**Nealkoholinių kokteilių bumas: žmonės juos vertina kaip potyrį**

**Užsukus į „Torstig“ barą Londono širdyje, galite nustebti – čia nepavyktų rasti nė lašo alkoholio. Unikalus baras siūlo tik nealkoholinius gėrimus bei kokteilius. Tokių vietų didžiuosiuose pasaulio miestuose atsiranda vis daugiau, kur baro lankytojai gali praleisti laiką su draugais blaiviai, mėgaujantis nekasdieniais skonių deriniais. Nors Lietuvoje tokių barų dar tik pradeda atsirasti, nealkoholiniai kokteiliai vis dažniau tampa pirmuoju lankytojų pasirinkimu.**

Didėjantis nealkoholinių gėrimų populiarumas susijęs su augančiu visuomenės informuotumu apie alkoholio daromą žalą sveikatai bei vis didesniu susidomėjimu blaivumu ir saikingumu.

„Apoteka“ baro vadovas ir Vilniaus barmenų akademijos lektorius Vainius Balčaitis taip pat pastebi, kad kartu keičiasi ir kokteilių skanavimo kultūra – gėrimas vertinamas kaip potyris, apimantis idėją, skonius ir istoriją, kam alkoholis nėra būtinas.

„Nealkoholiniai kokteiliai įgauna savo istoriją, žaidžiama su technikomis, naudojami kokybiški ingredientai, galvojama apie taurę, papuošimus ar net gėrimo pavadinimą“, – sako jis.

Pasak V. Balčaičio, anksčiau nealkoholiniai kokteiliai buvo itin paprasti – dažniausiai tai būdavo sulčių ir sirupo derinys arba tas pats klasikinis gėrimas, tik be alkoholio. Tačiau, didėjant tam tikrų nealkoholinių ingredientų, tokių kaip džinas, vermutas ar kartusis likeris, pasiūlai, vis daugiau barų dabar gali į šiuos gėrimus žiūrėti konceptualiau.

„Svečiai nori išbandyti vis įdomesnių skonių kombinacijų, tad dažnai renkasi unikalios kūrybos nealkoholinius kokteilius. Be to, populiarūs tapo ir gėrimai, imituojantys alkoholinius kokteilius, tačiau anksčiau jų niekas negamindavo, nes trūkdavo ingredientų“, – pažymi barmenas.

**Svarbu laikytis tam tikrų taisyklių**

Nors ir ne kiekvienas gali pasigirti barmeno įgūdžiais, nealkoholinių kokteilių ruošimas namuose gali būti paprastas ir malonus procesas, jei laikomasi pagrindinių taisyklių.

Anot V. Balčaičio, ruošiant šiuos gėrimus svarbu bandyti išgauti intensyvų skonį, kuris kompensuotų alkoholio nebuvimą. Vienas iš būdų tai pasiekti – kokteilių neplakti ar nemaišyti per ilgai, nes tokiu būdu bus išlaikomas skonio stiprumas.

„Jei gamybos būdas reikalauja ledo, jo visuomet reikėtų dėti kuo daugiau. Kuo daugiau ledo, tuo jis lėčiau tirpsta, o tai reiškia, kad kokteilis mažiau atsiskies“, – patarimais dalinasi ekspertas.

**Kokios sultys tinkamiausios – šviežiai spaustos ar iš pakuotės?**

Ruošiant kokteilius, ypač nealkoholinius, sultys tampa vienu svarbiausių ingredientų. Anot eksperto, populiariausios yra šimtaprocentinės citrusinių vaisių, tokių kaip citrinų, apelsinų ir greipfrutų, sultys, taip pat pomidorų ar egzotiškų vaisių, pavyzdžiui, ananasų ir mangų sultys.

Lietuvoje vis dažniau galima rasti kokteilių, kuriuose naudojami vietiniai ir sezoniniai ingredientai. Pavyzdžiui, uogos, mėtų lapai, medus, liepžiedžių arbata, kriaušės ar daržovės, kaip morkos ir burokėliai.

Paklaustas, kokios sultys tinkamesnės kokteiliams – iš kartoninės pakuotės ar šviežiai spaustos, V. Balčaitis pabrėžia, kad tai priklauso nuo ruošiamo kokteilio ir jo paskirties.

„Citrinų ir laimo sultys visada geriau tinka šviežios, nes jas spaudžiant iš žievelių išsiskiria eteriniai aliejai, kurie prideda gėrimui savito ir sodresnio skonio. Kalbant apie egzotinių vaisių sultis, svarbu atkreipti dėmesį į jų skonio pastovumą. Tie patys ananasai gali būti skirtingi – kartais saldesni, kartais rūgštesni. Todėl, jei reikalingas kokteilio receptui svarbus skonio pastovumas, galima naudoti ir parduotuvėse įsigytas aukštos kokybės sultis“, – pabrėžia jis.

Jei nesinori patiems ruošti nealkoholinių kokteilių, jų galima įsigyti jau paruoštų – jų pateikimui prireiks tik ledukų bei papuošimų.

„Vartojimui paruošti nealkoholiniai kokteliai su vaisių sultimis Lietuvoje yra gana populiarūs. Prieš kelerius metus Lietuvos rinkai pristatyti „Elmenhorster“ nealkoholiniai kokteiliai „Mojito“ ir „Pina Colada“ nepraranda populiarumo ištisus metus“, – sako didžiausios Lietuvoje sulčių gamintojos „Eckes-Granini Baltic“ vadovas Marius Gudauskas.

**Puota akims: gėrimų dekoravimas**

Kokteilio visuma priklauso ne tik nuo skonio, įdomios taurės, bet ir nuo parinkto papuošimo, kuris nebūtinai turi papildomai kainuoti.

Pasak V. Balčaičio, gėrimus galima papuošti šviežiomis žolelėmis, tokiomis kaip mėta, bazilikas, čiobrelis ar rozmarinas, kurios suteikia gaivų ir malonų aromatą. Dar vienas paprastas būdas papuošti kokteilius – naudoti šviežius arba džiovintus vaisius. Svarbu tik gerai nuplauti ir, pageidautina, nušveisti vaisius, skirtus dekoravimui.

Vilniaus barmenų akademijos lektorius dalijasi 3 nesunkiai paruošiamais nealkoholinių kokteilių receptais, kurie gali tapti artėjančių švenčių akcentu.

**Nealkoholinis punšas**

**Reikės:**  450 ml nealkoholinio sidro, 200 ml „granini“ vynuogių sulčių, 60 ml laimų sulčių, 1 apelsino

**Paruošimas:**

1. Supilkite nealkoholinį sidrą, vynuogių sultis ir laimų sultis į didesnį ąsotį.

2. Apelsiną supjaustykite griežinėliais ir sudėkite į ąsotį.

3. Norint suteikti papildomo skonio, gėrimą galima pagardinti mėgstamais prieskoniais, pavyzdžiui, cinamono lazdele, anyžiais ar šviežiu imbieru.

**Citrusų kokteilis su čiobreliu**

**Reikės:**  100 ml greipfrutų sulčių, 20 ml agavos sirupo, 30 ml citrinų sulčių, gazuoto vandens, šviežio čiobrelio

**Paruošimas:**

1. Į aukštesnę taurę įdėkite šviežio čiobrelio, šiek tiek paspauskite šaukštu, kad išsiskirtų aromatai.

2. Įpilkite agavos sirupo, tada įdėkite ledo kubelių.

3. Supilkite greipfrutų ir citrinų sultis, užpilkite gazuotu vandeniu.

4. Viską gerai išmaišykite ir papuoškite greipfruto skiltele.

**Vanilės ir pasiflorų palaima**

**Reikės:** 100 ml „granini“ vanilės-pasiflorų sulčių gėrimo, 50 ml ananasų sulčių, 15 ml citrinų sulčių, nealkoholinio putojančio vyno

**Paruošimas:**

1. Į aukštesnę taurę įdėkite ledo.

2. Įpilkite 100 ml „granini“ vanilės-pasiflorų sulčių gėrimo, 50 ml ananasų sulčių ir 15 ml citrinų sulčių.

3. Gerai suplakite su šaukštu.

4. Nukoškite į kokteilinę taurę be ledo.

5. Patiekite su taurele nealkoholinio putojančio vyno.