**Poznaj tajemnice najbardziej viralowych dań z żółtym serem prosto z TikToka**

**Media społecznościowe to prawdziwa kopalnia kulinarnych inspiracji. Smakosze na całym świecie z pasją dzielą się przepisami na swoje ulubione przekąski i krok po kroku pokazują kulisy ich powstawania. Im bardziej odjechany pomysł, tym szybciej rozprzestrzenia się w cyfrowej przestrzeni. Odkryjmy wspólnie tajemnice najbardziej viralowych przepisów na dania z żółtym serem. Gotowi? Zaczynamy!**

**TikTok – najpopularniejszy „szef kuchni” na świecie**

Szybkie, proste, zaskakujące – świat pokochał kulinarne wyczyny mniej lub bardziej popularnych internetowych influencerów. Każdego dnia na platformach społecznościowych pojawiają się tysiące nowych filmików, w których krok po kroku pokazywane są kulisy powstawania zjawiskowych przekąsek. Im mniej składników i im dziwniejsze połączenia smakowe, tym więcej lajków i udostepnień zasila konta ich twórców, a filmiki lecą dalej w pogoni za kolejnymi kubkami smakowymi.

Jak podają statystyki, większość użytkowników mediów społecznościowych odwiedza ulubione platformy, by odkryć coś nowego lub czegoś się nauczyć. Choć gwiazdami viralowych filmików są przeważnie przekąski typu „fast food”, to my sami ostatecznie decydujemy, jakich składników użyjemy, tworząc własną wersję. Kopiując popularny w internecie przepis, postawmy zatem na produkty lokalne, naturalne i możliwie najmniej przetworzone. Co to znaczy? Weźmy jako przykład żółty ser.

– Naturalne dojrzewające sery żółte nie tylko „podkręcają” smaki innych produktów, ale same w sobie są wartościowym źródłem białka oraz witamin: A, B, D i K, a także cennych mikroelementów: wapnia, cynku, fosforu, magnezu i miedzi. Prawdziwy ser żółty, w odróżnieniu od tzw. produktów seropodobnych, składa się tylko z trzech składników: mleka, soli i bakterii kwasu mlekowego. Tylko taki skład gwarantuje dobrze nam znany smak, aromat i wartości odżywcze – zaznacza Ewa Polińska z MSM Mońki.

**„Tortilla Wrap Hack” – nowatorski pomysł na składanie placka tortilli**

Nie tak dawno prawdziwym królem internetów był okrągły pszenny placek nacięty od środka do brzegu. Na każdej ćwiartce placka układa się przeróżne składniki, a następnie składa placek zgodnie z kierunkiem ruchu wskazówek zegara i tak przygotowany trójkąt zapieka z obu stron na patelni, na grillu, w piekarniku lub w tosterze.

Na viralowych filmach, wewnątrz tortilli umieszczano niemal wszystko – od ulubionych warzyw w formie surowej, poprzez pasty warzywne i sosy, po idealnie wysmażone kawałki mięs lub owoców morza. Co kto lubi.

**„Smash burger tacos” - symbol przyjaźni amerykańsko-meksykańskiej**

Ten król kulinarnych virali długo rządził na TikToku – do dziś pojawiają się kolejne wersje. To kreatywna kombinacja mielonego mięsa wołowego, placków tortilli oraz chrupiących warzyw. Pomysł na danie powstał, gdy pewien ojciec chciał przygotować swoim dzieciom klasyczne burgery, ale w domu zabrakło bułek. Aby wykonać „Smash Burger Tacos” należy umieścić na ruszcie płaską porcję mięsa, a następnie przykryć je plackiem tortilli. Po około 3 minutach podsmażania obrócić placek z mięsem na drugą stronę, a na mięsie umieścić plastry żółtego sera. Po rozpuszczeniu sera zdjąć placek z ognia, a następnie posypać warzywami i polać ulubionym sosem.

**„Mac and Cheese” – sukces tkwi w prostocie**

Choć makaron zapiekany z serem to klasyk kuchni anglosaskiej, zwłaszcza w Stanach Zjednoczonych, pierwszy przepis na to danie znaleziono w XVI-wiecznej włoskiej książce kucharskiej. Niezwykła popularność tego dania wynika z jego prostoty. Poza tym łączy w sobie to, co kochamy najbardziej – sycący i otulający od środka makaron oraz kremowy i rozpływający się w ustach ser żółty. Nic więc dziwnego, że 14 lipca w USA obchodzony jest „Mac and Cheese Day”.

Do przygotowania klasycznego „Mac and Cheese” potrzebujemy: makaronu pszennego w kształcie kolanek lub rurek, dobrej jakości ser żółty oraz masło, mleko i mąkę, czyli beszamel. Ugotowany „al dente” makaron zalewa się sosem beszamelowym i posypuje się solidną porcją tartego sera, a następnie gotuje na wolnym ogniu lub zapieka w piekarniku.

– Inspirując się viralowymi przepisami z mediów społecznościowych warto zwrócić uwagę na jakość wykorzystywanych składników. Produkty „seropodobne” nie tylko zepsują nam smak gotowego dania, ale także końcowy efekt wizualny. Pod wpływem wysokiej temperatury produkty „seropodobne” rozwarstwiają się tworząc nieprzyjemne grudki. Do zapiekania najlepiej nadają się sery twarde o zwartej, ale sprężystej konsystencji, czyli np. Gouda czy Edamski – podpowiada Ewa Polińska z MSM Mońki.

Każdy viralowy przepis możemy dowolnie modyfikować, tworząc własne, oryginalne kombinacje. Klasyczny „Mac and Cheese” można posypać świeżym szczypiorkiem, płatkami chili lub prażoną cebulką. Na viralowych filmikach można dostrzec także takie dodatki, jak kawałki chrupiącego boczku, ostrej kiełbasy chorizo lub peperoni, a nawet podsmażone tofu lub podprażone ziarna ciecierzycy.

Jeżeli szukasz pomysłu na nieco podkręcony „Mac and Cheese”, koniecznie wypróbuj przepis, który podajemy poniżej. Smacznego!

**Makaron orecchiette z brokułami i serem Monieckim**

Składniki:

– 250 g makaronu orecchiette,

– 1 brokuł,

– 150 g sera MSM Mońki (np. Podlaskiego lub Gouda),

– 2 ząbki czosnku,

– 2 łyżki oliwy z oliwek,

– sól i pieprz do smaku

Sposób przygotowania:

Ugotuj makaron al dente w osolonej wodzie. Brokuł podziel na różyczki i ugotuj na parze lub w wodzie do miękkości. Na patelni podsmaż czosnek na oliwie, dodaj brokuły i chwilę podsmaż. Dodaj ugotowany makaron i starty ser moniecki, mieszaj aż ser się rozpuści i wszystko się połączy. Dopraw solą i pieprzem, podawaj od razu.

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

**KONTAKT DLA MEDIÓW**

**PR Manager**

**Patrycja Ogrodnik**

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

T: 692 333 175

­