**Chleb, masło i ser – trio idealne!**

**Już na samo hasło „pajda chleba z masłem i żółtym serem” niejednej osobie natychmiastowo uaktywniają się ślinianki. Nic dziwnego - zapach świeżego chleba, rozpływającego się masła i naturalnego sera żółtego, budzi w nas wspomnienia ciepła rodzinnego domu lub sielskich wakacji u dziadków. Światowy Dzień Chleba, który obchodzimy 16 października jest doskonałą okazją, by spróbować samodzielnie wypiec bochenek chleba i podać go domownikom w tej najprostszej, ale jakże smakowitej wersji.**

**Wypiek znany pod każdą szerokością geograficzną**

Chleb od wieków stanowi ważny element lokalnej kultury i tradycji. Znany jest pod każdą szerokością geograficzną, choć występuje w różnych formach i powstaje z różnych rodzajów mąki. Każda kromka chleba to w wielu domach prawdziwy skarb, którego nigdy nie wolno wyrzucać. I bardzo dobrze, ponieważ nawet mocno wysuszone kromki chleba mogą być składnikiem wielu oryginalnych potraw. Kawałki wysuszonego chleba można dodać np. do warzyw, drobiu lub ryb zapiekanych pod śmietanką z dodatkiem tartego żółtego sera. Przestaje dziwić także widok Włochów zagryzających spaghetti z sosem pomidorowym pajdą świeżego chleba z masłem i serem.

Dla wielu gospodyń domowych samodzielne wyrabianie, a następnie wypiek chleba jest rytuałem celebrowanym z prawdziwym pietyzmem i uważnością. Sekretem dobrego chleba jest zakwas, który odpowiada nie tylko za strukturę bochenka, ale przede wszystkim smak gotowego wypieku. Zakwas na chleb jest najlepszy, kiedy się nim dzieli. Nic więc dziwnego, że w wielu domach słoik z zakwasem zajmuje honorowe miejsce w spiżarni, a każda gospodyni pielęgnuje go nie mniej troskliwie od własnych dzieci.

Przeciętny Polak rocznie zjada kilkadziesiąt kilogramów bochenków chleba. I chociaż wypiek ten nie cieszy się najlepszą opinią w świecie dietetyki, specjaliści podkreślają, że chleb na dobrym zakwasie, pełen nieprzemielonych ziaren zbóż, to niezwykle wartościowy element codziennego jadłospisu. Stanowi bogate źródło węglowodanów złożonych, błonnika, żelaza, potasu, fosforu, magnezu, cynku, witamin oraz bakterii wspomagających pracę układu trawiennego.

**Siła tkwi w prostocie**

Masło, choć samo w sobie jest produktem doskonałym i unikatowym, jest także doskonałym nośnikiem innych smaków oraz naturalnych olejków eterycznych. Ponadto ułatwia wchłanianie cennych witamin. Już kilka łyżek masła sprawia, że zwykły sos zamienia się w aromatyczną emulsję, idealnie pokrywającą każdy kawałek serwowanej potrawy. Masło to także bazowy składnik wielu ciast i domowych wypieków. Naturalne masło cenione jest zwłaszcza w medycynie alternatywnej, ponieważ działa przeciwnowotworowo i zmniejsza stany zapalne w organizmie. Ponadto wpływa pozytywnie na układ hormonalny.

– Naturalne masło z mleka krowiego zwiera w sobie całe bogactwo witamin i mikroelementów. Dostarcza witamin z grupy B, witaminy D, E i K oraz potasu, wapnia, sodu, cynku, fosforu i magnezu, a także kwasu linolowego (CLA) – podkreśla Ewa Polińska z MSM Mońki. – Najwyższej jakości masło składa się wyłącznie z tłuszczu mlecznego, mleka, wody i odrobiny soli, bez żadnych dodatkowych ulepszaczy chemicznych. – dodaje.

Tak doskonały produkt świetnie koresponduje ze wszystkimi świeżymi ziołami. Pęczek bazylii, kilka ząbków czosnku oraz szczypta masła sprawią, że zwykłe śniadanie czy przygotowana w biegu kolacja nabiorą wyjątkowego smaku i aromatu, zamieniając proste danie w kulinarną ucztę. Wierne grono fanów ma także masło z dodatkiem tartej skórki cytrynowej i tymianku oraz masło z dodatkiem musztardy. Z kolei wszystkim fanom orientalnych, azjatyckich smaków, polecamy wypróbowanie mieszanki masła z pastą miso, czyli pastą z fermentowanych ziaren soi.

**Fenomen masła znad Biebrzy**

Choć smak świeżego, domowego chleba pokrytego maślanym obłoczkiem z pewnością wystarcza nam do pełni szczęścia, jesteśmy przekonani, że plasterek dojrzewającego sera żółtego pozwoli wynieść kubki smakowe na jeszcze wyższy poziom zadowolenia. Dojrzewający ser żółty powstał jako wysokoenergetyczna przekąska, w krajach, w którym surowy klimat nie sprzyjał uprawie wystarczającej ilości warzyw i zbóż. Szybko zachwycił smakoszy na całym świecie. Przez pewien czas stanowił nawet popularny środek płatniczy.

Dziś nie wyobrażamy sobie działu spożywczego bez wielu rodzajów sera żółtego i dobrej jakości masła. Jak spośród nich wybrać produkt idealny?

– Produkty mleczne wytwarzane są z niewielu składników. Stosowana przez nas tzw. „czysta etykieta” to nie tylko dowód na najwyższą jakość naszych produktów, ale także szacunku do zwierząt, którym zawdzięczamy ten niezwykle cenny składnik, jakim jest krowie mleko. – podkreśla Ewa Polińska z MSM Mońki. - Sekretem monieckich serów jest partnerska współpraca z lokalnymi rolnikami, którzy doskonale wiedzą, jak najlepiej opiekować się swoimi zwierzętami. Głęboko wierzymy w to, że dobrostan zwierząt i ludzi, którzy się nimi zajmują, czuć w każdym plasterku naszego żółtego sera i w każdej łyżeczce naszego masła.

Doskonałym przepisem na godne uczczenie Międzynarodowego Dnia Chleba w gronie rodziny i przyjaciół, a jednocześnie spektakularne zakończenie sezonu babiego lata jest nasz grillowy przysmak, czyli chleb nadziewany serem żółtym. Przepis podajemy poniżej. Smacznego!

**Grillowy przysmak, czyli chleb nadziewany serem żółtym**

Składniki:

- bochenek chleba (niekrojony)

- 100 g masła

- 3-4 ząbki czosnku

- 200 g sera żółtego Gouda MSM Mońki

- świeża bazylia lub oregano (ewentualnie suszone zioła)

- sól, pieprz

Przygotowanie:

Czosnek wycisnąć przez praskę, wymieszać z masłem, doprawić solą i pieprzem, dodać zioła. Chleb naciąć wzdłuż i wszerz (tak, aby powstały romby). Należy jednocześnie uważać, aby nie przeciąć spodu bochenka. W nacięcia głęboko wcisnąć masło czosnkowe i pokrojony w paski żółty ser. Można ułatwić sobie tę czynność – rozcięcia możemy delikatnie rozchylać długim nożem. Chleb zwinąć w folię aluminiową i zapiekać w temperaturze ok. 180°C przez 20 minut. Następnie rozwinąć folię i znów włożyć do piekarnika na około 10 minut, do momentu zarumienienia się skórki.

Faszerowany chleb można przygotować również na grillu, należy jednak pamiętać o tym, aby szczelnie owinąć go folią aluminiową, a czas pieczenia dostosować do temperatury i chrupkości, jaką chcemy uzyskać.

--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**KONTAKT DLA MEDIÓW**

**PR Manager**

**Patrycja Ogrodnik**

M: [p.ogrodnik@commplace.com.pl](http://p.ogrodnik@commplace.com.pl)

T: 692 333 175

­