

Pietūs su „Vytautu“

Kaip mini istoriniai šaltiniai, Birštono vardas žinomas dar nuo 1382 metų, kai Kryžiuočių ordino žvalgai didžiajam magistrui pranešė, jog ties Nemunu aptiko „sodybą prie sūraus vandens“. Dabar Birštone yra net 13 eksploatacinių mineralinio vandens gręžinių. Beje, visi ragavę mineralinio vandens iš Birštono biuvetės, žino, kad jis kiek skiriasi nuo vandens, kurį esame įpratę gerti iš butelio. Pastarasis yra prisotintas angliarūgštės: ji padeda išlaikyti vandens chemines savybes, pagerina jo skonį.

Daugelis puikiai susipažinę su mineralinio vandens gydomosiomis savybėmis, bet retas žino, kad šis vanduo labai tinkamas ir ruošiant įvairius patiekalus: marinuojant mėsą, gaminant įvairius gėrimus. Pabandykite šiandien tuo pasinaudoti.

„Vytauto“ šašlykai

1,5–2 kg kiaulienos sprandinės mėgstamų žolelių mišinio
1 l „Vytauto“ mineralinio vandens
poros šaukštų obuolių arba vyno acto
druskos
pipirų

Mėsą supjaustyti vidutinio dydžio gabalėliais, įberti prieskonių, gerai išmaišyti ir užpilti mineraliniu vandeniu (vanduo turi apsemti visą mėsą), tada iškart sudėti į indą ir sandariai uždaryti. Padėti į šaltą vietą 8–12 val., tada įberti 1–1,5 šaukšto druskos ir įpilti 3–4 šaukštus acto. Dar palaikyti šaltoje vietoje apie 4 valandas. Taip paruoštus šašlykus verti ant iešmų ir kepti ant grotelių apie 30 minučių. Patikrinti įpjaunant: jei išsiskiria skaidrios sultys – galima valgyti.

Prieskoninės žolelės



Patarimas. Šašlykams kepti netinka spygliuočių malkos. Geriausia anglis ruošti iš vaismedžių, liepų, ąžuolų, beržų (būtinai be žievės) malkų. Malkos turėtų būti sausos, nesutrušusios, nesupuvusios. Mėsos gabaliukus ant iešmų verti išilgai raumens, kad tvirtai laikytųsi. Taip bus išsaugotos mėsos sultys, šašlykas neperkeps. Mėsos gabalėlius ant iešmų reikia suverti be tarpų, iešmus kepti sudėjus vieną prie kito. Iešmų daug kartų vartyti nereikia: užtenka 2–3 kartų, kai vienas ar kitas mėsos šonas jau apskrudęs. Versti iešmus reikėtų vienu metu. Žinoma, jei liko neapskrudusių mėsos gabalėlių, juos pakepti ilgėliau.

Prie šašlykų puikiai tiks bet koks raudonasis padažas, kurio galima pasiruošti patiems, taip pat pasikepti norimų daržovių.

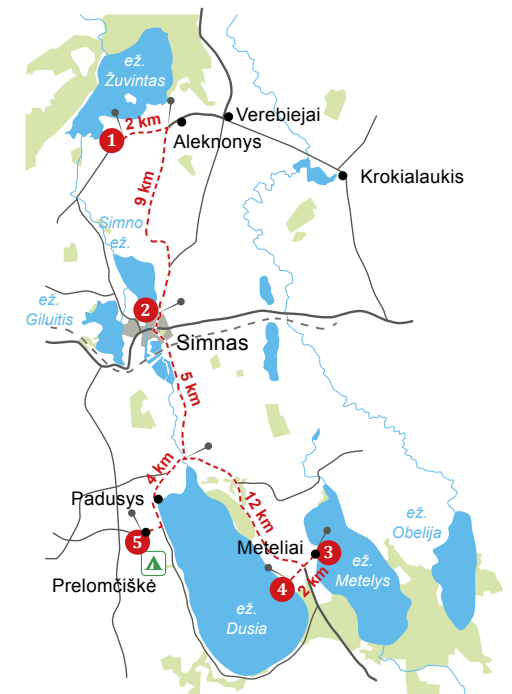
Dzūkijos ežerai: nuo Žuvinto iki Dusios

Pietūs prie Dusios ežero

Pasirinkę kelionės maršrutą nuo Žuvinto iki Dusios ežero, dieną praleisime nuostabiame Pietų Lietuvos gamtos prieglobstyje. Atrasime Dzūkijos krašto turtus: grožėsimes natūraliomis pievomis, kalvomis, miškais ir didžiuliais ežerais. O pakeliui aptiksime ne vieną urbanistikos, architektūros ir archeologijos paminklą. Į kelionę pravartu pasiimti žiūronus – jie tikrai pagelbės atvykus į paukščių karalystę prie Žuvinto ežero.

Kelionę patogiau pradėti važiuojant iš Prienų arba Marijampolės. Išvažiavę į A16 kelią, vykime Igliaukos link, kol pamatysime nuorodą į Simną. Sukime rodyklės kryptimi į 181 kelią ir judėkime iki Verebiejų. Tuomet tiesiai per kaimą iki sankryžos su nuoroda Simno link. Pasukę nuorodos kryptimi, važiuokime apie 2 km iki Aleknonių kaimo. O pravažiavę kaimą sukime dešiniau į 1112 kelią. Taip pasieksime **Žuvinto biosferos rezervatą** ① ir jo teritorijoje tyvuliuojantį Žuvinto ežerą. Tereikia pasiekti nuorodą rezervato link, sukti dešinėn ir važiuoti apie pusę kilometro iki rezervato lankytojų centro pastato.

Aikštelėje prie Lankytojų centro galime palikti automobilį ir pėsčiomis keliauti po rezervato teritoriją. Eidami įrengtu Žuvinto ežero gamtos taku, susipažinsime su šiam ežerui būdinga augalija ir gyvūnija. Tako pabaigoje būtinai užlipkime į apžval-



gos bokštelį – išvysime atsiveriančius Žuvinto ežero vaizdus. Smalsiems keliautojams bus įdomu stebėti ežero pakrantėse krykaujančius ar praskrendančius paukščius.

Pasigėrėję natūralia Dzūkijos gamta, važiuokime atgal iki 1112 kelio ir vykime į **Simną** ②. Pakeliui dar stabtelėkime prie dešinėje kelio pusėje įrengtos apžvalgos platformos, skirtos Žuvinto pievų paukščiams stebėti. Važiuodami per Ažuolininkų kaimą, sustokime pačiame jo centre ir nueikime iki rezervatui priklausančio

Šventojo miško link: nuo Jurbarko iki Rambynų

Senovės lietuvių pietūs



Beveik visus Lietuvos vandenį surinkęs upių tėvas Nemunas parodo tikrąją savo jėgą žemupyje. Mažai vingiuodamas, užėmęs gerokai platesnę vagą ir pasirinkęs tiesiausią kelią, jis skuba į Kuršių marių glėbį. Ta pačia kryptimi, tarsi pasroviui su Nemunu verta pakeliauti ir smalsiems turistams.

Jurbarko per šią upių galiūną pastatytas paskutinis tiltas, kurio abiejose pusėse driekiasi etnografiniai Lietuvos regionai (Žemaitija ir Suvalkija). Toliau Nemunas tampa natūralia gamtine siena, atskiriančia Karaliaučiaus sritį nuo Lietuvos valstybės ir keliautojams paliekančia tik dešinę, šiaurinę savo pakrantę. O seniau šios valstybinės sienos nebuvo, čia abipus Nemuno gyveno baltų gentis – skalviai. Nuo Smalininkų į vakarus ir pietus besidriekianti krašto dalis priklausė Prūsijai, ji buvo apgyvendinta lietuvininkų ir vadinosi Mažąja Lietuva.

Šiaurinė jos dalis, 1923 m. atitekusiai Lietuvai, įgijo Klaipėdos krašto pavadinimą. Šiandien tai išskirtinis Lietuvos regionas, pasižymintis ne tik vokiškos kultūros paveldu ir evangelikų liuteronų bažnyčiomis, bet ir kovų su kryžiuočiais vietomis bei lietuvių knygnešių išmintais takais. Keliaujant šiaurine Nemuno pakrante nuo Jurbarko Bitėnų link, galima neabejoti, jog lygiai taip pat ir prieš daugelį šimtmečių šiuo keliu traukė maldininkai, norėję aplankyti žymią baltų šventvietę – Rambynų alkakalnį.

Mūsų maršrutas prasideda **Jurbarko 1**, įsikūrusiame ant Nemuno krantų. Dar XIII a. kryžiuočiai čia buvo pastatę Georgenburgo pilį, o baltai buvo įsitvirtinę ant netoliese esančio Bišpilio piliakalnio šalia Imsrės upės. Per tarpusavio karus abi medinės pilys buvo ne kartą sudegintos. Iki šių dienų išlikę tik piliakalniai.

Pietūs prie Kuršių marių

Mažoji Lietuva – tai žvejų kraštas. Šios vietovės kultūrą labiausiai paveikė kaimynai vokiečiai: pradedant pastatų architektūra ir baigiant tradicine virtuve. Šio krašto žmonės pirmieji Lietuvoje išmoko gerti kavą. Kaip pasakoja senoliai šilutiškiai, jie pusryčiams valgydavę lengvą sriubą, bet dažniau gerdavę miežinę ar kitokią pienu balintą „kafiją“ su duona, pagardinta sviestu ar taukais. Vietiniai žmonės ruošdavo „zengurkius“ – garstyčių agurkus (agurkus raugdavo su garstyčių grūdėliais). Įdomu tai, kad XVIII–XIX a. neturtingi lietuvininkai valgydavo varnieną. Iki pat Antrojo pasaulinio karo varnos būdavo gaudomos ir pardavinėjamos Karaliaučiaus ir Klaipėdos turguose. Vis dėlto pagrindinis Mažosios Lietuvos gyventojų maistas būdavo žuvies patiekalai, o mėgstamiausias – žuvienė. Pagrindinė taisyklė, norint išvirti gerą žuvienę, – sriubą virti tik iš vienos rūšies žuvies. Smulkios žuvys ir šakninės daržovės verdamos kaip žuvienės pagrindas – sultinys. Po to jame verdamas stambesnė žuvis, paprastai supjausyta gabalais. Tikra žuvienė vadinama žuvies, iš kurios ji išvirta, vardu, pavyzdžiui, sterko žuvienė. Tokia sriuba gaminama be priedų, tik vėliau, nusižiūrėjus nuo vokiečių virtuvės, buvo įpjaustoma bulvių. Gera žuvienė balinama grietinėle.

Žuvienė



1 kg smulkios žuvies
1–1,5 kg lydekos ar kitos stambesnės žuvies
1 svogūno
1 morkos
1 petražolės šaknies
1 laurų lapo
2–2,5 l vandens
500 g grietinėlės
poros kvapiųjų pipirų
druskos

Smulkia žuvį nuvalyti, išskrosti ir išvirti kartu su daržovėmis bei prieskoniais. Paskui perkošti per sietelį arba audeklą ir sudėti išvalytą bei gabalais supjausytą lydeką ar kitokią stambesnę žuvį. Po užvirimo žuvienę dar virti 5–10 min. Patiekti užbalinus grietinėle.

„Mizerija“



2 didelių silkių
2 stiklinių grietinės
2 raugintų agurkų
100 g sviesto
8 bulvių
krapų arba svogūnų laiškų

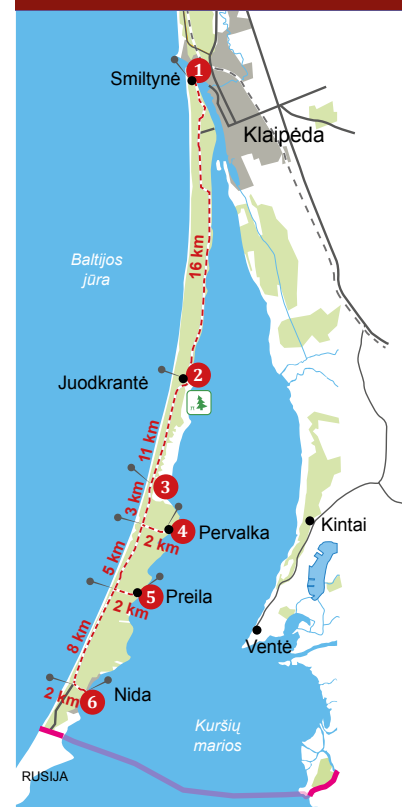
telių. Bulves suvynioti į foliją ir iškepti žarijose. Po to nuvynioti popierių, iš iškepusių silkių išimti kaulus ir supjausyti gabaliukais. Agurkus smulkiai supjaustyti ir, sumaišius su grietine, užpilti ant silkių. Tada pabarstyti kapotų krapų ar svogūnų laiškų. Patiekti su keptomis bulvėmis.

Neluptas silkes kartu su sviestu gabalėliais suvynioti į kepimo popierių ir iškepti ant žarijų arba specialios skardos, kurią galima padėti ant gro-



Gintarinis kelias: nuo Smiltynės iki Nidos

Žuvis, žuvies, su žuvimi...



Lietuvos deimantas – Kuršių nerijos pusiasalis, 2000 metais įrašytas į UNESCO Pasaulio paveldo sąrašą. Išskirtinis Kuršių nerijos kraštovaizdis atspindi harmoningą gamtos ir žmogaus sambūvį. Norėdami tuo įsitikinti ir palepinti savo akis nuostabiais gamtos peizažais, praplėsti akiratį, keliaukime į Kuršių neriją, kur išsikūrusios unikalios senosios žvejų gyvenvietės.

Į nuostabų žemės kampelį – Kuršių neriją – pateksime iš Klaipėdos

persikėlę keltu. Šiuo metu tai galima padaryti Senojoje ir Naujojoje perkėlose. Pirmoji mūsų kelionės stotelė – **Smiltynė 1**, kurios šiaurinėje dalyje esantis Kopgalis yra šiauriausias Kuršių nerijos taškas. Buvusio Kopgalio kaimo vietoje, 1979 m. rekonstravus Kuršių nerijos fortą, buvo įkurtas Lietuvos jūrų muziejus. Krantinėje šalia muziejaus „nutūpęs“ 12 m aukščio metalinis jūros paukštis – albatrosas. Ši skulptūra skirta žuvusiems Lietuvos jūrininkams atminti ir nuskendusiems laivams įamžinti (skulpt. K. Pūdymas, archit. M. Zabarauskas, 2011).

Keliaudami pietų kryptimi, gilyn į Kuršių nerijos širdį, išvysime Pajūrio žvejo etnografinės sodybos kompleksą, atkurtą remiantis Palangos ir Šventosios pajūrio ruože išlikusiais senųjų žvejų sodybų pavyzdžiais. Etnografinę sodybą sudaro gyvenamasis namas, tvartas, klėtis, pirtis, rūsys ir rūkykla. Kiek toliau nuo sodybos išvysime didžiausius Lietuvos jūrų muziejaus eksponatus – laivus.

Iš Smiltynės 167 keliu vykime į pietinę Kuršių nerijos pusę – pasieksime pirmąją Neringos gyvenvietę – **Juodkrantę 2**. Vos tik atvykę, galime stabtelėti prie Gintaro įlankos. Kasant įlankos uostą, čia, Kuršių marių dugne, buvo rasta vidurinio neolito – žalvario amžiaus – gintaro dirbinių kolekcija. Šis radinys buvo pramintas Juodkrantės gintaro lobiu. Pasižvalgę keliau-



Bebaigią kepti mėsos vėrinukai

Kiaulienos vėrinukai



500–600 g kiaulienos išpjovos
druskos
pipirų

marinatu:

1 šaukšto rudojo cukraus
1 citrinos sulčių
150 ml (maždaug dviejų trečdalių
puodelio) sojų padažo
1 šaukšto pomidorų padažo

Mėsą supjaustyti storomis 12–15 cm
ilgio ir 2–3 cm pločio juostelėmis ir
sumauti ant iešmelių. Pasiruošti ma-
rinatą ir jame pamirkyti vėrinukus.
Kepti 5–8 minutes, tada pagardinti
druska ir pipirais.

Vištienos vėrinukai



500–600 g vištienos krūtinėlės filė
2 svogūnų
pusės pluoštelio petražolių
2 šaukštų grietinės arba natūralaus jogurto
2 šaukštų alyvuogių aliejaus
druskos
pipirų

Vištieną supjaustyti išilgai ir sumauti
ant iešmų. Tada plonai supjaustyti
nuluptus svogūnus, smulkiai sukapoti
petražoles, sumaišyti su grietine ar jo-
gurtu, supilti alyvuogių aliejų, suberti
druską ir pipirus. Šiame mišinyje pa-
volioti vėrinukus ir kepti 5–8 minutes.

Daržovių vėrinukai

2 cukinijų
1 raudonosios paprikos
1 geltonosios paprikos
1–2 svogūnų
4–6 vyšninių pomidorų
4–5 šaukštų alyvuogių aliejaus
1 citrinos sulčių
druskos

Nuplautas ir nuvalytas paprikas ir
cukiniją supjaustyti į 4–6 dalis. Svo-
gūnus supjaustyti skiltelėmis, kad
šakninė dalis liktų neperpjauta – taip

Vaisių vėrinukai

1 nedidelio meliono
8–12 slyvų
3–4 kriaušių
1 šaukšto smulkiai kapotų mėtų lapelių
400–600 g natūralaus jogurto
2–3 šaukštų skysto medaus
100 g kapotų riešutų

Melioną nuplauti, išimti sėklas, išskobti
minkštimą ir supjaustyti maždaug 2 cm
dydžio kubeliais. Žievelės neišmesti,

Žolelių arbata



Šviežių čiobrelių
miško uogų su uogienojais
4–6 šaukštelių cukraus
1–1,5 l vandens
1 citrinos (nebūtinai)

Užvirtu vandenį, sumesti žoleles,
pavirti 5–10 minučių, paruoštą arbatą
pasaldinti. Kai pravės, sudėti griežinė-
liais supjaustytą citriną.



skiltelės visiškai neatsiskirs viena nuo
kitos. Daržoves suverti ant 4–6 medinių
iešmų (prieš tai iešmus išmirkyti van-
dentyje). Sumaišyti aliejų, citrinos sultis
ir druską, gautu mišiniu gausiai patepti
vėrinukus, tada dėti ant grotelių ir kepi-
ti 10–15 min., kol daržovės suminkštės.

Patarimas. Daržovių vėrinukus gali-
ma dėti ant aliejumi pateptų folijos lapų
ar padėklo ir tik tada ant grotelių. Taip
kepamos daržovės nepriekš prie grotel-
ių ir vėrinukus bus lengviau nuimti.

Vėrinukus galima verti ir iš kitų
mėgstamų daržovių.



padalyti į 4–6 dalis ir iš jų padaryti lėkš-
tes – laivelius. Slyvas perpjauti pusiau,
išimti kauliukus. Kriaušes nuplauti, iš-
imti sėklas ir supjaustyti į keturias dalis.
Ant iešmelių pakaitomis suverti vaisius
ir vartant kepti ant karštų grotelių 5–7
minutes. Paruošti jogurtą: mėtų lapelius
sumaišyti su jogurtu, medumi ir riešu-
tais, padalyti porcijomis ir sudėti į „laive-
lius“. Patiekti su iškeptais vėrinukais.

Patarimas. Vėrinukų galima pasi-
daryti ir iš kitų vaisių.

Ant laužo verdame arbatą

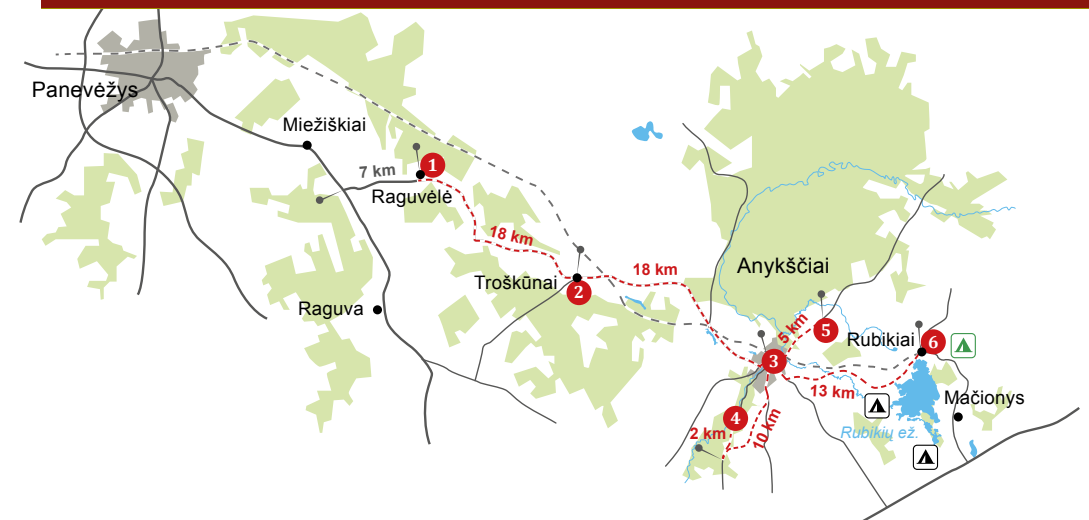




Raguvėlės dvaras iš paukščio skrydžio

Rytų Aukštaitijos lobiai: Raguvėlė, Anykščiai, Voruta

Pietūs po Aukštaitijos dangumi



Įdomus, kultūros bei gamtos paminklais viliojantis maršrutas driekiasi pro Anykščius, važiuojant nuo Panevėžio iki Rubikių ežero. Kelionėje aplankysime tikrų tikriausius Aukštaitijos lobius – Raguvėlės dvaro ansamblį, Troškūnų Švč. Trejybės bažnyčią ir bernardinų vienuolyną, vieną gražiausių Šiaurės rytų Lietuvos miestų – Anykščius, paslaptinę Vorutos (Šeimyniškių) piliakalnį. Išvyką baigsime vakarieniaudami prie šešiolika salų pasipuošusio Rubikių ežero.

Kelionę pradėkime nuo Panevėžio. Iš miesto važiuokime 121 keliu Anykščių link. Už 29 km nuo Panevėžio įsikūręs Raguvėlės kaimas. Jo pažiba – **Raguvėlės dvaro sodyba** ① bei vienas seniausių Lietuvoje peizažinių dvaro parkų. Norėdami apžiūrėti dvaro ansamblį, automobilį galime palikti šalia pagrindi-

nėje gatvėje esančios medinės liaudiško klasicizmo formų Šv. Stepono bažnyčios. Nepatingėję paeiti kelis šimtus metrų dešinėje esančia K. Komaro gatve, rasime dvaro koplyčią-mauzoliejų, kuriame ilsisi bajorų Komarų palaikai. Grįžę atgal iki pagrindinės gatvės, pasukime dešinėn į ūksmingą alėją, kuri veda iki pačių dvaro rūmų. Apžiūrėję buvusias bajorų Komarų valdas, kelionę galime tęsti toliau.

Kita maršruto stotelė – už 18 km įsikūręs **Troškūnų miestas** ②. Jau važiuojant pagrindine Troškūnų gatve, kairėje matyti balta bažnyčios varpinė. Šalia jos galime palikti automobilį ir apžiūrėti XVIII a. pabaigoje vienuolių bernardinų pastatytą Švč. Trejybės bažnyčios ir vienuolyno statinių ansamblį. Smalsūs keliautojai užeis į pačią šventovę, kurioje pamatys



Šonkauliukai su cinamonu

Šonkauliukai su cinamonu



8–12 kiaulienos šonkaulių
2 šaukštų medaus
1 didelio apelsino sulčių
2 šaukštų alyvuogių aliejaus
¼ šaukštelio malto cinamono
druskos
pipirų

Dideliame dubenyje iki vientisos masės išmaišyti medų, išspausť apelsino sultis, aliejų ir cinamoną, pagardinti druska ir pipirais. Sudėti šonkauliukus ir išmaišyti, kad visi gabaliukai pasidengtų marinatu. Palai-
kyti per naktį šaltai. Kitą dieną iškepti ant grotelių arba grotuoto paviršiaus. Nuėmus nuo kepsninės, šonkauliukus uždengti ir palaikyti 5 minutes. Patiekti su apelsinų salotomis.

Apelsinų salotos

4–6 vidutinio dydžio apelsinų
1–2 šaukštų citrinų sulčių
2–3 šaukštų alyvuogių aliejaus
400–500 g įvairių salotų lapų
1–2 svogūnų
saujelės juodųjų alyvuogių be kauliukų
druskos
pipirų

Nulupti svogūnus ir apelsinus. Apelsinus suskirstyti skiltelėmis, iš poros skiltelių išspausti šaukštą sulčių. Sultis gerai išmaišyti dideliame inde su citrinų sultimis ir aliejumi, pagardinti

druska ir pipirais. Tada sudėti apelsinų skilteles, susmulkintus salotų lapelius, supjaustytą svogūną ir alyvuoges. Indą švelniai pakratyti.



Ant grotelių kepta žuvis



Šviežios žuvies (pavyzdžiui, karoso)
aliejaus
paprikos miltelių
druskos



Jei vyrams, kol moterys ruošia vaišes, pavyktų pagauti žuvį (pavyzdžiui, karosą), ją galima iškepti specialiose grotelėse-laikikliuose arba tiesiog ant grotelių.

Žuvį nuvalyti ir jos šonus įpjauti skersai, tada įberti druskos, apšlakstyti aliejumi, pabarstyti paprikos miltelių ir įdėti ant grotelių-laikiklių arba įprastų grotelių ir kepti kepsninėje ar ant žarijų, kol paruduos.

Persikai su maskarponės sūriu



8–12 didelių persikų
2–4 mažų keksiukų
100–140 g maskarponės sūrio
4–5 šaukštų pieno
2–3 šaukštų citrinų sulčių
kelių mėtų lapelių
4–6 kaušelių vanilinių ledų arba jogurto (nebūtinai)

Keksiukus stambiai sutrupinti ir sumaišyti su maskarponės sūriu, pienu ir citrinų sultimis. Persikus nuplauti, perpjauti pusiau ir išimti kauliukus. Vaisius dėti ant karštų grotelių ir kiekvieną pusę kepti 1–2 minutes. Tada persikus įdaryti maskarponės mase, apibarstyti mėtomis ir patiekti kartu su vanilniais ledais arba jogurtu.

Vietoj persikų galima kepti ir didesles slyvas ar nektarinus.

Kriaušių kompotas



1 kg kietesnių kriaušių
200 g cukraus
2–3 citrinų
2–2,5 l vandens

Iš cukraus ir vandens reikia paruošti sirupą: į vandenį įdėti cukraus

ir užvirus pavirti dar 5 minutes. Kriaušes nuplauti, nulupti, išimti sėklalīdzius, supjaustyti skiltelėmis ir pavirti sirupe, kol suminkštės, bet nesutiš. Viską atvėsinti, supjaustyti citrinas, sudėti jas į kompotą, gėrimą supilti į sandariai užsukamus indelius ir pasiimti į kelionę.