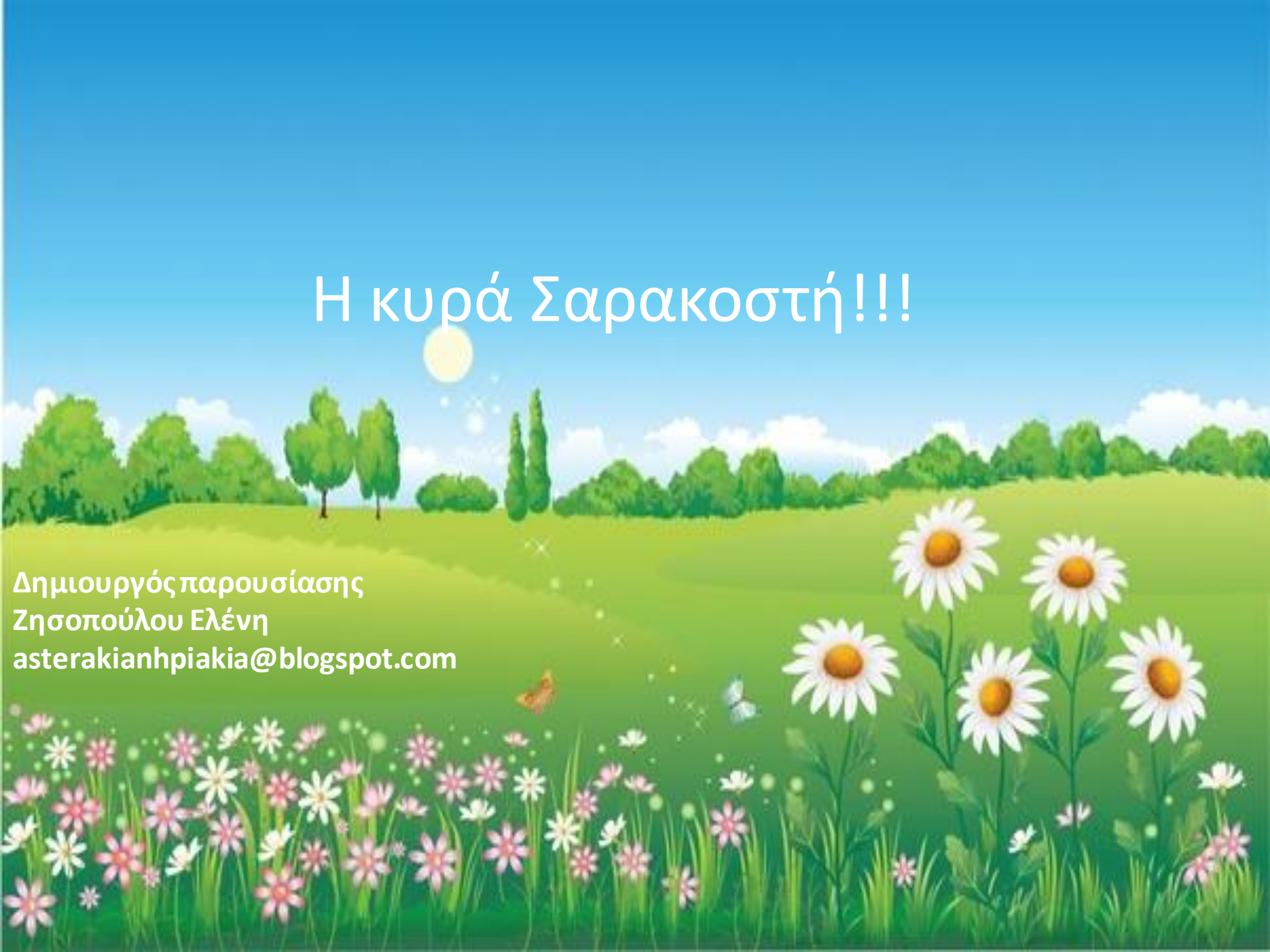


Η κυρά Σαρακοστή!!!

Δημιουργός παρουσίασης
Ζησοπούλου Ελένη
asterakianhriakia@blogspot.com



Πώς τα περάσατε αυτό το
τριήμερο; Τι γιορτάσαμε;
Πώς λεγόταν η χθεσινή μέρα;
Γιατί;
Τι κάνουμε την Καθαρά
Δευτέρα;



Αγαπημένοι μου φίλοι
σίγουρα αυτές τις μέρες θα
έχετε ακούσει πολλές φορές
τη λέξη «ΣΑΡΑΚΟΣΤΗ»
Ξέρει κάποιος τι σημαίνει
αυτή η λεξούλα;



Ας δούμε μαζί κάποιες
εικόνες...

Τι βλέπουμε σ' αυτές ;
Είναι ίδιες μεταξύ τους;

Σε τι μοιάζουν;

Σε τι διαφέρουν;



Στις εικόνες αυτές
εικονίζεται η κυρά
Σαρακοστή!!! Είναι ένα
ημερολόγιο που
χρησιμοποιούσαν παλιά
οι άνθρωποι....



Η κυρά-Σαρακοστή, στις περισσότερες περιοχές, ήταν μια χάρτινη ζωγραφιά, που απεικόνιζε μια γυναίκα, που έμοιαζε με καλόγρια, με 7 πόδια, σταυρωμένα χέρια γιατί προσεύχεται, ένα σταυρό γιατί πήγαινε στην εκκλησία και χωρίς στόμα γιατί νηστεύει. Στο τέλος κάθε εβδομάδας, αρχής γενομένης από το Σάββατο μετά την Καθαρά Δευτέρα, της έκοβαν ένα πόδι. Το τελευταίο το έκοβαν το Μεγάλο Σάββατο.



Σε άλλες περιοχές της Ελλάδας, η κυρά-Σαρακοστή **φτιάχνεται από ζυμάρι με απλά υλικά** και, κυρίως, πολύ αλάτι για να μη χαλάσει. Εξάλλου, δεν τρωγόταν, αφού χρησιμοποιούνταν ως ημερολόγιο. Αλλού πάλι, την έφτιαχναν από πανί και τη γέμιζαν με πούπουλα.



Ας ακούσουμε το τραγουδάκι της Σαρακοστής...

Η κυρά σαρακοστή

Την Κυρά Σαρακοστή
που 'ναι έθιμο παλιό
οι γιαγιάδες μας την φτιάχναν
με αλεύρι και νερό.

Για στολίδι της φορούσαν
στο κεφάλι έναν σταυρό
μα το στόμα της ξεχνούσαν
γιατί νήστευε καιρό.

Και τις μέρες της μετρούσαν
με τα πόδια της τα επτά.
Κόβαν ένα την βδομάδα
μέχρι να 'ρθει η Πασχαλιά.

Συστατικά

3 κούπες αλεύρι

1 κούπα αλάτι

1 κούπα νερό

μπαχαρικά για διακόσμηση όπως γαρύφαλλο ή μαχλέπι

Προθερμαίνουμε τον φούρνο στους 160° C στον αέρα.

Βάζουμε τα υλικά για το ζυμάρι σε ένα λεκανάκι και τα ζυμώνουμε μέχρι να γίνει μια ελαστική και ωραία ζύμη.

Πλάθουμε την Κυρά Σαρακοστή με το ζυμάρι φτιάχνοντας το σώμα, τη φούστα, το πρόσωπο, τα πόδια της, τη διακοσμούμε όπως θέλουμε και τη βάζουμε σε ένα ταψί το οποίο έχουμε στρώσει με λαδόκολλα.

Ψήνουμε για 20 με 30 λεπτά. Μας ενδιαφέρει να στεγνώσει και όχι να «ψηθεί».

Tip

Πρόκειται για μια εύκολη ζύμη η οποία για να φτιαχτεί μπορεί να θέλει και λίγο ακόμα νερό το οποίο προσθέτουμε λίγο-λίγο.

ΠΡΟΣΟΧΗ! ΔΕΝ ΤΡΩΓΕΤΑΙ!



Πηγή:

<https://www.topoikaitropoi.gr>

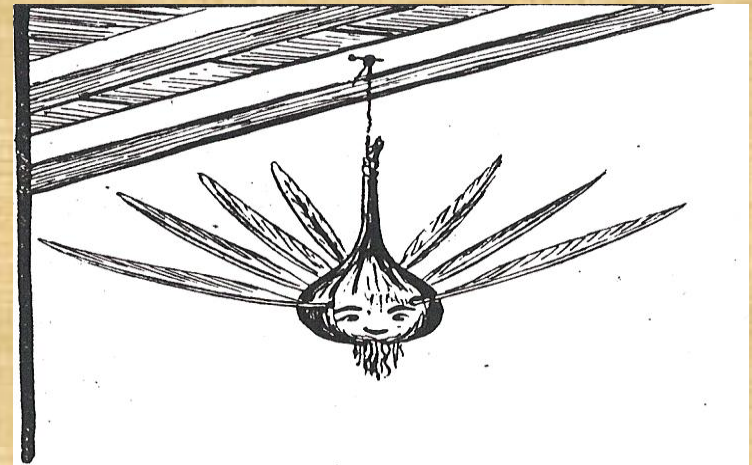


Όμως η κυρά Σαρακοστή δεν ήταν σε όλα τα μέρη έτσι.... Ένα ποντιακό έθιμο για τη διαφύλαξη της νηστείας ήταν ο «κουκαράς». Ήταν μια επινόηση των ευρηματικών Πόντιων μανάδων, για να μπορούν να φοβίζουν τα παιδιά τους ώστε να μην υποκύπτουν σε γευστικές ατασθαλίες και να συνεχίζουν να κρατούν τη νηστεία μέχρι το Πάσχα. Ο κουκαράς αποτελούνταν από ένα μεγάλο κρεμμύδι (ή πατάτα), πάνω στο οποίο κάρφωναν εφτά φτερά κότας ή κόκορα.

Εφτά φτερά, όσες και οι εβδομάδες της νηστείας. Αυτό το ιδιαίτερο «σκιάχτρο» το κρεμούσαν στο ταβάνι τα ξημερώματα της Καθαράς Δευτέρας, και το πρωί, όταν τα παιδιά ξυπνούσαν, το αντίκριζαν με δέος και φόβο να κρέμεται και να κουνιέται στο ταβάνι.



Ο ποντιακός Κουκαράς

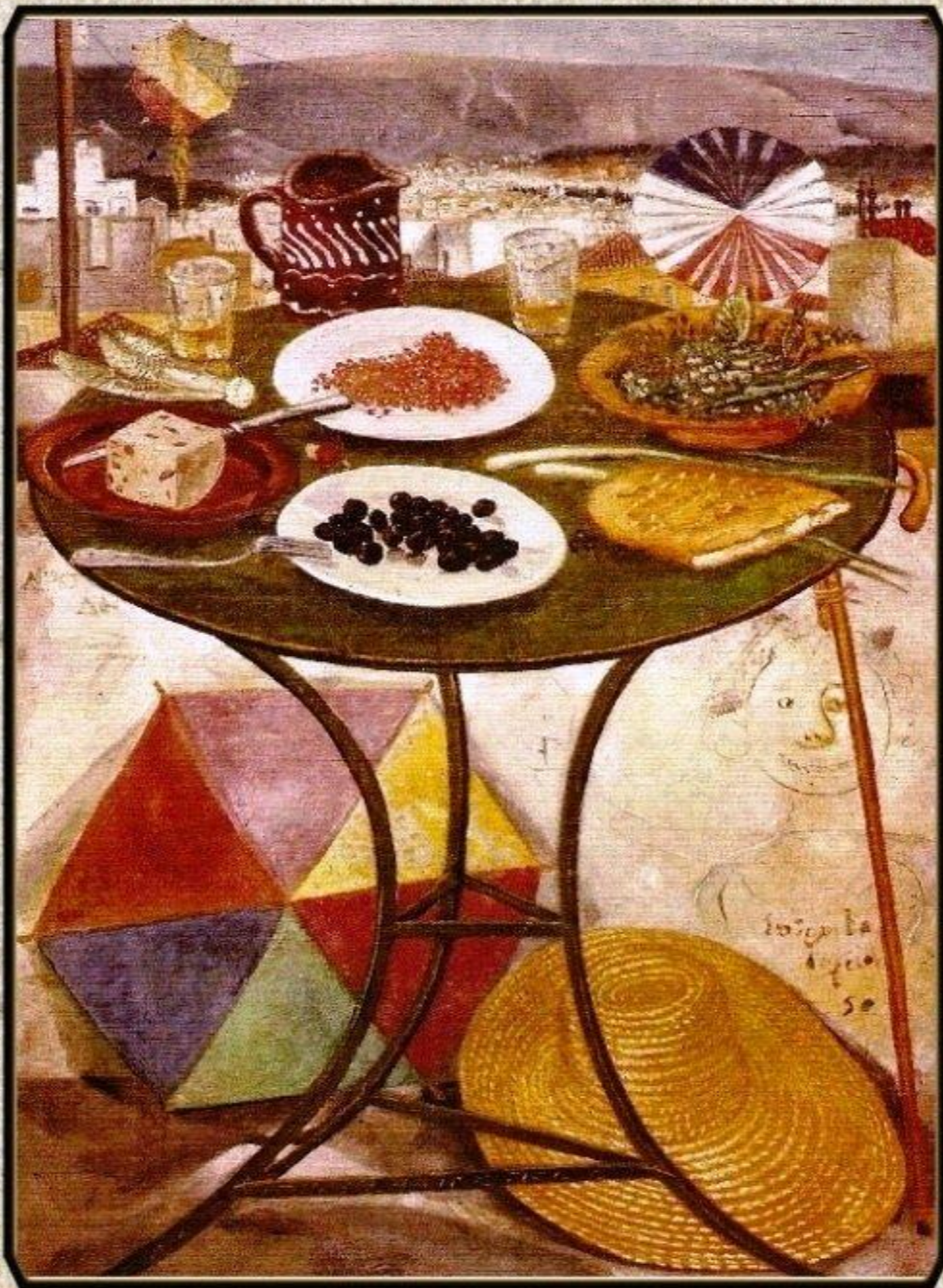


Τώρα μπορείς να
ζωγραφίσεις τη δική σου
Σαρακοστή!!!
Μπράβο!!! Τα κατάφερες
πολύ καλά!!!



Μάθαμε, λοιπόν, ότι κατά τη
διάρκεια της Σαρακοστής
νηστεύουμε!!!
Τι σημαίνει αυτό;
Τι επιτρέπεται να τρώμε;
Παρατηρώ τον πίνακα ζωγραφικής
του Σπύρου Βασιλείου!!!



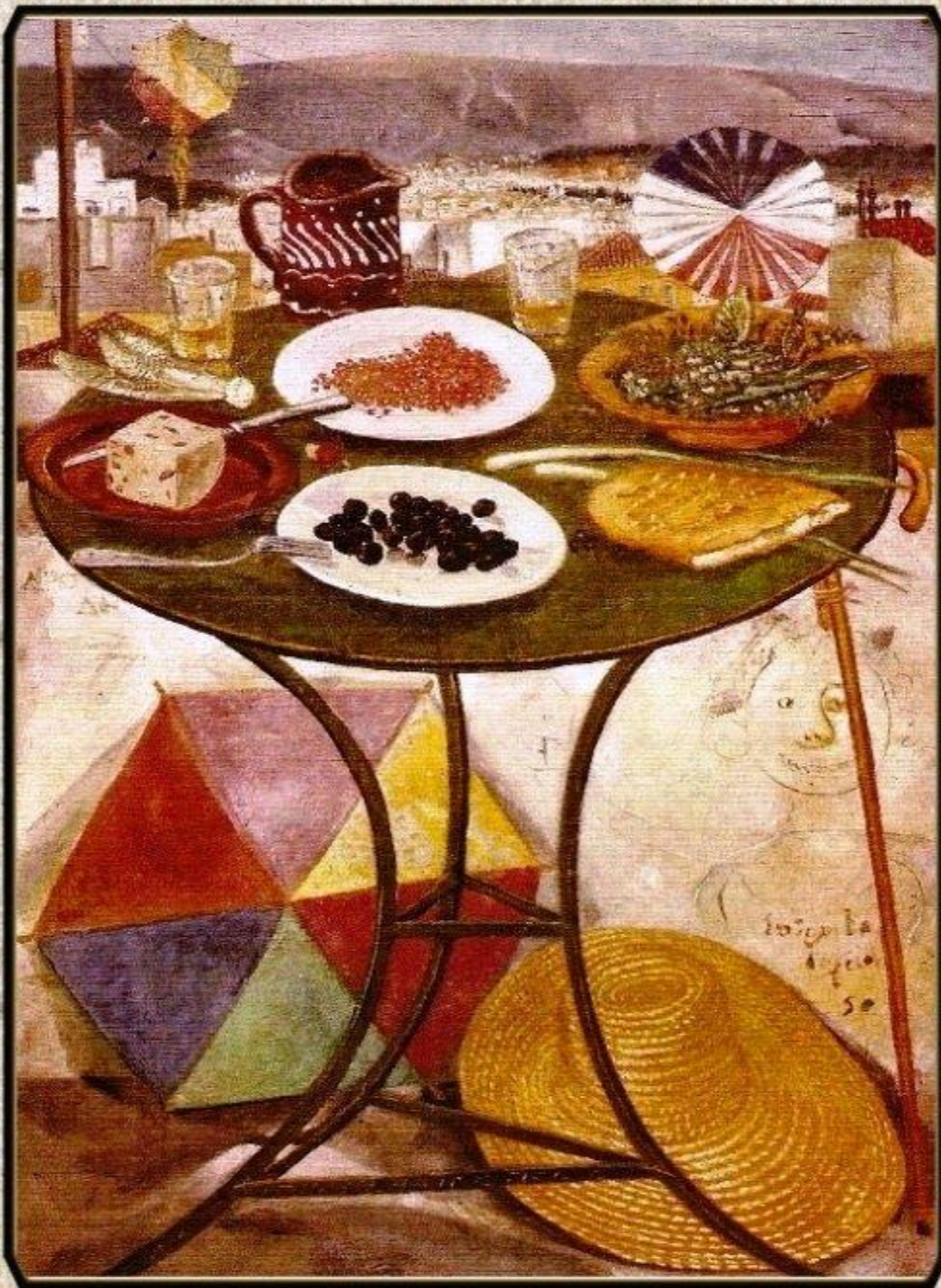


Τι σχήμα έχει το τραπέζι;

Πού πιστεύεις ότι βρίσκεται αυτό το τραπέζι;

Πόσα πιάτα βλέπεις πάνω στο τραπέζι;

Τι άλλο βλέπεις πάνω αλλά και κάτω από το τραπέζι;



Αφού παρατηρήσαμε καλά το Σαρακοστιανό τραπέζι του Σπύρου Βασιλείου ποιες τροφές πιστεύεις ότι μπορούμε να τρώμε την περίοδο της Σαρακοστής;


Μπορείς να παίξεις με τα σαρακοστιανά φαγητά στον παρακάτω σύνδεσμο...

<https://learningapps.org/view18304820>

Και μην ξεχνάς...
νηστεύω σημαίνει....

- Προσπαθώ να μην στενοχωρώ τους αγαπημένους μου!
- Προσπαθώ να μη λέω κακές κουβεντούλες!
- Σκέφτομαι όσους δεν είναι τόσο τυχεροί όσο εγώ !
- Βοηθώ όποιον έχει ανάγκη!
- Προσεύχομαι για όλα τα παιδάκια του κόσμου!!!!





Τώρα μπορείς να πάρεις ένα χαρτί και τα χρώματά σου, να ζωγραφίσεις το δικό σου σαρακοστιανό τραπέζι και να γράψεις, όπως μπορείς, τα φαγητά που υπάρχουν πάνω του!!!

Δημιουργός παρουσίασης
Ελένη Ζησοπούλου
asterakianhriakia.blogspot.com