

#1 NUMURS
JANVĀRIS / FEBRUĀRIS
BEZMAKSAS

MAXIMA

K ēst?

Garšas, kas jāizbauda

FRANCIJA

16. lpp.

Saldākais mīlestības apliecinājums

VALENTĪNA DIENĀ

29. lpp.

KĀ DZĪVOT

VEGĀNISKI

UN DABAI
DRAUDZĪGI

GATAVO
NAŠKUS
PATĒS

IDEJAS VIEGLĀM RECEPTĒM
NO NEDAUDZĀM
SASTĀVDAĻĀM

MAXIMA
Raimonds Zommers

– ĒST AR ACĪM –
ZOMMERS



GARDAS RECEPTES / NODERĪGI PADOMI / PASAULES GARŠAS / VIETĒJIE RAŽOTĀJI / BUDAS BĻŌDA



SVEICIENS JAUNAJĀ GADĀ!

Janvāris visā pasaulē tiek atzīmēts kā vegānisma mēnesis, tādējādi godinot augu valsts izcelsmes produktus un aicinot kādu ierastu maltīti aizstāt ar vegāniskām alternatīvām. Mērķis šādai atzīmēšanai gada pirmajā mēnesī ir ne tikai mudinājums

uzsākt jaunu apņemšanos ar veselīgu uztura plānu, bet arī aicinājums dzīvot videi draudzīgāk.

Lai gan lielā sabiedrības daļā valda stereotips, ka vegāniskais uzturs ir garlaicīgs un vienveidīgs, es tomēr oponentu – tas ir daudzveidīgs, uzturvielām bagāts, un turpmākajās lappusēs jums būs iespēja par to pārliecināties. Iepazīstināšu jūs ar produktiem, bez kuriem vegāniskā virtuve nav iedomājama, dalīšos ar receptēm, kas ir gan viegli pagatavojamas, gan būs interesants papildinājums ikdienas uzturam arī tad, ja neesat vegāns, kā arī iepazīstināsim ar Budas

blodu un to, no kā tā sastāv.

Bez vegāniskās pasaules izziņāšanas tuvāk iepazīsim arī citu valstu virtuves – dosimies garšu ceļojumā uz Franciju, kur mūs iepriecinās franču sieru daudzveidība, mutē kūstoši sviesta kruasāni un zeltainas bagetes pēc labākajām franču receptēm. Indiju atklāsim ar kariju, dālu, *naan* maizītēm un vēl, vēl un vēl.

Un kā gan bez visu mīlētāju svētkiem februārī – svētā Valentīna dienu. Šokolādes gardumi un labākie piedāvājumi, arī idejas pašu gatavotiem našķiem, tomēr svarīgākais, ko atcerēties – lai ko gatavotu vai baudītu, visam pamatā ir mīlestība!

MAXIMA vēstnesis un šefpavārs
Raimonds Zommers

Aicinām pie vegāniski klāta galda!

Jā! Tik krāsains un daudzveidīgs var būt vegānisks uzturs. Tās nav tikai salātlapas ar riekstiem un turku zirņiem. MAXIMA veikalu plauktos atradīsiet falafelus un humosu, dažādus skābētus dārzeņus, tofu un dārzeņu pastētes, kas noderēs skaisti noformētas un pilnvērtīgas Budas bļodas pagatavošanai, kā arī dzērienus un jogurtus, pudiņus, ogas un dažādas granolas veselīgiem pēcpusdienas našķiem. Iepazīstiet plašo vegānisko produktu sortimentu pašī!

FALAFELA BUDAS BĻODA

recepti meklējiet
13. lpp.

VEGĀNISKAIS JOGURTS AR GRANOLU

GAĻAS VEGĀNISKĀS ĀLTERNATĪVAS

HUMOSS

TOFU BUDAS BĻODA

recepti meklējiet
13. lpp.

DĀRZEŅU PASTĒTE

Vērtīgais proteīns

Lietojoj vegānisku uzturu, īpaši jāpiedomā par augu valsts proteīnu daudzveidību. Lai uzņemtu ikdienā nepieciešamo olbaltumvielu devu, galdā jāiekļauj pākšaugi, sojas produkti un tofu. Vērts atklāt arī mazāk zināmus produktus, kā džekfrūtu un rauga pārsļas, kas ļauj vegānisko uzturu padarīt vēl daudzveidīgāku. Šie proteīnu saturošie produkti rada sāta sajūtu un nodrošina enerģiju visai dienai.

Pākšaugi nav tikai pupas un zirņi. To sortiments ir visās varavīksnes krāsās. Turklāt veikalā tie nopērkami gan sausā veidā, gan jau novārīti vakuuma iepakojumā.

19
€

2. Lēcas GLOBUS
310 g, 3,84 €/kg

3¹⁹
€

1. Sojas siers
ZĪDA TOFU
349 g, 9,14 €/kg

Noteikti ir vērts iepazīt Indijas maizeskoka augli – džekfrūtu. Tā mīkstsūms līdzinās gaļas tekstūrai un ir bez īpašas garšas, turklāt bagātīgi satur šķiedrvielas, ļoti maz tauku un kaloriju. Tādēļ vegāniskajā virtuvē to bieži izmanto gaļas vietā. Pagatavot džekfrūtu ir vienkārši – iemarinē kā gaļas gabaliņus un cep līdz gatavībai.

**PĀRDOŠANĀ TIKAI
MAXIMA XXX**

DŽEKFRŪTS

Alternatīvie piena produkti

Aicinām vismaz kadā no gatavošanas reizēm govs piena vietā izvēlēties kādu no piena alternatīvām – pie rīta kafijas, ar brokastu pārsļām vai gatavojot mērci un kā pēcpusdienas kārumu nobaudīt kādu no sojas jogurtiem. Izvēloties vegānisku uzturu, nav jāatsakās arī no siera, sviesta un krējuma. Tam visam ir alternatīvas. Pieprasījums pēc augu dzērieniem aug, jo to galvenais uzdevums ir skaidrs – visas piena alternatīvas ir videi draudzīgākas. Vienas govs piena glāzes saražošana rada trīs reizes lielāku metāna gāzu apjoma izplūšanu atmosfērā nekā jebkurš augu dzēriens, un, lai to ražotu, ir nepieciešama deviņas reizes lielāka zemes platība nekā jebkurai piena alternatīvai.

3⁵⁰ € ~~3,89 €~~ **Tikai**

3. Augu tauku produkts
GREEK STYLE SHEESE
200 g, 17,51 €/kg

2⁶⁰ € ~~2,89 €~~ **Tikai**

4. Augu tauku maisījums
BUTLER ar zaļumiem
110 g, 23,65 €/kg

2³⁹ € ~~2,65 €~~ **Tikai**

5. Sojas deserts
SOJASUN ar mellenēm
4x 100 g, 5,96 €/kg



Santa Maria

GARŠAI NAV ROBEŽU

SAKI JĀ VEGETĀRAJAM TAKO!

JAUNUMS!



SANTAMARIA.LV

152 € ~~1,69 €~~
Tikai

1. Mērce KONEX ar
kūpinātu papriku un
baklažāniem
190 g, 8,01 €/kg

224 € ~~2,49 €~~
Tikai

2. Dārzenų burgers
GOURMET GREEN
160 g, 14,01 €/kg

170 € ~~1,89 €~~
Tikai

3. Humoss CLASSIC
WELL WELL
150 g, 11,34 €/kg

Gatavs ēšanai

Tā vien šķiet, ka cilvēkiem brīvā laika kļūst arvien mazāk, tādēļ daudzi ražotāji domā par gatavo ēdienu produktu attīstību arī vegāniskajā segmentā.

Steidzīgajiem, nogurušajiem vai vienkārši slinkajiem piedāvājam plašu gatavo produktu klāstu. Lieciet uz šķīvja, smērējiet uz maizes, piešaujiet klāt sautējumam – šie produkti noteikti atvieglos jūsu un jūsu ģimenes ikdienu. Pareizi pagatavotu vegānisku burgeru būs grūti atšķirt no gaļas, tāpat arī vistas nagetus no sojas pupiņu "gaļas" gabaliņiem panējumā.



-30%*

4. Vegāniskās bumbas
BUJUMS trīs veidi

-25%*

5. Produkcijai NATURLI

maxima.lv/koest
*Cena pie preces norādīta ar atlaidi.
Preču piedāvājums attiecas MAXIMA veikalos.



Arī “Meistara marka” sortimentā atradīsiet jau gatavas maltītes ar gaļas alternatīvām no *The Vegetarian Butcher* produktiem. Dienās, kad pašam nav lustes gatavot vai vēlaties ātri paēst kaut ko gardu, kas pagatavots, domājot par vidi, izvēlieties šīs divas maltītes – sautējumu meksikāņu gaumē vai polārmaizi ar naģetiem.

Gudra izvēle ar pārļiecināšu garšu – *The Vegetarian Butcher* gaļas alternatīvas

Laikā, kad arvien vairāk domājam par to, kas nonāk uz mūsu šķīvjiem, vienlaikus domājam arī par to, kādas sekas uz planētu atstāj gaļas ražošanas industrija. Taču, lai cik skarba būtu realitāte, ir grūti atradināties no ierastajām garšām un atteikties no sulīgām baudām, ko sniedz maltītes ar gaļu. Taču nesakiet “hop”, pirms neesat pamēģinājuši visas alternatīvas! Nekas nav neiespējams, un gaļas alternatīvas tik tiešām var garšot gluži kā gaļa un sniegt to pašu baudījumu. To pierādījis *The Vegetarian Butcher* nākotnes veģetārais “miesnieks”, kas neko neatstāj nejaušības varā, bet, gluži pretēji – klasiskas gaļas delikateses pārvērš gardās un pārļiecināšas augu izcelsmes alternatīvās. Tā kā arvien vairāk cilvēku izvēlas veģetārus un vegāniskus ēdienus, kas gatavoti no augu valsts produktiem, ir alternatīvas, ko novērtēs arī pārļiecināti gaļas cienītāji.

Kā atrast produktus, kas neliks vilties? Uzticieties pārbaudītam un novērtētam zīmolam – *The Vegetarian Butcher*, kas piedāvā veģetārus un vegāniskus ēdienus ar īstas gaļas garšu un tekstūru. Katrs produkts ir kā slavas dziesma īstai gaļai, lai to novērtētu un baudītu ne tikai pārļiecināti vegāni un veģetārieši, bet arī gaļas cienītāji. Šo produktu izmantošanas iespējas ir neizmējamā, sākot no burgeriem, pastām, picām, dažādiem Āzijas ēdieniem un vēl, un vēl. Aizmirstiet par ierobežotām maltītēm, atsakoties no gaļas. Baudiet sulīgus un sārtus ēdienus, izjutot gaļas tekstūru un nejūtot mazuma piegaršu. Tā kā produktu ražošanā gala un tās īpašības ir bijusi kā atskaites punkts un kvalitātes etalons, produkti neatpaliek ne garšā, ne uzturvērtībā un tekstūrā.





2²⁰
€

Sautējums
meksikāņu gaumē
350 g, 6,29 €/kg



1⁹⁵
€

Polārmaize
ar nageziem
170 g, 11,47 €/kg

Ar uzturvērtību pildīta bļoda

Budas bļoda ir ēdiena koncepts, nevis recepte. Tas ir skaisti noformēts ēdiens, un, pareizi sakomplektēts, bļodas saturs izceļas ar īpaši augstu uzturvērtību. Tā ir sātīga, veselīga un uzturvielām bagāta maltīte.

Lai pagatavotu Budas bļodu, tā jāsadala četrās vienādās daļās. Vienu no tām pilda ar vegāniem piemērotiem **olbaltumvielu produktiem** (pākšaugi, rieksti, tofu, soja), otru – ar **ogļhidrātus saturošiem graudaugiem** (to skaitā dažādas nūdeles), trešā sastāv no **dārzeņiem** (svaigi, marinēti, cepti), bet ceturtajā daļā liekam **piedevas un mērces** (sēkliņas, dīgsti, grauzdiņi, kraukšķīgi sīpoli, humoss, pesto).

Veidojot Budas bļodu, ir svarīgi domāt ne tikai par garšu saderību, bet arī par dažādību krāsās un tekstūrās.

OGĻHIDRĀTUS
SATUROŠI
PRODUKTI

DĀRŽENI UN
AUGĻI

Ja kādam rodas jautājums – kāpēc šim ēdienam tāds krāšņs nosaukums, tad tam ir pat vairāki skaidrojumi. Viens no tiem aprakstīts Dana Zigmonda (*Dan Zigmond*) grāmatā “Budas diēta” (*Buddha’s Diet*). Buda katru dienu modās pirms rītausmas un nesa līdzīgu savu bļodu it visur, kur vien viņš devās un uzturējās. Vietējie iedzīvotāji bļodā ievietoja ēdienu kā ziedojumu, un katras dienas beigās Buda ēda visu, kas viņam tika sadots. Tāda bija oriģinālā “*Buddha bowl*” – liela bļoda, pilna ar ēdienu, kas ciemata iedzīvotājiem tajā laikā bija pieejams un ar ko tie varēja atļauties dalīties.

OLBALTUMVIELAS
SATUROŠI
PRODUKTI

PIEDEVAS UN
MĒRCES

VEGĀNISKS

FALAFELA
BUDAS BĻODA

TOFU BUDAS
BĻODA

3¹⁴
€

4,19 €

-25%

Falafels sojas
NATURLI
325 g, 9,67 €/kg

3⁵⁵
€

Sojas pupiņu siers
tofu BERIEF
2x 200 g, 8,88 €/kg

VIDEO RECEPTĒ



MAXIMA.LV/KOEST

Falafela Budas bļoda

2 PERSONĀM

Kopējais laiks

45 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 8 falafeli
- 1 saldais kartupelis
- 200 g kale kāposta
- marinētas bietes kubiņos
- dīgsti
- sauja mandeļu
- 150 g stikla nūdeļu
- 4 ēdamkarotes humosa
- eļļa cepšanai
- sāls, malti melnie pipari
- 1 tējkarote paprikas pulvera

Pagatavošana

1. Nomizotu saldo kartupeli sagriež 1 x 1 cm lielos kubiņos, liek uz cepamās pannas, apslaka ar eļļu, apber ar sāli un paprikas pulveri un cep 180 °C temperatūrā 30 minūtes.
2. Gatavas saldētas falafela bumbiņas apcep uz pannas no abām pusēm zeltaini brūnas.
3. Pagatavo stikla nūdeles, kā norādīts uz iepakojuma.
4. Kale kāpostus saplēš mazākos gabaliņos, liek uz pannas, pievieno nelielu daudzumu olīveļļas, sāli, maltus melnos piparus un 2 ēdamkarotes ūdens. Kāpostus apsautē, līdz tie kļūst mīksti un koši zaļi.
5. Lēzenā bļodā kārto kartupeļus, kale, nūdeles, bietes, falafelus un humosu. Visu pārber ar drupinātām grauzdētām mandelēm un nelielu daudzumu dīgstu košumam.

Tofu Budas bļoda

2 PERSONĀM

Kopējais laiks

50 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 200 g tofu
- 1 ēdamkarote saldās čili mērces
- 1 ēdamkarote medus
- 150 g basmati rīsu
- 1 mazais gurķis
- 6 redīsi
- 100 g korejiešu burkānu
- 150 g brokoļu
- sezama sēkliņas dekorēšanai
- 2 ēdamkarotes sojas mērces + pasniegšanai
- eļļa cepšanai

Pagatavošana

1. Tofu nospiež lieko šķidrumu, apmēram 30 minūtes turot zem sloga. Tad sagriež 1 x 1 cm lielos kubiņos un iemarinē sojas un saldā čili mērcē un medū. Notur vismaz 15 minūtes.
2. Rīsus novāra, gurķi un redīsus sagriež pēc iespējas plānākās šķēlītēs. Brokoļus sadala ziedkopās un liek vārošā ūdenī uz 3 minūtēm, tad nokāš un liek aukstā ūdenī, lai brokoļi saglabātu koši zaļu krāsu. Sezama sēkliņas uz sausas pannas apgrauzdē.
3. Pannā lej eļļu, uzkarsē un apcep marinētos tofu gabaliņus no visām pusēm vienmērīgi brūnus.
4. Bļodā pa apli izkārto visas sastāvdaļas. Pasniedz ar sojas mērci.

RUDZU RIKAS AR DIEDZĒTIEM GRAUDIEM

Vegāniskais sendvičs ar grilētu tofu

Porciju skaits

4 sendviči

Gatavošanas laiks

30 minūtes

Sastāvdaļas

- 8 šķēles Hanzas Maiznīcas Rudzu Rikas ar diedzētiem graudiem
- 200 g tofu
- 1 tējkarote medus
- 2 ēdamkarotes olīveļļas
- 1 tējkarote sāls
- 1/2 tējkarotes paprikas pulvera
- 1 ēdamkarote citronu sulas
- 100 g vegāniskās majonēzes
- 1 neliels tomāts
- 1 neliels gurķis
- saujiņa spinātu
- 1/2 sarkanā sīpola

Pagatavošana

1. Trauciņā sajauc medu, olīveļļu, citronu sulu, sāli un paprikas pulveri, liek iekšā kubiņos sagrieztu tofu un marinē vismaz 10 minūtes.
2. Uzkarsē pannu uz vidējās uguns, un cep tofu gabaliņus aptuveni 5 minūtes, līdz tie ir zeltaini brūni.
3. Uz katras maizītes uzsmērē majonēzi.
4. Uz katras maizīšu apakšējās kārtas spinātus, tomātus, gurķi, sarkano sīpolu un tofu.





RAIMONDS ZOMMERS IESAKA!

SĀC JANVĀRĪ AR BAGĀTĪGU AUGU VALSTS MALTĪTES IDEJU

Ir sācies jauns gads, tiek rakstīti 2022. gada mērķi un apņemšanās. Viena no lietām, ko lielākā daļa cilvēku apņemas jaunajā gadā, ir mainīt ēšanas paradumus. Šefpavārs un MAXIMA vēstnesis Raimonds Zommers aicina sākt jauno gadu ar jaunām garšām, pagatavojot bagātīgu augu valsts maltīti – vegānisko biešu kotleti ar avokado, karija pastā marinētiem baklažāniem un tomātiem.



VIDEO RECEPTĒ



MAXIMA.LV/KOEST

“Janvārī daudzi cilvēki apņemas uzturā iekļaut vairāk augu valsts produktu un samazināt dzīvnieku valsts izcelsmes produktu lietošanu. Lai sāktu gadu ar vieglu, bet uzturvielām vērtīgu maltīti, aicinu pagatavot šo vegānisko pamatēdienu, kas būs pa spēkam gan kulinārijas entuziastiem, gan tiem, kas ir sava kulinārā piedzīvojuma sākumā,” stāsta MAXIMA vēstnesis un šefpavārs Raimonds Zommers.

Vegāniskā biešu kotlete ar avokado un baklažāniem

4 PERSONĀM

Kopējais laiks

30 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 400 g V-Ego vegānisko kotlešu ar bietēm
- 65 g karija pastas *Patak's Tikka Masala*
- 2 baklažāni
- 4 avokado
- 250 g ķiršu tomātu
- buntīte pētersīļu
- olīveļļa
- olīveļļa ar trifelēm
- citrons
- sāls
- pipari

Pagatavošana

1. Baklažānus sagriež daivās, liek traukā, apber ar sāli un pipariem, pievieno karija pastu un olīveļļu. Visu kārtīgi apmaisa.
2. Uz pannas olīveļļā apcep baklažānu daivas no abām pusēm, līdz tās ir apbrūnējušās. Kad gatavas, nosusina uz papīra dvieļa.
3. Pagatavo salātus. Nelielos kubiņos sagriež nomizotu avokado, sagriež uz pusēm ķiršu tomātus, liek tos traukā, pievieno svaigi spiestu citronu sulu, olīveļļu, sagrieztus pētersīļus, sāli un piparus. Visu kārtīgi apmaisa.
4. Sakarsētā pannā liek biešu kotletes, cep no katras puses 2-4 minūtes. Kad viena puse ir izcepusies, apgriež un, kamēr cepas otra puse, uz apceptās puses uzliek salātus.
5. Uz šķīvja servē baklažānu šķēlītes, salātus un biešu kotletes, garšai pievieno olīveļļu ar trifelēm.

Vegāniskā virtuve ir bagāta ar našķiem un kūkām

Vegānisko našķu piedāvājums ir patiešām plašs. Rītu var iesākt ar augu izcelsmes jogurtu, kas papildināts ar granolu. Pēcpusdienā sagriezt ābolu vai citu augli un bagātināt to ar zemesriekstu sviestu. Bet starp ēdienreizēm vai pēc sportiskas aktivitātes balvā sev pasniegt kādu no enerģijas superbatoņiem. To sastāvā parasti ir auzu pārslas, daudz riekstu, žāvēti augļi, tumša šokolāde – visi augstvērtīgi, uzturvielām bagāti produkti.

Ja esat nodomājuši pagatavot vegāniskas kūkas, tad rēķinieties, ka tās ir sātīgas. Pamatnei parasti izmanto nevis cepumus ar sviestu, bet gan blendētus žāvētus augļus – dateles, aprikozes, žāvētas plūmes, kas samaisīti ar kādiem riekstiem – Indijas, lazdu riekstiem, pekanriekstiem vai mandelēm. Krēma masai bieži pamatā ir ļoti smalki sablendēti rieksti, kokosriekstu krēms, avokado, šokolāde un tofu.

3³⁶ €

Zemesriekstu sviests ar tumšo šokolādi NUTEGO 250 g, 13,44 €/kg

JA IR KĀRE PĒC SĀLA NAŠĶA

Meklējiet plauktos kraukšķinātus zirņus vai cūku pupas ar dažādām garšām - kā saldus, tā sāļus.

1⁴⁹ €

Kraukšķīgās cūku pupas 50 g, 29,80 €/kg

1⁶⁶ €

Batoņš THE BEGINNINGS 40 g, dažādi veidi, 41,50 €/kg

BAGUETTE OU CROISSANT FRANÇAIS?

FRANČU BAGETI VAI KRUASĀNU?

0⁵⁰
€

Maize FRANČU
250 g, 2,00 €/kg

Rīts Francijas pilsētiņās vienmēr smaržo pēc svaigi ceptas maizes. *Croissant, foie gras, macarons, baguette*.... Visus šos produktus var saukt par Francijas leģendu.

KĀ AR TIEVO FRANČU BAGETI, KĀDA IR TĀS VĒSTURE?

Izrādās – tās izmēra standarti ir diezgan konkrēti. Maizītei jābūt 65 cm garai un ne vairāk kā 5 cm diametrā. Kā vēstī leģenda, bagete izdomāta 20. gadsimta 20. gados, kad maizniekiem esot bijis aizliegts atvērt ceptuves pirms pulksten 4 rītā, kā dēļ viņi nepaspēja izcept lielos maizes klaipus līdz veikala atvēršanai. Tā nu maizniekiem nācās improvizēt un veidot maizi tievāku un garāku, lai tā pagātu ātrāk izcepties. Īsti francūži bageti neēd brokastīs, bet gan pusdienās vai vakariņās. Visbiežāk šī maize tiek izmantota kā papildinājums dārzeņu salātiem, no tās gatavo sviestmaizes vai arī, zeltaini apgrauzdētu, to pasniedz kopā ar mīksto sieru, pastēti vai džemu.

Kruasāns ir viens no sarežģītākajiem konditorejas izstrādājumiem, kas klasiski tiek gatavots no kārtainās mīklas, tajā ierullējot daudz, daudz sviesta (līdz pat 80 reizēm). Lai arī kruasāns ir Francijas simbols, tas nav cēlies Francijā, bet gan Austrijā, kad kara laikā Pīters Vendlers izveidoja maizīti, kas bija pusmēness formā, tā izsmejot vienu no galvenajiem simboliem uz turku karoga. Tā laika kruasānam, īstajā vārdā *Kipferl*, franču maiznieki brioša mīklu aizvietoja ar kārtaino un pievienoja tam, ļoti daudz sviesta.



Svaiga, kraukšķīga bagete ar *Bonne Maman* marmelādi un mīksts, mutē kūstošs brī siera gabaliņš ar *St. Dalfour* vīgu ievārījumu. Tā noteikti ir Francijas garša, ko vērts nobaudīt. *Bonne Maman* burciņas, kuru etiķetes šķiet kā ar roku rakstītas, bet sarkanie vāciņi kalpo kā spilgts akcents, izceļas arī veikalu plauktos. Francūži ir estēti. Forma viņiem ir tikpat svarīga kā saturs. Arī *St. Dalfour* burciņas atšķiras – tievas un daudz garākas par citām ievārījumu un džemu plauktā.

2⁹⁹ € ~~3,49 €~~
-28%

2. Tartaletes BONNE MAMAN,
125 g vai 135 g, divi veidi, no 16.96 €/kg

-25%*

1. Sviesta cepumiem St. Michel
(piedāvājums neattiecas uz madeleines cepumiem)

St. Michel sviesta cepumi un madeleines noteikti ir vēl viena Francijas ikona. Pētījumi liecina, ka 50 % francūžu ikdienā ēd *St. Michel* cepumus, un, ja to izvēlas paši vietējie, tad tā noteikti ir šīs zemes garša. Starp citu, *St. Michel* sviesta cepumus cep jau vairāk nekā 100 gadus – kopš 1905. gada.



Francijas leģenda ir ne tikai tās vīns, bet arī minerālīem bagātais ūdens. Gandrīz katrs Francijas reģions var lepoties ar spēcīgu, dabiski iegūtu ūdens zīmolu. MAXIMA veikalos varat iegādāties šos zīmolus.

1²⁶ €

3. Dabīgais minerālūdens EVIAN negāzēts
1,5 l, 0,84 €/l

1⁰³ €

4. Minerālūdens VITTEL negāzēts
0,75 l, 1,37 €/l

Tik siera šķirņu, cik dienu gadā...

Oficiālais siera šķirņu skaits Francijā svārstās starp četriem un pieciem simtiem, taču neoficiāli tiek minēts pat tūkstošis un vairāk. Francūži ir gardēži, tomēr tas nav vienīgais iemesls sieru daudzveidībai šajā valstī. Sulīgās pļavas, kalnainās nogāzes un upju ielejas ar brīnišķīgajām ganībām ir kā radītas, kur govīm, kazām un aitām baroties ar zaļo zāli. Augstvērtīgs piens ļauj radīt daudzveidīgu un kvalitatīvu sieru, kurš izslavēts visā pasaulē. Ja sieru pasaulē sper pirmos soļus, iesakām vispirms izmēģināt klasiskos Francijas sierus - *Brie*, *Camembert* un zilo sieru. *Brie* un *Camembert* ir sieri ar balto pelējumu. Tie gatavoti no nepasterizēta piena, ir mīksti, maigi un nogatavināti. Zilajiem sieriem raksturīga diezgan sāļa, pat asa garša. Lai kuru no šiem sieriem izvēlētos, ziniet, ka tie ir labs kalcija, dzelzs un minerālvielu avots, tādēļ tos var lietot ikdienas uzturā.

18⁹⁹ € ~~21,59€~~

Tikai

1. Siers ROQUEFORT LA COCCINELLE
1 kg, 52%

10⁹⁹ € ~~13,99€~~

-21%

2. Siers BLEU D'AUVERGNE
1 kg, 50%

2⁹⁹ € ~~4,54€~~

-34%

3. Siers ILE DE FRANCE PETIT BRIE
125 g, 23,92 €/kg

BRIE CANTOREL 5

LANGRES ERMITAGE

To sauc arī par *Brie de Meaux* mazo brāli, jo siera ritulīši ir mazāki, toties aromāts krietni vien spēcīgāks un pikantāks nekā lielajam brālim. Izmanto salātos, mērcēs, siera platēs, ēd ar svaigu bageti, der arī cepšanai.

3⁶⁹ €

4. Siers CAMEMBERT FRENCHI
250 g, 14,76 €/kg

6⁹⁹ € ~~8,81€~~

-21%

5. Siers BRIE CANTOREL 1 kg

4⁹⁹ € ~~5,99€~~

Tikai

6. Siers LANGRES ERMITAGE
180 g, 27,72 €/kg

1 ROQUEFORT LA COCCINELLE

2 BLEU D'AUVERGNE

3 ILE DE FRANCE PETIT BRIE

4 CAMEMBERT FRENCHI

Krāsnī cepts *Camembert*

Kopējais laiks

20 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 1 kamambēra siera ritulis
- 2 rozmarīna zariņi
- sauja lobītu pistāciju
- 1 tējkarote medus

Pagatavošana

1. Uz cepamās plāts, kas izklāta ar cepamo papīru, liek siera rituli, ar asu nazīti veic iegriezumus, tajos sasprauž timiāna zariņus, pārber ar pistācijām. Visu liek līdz 180 °C temperatūrai sakarsētā cepeškrāsnī un cep 20 minūtes, līdz siers viducī pilnībā izkusis.
2. Pirms pasniegšanas sieru pārlej ar nedaudz medus, pasniedz ar svaigi grauzdētu maizīti.



Bagetes ar *Brie* sieru, vīgēm un ciedru riekstiem

Kopējais laiks

25 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 1 mazā bagete
- 1 brī siera ritulis
- sauja ciedru riekstu
- 4-5 vīģes
- 2 tējkarotes šķidra medus

Pagatavošana

1. Bageti sagriež šķēlēs un kārtu uz cepamās pannas. Uz katras liek *Brie* siera šķēli un 2 šķēles vīģu, visu pārber ar ciedru riekstiem.
2. Cep līdz 180 °C temperatūrai sakarsētā cepeškrāsnī 15-20 minūtes, līdz siers izkusis un rieksti zeltaini.
3. Pirms pasniegšanas maizītes apslaka ar šķidru medu.

Bagetes ar zilo sieru un bumbieriem

Sastāvdaļas

- 1 mazā bagete
- 150 g zilā siera
- 1 liels vai 2 mazi bumbieri
- 2 tējkarotes šķidra medus
- sauja drupinātu valriekstu

Kopējais laiks

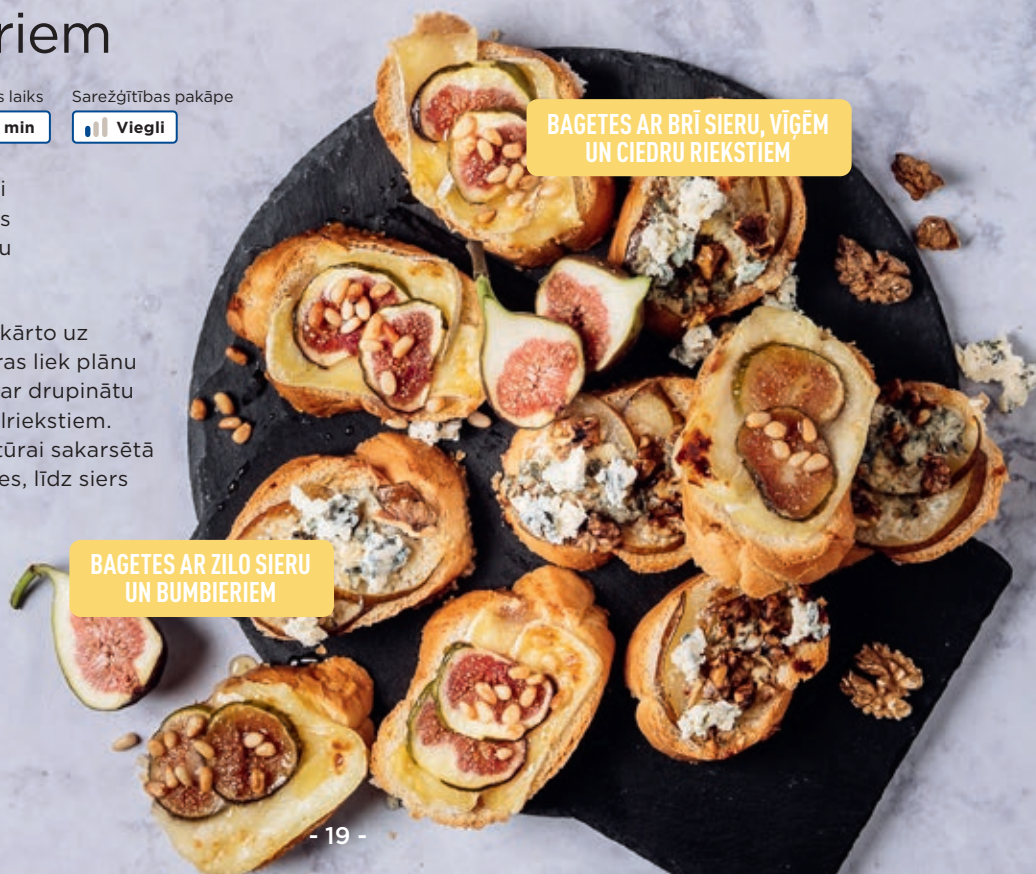
25 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Pagatavošana

1. Bageti sagriež šķēlēs un kārtu uz cepamās pannas. Uz katras liek plānu šķēli bumbiera, pārkausa ar drupinātu zilo sieru un pārber ar valriekstiem.
2. Cep līdz 180 °C temperatūrai sakarsētā cepeškrāsnī 15-20 minūtes, līdz siers izkusis un rieksti zeltaini.
3. Pirms pasniegšanas maizītes apslaka ar šķidru medu.



No Šampanas burbuļiem līdz tumšākajam bordo!

Vīns varētu būt viens no senākajiem un spēcīgākajiem dzīvesveida simboliem Rietumu pasaulē, un reti kurā valstī šis dzēriens ir tik cieši savijies ar vietējo dzīvi kā Francijā. Gadā te tiek sapildīti līdz pat astoņiem miljardiem pudeļu, sākot no lētākiem galda vīniem ikdienas maltītēm un beidzot ar ekskluzīviem, pēc stingriem noteikumiem gatavotiem, izturētiem, augstākās kvalitātes vīniem.

Francijā ir 12 galvenie vīna ražošanas reģioni, kurus citu no cita atšķir gadsimtiem senas, stingri ievērotas tradīcijas un likumi. Šie reģioni ir Elzasa, Bordo, Burgundija, Božolē, Šampana, Ronas ieleja, Jura, Langdoka-Rusijona, Luāras ieleja, Provansa, Medoka un ar vīna dārišanu salīdzinoši mazāk zināmie Francijas dienvidrietumi.



Bordo reģionu sadala divas Žirondas satekupes – Dordoņa un Garonna. Kreisā krasta vīndaru vīnos parasti dominē *Cabernet Sauvignon*, bet upes labajā krastā ražotāji visvairāk izmanto *Merlot*.

10²⁰
€

1. Vīns CHATEAU GRAVES DE BARRAU
0,75 l, 14% alk.,
13,60 €/l

10⁰⁵
€

2. Vīns J. BOUCHARD VALENT CHARD
0,75 l, 12,5% alk.,
13,40 €/l

13⁸¹
€

3. Vīns GERARD BERTRAND COTE DES ROSES BLANC
0,75 l, 13% alk.,
18,41 €/l

ALKOHOLA LIETOŠANAI IR NEGATĪVA IETEKME. ALKOHOLISKO DZĒRIENU PĀRDOŠANA, IEGĀDĀŠANĀS UN NODOŠANA NEPIILNGADĪGĀM PERSONĀM IR AIZLIEGTA.

CALVET

Visā pasaulē *Calvet* vīni ir novērtēti to kvalitātes un daudzveidīgo garšu dēļ. *Calvet* dibināts pirms simts gadiem, 1818. gadā, Ronas upes ielejā. Ik gadu šis vīna nams saražo ap 10 miljoniem pudeļu un gadu gaitā guvis atzinību vairāk nekā 100 pasaules valstīs. Visiem vīniem pirms pildīšanas pudelēs tiek pārbaudīta garšas kvalitāte 7-11 reizes.

7⁴⁹ €

4. Vīns CALVET CABERNET SAUVIGNON 0,75 l, 13% alk., 9,99 €/l

7⁵⁵ €

5. Vīns CALVET CHARDONNAY 0,75 l, 13% alk., 10,07 €/l

12⁹⁷ €

6. Vīns B&G CÔTES DE PROVENCE ROSÉ 0,75 l, 12,5% alk., 17,29 €/l

13¹⁷ €

7. Vīns B&G BORDEAUX RESERVA 0,75 l, 12% alk., 17,56 €/l



BARTON & GUESTIER

Meklējot *Barton & Guestier* nosaukumu veikalu plauktos, atradīsiet brīnišķīgus franču vīnus no Bordo, Luāras ielejas, Burgundijas, Bozolē, Ronas ielejas, Langdokas, Gaskoņas un Korsikas. Un tāda ir šī uzņēmuma vīzija – atvērt un ļaut iepazīt Francijas dažādību visā pasaulē. *Barton & Guestier* galvenā vērība ir *Château Magnol* – brīnišķīga vīnogu plantācija Bordo tuvumā, prestižajā Medokas reģionā. Tas ir arī atzīts viesu nams un lieliska vīnu skola.

GARŠU SPRĀDZIENS INDIJA

Indijas virtuve pazīstama ar savu krāsainību un garšu daudzveidību. Garšvielas un garšaugi ir neatņemama tās sastāvdaļa, ļaujot ēdiena garšai patiesi atvērties. Arī sezonālie augļi un dārzeņi neiet secen indiešu pavāriem un lieti noder gan kā piedeva, gan garnējums. Indijas ēdienu kultūra atspoguļo valsts teju 8000 gadu seno vēsturi - Indijas kulinārijā jūtama ietekme gan no Eiropas, gan Āzijas un Āfrikas. Indijas virtuvē katrs var atrast sev tuvas garšas, lai tas būtu veģetārs lēcu dāls, mutē kūstoša vista vai svaigas *naan* maizītes.

**VISTA SVIESTA
MĒRCĒ**
recepti meklējiet
24. lpp.

LĒCU DĀLS
recepti meklējiet
24. lpp.

Indija ir pākšaugu lielvalsts. Pupiņas, zirņi un lēcas prasmīga pavāra rokās kļūst par neticami gardiem, pikantiem ēdieniem. Visus pākšaugus vieno termins *dal* (*dhal*, *dahl*, *daal*, *daar*). Tas ir sanskrita vārds un apzīmē pākšaugu apstrādi - to sašķelšanu un ārējās miziņas noņemšanu, kā arī pikantu šķelto pupiņu vai zirņu sautējumu vai putru, kas veido Indijas virtuves pamatu.

Indiešu virtuves pamatā ir basmati rīsi un *atta* – kviešu milti, no kuriem cep dažādus plāceņus un maizes. Kulinārijā bieži tiek izmantoti arī piena produkti un liesa gaļa. Lai gan ēdienam tiek pievienots daudz garšvielu, indieši no pikantām garšām nebaidās – arī ēšanas laikā tas tiek papildināts ar, piemēram, čatniju.

ZIEDKĀPOSTS AR KARIJA GAROZIŅU

recepti meklējiet
25. lpp.

NAAN MAIZE

recepti meklējiet
24. lpp.

Naan maize

4 MAIZĪTĒM

Kopējais laiks

Sarežģītības pakāpe

1 h 30 min

Vidēji

Sastāvdaļas

- 200 g miltu
- 60 g bezpiedevu jogurta
- 1 ēdamkarote olīveļļas
- 60 g silta ūdens
- 1 tējkarote sausā rauga
- 1 tējkarote medus
- 1/4 tējkarotes sāls
- eļļa cepšanai

Pagatavošana

1. Visas sastāvdaļas, izņemot eļļu cepšanai, sajauc bļodā, līdz veidojas mīkla.
2. Mīklu mīca 5 minūtes, līdz tā kļūst vijīga. Bļodu pārsedz ar tīru, mitru dvieļi, un mīklai ļauj uzrūgt siltā vietā vismaz 1 stundu.
3. Mīklu sadala četrās daļās. Katru daļu saveļ bumbiņā un izrullē uz ieeļļotas virsmas, līdz izveidojas plāna pannas izmēra pankūka.
4. Uz vidēji augstas liesmas uzksarsē ieeļļotu pannu, un cep katru maizīti no abām pusēm, līdz tā kļūst zeltaini brūna. Pasniedz siltas.

Lēcu dāls

4 PERSONĀM

Kopējais laiks

Sarežģītības pakāpe

40 min

Viegli

Sastāvdaļas

- 120 g paprikas
- 120 g tomātu
- 120 g burkānu
- 200 g dzelteno lēcu
- 30 g ķiploku
- 1 tējkarote kurkumas
- 1 tējkarote koriandra
- 800 g kokosriekstu piena
- 2 tējkarotes sāls
- 1 čili pipars
- 4 ēdamkarotes kokosriekstu eļļas

Pagatavošana

1. Pannā izkausē kokosriekstu eļļu, pievieno sagrieztus burkānus un papriku, apcep 2 minūtes.
2. Pievieno sīki sakapātus ķiplokus un čili, cep vēl 1 minūti.
3. Pievieno sagrieztus tomātus un lēcas, maisot apcep 1 minūti.
4. Pievieno visas garšvielas, izmaisa un pielej kokosriekstu pienu.
5. Sautē uz lēnas uguns 20 minūtes, ik pa brīdim apmaisot. Kad dārzeni un lēcas ir mīksti, pasniedz.

Vista sviesta mērcē

4 PERSONĀM

Kopējais laiks

Sarežģītības pakāpe

60 min

Vidēji

Sastāvdaļas

- 800 g atkaulotu vistas šķiņķīšu
- 400 g bezpiedevu jogurta
- 2 ēdamkarotes sarkanās karija pastas
- 60 g ķiploku
- 60 g ingvera
- 4 tējkarotes kurkumas
- 4 tējkarotes paprikas pulvera
- 4 tējkarotes koriandra
- 3 tējkarotes sāls
- 2 tējkarotes maltu melno piparu
- 800 g kokosriekstu piena
- 2 tējkarotes medus
- 200 g sīpolu
- 400 g tomātu savā sulā
- 200 g sviesta
- 20 g kinzas pasniegšanai

Pagatavošana

1. Bļodā sajauc bezpiedevu jogurtu, karija pastu, sarīvētus ķiplokus, ingveru un pieber pusi visu sauso garšvielu.
2. Liek iekšā sagrieztus vistas šķiņķītšus un marinē vismaz 30 minūtes.
3. Pannā izkausē trešdaļu sviesta un liek cepties vistu 5–7 minūtes, līdz tā ir zeltaini brūna.
4. Vistu izņem no pannas, un pannā ar pusi no palikušā sviesta ieber sakapātus sīpolus, cep aptuveni 3 minūtes, līdz tie ir zeltaini.
5. Pievieno atlikušās garšvielas, kā arī medu, maisot apcep 1 minūti.
6. Pievieno konservētus tomātus un atlikušo sviestu, maisot pasutina 2 minūtes. Liek klāt apcepto vistu, pievieno kokosriekstu pienu.
7. Uzliek vāku un sautē 15–20 minūtes.
8. Pasniedz ar rīsiem, naan maizi un svaigu sakapātu kinzu.

Ziedkāposts ar karija garoziņu

6 PERSONĀM

Kopējais laiks

40 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 1 ziedkāposts
- 200 g bezpiedevu jogurta
- 50 g medus
- 1/2 čili pipara
- 2 tējkarotes sāls
- 1 buljona kubiņš
- 1 tējkarote paprikas pulvera
- 1/2 tējkarotes kurkumas

Pagatavošana

1. Uzkarsē cepeškrāsnī līdz 200 °C temperatūrai.
2. Katlā ar ūdeni pievieno 1 tējkaroti sāls un buljona kubiņu, uzvāra.
3. Liek iekšā veselu ziedkāpostu un vāra 10 minūtes, tad izņem no katla un ļauj notecēt visam ūdenim.
4. Nelielā trauciņā sajauc jogurtu, medu, sakapātu čili, atlikušo sāli, paprikas pulveri un kurkumu.
5. Ar konditorejas otiņas palīdzību ziedkāposta virspusi nokļāj ar pusi masas.
6. Liek cepties krāsnī uz 15 minūtēm. Ziedkāpostam uzsmērē atlikušo masu un cep vēl 15 minūtes. Pasniedz sagrieztu šķēlēs.

2³³ €

2. Karija pasta PATAK'S TIKKA MASALA 165 g, 14,12 €/kg

1³⁵ €

1. Indijas garšviela TANDORI SANTA MARIA 25 g, 54,00 €/kg

2⁷⁷ €

3. Karija mērce PATAK'S TIKKA MASALA 450 g, 6,16 €/kg

SALDĀKAIS MĪLESTĪBAS APLIECINĀJUMS

Ne velti šokolāde sākotnēji bijis vien aristokrātiem pieejams labums - tik salds, universāls un iemīļots ir reti kurš našķis. Vai zināji, ka šokolādi iegūst, grauzdējot un samālot kakao koka augļu sēklas? Tuvojoties visu mīlētāju dienai, ļaujies šokolādes valdzinājumam!

Šokolādes fondī

2 PERSONĀM

Kopējais laiks

 20 min

Sarežģītības pakāpe

 Viegli

Sastāvdaļas

- 200 g melnās šokolādes CEMOI 90%
- 150 ml saldā krējuma
- ogas, augļi, krekeri, cepumi, rieksti utt. pasniegšanai

Pagatavošana

1. Nelielā katlīnā uzsilda saldo krējumu līdz vārīšanās temperatūrai, bet neļauj uzburbuļot.
2. Šokolādi sakapā mazākos gabaliņos un pievieno uzsildītajam saldajam krējumam. Visu maisa, līdz iegūta viendabīga šokolādes mērce.
3. Pārlej pasniegšanas traukā, klāt pasniedz ogas, augļu gabaliņus, riekstus, cepumus, zefīrus un citus kārumus.



Kas gan var būt romantiskāks par zemenēm šokolādē? Tuvojoties svētā Valentīna dienai, sagādā arī savai otrai pusītei saldu, neticami gardu sveicienu. Baltā, rozā, piena, rūgtā - šokolādes pasaule ir tik plaša!

Zemenes šokolādē

30 ZEMENĒM

Kopējais laiks

30 min

Sarežģītības pakāpe

Viegli

Sastāvdaļas

- 30 zemenes
- 150 g tumšās šokolādes
- 80 g sviesta
- 50 g baltās šokolādes
- cukura dekori

Pagatavošana

1. Bļodiņā virs karsta ūdens tvaikiem izkausē tumšo šokolādi kopā ar sviestu.
2. Zemenes izkārt uz paplātes, kas izklāta ar cepamo papīru.
3. Zemenes pa vienai mērcē tumšajā šokolādē un liek uz paplātes.
4. Mazā bļodiņā izkausē balto šokolādi. Ar mazas karotītes palīdzību visas zemenes tumšajā šokolādē pārslaka ar baltās šokolādes rakstu. Pēc vēlēšanās var dekorēt ar cukura pērlītēm.
5. Zemenes liek ledusskapī uz 20 minūtēm, tad pasniedz.

SUSTAINABLY
SOURCED
COCOA



JAUNUMS



delicate dark

— Īpaši maiga —
tumšā šokolāde

Milka

Maigs garšo labāk

Lāču piena šokolādes konfektes ar marcipānu un tumšās šokolādes konfektes ar rīvmaizi un degalu – interesanta un garda dāvana, ko varēsiet baudīt arī kopā.

3⁸⁷ €

Zemenes
baltajā šokolādē
SKRĪVERU
100 g, 38,70 €/kg

3⁴² €

Marcipāns
šokolādē ar
zemeņu garšu
SKRĪVERU
150 g, 22,80 €/kg

7⁹¹ €

Tumšās šokolādes
konfektes ar
rudzu rīvmaizi un
Valmiermuižas
degalu LĀČI
108 g, 73,24 €/kg

5⁹⁹ €

Marcipāna
konfektes piena
šokolādē LĀČI
108 g, 55,46 €/kg

Šokolāde, zemenes un marcipāns!

SKRĪVERU marcipāns zemeņu šokolādē un zemenes baltajā šokolādē ir kā īsts mīlestības simbols. Saderīgas garšas veido mazus un elegantus, bet īpaši gardus našķus. Ēd pa vienam vai notiesā visus uzreiz!

Laima Exclusive šokolādes ir ideāli piemērotas dāvināšanai. To izmeklētais sastāvs un izsmalcinātais iepakojums iepriecinās mīlētāju sirdis un garšas kārpīņas.

4⁰⁶ €

Šokolāde LAIMA
EXCLUSIVE
93 g, dažādi veidi,
43,66 €/kg

Bounty bumbiņas

30 KONFEKŠU BUMBIŅĀM

Kopējais laiks

40 min

Sarežģītības pakāpe

Vidēji

Sastāvdaļas

- 1 bundža kondensētā piena ar cukuru
- 200 g kokosriekstu skaidiņu
- 150 g tumšās šokolādes
- 40 g kokosriekstu eļļas

Pagatavošana

1. Bļodā kārtīgi ar karoti samaisa kokosriekstu skaidiņas un kondensēto pienu. Masai jābūt lipīgai, bet ne tekošai. Ja tā šķiet par mīkstu un tā netur formu, pievieno vēl nedaudz kokosriekstu skaidiņu.
2. No masas ar karotes palīdzību veido vienāda izmēra bumbiņas, visas saliek uz šķīvja vai paplātes un liek saldētavā uz 30 minūtēm sastingt.
3. Bļodiņā virs karsta ūdens tvaikiem izkausē šokolādi kopā ar kokosriekstu eļļu. Atdzesētās kokosriekstu bumbiņas pa vienai mērcē šokolādē. Ja ir vēlšanās, bumbiņas var pārbērt ar kokosriekstu skaidiņām, kamēr šokolāde vēl mīksta.
4. Konfektes ir gatavas ēšanai, kad šokolāde ir sastingusi.

Lai kādi būtu mūsu ēst gatavošanas paradumi, sava mīlotā cilvēka dēļ ir vērts īpaši pacensties. Tāpat kā brokastis gultā, arī paša gatavots deserts būs jauks papildinājums ikdienai un sirsnīgs apliecinājums mīlestībai.

VIDEO RECEPTĒ



MAXIMA.LV/KOEST

TUMŠĀ
ŠOKOLĀDE



Vienalga, kādas ir jūsu kulinārijas prasmes un zināšanas, galvenais ir apņēmība. Otra pusīte novērtēs ieguldītās rūpes. Ja nespējat izdomāt, kā pavadīt mīlestības svētkus, sarīkojiet randiņu virtuvē - kopīgi pagatavoti našķi garšos īpaši labi un jautrība garantēta!

Cepumi ar šokolādes gabaliņiem

15 CEPUMIEM

Kopējais laiks
 45 min

Sarežģītības pakāpe
 Viegli

Sastāvdaļas

- 110 g sviesta istabas temperatūrā
- 100 g gaiši brūnā muskovado cukura
- 100 g baltā cukura
- 1 ola
- 200 g miltu
- šķipsna sāls
- 1/2 tējkarotes cepamā pulvera
- 150 g šokolādes gabaliņu

Pagatavošana

1. Cepeškrāsnī sakarsē līdz 180 °C temperatūrai. Cepamo pannu noklāj ar cepamo papīru.
2. Lielā bļodā puto sviestu kopā ar abiem cukuriem, līdz tas kļuvis gaišāks un cukurs nedaudz pakūsis. Pievieno olu un turpina putot vēl 3-5 minūtes.
3. Atsevišķā traukā iesijā miltus, ko sajauc kopā ar cepamo pulveri un sāli. Šokolādi sasmalcina mazos gabaliņos un pievieno miltu maisījumam.
4. Pie olu masas liek klāt sauso maisījumu un samīca visu kopā. Mīklu sadala 12-16 vienādās bumbiņās.
5. Mīklas bumbiņas liek uz pannas ar ļoti lielām atstarpēm (cepumi izplūdīs). Pannu liek krāsnī un cep 12-15 minūtes.

MELNAIS PRINCIS

Melnais princis ir leģendāra torte. Saldo iebiezinātā piena krēmu papildina šokolādes biskvīts un ievārījums, kas ies pie sirds ik vienam saldumu cienītājam.

Tagad torti Melno princi "Meistara markas" prasmīgo konditoru izpildījumā atradīsiet arī MAXIMA veikalos.

8⁹⁹
€

Torte MELNAIS
PRINCIS
1 kg

No mūsu Meistara uz jūsu galda

"Meistara markas" gardā kūka
"Melnais princis", ko celt galdā reizēs,
kad ir pamats svinībām.

GALDA KLĀJUMS

SVĒTKIEM UN IKDIENAI

Kā darba dienas vakariņas padarīt īpašas? Izvēloties skaistus traukus un galda piederumus! Cik gan patīkami ir sēsties pie glīti klāta galda, baudīt vīnu no mirdzošas stikla glāzes un izmantot galda piederumus, kas līdzvērtīgi restorānam? Ticiet vai ne, bet zupa garšos labāk no māla bļodiņas, bet šķīvju servīze dos "odziņu" pat tik vienkāršam ēdienam kā karbonāde. Skaists galda klājums sākas ar kvalitatīvu galdautu, oriģināliem traukiem un izsmalcinātām glāzēm, bet vara galda piederumi būs kā elegants papildinājums – to visu atradīsiet Maxima veikala plauktos.

3⁹⁹
€

Šķivis PEARL
CLASSIC
19 cm

4⁹⁹
€

Bļodiņa PEARL
CLASSIC
15 cm

14⁹⁹
€

Vīna glāzes
ILLUSION
500 ml
1 iepak./6 gab.

1⁹⁹
€

ARNICA UNIWELL
piederumi (nazis,
dakša, karote vai
tējkarote) 1 gab.

VIRTUVES LABIE GARIŅI

Vīrusu laikā palutiniet savu imunitāti ar glāzi svaigi spiestas sulas, veselīgu smūtiņu vai perfekti pagatavotu tēju. Visi šie dzērieni pagatavojami vien dažos acumirkļos, ja tiek izmantota kvalitatīva sadzīves tehnika. *Henske* būs īstā izvēle, ja vēlaties šos darbiņus paveikt ar tīro baudu!

24⁹⁹ €

1. Elektriskā tējkanna HENSKE KEC4401BD-GS
Tilpums 1,7 l

34⁹⁹ €

3. Blenderis ar 570 ml un 400 ml pudelītēm HENSKE TB12P

13⁹⁹ €

2. Sulu spiede HENSKE D-8007A Tilpums 1 l



5⁴⁹ €

4. Stikla trauks beramiem produktiem UNIWEILL 1150 ml

14⁹⁹ €

5. Stikla cepamais trauks UNIWEILL 34,5x28,5x4,6 cm

21⁹⁹ €

6. Katls ar vāku 20 cm



VIRTUVES ORGANIZĒŠANA

Reizēm šķiet, ka skapītis, kurā stāv graudaugi, garšvielas un bakaleja, nekad nebūs patiešām kārtīgs. Bet kārtība ir iespējama, ja produktu uzglabāšanai tiek izmantoti vairākkārt lietojami uzglabāšanas trauki. Iegādājieties caurspīdīgus dažāda izmēra stikla traukus, pārberiet tajos sausus produktus un savietojiet no jauna pieliekamajā skapītī – apsolām, ka gatavošana kļūs daudz patīkamāka un ērtāka!

PALĪGI MĀJAS SOLĪ

Cik patīkami ir nodoties mājas tīrīšanai un kārtošanai, ja talkā tiek ņemti īstie palīgi! *Frosch* un *Mayeri* noteikti neliks vilties un padarīs ikdienas mājas darbus par viegli paveicamiem. Katram darbiņam īstais līdzeklis, un viss spīd un laistās!

9³⁰
€

7. Trauku mazgājamās mašīnas tabletes *MAYERI ALL IN ONE* 40 m.r.

2⁵²
€

8. Veļas mīkstinātājs *FROSCH GRANADE* 1 l, 40 m.r.



8⁹⁰
€

9. Bio kokosriekstu eļļa *AMRITA Extra Virgin* 500 ml, 17,80 €/l

3²⁹
€

10. Šķidrās ziepes *PURENN* divi veidi 500 ml, 6,58 €/l



SEVIS PALUTINĀŠANAI

Karsta duša, pilnīgs miers un relaksācija pēc garas darba dienas... Ko vēl var vēlēties? Palutiniet ādu ar organiskiem, smaržīgiem un veselīgiem līdzekļiem. *MAXIMA* veikalos atradīsiet kā dušas želejas, tā ķermeņa krēmus, eļļu un citus līdzekļus spa terapijai mājas apstākļos. Vai zinājāt, ka kokosriekstu eļļa ir paredzēta ne tikai ēst gatavošanai, bet arī lieliski mitrina ādu? Uzklājiet to visam ķermenim pēc dušas, un āda kļūs pabarota, mitrināta un zīdaini maiga!

**IENĀC KO ĒST!
PILNVĒRTĪGAS
MALTĪTES IKVIENAM**

K ēst?

maxima.lv/koest



PAGATAVO

IEPĒRCIES

IZVĒLIES RECEPTI

*Cena pie preces norādīta ar atlaidi. Piedāvājums neattiecas uz SUPERCENAS, SIRSŅĪGA IZVĒLE un ALKO SUPERDĪLS precēm. Ar aktuālo akcijas preču piedāvājumu aicinām iepazīties uz vietas veikalā. Attēliem ir ilustratīva nozīme. Reklāmā minētajai informācijai var būt operatīvas izmaiņas, par kurām informēsim pircējus veikalā. Ja izdevumā norādītā preces cena nesakrīt ar veikalā esošo, par pareizu lūdzam uzskatīt veikalā norādīto cenu.

Tālrunis bezmaksas uzziņām 80002020 katru dienu no plkst. 8.00 līdz 22.00 E-pasts: info@maxima.lv, www.maxima.lv