Pranešimas žiniasklaidai

2025 m. spalio 7 d.

**Egzotiniai vaisiai – jau nebe retenybė: kuo jie vertingi ir kaip atsirinkti geriausius?**

**Kaip atpažinti tinkamai prinokusį avokadą ar mangą, jau įgudę daugelis tautiečių. Bet kaip atskirti prisirpusį, kokybišką kertuotį, pasiflorą ar rambutaną, greičiausiai pasakys ne kiekvienas vaisių mėgėjas. Lietuviškas prekybos tinklas „Maxima“ pataria, į ką atkreipti dėmesį renkantis egzotinius vaisius ir kuo jie vertingi sveikatai – juk daugelis šių vaisių pasižymi vitaminų, mineralų, antioksidantų ir kitų organizmui naudingų medžiagų gausa.**

„Iš tolimų kraštų atgabenti egzotiniai vaisiai jau nebėra retenybė ant mūsų pirkėjų stalo – „Maximos“ parduotuvėse jų galima rasti ištisus metus, o asortimentas priklauso nuo sezono. Statistika rodo, kad vis daugiau pirkėjų juos įtraukia į savo valgiaraštį – per devynis šių metų mėnesius egzotinių vaisių pardavimai mūsų tinklo parduotuvėse, palyginti su tuo pačiu praėjusiųjų metų laikotarpiu, išaugo 15 procentų“, – sako Titas Atraškevičius, „Maximos“ atstovas ryšiams su žiniasklaida.

Šiemet „Maximos“ parduotuvėse net kelis kartus padidėjo raudonųjų kertuočių bei dumplūnių pardavimai, pirkėjų krepšeliuose taip pat atsidūrė kur kas daugiau ličių, datulių, persikinių pasiflorų.

„Egzotinius vaisius renkasi vis daugiau pirkėjų, o daliai jų jie tapo kone kasdienės mitybos dalimi. Atsižvelgdami į pirkėjų poreikius, plečiame šių vaisių asortimentą, tuo pačiu maksimalų dėmesį skirdami jų kokybės ir šviežumo užtikrinimui. Šiuo metu mūsų tinklo parduotuvėse vykstanti egzotinių vaisių savaitė yra puiki galimybė atrasti išskirtinių skonių bei sustiprinti imunitetą organizmui naudingomis medžiagomis“, – sako T. Atraškevičius.

**Spalva, kvapas, tekstūra – trys svarbiausi kriterijai**

Pasak „Maximos“ Vaisių ir daržovių pirkimų skyriaus vadovės Julijos Butkevič, renkantis daugelį egzotinių vaisių galioja panašūs kriterijai: reikia atkreipti dėmesį į spalvą, kvapą ir tekstūrą. Jei vaisius turi būti raudonas ar geltonas, derėtų įvertinti, ar ant jo nėra neaiškios kilmės dėmių, taip pat žalsvų odelės zonų, rodančių, kad vaisius dar nesunokęs.

Paimtas į rankas bet kuris vaisius turi būti atitinkamo kietumo, mat per kietas gali būti nepakankamai prinokęs, o per minkštas – jau pradėjęs gesti. Vis dėlto bene geriausiai vaisiaus kokybę nusako uoslė – egzotiniai vaisiai neretai turi specifinį kvapą, tačiau daugelis jų kvepia saldžiai ir maloniai. Jei užuodžiate rūgštumą, o vaisius rūgštele nepasižymi, verčiau jo nevalgykite. Vis tik J. Butkevič pabrėžia, kad yra ir specifinių bruožų, būdingų kiekvienam vaisiui, į kuriuos verta atkreipti dėmesį.

„Drakono vaisiumi vadinamas **raudonasis kertuotis**, kaip nusako pats pavadinimas, turėtų būti ryškiai raudonos ar rožinės spalvos, su žalsvais žvyneliais. Jo aromatas švelnus, salstelėjęs. Atpažinti gerą raudonąjį kertuotį galima pagal kvapą – jei juntamas rūgštumas, vaisius gali būti pradėjęs gesti“, – sako J. Butkevič.

Vaisių ir daržovių pirkimų skyriaus vadovė dalinasi, kad į mažus pomidorus panašios **dumplūnės** jau yra įprastos mėgstantiems netradicinius skonius: geltonas vaisius su gaubteliu naudojamas desertams ar net kokteiliams papuošti. Anot dietistų, saldi, lengvu rūgštumu pasižyminti dumplūnė turi nemažai citrinos rūgšties, fosforo, geležies, vitaminų B ir C. „Renkantis svarbu atkreipti dėmesį, kad ji būtų be dėmių ar pelėsio, be žalių plotelių ant žievelės, ne pernelyg minkšta“, – priduria J. Butkevič.

Dietistų teigimu, aistros vaisiumi vadinama **pasiflora** taip pat yra tikras vitaminų ir mineralų šaltinis: joje gausu vitamino C bei A, magnio, kalcio, geležies. Daugeliui vaisių galiojanti taisyklė, kad išorė turi atitikti vidų, pasiflorai netinka – raukšlėta, bet ne suglebusi ar patižusi žievelė rodo, kad vaisius yra gerai prisirpęs.

„Vienas mėgstamiausių „Maximos“ pirkėjų sezoninių vaisių, kurie mūsų regione neauga, yra **figos**. Teigiama, kad jos turi daug vitaminų B ir C, antioksidantų, fosforo, natrio, kalio, aminorūgščių. Prinokusios figos būna minkštos, tačiau ne suglebusios, o jų kvapas švelniai saldus. Gerą kokybę rodo ir tvirtas kotelis – jei jis yra sudžiūvęs ar nulūžęs, tokia figa gali būti senstelėjusi“, – apie figų išskirtines ypatybes pasakoja „Maximos“ atstovė.

Tuo tarpu **rambutaną**, kuris išvaizda panašus į litį, tik išsiskiria žalsvais plaukeliais, nesunku įvertinti vos žvilgtelėjus. Atskirti kokybišką vaisių galima pagal jo elastingus plaukelius. Pajuodavę, padžiūvę bei nulūžinėję plaukeliai – blogas ženklas.

**Kokybę tikrina ir specialiais įrenginiais**

Pasak J. Butkevič, siekiant užtikrinti „Maximose“ siūlomų egzotinių vaisių kokybę, pirmiausia vykdoma kruopšti augintojų ir tiekėjų atranka – vaisiai įsigyjami iš tų užsienio ūkių, kuriuose palankiausios jų auginimo ir nokimo sąlygos, atsižvelgiant į sezoną ir klimato aplinkybes. Atgabentų vaisių kokybė iš karto patikrinama „Maximos“ logistikos centre, į kurį atkeliauja visos temperatūrai jautrios prekės, reikalaujančios skirtingų temperatūros režimų.

„Pristatyti į sandėlį kiekvienos kategorijos vaisiai yra skirtingai vertinami. Kietumui nustatyti naudojamas penetrometras, cukringumui – refraktometras, o citrusiniai vaisiai spaudžiami sulčiaspaude, kad būtų nustatytas juose esantis sulčių kiekis“, – pasakoja „Maximos“ Vaisių ir daržovių pirkimų skyriaus vadovė.

Egzotiniai ir kiti vaisiai bei daržovės nuolat peržiūrimi ir parduotuvėse – darbuotojai mažiausiai tris kartus per dieną juos perrenka, o nekokybiškus ar praradusius išvaizdą pašalina iš prekybos.

**Salotos su figomis**

Egzotiniai vaisiai yra puikus pasirinkimas norintiems vėsų rudenišką vakarą prisiminti vasaros džiaugsmus. „Maximos“ kulinarijos meistrai siūlo pasigaminti mocarelos ir šviežių figų salotų. Joms **reikės:**

* 4 šviežių figų;
* 2 vnt. mocarelos (didesnių rutuliukų);
* 2 šviežių pomidorų;
* pusės citrinos;
* šviežio baziliko arba čiobrelio;
* itin gryno alyvuogių aliejaus;
* druskos ir pipirų (pagal skonį).

**Gaminimas.** Figas supjaustykite ketvirčiais, pradėdami nuo kotelio. Pomidorus supjaustykite griežinėliais. Mocarelą suplėšykite. Figas, pomidorus bei sūrį išdėliokite lėkštėje, ant viršaus galite užbarstyti šviežio baziliko arba čiobrelio lapelių – rinkitės pagal mėgstamą skonį. Viską apšlakstykite citrinos sultimis, alyvuogių aliejumi, įberkite norimą kiekį druskos bei pipirų. Patiekti geriausia su itališka duonele – čiabata. Skanaus!

***Apie prekybos tinklą „Maxima“***

*Tradicinės lietuviško prekybos tinklo „Maxima“ stiprybės – mažos kainos ir kruopščiai atrinktas asortimentas. Tinklą valdanti bendrovė „Maxima LT“ yra didžiausia lietuviško kapitalo įmonė, viena didžiausių mokesčių mokėtojų bei didžiausia darbo vietų kūrėja šalyje. Šiuo metu Lietuvoje veikia arti pustrečio šimto „Maximos“ parduotuvių, kuriose dirba apie 11 tūkst. darbuotojų ir kasdien apsilanko daugiau nei 400 tūkst. klientų.*

**Daugiau informacijos**:

El. paštas [komunikacija@maxima.lt](mailto:komunikacija@maxima.lt)