



## “Rudens” meistarklase

# “KONSERVĒŠANA” kopā ar Ivetu Galēju

2024. gada 19. septembrī Ventspils tehnikumā notiks meistarklase “Konservēšana”, kuru vadīs Iveta Galēja – pārtikas eksperte un pieredzējusi žurnāliste, tulkotāja.

Vasarai pietuvojoties rudens tumšajam periodam, bieži dzirdams pa klusai nopūtai: “Kaut varētu vasaru paņemt līdzi!”. Tas nemaz nav tik neiespējami! Viens veids kā piedzīvot vasaras sajūtu tumšajā gadalaikā, ir konservēt un visdažādākajos veidos apstrādāt dabā izaudzēto, salasīto vai nomedīto.

Meistarklase sniegs praktiskas zināšanas un radošus padomus, lai ikviens interesents apgūtu konservēšanas mākslu un spētu pārvērst rudens ražu par veselīgiem un gardiem ziemas krājumiem.

**Meistarklases tēmas:**

·Ziemas krājumu gatavošanas emocionālais aspekts.

- Mīti par konservantiem: cik patiesi ir priekšstati par sāli, cukuru un citiem konservantiem?
- Īsais marinēšanas/fermentēšanas/saldēšanas/kaltēšanas pamatkurss – kas jāņem vērā, lai produkti labi garšotu un saglabātos.

·Kā sagatavot pamata bāzi no dārzeņiem un augļiem, ar kuriem pārpilns dārzs, un kā to pēc tam dažādot un daudzveidīgi izmantot(kabaču, ķirbju, biešu, ābolu, cidoniju u.c. biezeņi un pulveri).

·Garšaugu un zaļumu sagatavošana ziemai.

Meistarklases laikā būs iespēja nobaudīt 5 – 6 dažādu veidu konservus. Lai varētu pagatavot marinētu dārzeņu kokteili līdzņemšanai, uz nodarbību katram jāpaņem līdz 0,7 l vai 1 l burciņa

un skrūvējamais vāciņš, viss pārējais būs nodrošināts. Papildus būs iespēja iegādāties Ivetas Galējas sagatavotus dabas produktus.

Pieteikties meistarklasei var līdz 13. septembrim (ieskaitot) šeit: <https://ieej.lv/Yq7qb>

Meistarklases cena: 60 EUR.

Iveta Galēja dalīsies savās zināšanās, kas iegūtas, pētot pārtikas produktu kvalitāti un pārtikas skandālus pasaulē, gatavojot gardus ēdienus un rakstot publikācijas žurnāliem “100 Labi Padomi”, “Labu Apetīti!”, “Garšīgs” un “Dienas ēdieni”. Tāpat Iveta ir ieguvusi plašu pieredzi gan Latvijā, gan ārzemēs – interesējusies un eksperimentējusi ar garšām, smaržām un augļiem, apceļojusi un mācījusies garšvielu un garšaugu dārzos daudzviet pasaulē, kļuvusi par herbalisti un apguvusi aromterapiju, tādējādi vēl vairāk padziļinot savas zināšanas par dabas veltēm un to izmantošanu.

Iveta Galēja kopdarbā ar Juri Galēju ir sarakstījusi septiņas grāmatas par garšaugiem, konservēšanu un tradicionālo latviešu virtuvi, iedvesmojot cilvēkus izprast un izmantot dabas bagātības ilgtspējīgā un radošā veidā.

Iveta Galēja: *“Mana pārliecība – mēs dzīvojam zemē, kas spēj apgādāt mūs ar vislabāko un visvērtīgāko, lai varētu dzīvot priecīgi, veselīgi un enerģiski. Pilni dārzi, pļavas un meži ar labumiem, kuri pirmajā mirklī dažkārt var šķist neizprotami, pat parastas nezāles, taču patiesībā ir ne vien vērtīgi, bet arī ļoti garšīgi – ja vien izvēlas īstās proporcijas, sastāvdaļu salikumus un pārējās piedevas. Eksperimentēšana ar dabas veltēm ir ļoti aizraujoša, un, jo vairāk ar to darbojas, jo labāks rezultāts sanāk. Un daudzveidīgāks, noderīgāks arī laikam, kad dārzi tukši, zeme sasalusi un apsnigusi. Princīpā šo visu var saukt par konservēšanu, kas arī ir viens no maniem hobijiem – burciņas lielākas, burciņas mazākas, kastītes un maisiņi saldētavā, kaltētu garšaugu un zaļumu pušķiņi virtuvē.”*

Piedalies un sagatavo ziemas krājumus, kas priecēs aukstajos mēnešos!