesūs, saldūs, pvz., Mader, *Cherasas (Creem)*.



### **VYNUOGINĖ SRAIGĖ** (*Helix pomatia*).

Plautinių moliuskų grupės pilvakojis moliuskas. Paplitusi Vidurio ir Pietų Europoje, Vidurinėje Azijoje ir Šiaurės Afrikoje. Iš kitų sraigų išsiskiria dydžiu. Kriauklė iki 50 mm aukščio, apie 45 mm pločio. Apie ją žinota jau senovės Romoje. Lietuvoje išplitusi XVII–XVIII a. Ją atnešė vienuoliai iš Prancūzijos. Veisiasi senose dvarvietėse, prie ežerų, upių. Labai vertinama prancūzų, ispanų, italų kulinarijoje kaip delikatesas. Gaminama įvairiais būdais. Vieną jų pateikia žinomas teatro režisierius, gurmanas Juozas Miltinis (1907–1994). Surinktos sraigės kurį laiką vėsioje vietoje maitinamos salotų lapais, vėliau parą palaikomos miltuose, kad apsivalytų. Nuplautos sraigės ilgokai verdamos vandenyje su

baltuoju vynu ir prieskoniais. Išimamos, iš kiautelių iškrapštoma mėsa, kuri, pašalinus žarneles, smulkiai supjaustoma, sumaišoma su trintu česnaku, smulkiai supjaustytu svogūnu, kapotais petražolių lapeliais, druska ir pipirais. Šia mase įdaromi sraigų kiauteliai, užpilama ištirpintu sviestu ir trumpai apkepama.

**VIRIMAS.** Maisto produktų terminis paruošimas – kaitinimas skystyje (vandenyje, sultinyje, piene, produkto sultyse) arba garuose. Jis skirstomas: virimas skystyje, esant padidintam slėgiui, šūtinimas, virimas žemesnėje temperatūroje, produkto paruošimas superaukšto dažnio elektromagnetiniame lauke. Virimas skystyje – produktas verdamas panardintas į vandenį, kurio gali būti 2–3 kartus daugiau negu produkto. Verdama elektriniuose bei dujiniuose katiluose, ant viryklės. Verdant įberiami druskos, cukraus, įdedama prieskoninių daržovių, prieskoninių žalumynų ir prieskonių. Virto produkto skonis švelnus, bet išverda daug maistinių medžiagų. Virimas padidinus slėgį. Vartojami specialūs katilai – autoklavai, slėgis iki 1,5 atm., temperatūra 108–110 °C. Šūtinimas – virimas mažame skysčio kiekyje (1/3–1/5 produkto svorio). Temperatūra 90–95 °C. Šūtinami produktai švelnūs, prarandama mažiau maistingųjų medžiagų. Virimas garuose – verdama specialiuose induose su dvigubu dugnu. Taip ruošiami produktai, kurie neišlaiko aukštos temperatūros. Virimas žemesnėje temperatūroje – verdama įstačius puodą į kitą indą







su karštu vandeniu. Tinka padažams, patetams. Virimas superaukšto dažnio krosnyse – produktas išverda greitai savose sultyse, lieka daug maistingųjų medžiagų.

**VIRŠKINAMOSIOS SULTYS.** Bendras maisto virškinime dalyvaujančių sulčių, kurias išskiria įvairios liaukos: seilių, vidaus organų (kasos, kepenų, skrandžio, tulžies) pavadinimas. Virškinamosiose sultyse yra fermentų, dalyvaujančių virškinime.

### VIRTUVĖS PRIESKONINĖS ŽOLĖS

(vok. *Küchenkräuter*). Žoliniai prieskoniai, kurie aromatizuoja ir paskanina patiekalus. Tai – bazilikai, dašiai, krapai, mairūnai, pelynai, petražolės, porai, salierai, svogūnai, svogūnų laiškai ir kt.



**VISKIS** (angl. *whisky*). Stiprus alkoholinis gėrimas, gaminamas iš grūdų (miežių, kviečių, rugių, kukurūzų, net avižų) salyklo. Pradėtas gaminti Škotijoje, vėliau paplitęs ir Airijoje, Kanadoje, JAV, Afrikos šalyse, Japonijoje ir kitur. Škotiškas viskis būdingą dūmų skonį ir kvapą bei gelsvą spalvą įgyja dėl originalios gamybos technologijos. Šiam gėrimui gaminti naudojamas specialus vanduo. Viskis brandinamas 3–12 metų ąžuolinėse

statinėse. Alkoholio – 43–45 proc. Škotiškas viskis gaminamas iš miežių salyklo, naudojant durpynų vandenį ir jį džiovinant durpėmis. Brandinamas 4–12 metų. Žinomesnės škotiško viskio markės: „Black and White“, „Chivas Regal“, „Johnie Walker“, „Queen Anne“, „Something Special“, „Teacher’s“, „White Horse“, „100 Pipers“. Airijos viskis (*whiskey*) gaminamas iš miežių salyklo, tačiau neturi dūmų aromato ir skonio. Populiariausios airiško viskio markės: „Black Bush“, „Bushmills Malt“, „Jameson“, „Paddy“, „Powers“, „Tullamore Dew“. Alkoholio – 40 proc. Amerikiečių viskis taip pat pasižymi dūmų aromatu, gaminamas daugiausia iš kukurūzų, taip pat iš rugių ir miežių (ne mažiau nei 51 proc. alkoholio). Brandinamas ąžuolinėse statinėse. Vienas žinomiausių markių viskių – „Bourbon Whiskey“ – 1964 m. buvo pripažintas nacionaliniu šalies gėrimu. Populiarūs – „Corn Whiskey“, „Jim Beam“, „Old Grand Dad“. Alkoholio – 40–45 proc. Viskis geriamas su leda arba sumaišytas su sodos vandeniu. Tai puikus priedas gaminant baro gėrimus.

**VIŠČIUKAI.** Specialios veislės vištos (broileriai), jos greitai užauga. Tinka kepti, troškinti arba sausai kepti (grilyje). Pvz., troškinti viščiukai, grilyje kepti viščiukai su totorišku padažu, kepti Vienos viščiukai, kepti Kentukio viščiukai.

**VIŠČIUKAS LENKIŠKAS** (lenk. *kurczak po polsku*). Viščiukas, paruoštas terminiam apdorojimui, įdaromas faršu iš išmirkytos ir nuspaustos bandelės,

sumaišytos su susmulkintais viščiuko subproduktais, pridėjus sviesto, kiaušinių, kapotų petražolių lapelių, druskos ir pipirų, kepamas iki gražaus rusvumo. Pateikiamas su bulvių koše ir salotomis.



**VIŠTA.** Vištinių (*Galliformes*) būrio naminis paukštis, plačiai paplitęs visame pasaulyje. Kulinarijoje žinomos specialiai auginamos vištų rūšys: viščiukai, kurių mėsa yra labai minkšta ir švelni, jaunos vištos (broileriai), kurių mėsa sultinga, suaugusios vištos, skirtos sriubai, sultiniams virti. Vištos, auginamos mėšai, gali būti skirtingų veislių, porūšių, skirtingai lesinamos, jų mėsa gali būti vartojama skirtingiems patiekalams gaminti. Paukščiai kepami sausu būdu (grilyje), troškinami ir verdami. Žinomi šie patiekalai iš vištienos: indiška višta – su kariu (*curry*) ir ryžiais; višta velnio padaže – sausai kepta su velnio padažu; pavasariška višta – kepta su pavasarinėmis daržovėmis; vištų frikadelės – su pievagrybiais, pakepintais svogūnais, šparagais, daržovėmis.

**VIŠTA SULTINYJE** (pranc. *poule au pot*). Paruošta terminiam apdorojimui višta įdaroma malta kiauliena, sumaišyta su išmirkyta ir nuspausta bandele, lašinių gabaliukais, smulkiai supjaustytais vištos subproduktais, pridėjus žalią kiaušinį,

prieskonių (čiobrelių, peletrūno, muskato, pipirų). Taip paruošta višta verdama vandenyje su prieskoninėmis daržovėmis. Pateikiama dubenėlyje su supjaustytomis prieskoninėmis daržovėmis ir sultiniu.

**VIŠTINIAI.** Vištinių (*Galliformes*) paukščių būrys. 7 šeimos: didžiakojės vištos, kraksai, tetervinai, fazanai, patarškos, kalakutai, hoacinai. Vištiniai paukščiai paplitę visuose žemynuose. Jų charakteringi požymiai: vidutinio dydžio, kompaktiškos kūno sandaros, galva nedidelė, snapas trumpas, kojos vidutinio dydžio, pirštai tvirti, kartais su pentiniais. Plunksnų apdaras tankus. Aktyvūs dieną, gerai vaikšto ir bėgioja. Monogamai ir poligamai. Jaunikliai minta augaliniu maistu. Beveik visi laukiniai vištiniai paukščiai medžiojami.



**VYŠNIA** (*Prunus cerasus*). Vaismedis, išvestas sukryžminus trešnę ir laukinę vyšnią. Auga vidutinio klimato zonoje. Atspari šalčiams ir sausroms. Vaisiai – kaulavaisiai, apvalūs, šiek tiek suploti, raudonos arba tamsiai raudonos spalvos, turtingi cukraus (apie 10 proc.), mineralinių druskų, geležies, organinių rūgščių, vitaminų A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, C, pektinų. Uogos valgomos šviežios. Iš jų gaminami



kompotai, sultys, džemai, uogienės, trauktinės, vynai, likeriai (*Sherry brandy*), sriubos, su vyšniomis kepami pyragai, blynai. Vakarų Europos Viduržemio jūros šalyse auga itin vertinga maraskos vyšnia (*Prunus cerasus var. marasca*), iš kurios gaminamas garsus likeris „Maraschino“. Lietuvoje bene populiariausia vyšnių veislė – *Žagarinė*. Žr. **ŽAGARVYŠNĖ**.

### **VYŠNIŲ LIKERIS** (vok. *Kirschlikör*).

Raudonos arba tamsiai raudonos spalvos vaisių sulčių likeris su gerai juntamu vyšnių skoniui bei aromatu.

### **VYŠNIŲ SRIUBA**. Vaisių sriubų rūšis.

Nuplautos, be kauliukų vyšnios išverdamos nedideliame kiekyje vandens ir pertrinamos. Tada vandenyje (500 g uogų – 1 l vandens) išverdama sriuba ir priedama pasterizuotos grietinėlės. Šią sriubą galima valgyti šaltą arba šiltą. Atskirai patiekiami skrebučių arba saldžių bandelių.

**VITAMINAI** (lot. *vita* – gyvybė + *aminum* – aminos). Biologiškai aktyvūs organiniai junginiai. Organizmui jų reikia mažai, tačiau jie labai svarbūs medžiagų apykaitai ir gyvybinėms funkcijoms, jų pakeisti negali jokie kiti junginiai. Vitaminai ir jų pirmtakai, arba provitaminai, kurie organizme virsta vitaminais, susidaro daugiausia augaluose (pvz., A ir D). Žmonės vitaminų gauna su maistu. Kai kuriuos vitaminus (pvz., B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>) sintetina žarnyno flora. Žinoma 20 vitaminų. Jie žymimi didžiosiomis lotyniškos abėcėlės raidėmis arba pagal cheminę sandarą (pvz., vitaminas C, arba askorbo rūgštis).

Pagal tirpumą vitaminai skirstomi į tirpstančius riebaluose (pvz., vitaminai A, D, E) ir tirpstančius vandenyje (vitaminai C, B, PP, E). Dėl vitaminų stokos maiste arba dėl sutrikusios jų apykaitos atsiranda hipovitaminozė, vitaminų nepakankamumas, avitaminozė, kai kurių vitaminų perteklius sukelia hipervitaminozė. Daugelis vitaminų sintetinami. Kai kurie gaunami iš natūralių produktų (pvz., mielių, kai kurių žuvų, galvijų kepenų, grikių).

### **Svarbesni vitaminai:**

Vitaminas	Svarbiausia funkcija	Kokiuose produktuose yra
Provitaminas A ( <i>karotinoidai</i> )	Virsta retinoliu	Morkos, svogūnų laiškai, salotos, pomidorai, šermukšniai
Vitaminas A ( <i>retinolis</i> )	Svarbus regėjimo pigmentų sintezei	Gyuliniai riebalai, žuvys, kiaušiniai, pienas
Vitaminas B <sub>1</sub> ( <i>tiaminas</i> )	Svarbus angliavandenių apytkai	Ankštinių augalų sėklos, daržovės, kepenys, mielės
Vitaminas B <sub>2</sub> ( <i>riboflavinas</i> )	Svarbus riebalų, aminorūgščių apykaitai	Mielės, kepenys, kiaušiniai, pienas, daržovės
Vitaminas C ( <i>askorbo rūgštis</i> )	Svarbus antioksidantas	Petražolės, krapai, kopūstai, svogūnai, bulvės, erškėčių vaisiai
Vitaminas D ( <i>kalcefrolis</i> )	Reguliuoja kalcio ir fosforo apykaitą ( <i>antirachitinis</i> )	Žuvų kepenys, ikrai, žinduolių kepenys, tryniai
Vitaminas E ( <i>tokoferolis</i> )	Svarbus audinių kvėpavimui	Aliejus, daržovės, kiaušiniai, javų gemalai, pienas
Vitaminas PP ( <i>nikotinamidai</i> )	Svarbus audinių kvėpavimui, augimui, nervų sistemai	Jautiena, kepenys, laišos, silkės

**VITAMININGIEJI AUGALAI.** Daug vitaminų turintys augalai. Tai daugiausia aukštesnieji augalai, kai kurie dumbliai, grybai. Įvairios augalų dalys turi nevienodai vitaminų. Pvz., sėklų luobelė, gemalai turi daugiausia B grupės vitaminų; lapai, vaisiai, šaknys – askorbo rūgštis; kai kurių varpinių augalų sėklų gemalai, žirniai, arachisų, kukurūzų, sojų, medvilnės sėklos – tokoferolio; pomidorų, moliūgų, slyvų, erškėčių, šaltalankių vaisiai, kopūstai, mėlynės, morkos, petražolių lapai – vitamino A, provitamino karotino. Beveik visuose aukštesniuosiuose augaluose (ypač jų aliejuose), mielėse, daugelyje kitų grybų yra vitamino D.

**VITAMINIZACIJA.** Maisto produktų, kurie per technologinį procesą prarado vitaminus, praturtinimas. Vitaminizuojami margarinai, duona, sultys ir kt. produktai.

**VITAMINŲ NEPAKANKAMUMAS.** Nenormali organizmo būseną, sukelta vieno arba kelių vitaminų trūkumo. Žmonės vitaminų nepakankamumą patiria per karą, blokadą, ilgą laiką nepakankamai maitindamiesi. Liguista būseną, atsiradusi dėl visiško kurio nors vitamino stokos organizme, vadinama avitaminoze, dėl dalinės stokos – hipovitaminoze. Dėl vitamino A stokos atsiranda vištakumas, odos ir gleivinių uždegimas, dėl B<sub>1</sub> – sutrinka širdies raumens veikla ir virškinimas, dėl B<sub>2</sub> stokos atsiranda odos ir akių pakitimų, dėl C – žmogui būna silpna, kraujuoja dantenos ir poodis, dėl D – sutrinka kaulėjimo procesas, prasideda

rachitas, dėl vitamino E stokos silpnėja raumenys, sutrinka lytinės funkcijos. Gydoma atitinkamais vitaminais, ligonis maitinamas itin vitaminingu maistu.

**VLADIMIRO PADAŽAS** (pranc. *sauce Vladimir*). Baltųjų padažų rūšis, paskaninta mėsos drebučiais.



**VODKA.** Rusiškas degtinės pavadinimas, kuris paplito ne tik slavų, bet ir kitose pasaulio šalyse. Labiausiai žinomos ir plačiausiai vartojamos degtinės yra rusų „Stoličnaja“, lenkų „Wyborova“, ukrainiečių „Gorilka“, skandinavų „Absolut“, „Finlandia“ ir kt. Geriama atšaldyta iki +6 °C ir dar šaltesnė. Daugumą degtinės rūšių galima skiesti. Alkoholio – 36–50 proc. Dar žr. **ABSOLUT, BARACK PÁLINKA, DEGTINĖ, GORILKA, FINLANDIA.**

**VOKIEČIŲ VALGIAI.** Pasižymi įvairumu, kaloringumu ir švelnumu. Prieskonius vokiečiai vartoja gana saikingai. Užkandžiai gaminami dažnai su silke, kuri patiekiamą su obuoliais, salotomis. Su silke gaminami ir karšti užkandžiai. Šviežios daržovės patiekiamos natūralios. Mėgstamos daržovės ir žalieji žirneliai, pupelės, kopūstai, morkos, prieskoninės





daržovės, ypač šparagai (smidrai). Kaip šaltasis užkandis patiekiamas kumpis, dešros, galvų ir kojų vyniotinis bei šaltiena. Plačiai paplitusios skaidrios ir pertrintos sriubos: alaus, ungurių, jautienos uodegų, daržovių, žuvieneš, skaidrūs sultiniai ir kt. šiltos ir šaltos sriubos. Antriesiems žuvų patiekalams vokiečiai mėgsta gėlųjų vandenų žuvis, ypač upėtakius, taip pat jūrų žuvis. Žuvį dažnai verda su alumi ir patiekia su baltuoju padažu bei virtomis bulvėmis. Iš mėsos bei paukštienos gaminami virti, kepti, rečiau troškinti patiekalai. Mėgstami maltos mėsos valgiai, subproduktai. Populiarūs daržovių garnyrai. Vokiečiai valgo daug kiaulienos. Iš jos gamina daug skanių patiekalų ir mėsos gaminių. Populiari paukštiena. Vokietijoje yra senos medžioklės tradicijos, turtingi medžioklės plotai ir aukšta žvėrienos ir laukinių paukščių kulinarijos kultūra. Labai plati Vokietijos saldžiųjų patiekalų ir gėrimų gama. Čia ir pyragaičiai, tortai, šakočiai, kompotai, kisieliai, apkepai. Geriamas alus, vynas, degtinė, likeriai, kava, arbata, mineralinis vanduo, kokteiliai.

**VOKIETIJOS VYNAS.** Vokietijos vyno pramonė turi senas tradicijas ir galimybes gaminti švelnius, malonaus skonio vynus. Jų gamyba labiausiai paplitusi Vakarų ir Pietvakarių Vokietijoje (net trylikoje regionų), ypač Reino bei Mozelio upių baseinuose. Dažniausiai tai baltieji vynai, kurie gaminami iš vėlyvųjų veislių vynuogių ir laikomi pačiais geriausiais Vokietijos vynais. Daugiausia vynu pagaminama Reinfalco, Reingau, Reinheseno apylinkėse. Čia gaminama

raudonųjų vynu, savo savybėmis labai panašių į kitų šalių, pvz., analogiskus Prancūzijos, vynus. Desertinių vynu vokiečiai beveik negamina. Rūpestingai prižiūrimuose Vokietijos vynuogynuose auginamos dažniausiai baltosios vynuogės, kurios užima 80 proc. visų vynuogynų ploto. Iš jų 20 proc. tenka *Riesling* veislėms. Dar auginamos *Elbling*, *Müller-Thurgau*, *Ruländer*, *Silvaner*, *Weissburgunder*, *Weissherbst* ir kt. Raudonuosius vynus vokiečiai gamina iš *Blauer Spätburgunder*, *Limberger*, *Pinot Noir*, *Portuguese* vynuogių veislių, o rožiniams ir putojantiems vynams naudojamos baltosios vynuogės. Labai svarbus faktorius – vynuogių derliaus nuėmimo laikas. Pvz., „Riesling Trockenbeerenauslese“ vinas gaminamas iš vėlai nuskintų vynuogių, kurios būna pasidengusios „lediniu pelėsiu“, o lediniams vynams (*Eiswein*) gaminti naudojamos vynuogės, nuskintos žiemą, gruodžio arba net sausio mėnesį. Žodis „Auslese“ reiškia, kad vinas pagamintas iš rinktinių vynuogių. Daug informacijos teikia vynu etiketės. Jose nurodomas vynininkystės regionas, išsami gamintojo charakteristika, derliaus metai, vynuogių veislė, vietovė, kur vynuogės išaugintos ir kur pagamintas vinas, skonio charakteristika (pvz., sausas – *trocken*, pusiau sausas – *halbtrocken*, švelnus – *lieblich*), kokybės laipsnis (pvz., jeigu vinas gaminamas viename iš trylikos vynininkystės regionų, jis vadinamas *Qualitätswein*). Žodis „Prädikat“ reiškia, kad gaminant vyną negalima naudoti cukraus. Paprasti vynai vadinami *Tafelwein* (stalo) ar *Landwein* (krašto). Dar žr. **FRANKO, MOZELIO, REINO VYNAI.**



### **VOL-AU-VENT** (pranc., skait. *volo van*).

Sluoksniuotas paštetų ir kitų įdarų lukštas, „indas“. Paprastai vidutinės lėkštės dydžio pyragas iš sluoksniuotos tešlos. Susideda iš pagrindo, sienelių ir dangtelio. Užpildomas įvairiais įdariais (*Haschees, ragouts, salpikons*).

Gali būti užpildomas ir vaisiais (*Vol-au-vent aux fruits*). Įdaryti galima grybais (baravykai, pievagrybiai), žuvimis, daržovėmis (žiediniai kopūstai, šparagai, Briuselio kopūstai). Paštetų forma įvairi: maži – vienos porcijos arba dideli – keliems asmenims.

Patiekami kaip karštųjų patiekalų priedas arba prie sriubų. Pirmasis šiuos patiekalus pagamino daugelio valgių receptų autorius, prancūzų kulinaras, Napoleono virėjas M. A. Careme (1784–1833). Patiekalo pavadinimas reiškia *skridimas vėjuje*.

**VOILEIPÄ** (suom.). Suomiškas populiarių Skandinavijos šalyse sumuštininių pavadinimas.

Suomijoje jie gaminami iš įvairių rūšių duonos riekelių, ant kurių užtepama kokios nors tepios masės, uždedamos riekelės rūkytos mėsos arba dešros, sūrio, kietai virtų kiaušinių, virtos žuvies.

**VOJEVAT**. Armėnų baltasis vynas, pasižymi tamsiai gintarine spalva, harmoningu, šiek tiek į cheresą panašiu skoniu. Alkoholio 12–14 proc. Tinka prie žuvies, paukštiesenos patiekalų.



### **VOVERAITĖ VALGOMOJI** (*Cantharellus*

*cibarius* Fr.). Lėpeška, voveraitinių (*Cantharellaceae*) šeimos valgomasis grybas. Kepurėlė 3–10 cm skersmens, piltuvėlio formos, trynio geltonumo. Koto apatinė dalis plona, į viršų storėja. Trama gelsva arba baltai gelsva, malonaus skonio ir kvapo. Auga liepos–lapkričio mėn. spygliuočių ir lapuočių miškuose. Mažai kirmija. Tai mėgstamas grybas, itin išpopuliarėjęs pastaraisiais metais kaip ekspoorto objektas.

Voveraitės valgomos šviežios, marinuojamos, konservuojamos. Tai puikus daugelio mėsos, ypač žvėrienos, patiekalų ir padažų priedas.

**VUSTERIO PADAŽAS** (angl. *Worcester sauce*, skait. *vuste sos*). Originalus angliškas padažas, paprastai susidedantis iš kario (*curry*), chereso vyno, vyno acto, cukraus. Nors gali būti vartojami ir kt. produktai, pvz., paprika, česnakas, ančiuviai, šarlotai, imbieras. Pateikiamas specialiuose buteliukuose. Jo užsipila patys valgantieji.



**WATERZOOI.** 1) Belgų (flamandų) patiekalas, gaminamas iš žuvų (karpių, lydekų, ungurių), supjaustytų gabaliukais skersai, ištroškintų koncentruotame žuvų sultinyje su daržovėmis (svogūnais, porais, salierais), prieskoninėmis žolėmis (čiobreliais, šalavijais, lauro lapais) ir prieskoniais (pipirais, muskatu); 2) sriubų rūšies tirštas patiekalas, patiekiamas paskanintas grietine, sumaišytas su išplaktu kiaušinio tryniu. Šį patiekalą galima pagaminti ir iš viščiukų.

**WEALTHY** (angl., skait. *uelsi*). Žinoma obelių veislė, išvesta JAV. Obuoliai vidutinio dydžio, truputį suploti, žalios arba gelsvos spalvos, raudonšoniai. Minkštimas baltas, rūgštoko skonio. Šios veislės obelys žinomos ir vertinamos Lietuvoje.

**WINZERSEKT.** Putojantis vynas, gaminamas Vokietijoje, Reino-Heseno, Pfalco, Rheingau ir kt. apylinkėse, kuriose gerai dera *Riesling*, *Weißburgunder*, *Morio-Muskat* ir kitos vynuogių veislės. Vynas yra nuo šviesiai geltonos iki auksinės spalvos (priklausomai nuo vynuogių), gaivus, aromatingas (jeigu gaminamas iš *Morio-Muskat* vynuogių). Būna nuo sauso iki saldaus.

„Winzersekt“ brandinamas pagal tradicinį metodą buteliuose arba paprastai, t. y. didelėse talpyklose. Po to putojantis vynas perpilamas, filtruojamas ir išpilstomas. Abiem metodais pagamintas vynas ilgai putoja mažais burbuliukais. Geriamas atšaldytas (5–8 °C) prie lengvų patiekalų, šparagų arba kaip aperityvas.



**WÜRZBURGER STEIN.** Senas, tradicinis baltasis vokiškas vynas iš Frankonijos, gaminamas iš *Riesling* vynuogių. Šis žalsvokos spalvos vynas, kurį mėgo ir J. V. Getė, pasižymi subtiliu vaisių, prinokusių obuolių aromatu, šiek tiek rūgštoku skoniu. Tinka gerti prie žuvies, jūrų produktų, baltos mėsos, šparagų.

**XAVIER, consommé** (pranc.). Koncentruotas jautienos sultinys su virtinių tešlos makaronais.

**XAVIER, potage** (pranc.). Sriuba, išvirta iš trintų ryžių, praskiesta paukštienos sultiniu su tarkuoto sūrio kukuliais.

**XÉRÈS, žr. CHERESAS.**

**XIANG GUI.** Aromatingi kiniški grybai. Iš jų Kinijoje verdama sriuba. Parduodami džiovinti. Prieš verdant gerai išmirkomi.

**ZABAIONE** (it.). Populiarus desertas, patiekiamas šiltas, gaminamas iš kiaušinių trynių, išplaktų su vandeniu, cukrumi ir Marsala vynu, kartais su trinta

citrinos žievelė. Pateikiama stiklinėse taurėse su biskvitu.

Prancūzų kulinarijoje analogiškas desertas vadinamas *sabayon*.

**ZAMPINO, ZAMPON.** Populiarus italų patiekalas, gaminamas iš kiaulių kojų. Iš kojų išimamai kaulai, jos įdaromos ta pačia supjaustyta mėsa ir iškepamos. Pateikiamos supjaustytos kaip dešra.

**ZAREA.** Putojantis rumuniškas vynas.

**ZEFYRAS.** Lengvai atšaldytas vaisių kremas, pagamintas iš plakto grietinėlės, pridėjus kiaušinio baltymo, išplakto su cukrumi.

**ZINFANDEL.** Kalifornijos (JAV) raudonasis vynas, kilęs iš Napos ir Sonomos apylinkių, gaminamas iš *Zinfandel* vynuogių. Rubino spalvos, miško vaisių kvapo, sodraus, stipraus skonio, universalus amerikietiškas vynas tinka prie raudonos mėsos, makaronų patiekalų, sūrio.

**ZINGARA,** Ā la. Tarptautinėje kulinarijoje pripažintas garnyras, pateikiamas su mėsos (veršienos), paukštienos, kartais su karštos dešros patiekalais, susidedantis iš kumpio, sūdyto liežuvio, virtų grybų (visi produktai supjaustomi juostelėmis), sumaišytų su *demi-glace* padažu, pomidorais ir peletrūnu. Taip pagamintas šis garnyras gali būti pateikiamas su rostbifu ir omletu.

**ŽAGARVYŠNĖ.** Lietuviška vyšnių veislė. Vaisiai vidutinio stambumo (apie 2,6 g), apvalūs, vienodo dydžio, transportabilūs.

Odelė blizgi, tamsiai raudona, prinokusių – beveik juoda. Minkštimas tamsiai raudonas, sultingas, minkštas, saldžiarūgštis.

Vaisiai vartojami švieži, tinka perdirbti (pvz., likerių gamybai). Auginama daugiausia šalies šiaurėje ir vakaruose. 1962 m. sodinta visoje Lietuvoje.

**ŽALGIRIS.** Lietuviško midaus distiliatas, gaminamas Stakliškėse (Prienų r.). Spanguolių sultys, vaistažolės ir kiti ingredientai suteikia aitroką skonį ir sodrią rusvo gintaro spalvą. Alkoholio – 75 proc. Nepaisant stiprumo, tai švelnus gėrimas. Gėrimo autorius – įžymus fermentatorius Aleksandras Sinkevičius.



**ŽALIEJI ŽIRNELIAI** (pranc. *petits pois verts*, skait. *peti pua ver*). Ankštinis daržovinis augalas. Vartojami išlukštenti iš ankščių. Gali būti apvalūs ir lygūs arba raukšlėti. Derliaus dorojimo laikotarpiu gali būti vartojami žali, tačiau kaip greitai gendantis produktas dažniausiai konservuojami – vieni arba su kitomis daržovėmis, pvz., morkomis. Naudojami įvairiems priedams, salotoms gaminti. Dažniausiai pateikiami kaip



mėsos, paukštienos, omleto, daržovių priedas. Pvz., vokiški žalieji žirneliai (su mėsos sultiniu), angliški žalieji žirneliai (su šviežiu sviestu), žalieji žirneliai su kremu (su grietinės padažu).

Dar žr. **ŽIRNIS**.

**ŽALIOSIOS SALOTOS.** Žalios augalų, galvinių, cikorinių ir kt. salotų dalys (lapai). Vartojamos kaip mėsos, žuvies, paukštienos, laukinių žvėrių ir paukščių patiekalų priedas, iš jų daromos salotos su kitomis daržovėmis, pvz., svogūnų laiškais, ridikėliais. Paskaninama actu, aliejumi arba grietine.

**ŽARNOS.** Paskerstų gyvulių vidaus organai, pritaikomi daugelyje sričių. Daugiausia jų sunaudojama dešrų gamybai.

Žarnos skirstomos į plonąsias ir storąsias. Plonosios žarnos: dvylikapirštė, tuščioji ir kubinė; storosios: akloji, gaubtinė ir tiesioji. Žarnoms priskiriami pūslės, stemplės, skrandžiai (kiaulių) ir veršelių šliuželiai. Apdorotos galvijų ir kiaulių šlapimo pūslės naudojamos gaminių iš faršo apvalkalams. Pienu girdomų veršelių skrandžiai – šliuželiai – naudojami kaip fermentinė medžiaga (fermentas chimozinas), fermentinių sūrių gamyboje.

Kai kuriose šalyse, pvz., Lenkijoje, Vokietijoje, iš skrandžių ir žarnų gaminami nacionaliniai patiekalai. Anksčiau analogiški patiekalai buvo gaminami ir Lietuvoje (Suvalkijoje). Pastaraisiais metais vis plačiau dešrų gamyboje naudojami dirbtiniai apvalkalai. Jie gali būti baltyminės, augalinės ir sintetinės kilmės.



**ŽĄSYS** (*Anserinae*). Antinių paukščių (*Anatidea*) paukščių pošeimis. Naminės žąsys (*Anser anser var. domesticus*) kilusios iš laukinių pilkųjų žąsų (*Anser anser*). Minta žolę, sausais kombinuotaisiais pašarais, gerai įsisavina žaliuosius pašarus. Kiaušinius pradeda dėti 10–11 mėn. amžiaus. Dėslumas – 20–100 kiaušinių per metus. Prieauglis greitai auga – 2–3 mėn. amžiaus tinka maistui. Mėsa kaloringa, turi apie 16 proc. baltymų, apie 35 proc. riebalų. Žąsiena dažniausiai kepama arba troškinama. Riebalai išimami ir išlydomi atskirai. Žąsų taukai skanūs ir gali būti vartojami vietoj sviesto. Žąsys įdaromos baltaisiais arba raudonaisiais gūžiniais kopūstais, obuoliais, džiovintomis slyvomis ar makaronais, ryžiais. Su žąsiena paprastai valgomos morkos, salierai, porai, petražolės, naudojami prieskoniai – pipirai, lauro lapai, kardamonas, kalendra, kmynai, mairūnas. Žinomi patiekalai: žąsis, įdaryta raudonaisiais gūžiniais kopūstais; žąsis, įdaryta rūkyta šonine. Lietuvoje žąsys pradėtos auginti XVI a. Tarpukario metais – svarbus eksporto objektas: buvo išauginama iki 500 tūkst. žąsų. Lietuvoje sumedžiojama šiek tiek laukinių žąsų, ypač želmėnių ir baltaskruosčių berniklių.



Jų mėsa skani, kepama, troškinama su obuoliais, vynu, prieskoniais.

### **ŽĄSIES ŠLAUNELĖS RAUSVAME PADAŽE.**

Šlaunelės apkepamos riebaluose keptuvėje, sudedamos į kaistuvą, užpilamos riebalais, įdedama supjaustyty prieskoninių daržovių (morkų, salierų, petražolių, svogūnų) ir troškinamos. Kai mėsa suminkštėja, įdedama sužiedėjusios duonos, prieskonių (imbiero, muskato, gvazdikėlių), truputį uogienės, karamelės, cukraus ir citrinos sulčių, užpilama raudonoju vynu ir dar keletą minučių patroškinama. Kiekviena šlaunelė perpjauinama pusiau, užpilama padažu ir patiekama su bulvių koše. Šį patiekalą galima gaminti kartu troškinant ir žąsų kaklelius, įdarytus mėsos faršu, koše, subproduktais.

**ŽELATINA** (pranc. *gélatine*, lot. *gelatus* – sušalęs, sustingęs). I. Gyvūnų jungiamojo audinio kolageno perdirbimo produktas. Skaidri, bespalvė arba gelsva. Neturi skonio ir kvapo. Gerai brinksta šaltame vandenyje ir praskiestose rūgštyse. Šildoma išbrinkusi želatina ištirpsta – susidaro klampus tirpalas, kuris aušdamas stingsta ir virsta geliu. Gaminama paveikus chemikalais ir ilgai virinant vandenyje galvijų kaulus, kremzles, sausgysles, odos, žuvų pramonės atliekas. Pagal grynumą skirstoma į techninę ir maistinę. Maistinė naudojama maisto pramonėje, kulinarijoje, konditerijoje. 2. Iš kaulų arba specialiai parinktos mėsos dalių pagamintas miltelių arba lapelių pavidalo produktas. Vartojamas drebučiams arba saldiesiems patiekalams gaminti.



### **ŽELĖ, žr. DREBUČIAI.**

**ŽEMAIČIŲ KRUPNIKAS.** Gaminamas iš medaus, cukraus, cinamono, muskato, rožių žiedų, rūtų, kadagio uogu, gvazdikėlių, degtinės. Medus, cukrus su prieskoniais verdami 10 min. Nukeliama nuo ugnies, supilama degtinė (santykis 3:1), pakaitinama uždengtime inde. Krupnikas palaikomas 8 val., perkošiamas.



**ŽEMUOGĖ** (*Fragaria*). Erškėtinių šeimos augalų gentis. Paplitusi Šiaurės pusrutulyje. Lietuvoje populiari. Stiebas šliaužiantis, lapai trilapiai, ilgakočiai, žiedai dažniausiai balti, rečiau – gelsvi arba rausvi. Vaisiai – maži riešutėliai, subręstantys raudonos „uogos“ paviršiuje. Jose yra cukraus (3,5–15 proc.), organinių rūgščių, geležies, fosforo, kalio, kobalto, rauginių ir pektininių medžiagų, vitamino C,



B grupės vitaminų. Uogos valgomos šviežios ir perdirbtos. Iš jų gaminamos sultys, sirupai, kompotai, uogienės, želė, musai, vynai ir antpilai. Beje, kai kurie žmonės yra jautrūs žemuogėms – uogos jiems sukelia alergiją. Eurazijoje dažnos paprastoji (*Fragaria vesca*), šlaitinė (*Fragaria viridis*), muskusinė (*Fragaria moschata*). Ananasinė žemuogė arba braškė (*Fragaria ananassa*) atsirado Europoje XVIII a. Dar žr. **BRAŠKĖ**.



**ŽIOBRIS** (*Vimba vimba*). Karpinių žuvų šeimos atstovas. Paplitęs Baltijos, Juodosios, Azovo ir Kaspijos jūrų baseinuose. Kūno ilgis – iki 50 cm, masė – iki 3 kg. Žvynai nedideli, jų nėra nugaros vagoje tarp galvos ir nugarinio peleko bei pilvo briauonoje už pilvinių pelekų. Žiobrių žuviena labai skani, nors kaulėta ir ašakota. Vertinami karštai rūkyti žiobriai. Lietuvoje nuo seno gyvos žiobrių rūkymo bei valgymo tradicijos per Jonines. Jos buvo itin gražios Panemunių žvejų kaimuose.

**ŽIRNIS** (*Pisum*). Ankštinių šeimos augalas. Virkščia šakota, lapai poriniai plunksniški. Žiedai drugio formos, vaisius – cilindrinė arba plokščia ankštis, joje keletas lygių arba raukšlėtų grūdų su bespalve arba spalvota odele. Auginamas daugelyje šalių. Labiausiai paplitęs sėjamas žirnis (*Pisum sativum*), auginamas maistui ir pašarui.

Turi daug baltymų, mineralinių medžiagų, vitaminų. Prinokę grūdai valgomi virti, konservuoti, malami į kruopas ir miltus. Neprinokę žalieji žirneliai valgomi švieži, virti ir konservuoti. Vartojami kaip daržovės, mišiniuose su kitomis daržovėmis, kaip sultinių arba įvairių valgių priedai, pvz., omletas su žaliaisiais žirneliais.

**ŽMONIŲ MITYBA.** Organizmo medžiagų apykaitos dalis – maisto ėmimas iš aplinkos, skaidymas, perdirbimas ir suvartojimas, vienas svarbiausių gyvybės požymių. Mityba teikia energiją gyvybei palaikyti, organizmui vystytis, augti, daugintis, kt. funkcijoms (ir darbui) palaikyti. Mityba turi didelę reikšmę vaiko augimui bei vystymuisi, suaugusiojo darbingumui, sveikatai, gyvenimo ir aktyvios veiklos trukmei, organizmo prisitaikymui prie aplinkos. Dėl nevisavertės mitybos sutrinka organų ir sistemų funkcijos, organizmas išsenka. Per gausi mityba stimuliuoja cukraligės, aterosklerozės ir kt. ligų atsiradimą. Racionali mityba tokia, kai žmogus gauna reikiamą kiekį medžiagų, būtinų normaliai organizmo veiklai. Jos pagrindas – subalansuotos mitybos dėsnis, pagal kurį labai svarbu optimalus suvartojamų maisto komponentų santykis. Svarbu ir maisto normos, režimas, maisto įvairovė. Organizmo energija susidaro maisto medžiagoms oksiduojantis. Ji matuojama kilokalorijomis (kcal) arba kilodžauliais (kJ), o normuojama pagal žmogaus amžių, lytį ir darbą. Vidutinio amžiaus (31–50 m.) moterims, dirbančioms sėdimą darbą, reikėtų suvartoti

1 800 kcal per dieną, o vyrams – 2 200 kcal. Dirbantiems vidutiniškai aktyvų darbą atitinkamai 2 000 ir 2 500 kcal, o dirbantiems fizinį darbą – 2 500 ir 2 900 kcal. Jaunesniems žmonėms (19–30 m.) apie 10 proc. daugiau, o vyresniems (per 50 m.) tiek pat mažiau.

**ŽUVIENĖ.** Lietuvių žuvų sriuba. Iš įvairių veislių gėlavandenių žuvų (pūgžlių, kuojų, ešerių) išverdamos tirštas sultinys su svogūnais, prieskoninių daržovių (salierų, petražolių) šaknimis ir prieskoniais (druska, pipirais, kvapiaisiais pipirais, lauro lapais). Perkoštame sultinyje išverdami vertingesnių žuvų (lyno, karpio, lydekos) gabaliukai. Į perkoštą sultinį sudedamos supjaustytos bulvės, pasūdoma. Baigiant virti sudedami nuo kaulų atskirti žuvies gabaliukai. Prieš valgant į lėkštes ar bendrą sriubos vazą įdedama sviesto ir smulkiai supjaustytų krapų.

**ŽUVIES RAGELIAI.** Iš žuvies nugarinės paruošiama maltinių masė su mirkytu pyragu, riebaluose pakepintais svogūnais, kiaušiniu, paskaninama druska, česnakų, pipirais, smulkintais petražolių lapeliais. Iš masės suformuojamos lazdelės, pridėjus įdaro, pavolijojamos išplaktuose kiaušiniuose ir džiovėsiuose, išlenkiamos ragelio forma ir iškepamos riebaluose. Įdaras: pakepinti svogūnai, džiovėšiai, virti kiaušiniai, druska, pipirai.

**ŽUVYS** (*Pisces*). Stuburiniai šaltakraujai vandens gyvūnai. Paplitusios visame pasaulyje. Žuvis – svarbus verslo objektas. Kai kurios, pvz., lašišos (Norvegijoje), upėtakiai, karpiai, sazanai,

unguriai, auginamos žuvininkystės ūkiuose. Valgomos virtos, keptos, rūkytos, džiovintos ir konservuotos. Jų mėsoje (žuvienoje) yra žmogaus organizmo lengvai įsisavinamų baltymų ir riebalų (žuvų taukų). Beveik visų žuvų mėsa valgoma, nors esama ir nuodingų žuvų (jūros drakonas, dygliapilvė, jūrų pūgžlys). Lietuvos gėluose vandenyse yra apie 60 žuvų rūšių, Baltijos jūroje (prie Lietuvos krantų) – apie 30. Ežeruose paplitusios kuojos, karšiai, lynai, lydekos, upėse – ūsorai, žiobriai, šapalai, strepečiai. Tvenkiniuose daugiausia auginami karpiai, upėtakiai. Iš jūrinių daugiausia sugaunama strimelių, bretlingių, menkių, iš praeivių žuvų – didstincių, jūrinių sykų, ungurių. Labiausiai vertinamos žuvis – karpiai, lašišos, lynai, menkės, plekšnės, unguriai, upėtakiai, žiobriai.

Dar žr. **ŽUVŲ KONSERVAI, ŽUVŲ PRODUKTAI.**



**ŽUVŲ KONSERVAI.** Sterilizuoti, gaminami iš žuvų ir kai kurių kitų vandens gyvūnų. Skiriami natūralūs (žuvis savo sultyse, sultinyje ir drebučiuose) ir užkandiniai žuvų konservai (žuvis aliejuje, su pomidorų padažu, daržovėmis, paštetai). Pas mus populiarūs natūralių žuvų savo sultyse konservai, pagaminti



iš Tolimųjų Rytų šaldytų lašišinių, sairų, tunų. Žuvys drebučiuose gaminamos iš silkių, sykų, ungurių, užpilama želatinos arba agaro tirpalu, kad nesuiirtų. Stauridės, skumbrys, sardinės, sudėtos į dėžutes, blanširuojamos, užpilama šiek tiek aliejaus. Šiai grupei priskiriami ir menkių kepenų konservai. Užkandiniai konservai su kitais maisto produktais, su pomidorų padažu, konservai aliejuje gaminami iš blanširuotų, keptų ar rūkytų žuvų (kilkių, strimelių, stauridžių, sairų), keptų žuvų. Paštetai gaminami iš atšaldytų arba šaldytų žuvų. Vėžiagyvių konservai gaminami iš krabų ir krevėčių. Jūros moliuskų ir dumblių konservai gaminami iš kalmarų, midijų, laminarijų (jūros kopūstų). Žuvų konservuose yra 4–23 proc. baltymų, 7–66 proc. riebalų, mineralinių medžiagų.



**ŽUVŲ PRODUKTAI.** Gaminami iš žuvų ir kai kurių vandens gyvūnų. Žuvų produktuose yra 13–21 proc. baltymų, iki 33 proc. riebalų, vitaminų A, D, iki 2 proc. mineralinių medžiagų. Skiriami maistiniai, medicininiai ir techniniai žuvų produktai. Maistiniai – tai gyvos, atšaldytos, šaldytos, džiovintos, vytintos, rūkytos žuvys, žuvų kepenys, nugarinė, kulinarijos gaminiai, ikrai, konservai, prezervai, maistiniai riebalai. Vertingiausios gyvos žuvys (karpiai, karšiai, karosai, upėtakiai), kurias

akvariume 15 °C temperatūroje galima išlaikyti 2 dienas ir ilgiau. Atšaldytas iki -1 °C žuvis su leda galima laikyti 3 dienas, šaldytos žuvys -10 °C temperatūroje išlaikomos 1–2 mėn. Sūdytas pailgina žuvų laikymo trukmę. Dažniausiai rūkomos riebios žuvys. Liesos žuvys dažniausiai sūdomos rūkomos, vytinamos. Jos tinka ir žuvų nugarinės gaminiams. Vytinamos kuojos, karšiai, žiobriai. Rūkytos žuvys tinka valgyti be kulinarinio paruošimo. Karštai (70–80 °C) žuvys išrūkomos per kelias valandas. Taip rūkomos karpinės, eršketinės, menkinės ir kt. žuvys. Šaltai (18–40 °C) rūkoma kelias paras. Šiuo būdu rūkomos kuojos, karšiai, ūsorai, silkės. Geriausi eršketinių ir lašišinių žuvų nugarinių gaminiai. Žuvų kulinariniai gaminiai – apkeptos, keptos, virtos žuvys, žuvys drebučiuose, įdarytos žuvys, žuvų sriubų rinkiniai, žuvų ikrų apkepai, keptos silkės, žuvys tešloje, čeburekai, rageliai ir kt. Prezervai – aštrūs užkandiniai žuvų produktai, uždaryti dėžutėse.



**ŽUVŲ SRIUBA.** Žuvienė, sriuba, verdama dažniausiai iš žuvų atliekų, galvų, odų, kaulų, pelekų, su daržovėmis ir prieskoniais (pipirais, kvapiaisiais

pipirais, lauro lapais, muskatu). Sultinys nukošiamas, užvirinamas su vandenyje išplaktais miltais, paskaninamas grietine. Taip pat galima paskaninti pakepintų miltų tyrele arba kiaušinio tryniu. Pateikiama su kukuliais, skryliais, žaliaisiais žirneliais. Žuvienė labai populiari Rusijoje (*ucha*): verdama ir iš vertingų veislių žuvų, su petražolėmis, salierais, svogūnais, skaidrinama trintais žuvų ikrtais. Sultinys verdamas iš gėlavandenių žuvų. Geriausiai tinka ešeriai ir pūgžliai. Žinomos sriubos iš vėgėlių, sterlių.

Dar žr. **UCHA, ŽUVIENĖ.**



**ŽVAIGŽDANYŽIS, BADIJANAS** (*Illicium verum* Hook). Žiedinis anyžius, priklauso cintrinvytinių šeimai. Tėvynė – Pietryčių Azija. Prieskoniams naudojami džiovinti vaisiai (*Fructus anisi stellati*), juose gausu aromatinių eterinių aliejų (5–7 proc.). Žvaigždanyžiai aromatingesni už anyžius. Jie naudojami maisto pramonėje, likerio, kitokių alkoholinių gėrimų (pvz., ouzo, punšo) gamyboje, taip pat konditerijoje. Dera maišant su pipirais, cinamonais, gvazdikėliais, imbieru, todėl žvaigždanyžius galima naudoti gaminant patiekalus iš kiaulienos, žąsienos, antienos, vištienos. Kai kurie mėgėjai

naudoja šį prieskonį grogui iš cukraus, karšto vandens ir romo gaminti. Populiari stipri arbata su cukrumi ir žvaigždanyžiu.

### **ŽVĖRIENA, LAUKINIŲ PAUKŠČIŲ MĖSA.**

Medžiojamų žvėrių, taip pat laukinių paukščių mėsa pasižymi jai būdingu skoniu ir kvapu, yra liesa (išskyrus šernieną ir kai kurių paukščių, pvz., lokio, mėsa), joje yra optimalus vandens, vitaminų ir baltymų kiekis. Taigi šią mėsa, ypač jaunų žvėrių bei paukščių, organizmas puikiai įsisavina. Žvėrienos savybės priklauso nuo daugelio veiksnių: amžiaus, lyties, mitybos, fiziologinės būklės prieš sumedžiojant, medžioklės metų laiko, pirminio apdoravimo, transportavimo, saugojimo. Visuomet vertingesnė jaunų ir suaugusių (ne senų) paukščių ir žvėrių mėsa. Kai kurie jaunų žvėrių ir paukščių kepsniai, pvz., šerniuko, kiškio, stirnos, fazano, yra delikatesiniai. Europos šalių kulinarijoje labiausiai vertinama briediena, kiškiena, stirniena, elniena, šerniena, meškos, danieliaus, muflono mėsa. Valgoma bebro, nutrijos, ūdros mėsa. Skaniausia laikoma fazanų, jerubių, slankų, kurapkų, putpelių, ančių, žąsų, laukinių karvelių mėsa.



## LITERATŪROS SARAŠAS

1. Армянская кулинария, Айастан, Ереван, 1985.
2. Armėnijos vynas, UAB Gitara, Klaipėda.
3. Baleišis R., Bizma P. Lietuvos kanopiniai žvėrys, Mokslas, V., 1989.
4. Bormanas P. 1444 kokteiliai, Mažoji Rosma, V., 1997.
5. Brillat J. A.-Savarin. Skonio fiziologija, Alma littera, V., 2008 m.
6. Břizová J., Klimentová M. Tschechisce Küche, Verlag Práce, Praha, Verlag für Frau, Leipzig.
7. Daugnora L., Budrys R. R. Paukščių anatomijos terminai, Lietuvos veterinarijos akademija, Kaunas, 2002.
8. Daukšas K., Barauskas J., Daukšas V. Chemijos terminų aiškinamasis žodynas, 2-asis pataisytas ir papildytas leidimas, Mokslo ir enciklopedijų leidybos institutas, V., 2003.
9. Dietary Guidelines for Americans from Department of Health and Human Services, U.S., 2010.
10. Didžioji Lietuvos medžioklės knyga, Nacionalinė knyga, t. 1, V., 2003.
11. Гусев И. Национальные спиртные напитки, Минск, 2005.
12. Johnson's Hug. Pocket wine book, 1986.
14. Juodienė V., Petkevičienė M. Maisto ruošimo technologija, Mokslas, V. 1989.
15. Girčienė J., Liutkevičienė D. Sūrių pavadinimas. Vartosena. Norma. Žodynėlis, Lietuvių kalbos institutas, V., 2010.
16. Harveys Pocket Guide to Wine, Littlehampton Book Services, 1981.
17. Pilz H. Handbuch der Speisen, VEB Fachbuchverlag, Leipzig, 1983.
18. Kačkus B. Medžiotojų vaisės. Gėrimai, Stepono leidykla, V., 1994.
19. Kačkus B. Medžiotojų vaisės. Valgiai ir gėrimai, 2-oji laida, Margi raštai, V., 2011.
20. Kang A., Virkus L., Suitsu M. Kavos knyga.
21. Kisielinė D., Grigienė J., Grigas A. Dekoratyvinių augalų vardynas lietuvių, lotynų, anglų, vokiečių, lenkų ir rusų kalbomis, Mokslo ir enciklopedijų leidybos institutas, V., 2007.
22. Kölling. Vogel. Fachbuch für Kellner, VEB Fachbuchverlag, Leipzig, 1979.
24. Кулинария, Москва, 1966.
25. Лебедева Э. И. Рецепты Караимской кухни, редотдел Крымского комитета по печати, 1992.
26. Lietuviškoji tarybinė enciklopedija, t. 1–12, Mokslas, V., 1976–1984.
27. LRŽŪ ministro įsakymas dėl komercinių žuvų rūšių sąrašo patvirtinimo, 2008 m. sausio 15 d., Nr. 3D-22.
28. Maciej E. Halbańskij. Leksykon sztuki kulinarnej, Warszawa, Watra.
29. Maus P., Kallenbach L. Garnituren in der Gastronomie von a-z, Verlag die Wirtschaft, Berlin, 1987.
30. Mazolaitis J., Urbonas V. Lietuvos grybai, Mokslas, V., 1980.
31. Mažeikytė R., Baleišis R. Žinduolių pavadinimų žodynas: lotynų, lietuvių, anglų, prancūzų, rusų, vokiečių kalbomis, Ekologijos instituto leidykla, V., 2002.
32. Mažoji vynu enciklopedija, Gamta, V., 2005.
33. Medžiotojo ir žvejo vadovas, Mintis, V., 1968.
35. Moldova Wine Guide.
37. Nelson D. L., Lehninger C. Lehninger Principles of Biochemistry, 4th ed., W. H. Freeman and Company, New York, 2005.
39. Pachliobkinas V. A. Kulinarijos paslaptys, Mokslas, V., 1982.

40. Пахлебкин В. Кулинарный словарь, Центрполиграф, Москва, 2007.
41. Пахлебкин В. Национальные кухни наших народов, Центрполиграф, Москва, 2007.
42. Pauliukonienė J. Lietuvių valgiai, Mokslas, V., 1989.
43. Ruzgienė R., Mackevičius A. Daržovės darže ir ant mūsų stalo, Muzika, V., 1993.
44. Skliarevskis L. Maistinių augalų gydomosios savybės, Vyr. enciklopedijų leidykla, V., 1985.
45. Смолинина С. В. Искусство готовить, Государственное издательство техника, София, 1983.
46. Стари Ф., Йимрасек В. Лекарственные растения, Прага, 1982.
47. Stivenson T. Vyno enciklopedija, Alma littera, V., 2008.
49. Щедо А., Крейча И. Пряности, Природа, Братислава, 1985.
50. Tarybų Lietuvos enciklopedija t. 1–4, Vyriausioji enciklopedijų leidykla, V., 1985–1988.
51. Tarptautinių žodžių žodynas, Alma littera, V., 2001.
52. Urbonas V. Lietuvos grybų atlasas, Latutė, Kaunas, 2007.
53. Valstybinės lietuvių kalbos komisijos 2009 04 09 protokolinis nutarimas Nr. PN-1...„Dėl vaistinių augalų lietuviškų pavadinimų“ Nr. 30-409.
54. Valstybinės lietuvių kalbos komisijos nutarimas „Dėl dekoratyvinių augalų lietuviškų pavadinimų (L-N)“, 2013.
55. Venskevičius J. ir kt. Mėsos ir jos produktų technologija, Mintis, V., 1964.
56. Visockis O. Daržovės ir prieskoniniai augalai, Avicena, V., 1993.
57. Visuotinė lietuvių enciklopedija, t. 1–22, V., 2001–2012.
58. Valiukėnas V., Žilinskas P. J. Penkiakalbis aiškinamasis metrologijos terminų žodynas, Mokslo ir enciklopedijų leidybos institutas, V., 2006.
59. Žalakevičius M., Žalakevičienė J. Paukščių pavadinimų žodynas, VU Ekologijos institutas, V., 2009.
60. Žydų valgiai. Sudarytoja A. Pagirskaja, YAD, V., 1992.

## SANTRUMPOS

À la – kaip, panašiai kaip

Angl. – angliškai

Arab. – arabiškai

Arm. – armėniškai

Bulg. – bulgariškai

°C – laipsniai (pagal Celsijų)

cm – centimetras

Ček. – čekiškai

Dan. – daniškai

g – gramas

Gr. – graikiškai

Ind. – indiška

Isp. – ispaniškai

It. – itališkai

Jap. – japoniškai

Jid. – jidiš, žydų kalba

ha – hektaras

Hebr. – hebrajiškai

kcal – kilokalorijos

Kin. – kiniškai

kg – kilogramas

l – litras

Lenk. – lenkiškai

Lot. – lotyniškai

m – metras

m. – metai

min. – minutė

mm – milimetras

Org. – organiniai

Oland. – olandiškai

P. – pietų

Port. – portugališkai

Pranc. – prancūziškai

Proc. – procentai

Pvz. – pavyzdžiui

Rum. – rumuniškai

Rus. – rusiškai

Suom. – suomiškai

Š. – šiaurės

t – tona

Turk. – turkiškai

Ukr. – ukrainietiška

Vietn. – vietnamietiška



## **Kačkus, Bronius**

Ka57 Gurmano žinynas / Bronius Kačkus. – Vilnius : Versmė, 2016. – 360 p. : iliustr.

ISBN 978-609-8148-05-3

„Gurmano žinyne“ pateikiamas daugiau kaip 2 200 žodžių, susijusių su žmogaus mityba, reikšmių paaiškinimas. Čia rasite ne tik populiarių, tradicinių, bet ir mažiau žinomų valgių, gėrimų aprašymus, maisto gamyboje naudojamų žaliavų charakteristikas, įvairių organinių ir mineralinių medžiagų apibūdinimus, kai kurių valgių ir gėrimų gamybos principų aprašymus, ingredientų tarpusavio derinimo principus, taip pat kitų žinių, kurios gali būti naudingos propaguojant sveiką ir saikingą mitybą.

Ši knyga, kurios rašymas, kruopštus medžiagos rinkimas, rengimas spaudai truko ne viena dešimtmetį, yra pirmasis bandymas išleisti kulinarijos terminų žinyną lietuvių kalba. Ji skirta plačiam skaitytojų ratui – ir profesionalams, ir mėgėjams, valgymo ceremoniją vertinantiems kaip tradiciją ir šventę.

UDK 641.5(035)

## **Bronius Kačkus Gurmano žinynas**

Kalbos redaktorės  
Auksė Gasperavičienė  
Rasa Kasparavičienė  
Violeta Baltušytė

Moksliniai redaktoriai  
Dr. Inga Kepalienė  
Birutė Mielkuvienė  
Edvardas Golovinas

Dailininkė  
Ona Liugailienė  
Atsakingoji redaktorė  
Sonata Jonušaitė  
Maketuotoja  
Ona Liugailienė

Spaudai parengė VšĮ „Versmės“ leidykla  
Geležinkelio g. 6, 02100 Vilnius  
Spaudai parengta 2016 12 19  
Spausdino Standartų spaustuvė  
Tiražas 300 egz.

„Gurmano žinynas“ – enciklopedinis leidinys. Jame pateikta spalvinga, plati, profesionaliai parengta informacija apie plačiąjai visuomenei mažai žinomus, retai vartojamus ypatingus ingredientus, maisto gaminius, paruošimo principus, vartojimo papročius, etiketą, aukštąją maisto kultūros, tradicijas. Tai mokslo žiniomis paremta knyga. Šis unikalus darbas užpildys spragą lietuviškų kulinarijos knygų lentynoje.

*Prof. habil. dr. Rita Aleknaitytė-  
Bieliauskienė*

Žinyno autorius atlieka edukacinę veiklą – pateikia išsamią maisto produktų, patiekalų ir gėrimų charakteristiką, derinimo variantus, formuoja vynų vartojimo kultūrą, gurmanišką skonį. Žinyne aprašyti populiariausi pasaulio padažai ir prieskoniai, rekomenduojama vartoti natūralius prieskonius, kurie gerai auga Lietuvoje. Knygoje gausu praktinio pobūdžio patarimų skaitytojui. Leidinyje pateikti tarptautiniai profesionalių virėjų vartojami valgių ir gėrimų pavadinimai, turintys lotyniškas, prancūziškas, vokiškas ir kt. šaknis.

„Gurmano žinynas“ bus naudojamas ne tik profesionaliems maisto gamintojams, maisto produktų (prekių) pardavėjams, bet ir kaip mokymo(si) priemonė studentams, o be to tiks visiems vartotojams, besidomintiems mityba, maisto technologijomis, maisto produktų sudėtimi ir jų maistine, energetine verte.

*Lietuvos edukologijos universiteto  
Technologijų ir technologinio  
ugdymo katedros lektorė  
dr. I. Kepalienė ir B. Mielkuvienė*



9 786098 148053