

PROJECT 2014-2015

Α΄ τετράμηνο

Εργασία των:

Αποστόλης Αννόπουλος

Βασίλης Αυγερινός

Θεοδώρα Δημάρχου

Γιάννης Κανδήρος

Ιωάννα Κεντρωτή

Νεκτάριος Λεβέντης

Μαρία Λεμπέση

Λεωνίδας Μανέτας

Φένια Μπούμπαλη

Εύα Νικητοπούλου

Ορέστης Λάβδας



Παρεμβάσεις ορθόδοξου πίστεως στο καθημερινό διαιτολόγιο

Χριστιανική νηστεία

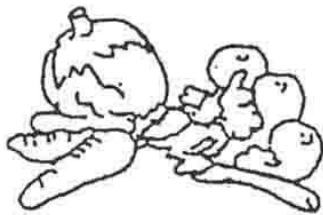
- Πρώτη αναφορά στην νηστεία, τον περιορισμό δηλαδή από κάποια τροφή, έχουμε στην Παλαιά Διαθήκη, στο βιβλίο Γενέσεως. Ο Θεός τοποθέτησε τους πρωτόπλαστους στον κήπο της Εδέμ, τους επέτρεψε να τραφούν από όλους τους καρπούς αυτού του κήπου, εκτός από τον καρπό του δένδρου της Γνώσης του Καλού και του Κακού. **Ο Χριστός μας τόνισε δηλαδή εμμέσως την αξία της νηστείας. Εκτός αυτού είχε επισημάνει: «Το γένος τούτο ουκ εκπορεύεται ει μη εν προσευχή και νηστεία» .** Επεξηγηματικά, με τη νηστεία πολεμάμε τον διάβολο και νικάμε τις πονηρίες του καθώς και γίνεται ευαίσθητη η ανθρώπινη μας φύση στην αγάπη Του και στη χάρη Του.

Ορολογία νηστειών

Νηστεία ή λήψη ξηράς τροφής (ξηροφαγία κάθε Τετάρτη και Παρασκευή) χωρίς λάδι ή κρασί, μια φορά την ημέρα, και μάλιστα την ενάτη ώρα (γύρω στις 3 μ.μ) . Λήψη τροφής, έστω και μόνο ψωμιού, περισσότερο από μια φορά την ημέρα λέγεται λύση νηστείας. Αν φάμε λάδι ή πιούμε κρασί, τότε κάνουμε κατάλυση νηστείας. Οι κατηγορίες καταλύσεως της νηστείας είναι τέσσερις : α) Κατάλυση 'εις τα πάντα', όπως του Δωδεκαήμερο από τις 25 Δεκέμβρη μέχρι τις 4 Ιανουαρίου, β) Κατάλυση αυγών και γαλακτοκομικών προϊόντων, όπως αυτή την βδομάδα του Τριωδίου, γ) κατάλυση 'ιχθύος' (λ.χ την Τετάρτη της Μεσοπεντηκοστής και την Τετάρτη της Αποδόσεως του Πάσχα) και δ) κατάλυση 'οίνου κα ελαίου' -την περίοδο του Πεντακοσταρίου (από Κυριακή του Θωμά μέχρι την Κυριακή της Πεντηκοστής) μπορεί επίσης να γίνεται κατάλυση ελαίου.

Νηστεία Τετάρτης - Παρασκευής

ΝΗΣΤΗΣΙΜΕΣ ΤΡΟΦΕΣ



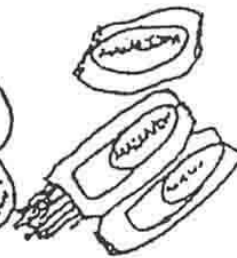
Λαχανικά
(φρέσκα ή διατηρημένα)



Όσπρια



Πατάτες



Ζυμαρικά



Ξηροί καρποί



Τεραμάς



χαλβάς



έλιές



Λάδι
(έλαιόλαδο ή σπορέλαιο)



Φρούτα

Κανόνες Αγίων Αποστόλων

- Η νηστεία Τετάρτης και Παρασκευής είναι **το ίδιο σημαντική** με τις νηστείες της Τεσσαρακοστής και των Χριστουγέννων εξαιτίας της σημασίας των ημερών αυτών.
- Οι ίδιοι οι Απόστολοι αναφέρουν ότι τις δυο αυτές ημέρες πρέπει να νηστεύουμε **όπως ακριβώς και τη Μεγάλη Εβδομάδα** γιατί όπως λένε, **ο ίδιος ο Χριστός** νομοθέτησε τη νηστεία των δυο αυτών ημερών και τους ζήτησε να του θυμίζουν να νηστεύει τις μέρες αυτές. Ξεκαθαρίζεται με αυτόν τον τρόπο η παρανόηση που είχε δημιουργηθεί σχετικά με τη χαλαρότητα της
- Η διδασκαλία της Ορθόδοξης Εκκλησίας ορίζει: όποιος επίσκοπος δεν νηστεύει κάθε Τετάρτη ή Παρασκευή ως καθάρεται. Βέβαια επιτρέπεται και η κατάλυση αυτής της νηστείας μόνο, όμως, όταν υπάρχει σοβαρός λόγος, για να συμβεί αυτό, π.χ σε περίπτωση ασθένειας. Επίσης όταν μεγάλες γιορτές συμπίπτουν με την νηστεία τήκε Τετάρτης και Παρασκευή η κατάλυση γίνεται αποδεκτή εξαιτίας της προλαβούσας νηστείας της παραμονής.

Απόψεις για τη νηστεία

- Σύμφωνα με το Βενεδικτο Ιεροσολύμων: όλοι οι μοναχοί πρέπει να νηστεύουν την Τετάρτη και Παρασκευή μέχρι την ενάτη ώρα
- Ενώ ο Φιλοστόργιος προσθέτει ότι η νηστεία των δυο αυτών ημερών δεν περιορίζεται μόνο στην αποχή του κρέατος αλλά υπαγορεύει το να μη γευθεί ο άνθρωπος τροφή μέχρι το απόγευμα.



Χριστούγεννα



15 Νοεμβρίου

- Έναρξη της νηστείας
- Έντονη πνευματική και ψυχοσωματική προετοιμασία



15 Νοεμβρίου- 17 Δεκεμβρίου

Νηστεία

- Κρέατος
- Γαλακτοκομικών
- αυγού



Μετά την 17 Δεκεμβρίου

- Νηστεία και του ψαριού



Σαρανταλείτουργο

- Καθημερινή τέλεση της Θείας Λειτουργίας για τη βίωση της μυστηριακής και λατρευτικής ζωής
- Σπουδάζετε πυκνότερον συνέρχεσθαι εις ευχαριστίαν Θεού και εις δόξαν



Σαρανταλείτουργο

- Υπέρ υγείας ζώντων και υπέρ αναπαύσεως των κεκοιμημένων



Η Μεγάλη Τεσσαρακοστή

- Η Μεγάλη Τεσσαρακοστή ή Σαρακοστή είναι η πιο αυστηρή νηστεία όλου του χρόνου. Γίνεται ως προετοιμασία για την συμμετοχή μας στα Σωτήρια Πάθη του Χριστού, του Κυρίου μας και στην χαρά της Αναστάσεως. Καθιερώθηκε τον 4ο αιώνα. Αρχικά διαρκούσε έξι εβδομάδες ενώ αργότερα προστέθηκε και η έβδομη εβδομάδα.

Ονομασία

- Ονομάζεται "Σαρακοστή" γιατί περιλαμβάνει σαράντα ημέρες νηστείας. Η ονομασία "Τεσσαρακοστή" αρχικά σήμαινε την τεσσαρακοστή (40ή) ημέρα πριν το Πάσχα, γρήγορα όμως το όνομα δόθηκε σε όλη την περίοδο της νηστείας πριν το Πάσχα. Πολλοί τοποθετούσαν και τη Μεγάλη Εβδομάδα στη Μεγάλη Τεσσαρακοστή, οπότε ο χρόνος των σαράντα ημερών διευρυνόταν. Ο χαρακτηρισμός "Μεγάλη" δε δίνεται για τη μεγάλη διάρκεια της, αλλά για τη σημασία της, σε ανάμνηση των Παθών του Χριστού.

Η Μεγάλη Τεσσαρακοστή

Διάρκεια

- Η Μεγάλη Σαρακοστή αποτελεί την προετοιμασία των πιστών για τη γιορτή της Ανάστασης του Χριστού από την οποία και προσδιορίζεται κατ' έτος ως κινητή περίοδος. Διαρκεί από την Καθαρά Δευτέρα μέχρι και την Παρασκευή πριν το Σάββατο του Λαζάρου, οπότε ακολουθεί η Κυριακή των Βαΐων και η Μεγάλη Εβδομάδα. Η δε Κυριακή των Βαΐων είναι η τελευταία ημέρα της περιόδου αυτής.
- Η Μεγάλη Εβδομάδα δεν περιλαμβάνεται στη Σαρακοστή αν και συνεχίζεται η νηστεία που είναι ιδιαίτερα αυστηρότερη. Στη πραγματικότητα μαζί με την εβδομάδα των Αγίων Παθών είναι πενήτηκονθήμερη περίοδος.



Η Μεγάλη Τεσσαρακοστή

Νηστεία

Σε όλες τις ημέρες της Μεγάλης Σαρακοστής τηρείται αυστηρή νηστεία εκτός του Σαββάτου και Κυριακής, όπου γίνεται κατάλυση οίνου και ελαίου, επιτρέπεται δηλαδή η κατανάλωση κρασιού και λαδιού. Στις υπόλοιπες ημέρες η νηστεία συνίσταται σε ξεροφαγία, δηλαδή σε φυτικές τροφές χωρίς έλαιο. Εξαιρέση αποτελεί η γιορτή των Αγίων Τεσσαράκοντα μαρτύρων όπου καταλύεται το λάδι καθώς και ο Ευαγγελισμός της Θεοτόκου οπότε καταλύεται το ψάρι, όποια μέρα και να γιορτασθεί.

Κατά τη Μεγάλη Εβδομάδα τηρείται αυστηρή νηστεία ακόμα και το Μεγάλο Σάββατο όπου είναι και το μόνο Σάββατο του έτους που, σύμφωνα με τους κανόνες της εκκλησίας, δεν καταλύεται το λάδι.

Βάψιμο αυγών

Ένα από τα πιο διαδεδομένα έθιμα του Πάσχα είναι το βάψιμο των αυγών τη Μεγάλη Πέμπτη, προχριστιανικό σύμβολο της ζωής, ενισχυμένο με τον συμβολισμό του κόκκινου χρώματος από το αίμα της θυσίας του Χριστού και αποτελεί για το Πάσχα απαραίτητο σύμβολο. Το αυγό συμβολίζει τον τάφο του Χριστού που ήταν ερμητικά κλειστός - όπως το περίβλημα του αυγού , αλλά έκρυβε μέσα του τη «Ζωή», αφού από αυτόν βγήκε ο Χριστός και αναστήθηκε!

Οι εξηγήσεις για το κόκκινο χρώμα των αυγών είναι πολλές. Μία από τις πιο αποδεκτές είναι πως το κόκκινο συμβολίζει το αίμα και τη θυσία του Ιησού. Οι άλλες ερμηνείες, έχουν πρωταγωνίστριές τους, τρεις γυναίκες : Την Παναγία, τη Μαγδαληνή και μία δύσπιστη ανώνυμη γυναίκα.

Η Παναγία πίσω από το έθιμο των κόκκινων αυγών.

Μία εξήγηση που δίνεται συχνά, λέει ότι η Παναγία πήρε ένα καλάθι αυγά και τα πρόσφερε στους φρουρούς Του Υιού της, ικετεύοντάς τους να του φέρονται καλά! Όταν τα δάκρυά της έπεσαν πάνω στα αυγά, αυτά βάφτηκαν κόκκινα!

Βάψιμο αυγών

Τα κόκκινα αυγά και η Μαγδαληνή.

Μία άλλη ιστορία συνδέει το κόκκινο χρώμα με τη Μαρία Μαγδαληνή. Όταν ο Ρωμαίος αυτοκράτορας ενημερώθηκε για την Ανάσταση του Χριστού, τη θεώρησε τόσο απίθανη «όσο και το να βαφτούν τα αυγά κόκκινα». Η Μαρία Μαγδαληνή τότε, χρωμάτισε μερικά αυγά κόκκινα και του τα πήγε για να του επιβεβαιώσει το γεγονός.

Η δύσπιστη γυναίκα.

Μία παραλλαγή της παραπάνω ιστορίας, θέλει μία γυναίκα να μην πιστεύει την είδηση της Ανάστασης Του Ιησού και να λέει: «Όταν τα αυγά που κρατώ θα γίνουν κόκκινα, τότε θα αναστηθεί και ο Χριστός». Και τότε αυτά έγιναν κόκκινα»!

Νηστεία των Αγίων Αποστόλων

- Ονομάζεται έτσι διότι προηγείται των δυο Αποστολικών εορτών: της εορτής των Αγίων πρωτοκορουφαιών Αποστόλων Πέτρου και Παύλου (29 Ιουνίου) και της συνάξεως των Αγίων Αποστόλων (30 Ιουνίου).
- Η νηστεία αρχίζει από τη Δευτέρα μετά την Κυριακή των Αγίων Πάντων μέχρι και την 28^η Ιουνίου. Συνήθως η νηστεία αυτή είναι μικρή και η έναρξή της εξαρτάται από την εορτή του Πάσχα . Δεν υπερβαίνει τις 30 μέρες , ενώ υπάρχει περίπτωση (όταν το Πάσχα εορτάζεται μεταξύ 35 και 8 Μαΐου) να μην έχουμε καθόλου νηστεία. Καταλύουμε ψάρι, ενώ απέχουμε από κρέας, γαλακτοκομικά και αυγά. Ψάρι τρώμε, αν θέλουμε, εκτός Τετάρτης και Παρασκευής. Νηστεύουμε αυστηρά και την παραμονή της εορτής εκτός κι αν συμπέσει Σάββατο ή Κυριακή. Αν η εορτή των Αγίων Αποστόλων πέσει Τετάρτη ή Παρασκευή τότε καταλύουμε μόνο ψάρι.

Η νηστεία αυτή είναι αρχαιοπαράδοτος στην εκκλησία μας

- Πρώτος ο Μέγας Αθανάσιος αναφέρει νηστεία μιας εβδομάδας μετά την Πεντηκοστή. <<Τη γαρ εβδομάδι μετά την αγίαν Πεντηκοστήν ο λαός νηστεύσας εξήλθε περί το κοιμητήριον εύξασθαι>> (περίπου το 357 μ.Χ.). Αυτός μεν αναφέρει τη νηστεία αυτή αμέσως μετά την Πεντηκοστή, αλλά το βιβλίο των Αποστολικών Διαταγών, το οποίο έχει γραφεί 50 περίπου έτη αργότερα και απηχεί αποστολοπαράδοτες εντολές και συνήθειες, την αναφέρουν μια εβδομάδα μετά την Πεντηκοστή, δηλαδή μετά την εορτή των Αγίων Πάντων << Μετά ουν το εορτάσαι υμάς την Πεντηκοστήν εορτάσατε μίαν εβδομάδα και μετ' εκείνην νηστεύσατε μίαν, δίκαιον γαρ και ευφρανθήναι επί την εκ Θεού δωρεά και νηστεύσαι μετά την άνεσιν>>. Όπως φαίνεται από το χωρίο των Αποστολικών Διαταγών, η νηστεία σχετιζόταν με την χαρμόσυνη περίοδο από το Πάσχα μέχρι την Πεντηκοστή, μετά την οποία έπρεπε να επέλθει κάποιας μορφής αντίδραση, ώστε να μεταφερθεί η χαρμόσυνη διάθεση.

Δεκαπενταύγουστος

- Η νηστεία της Κοιμήσεως της Θεοτόκου ή του Δεκαπενταύγουστου αρχίζει την 1η Αυγούστου και λήγει στις 15 του ίδιου μήνα. Στις 6 Αυγούστου ,εορτή Μεταμορφώσεως του Σωτήρος όπως και στις 15 στην Κοίμηση της Θεοτόκου γίνεται κατάλυση ιχθύος. Τα Σάββατα και τις Κυριακές νηστεύουμε με λάδι. Η νηστεία αυτή γίνεται προς τιμήν της Θεοτόκου, η Οποία και Εκείνη ενήστευσε πριν από την Κοίμηση της.
- Ο πατέρας της εκκλησίας μας Άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης αναφέρει ότι η νηστεία Τετράδος και Παρασκευής είναι νομοθεσία Αποστολική. Οι Απόστολοι στους Κανόνες συναριθμούν αυτή με τη νηστεία της Μεγάλης εβδομάδος. Στις διαταγές των Αποστόλων βιβλ. Ε', κεφ.ιδ', <<Παρήγγειλεν ημιν αυτός -ο Χριστός - νηστεύειν Τετράδα και Παρασκευή>>(Πηδάλιο, Ερμηνεία ΞΘ' Κανόνας των Αγ. Αποστόλων). Ο Χρυσόστομος συμβουλεύει για τη νηστεία ,λέγοντας.<<Ας αγαπήσουμε τη νηστεία γιατί είναι μητέρα της σωφροσύνης και πηγή κάθε φιλοσοφίας>>.



Η αποτομή της τίμιας κεφαλής του Ιωάννου του Προδρόμου (29 Αυγούστου)

- Είναι μέρα πένθιμη και τηρούμε αυστηρή νηστεία καθώς δεν τρώμε ούτε λάδι σε ένδειξη πένθους για την άδικη θανάτωση του αγιοτέρου ανθρώπου της παγκόσμιας Ιστορίας. Σε περίπτωση που η εορτή είναι Σάββατο ή Κυριακή, καταλύουμε λάδι. Έχει περάσει στην παράδοση εκείνη την μέρα να μην τρώμε τίποτα κόκκινο- ούτε καρπούζι, ούτε ντομάτα- και να μην κόβουμε με μαχαίρι τίποτα , ούτε καν το ψωμί, γιατί θυμίζουν το αίμα του που χύθηκε άδικα στο μαρτύριό του και το ξίφος που τον αποκεφάλισε. Στη Βυζίτσα, πάλι , την παραμονή μοιράζουν μαγειρεμένο κατσίκι με ρύζι (που ψήνουν σε μεγάλα τσουκάλια στο προαύλιο του ναού) στους πιστούς. Ανήμερα όμως το πρωί, μετά τη λειτουργία, μοιράζεται μονάχα η κουκόφαβα και μάλιστα αλάδωτη. Τέλος, δεν τρώγεται μαύρο σταφύλι, μαύρο σύκο και ό,τι μαύρο φρούτο υπάρχει γιατί πιστεύεται ότι το αίμα του Αγίου τα έβαψε, αλλά ούτε και καρύδι, γιατί του έκοψαν το καρύδι όταν τον αποκεφάλισαν.



Οι προσφορές των πιστών στην Εκκλησία

ΤΟ ΚΕΡΙ

Μικρή προσφορά και θυσία του χριστιανού στον Άγιο Θεό. Συμβολίζει το Φώς του Χριστού, τή φλόγα τῆς πίστεως.

ΤΟ ΘΥΜΙΑΜΑ

Θυσία εύαρεστήσεως πρὸς τὸν Θεό. Συμβολίζει τὴν ἀνάταση τῆς ψυχῆς πρὸς τὸν Θεὸ κυρίως ὅταν προσευχόμεστε.

ΤΟ ΛΑΔΙ

Συμβολίζει τὸ ἔλεος τοῦ Θεοῦ.

ΤΟ ΝΑΜΑ

Εἶναι τὸ κρασί πὸ προσφέρουμε στὴν Ἐκκλησία γιὰ τὴ Θεία Εὐχαριστία.

Ἡ ΠΡΟΣΦΟΡΑ

Ψωμὶ ζυμωμένο στὸ σπίτι, μὲ προζύμι καὶ ὄχι μαγιά, σὲ στρογγυλὸ σχῆμα καὶ σφραγισμένο μὲ εἰδικὴ ξύλινη σφραγίδα. Παρασκευάζεται γιὰ τὴ Θ. Εὐχαριστία.

ΤΟ ΑΝΤΙΔΩΡΟ

Μικρὸ κομμάτι ἀπὸ προσφορά που μοιράζει ὁ ἱερέας στὸ τέλος τῆς Θ. Λειτουργίας σὲ ὅσους δὲν κοινώνησαν.

ΤΑ ΚΟΛΛΥΒΑ

Βρασμένο σιτάρι πὸ προσφέρεται στὴ μνήμη κάποιου Ἁγίου ἢ σὲ μνημόσυνο προσφιλοῦς μας προσώπου. Συμβολίζει τὴν κοινὴ Ἀνάσταση τῶν νεκρῶν.

Οι προσφορές των πιστών στην Εκκλησία



- **Η ΑΡΤΟΚΛΑΣΙΑ**

Εύλογία τῶν βασικῶν καρπῶν τῆς γῆς, τοῦ σιταριοῦ, τοῦ κρασιοῦ καὶ τοῦ λαδιοῦ. Τελεῖται τὶς μεγάλες γιορτὲς κυρίως στὸν ἑσπερινὸ σὲ ἀνάμνηση τῆς εὐλογίας τῶν πέντε ἄρτων ἀπὸ τὸ Χριστὸ στὴν ἔρημο.

- **ΤΟ ΚΑΡΒΟΥΝΟ**

- Οι πιστοὶ ὅταν προσεύχονται, μαζί με τὸ [καντηλάκι](#) που θα ανάψουν θυμιατίζουν τὸ χώρο καὶ τὰ εικονίσματα. Τα τρία στοιχεῖα ἀπὸ τὸ κάρβουνο συμβολίζουν:

- α) Ἡ στάχτη, τὸ Σῶμα τοῦ Χριστοῦ,
- β) τὸ κάρβουνο, τὴν ψυχὴ τοῦ Χριστοῦ καὶ,
- γ) τὸ αναμμένο κάρβουνο, τὴν Θεότητα τοῦ Χριστοῦ.

- **ΟΙ ΑΓΙΕΣ ΕΙΚΟΝΕΣ**

Τὰ βιβλία τῶν ἀγραμμάτων. Δείχνουν στοὺς ἀνθρώπους μία ἄλλη πραγματικότητα μεταμορφωμένη μὲ τὴ χάρη καὶ τὴ δύναμη τοῦ Θεοῦ. Ἀπεικονίζουν τὰ πρόσωπο μόνον τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, τῆς Ὑπεραγίας Θεοτόκου καὶ τῶν Ἁγίων. Ἡ τιμὴ ποὺ ἀποδίδουμε σὶς Ἁγίες εἰκόνες μεταβαίνει στὸ εἰκονιζόμενο πρόσωπο.

ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΙΑΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ

Παραδοσιακά φαγητά Ρόδου και Σύμης





- **Λαζαράκια**

- Είναι ψωμάκια με αμύγδαλα, καρύδια, σουσάμι και μπαχαρικά.

Τα φτιάχνουν στην Σύμη το Σάββατο του Λαζάρου και τα προσφέρουν, μαζί με άβραστα αυγά, στα παιδιά που γυρνάνε στα σπίτια για να πουν το τροπάριο του Λαζάρου, ένα από αυτά ντύνεται Λάζαρος.

- **Γιαπράκια**

- Προέρχονται από την Σύμη και αποτελούνται από ρύζι με φακές τυλιγμένα με αμπελόφυλλο.

- **Κολοκυθοκεφτέδες και πιτταρούδια**

- Μαγειρεύονται στην Ρόδο. Κυριότερο συστατικό των κολοκυθοκεφτέδων είναι το κολοκύθι ενώ των πιτταρουδιών είναι το ρεβίθι. Και τα δύο γίνονται τηγανιτά και αποτελούνται από κρεμμύδι, δυόσμο, άνηθο, αυγά, ελαιόλαδο, αλεύρι και τυρί.

- **Τσουβράς**

- Μαγειρεύεται στην Ρόδο. Είναι μια δυναμωτική σούπα, τα σημαντικότερα υλικά της είναι η ντομάτα, το κρεμμύδι και το ρύζι, όταν ήθελαν να την κάνουν ελαφρύτερη δεν έβαζαν κρεμμύδι. Ιδιαίτερα τα παλιά χρόνια το έδιναν στον άρρωστο καθώς θεωρούνταν φαγητό ελαφρύ και τονωτικό, έτσι έχει επικρατήσει η ρητορική ερώτηση "άρρωστε θέλεις τσουβρά;"



- **Φακόρυζο**

- Είναι Ροδίτικη συνταγή στην οποία πρώτα βράζουμε τις φακές και μετά από λίγο ρίχνουμε και το ρύζι. Έτσι, τελειώνουν την βράση τους όλα μαζί καθώς τα ανακατεύουμε προσθέτοντας μια σάλτσα με ντομάτα και κρεμμύδι. Τέλος καθώς το σερβίρουμε βάζουμε και πιπέρι.

- **Μελεκούνι**

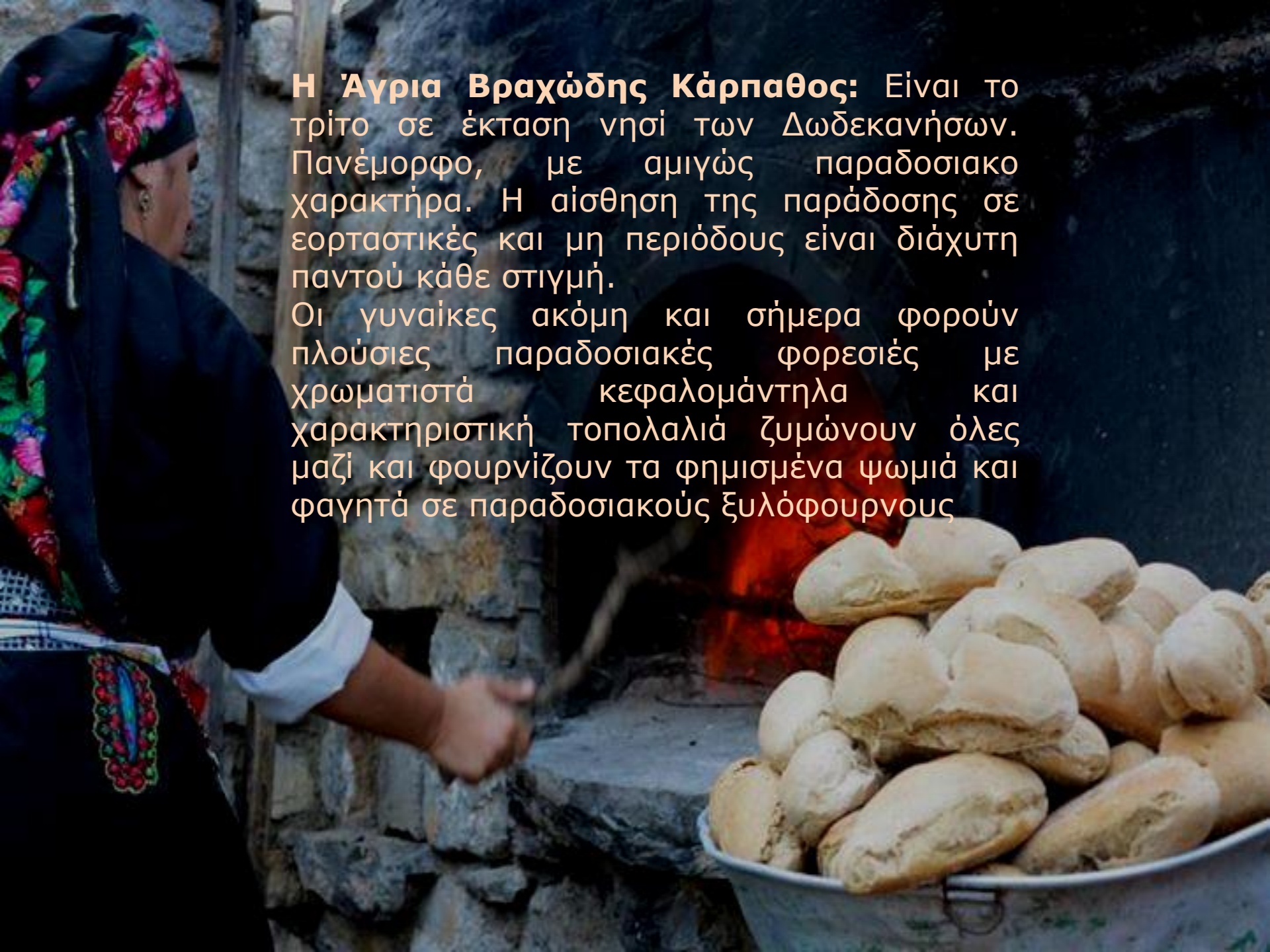
- Πρόκειται για το γνωστό παστέλι που όμως αποτελείται από σουσάμι και μέλι και όχι ζάχαρη. Γενικά είναι το πατροπαράδοτο γλυκό της Ρόδου που προορίζεται για χαρμόсуνα γεγονότα όπως αρραβώνες, γάμους, βαφτίσια. Μάλιστα σε ορισμένα χωριά το στρώνουν σε ταψί και κόβουν κομματάκια για να τα μοιράσουν στους καλεσμένους. Παλιότερα το πρόσφεραν μαζί με το προσκλητήριο.

- **Γαριδάκι Συμιακό**

- Πρόκειται για το πασίγνωστο γαριδάκι που μαγειρεύεται εδώ και πάρα πολλά χρόνια στην Σύμη. Γίνεται τηγανιτό με λάδι και λεμόνι.

Πασχαλινά εδέσματα Καρπάθου





Η Άγρια Βραχώδης Κάρπαθος: Είναι το τρίτο σε έκταση νησί των Δωδεκανήσων. Πανέμορφο, με αμιγώς παραδοσιακό χαρακτήρα. Η αίσθηση της παράδοσης σε εορταστικές και μη περιόδους είναι διάχυτη παντού κάθε στιγμή.

Οι γυναίκες ακόμη και σήμερα φορούν πλούσιες παραδοσιακές φορεσιές με χρωματιστά κεφαλομάντηλα και χαρακτηριστική τοπολαλιά ζυμώνουν όλες μαζί και φουρνίζουν τα φημισμένα ψωμιά και φαγητά σε παραδοσιακούς ξυλόφουρνους

Πασπαράς ή Βυζάντι

Πρόκειται για το φαγητό της λαμπρής. Είναι κατσικάκι ή αρνάκι γεμιστό το οποίο ψήνεται στο φούρνο, συνήθως σε πέτρινο, όλη τη νύχτα. Λέγεται βυζάντι γιατί πρόκειται για μικρό συνήθως ζώο.

Γεμίζεται με ρύζι, κουκουνάρι, κρεμμυδάκια ξερά, κρεμμυδάκια χλωρά και άνηθο, και κατ' επιλογή ντομάτα και συκωτάκια.

- Τοποθετείται σε λαμαρίνα πάνω σε κληματόβεργες για να μην βρέχεται από τα λίπη που βγαίνουν κατά το ψήσιμο και σιγοψήνεται για πολλές ώρες στον πέτρινο φούρνο ή σε μέτριο σπιτικό φούρνο (150° C) , για περίπου δέκα ώρες.



Πατσάς κοκκινιστός

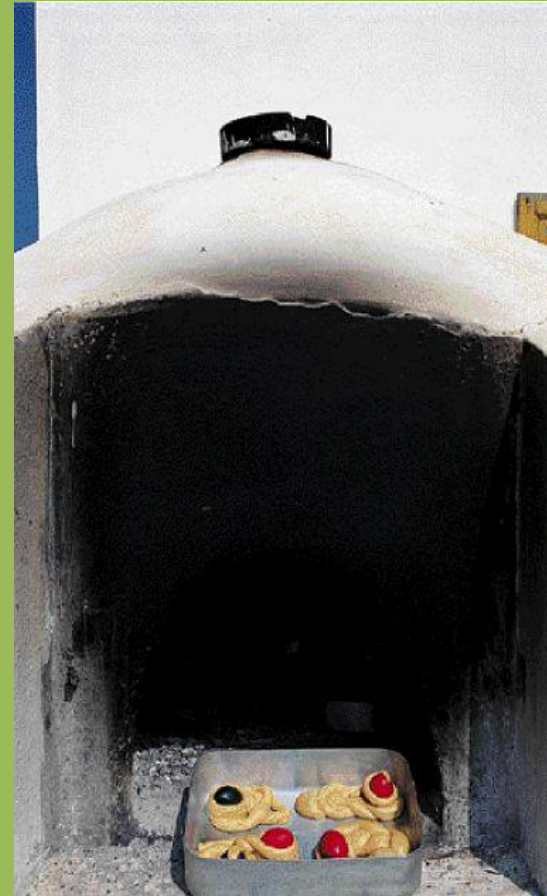
- Είναι τα έντερα και η κοιλιά του ζώου το κατσικάκι ή το αρνάκι που γεμίζεται, ψιλοκομμένα, το οποίο ψήνεται στην κατσαρόλα με κρεμμυδάκια, ντομάτα, ξύδι και μπαχαρικά.



Κουκνούκοι

Φτιάχνονται με τη ζύμη του ψωμιού σφιχτή και τους δίνουν ανθρώπινα σχήματα. Στην κορυφή τοποθετούν κόκκινο αυγό και τα κρεμούν για διακόσμηση μπροστά στον καρπάθικο σοφά, όπως λέγεται.

- Τα λένε «κουκνούκους» και φυσικά τα ψήνουν στον παραδοσιακό φούρνο που καίει με κλαδιά. Οι ξυλόφουρνοι καπνίζουν συνεχώς το Μεγάλο Σάββατο και απέναντι στην Κάρπαθο, ιδιαίτερα στα πάνω χωριά. Στα Σπόα, στο Διαφάνι, στην Ολυμπο.



Τούρτες Καρπάθου

- Είναι το πασχαλινό γλυκό της Καρπάθου. Φτιάχνεται με ανθότυρο, ζάχαρη, αυγά, γάλα, αλεύρι.
- 500 γρ. ζυμάρι από τσουρέκι
3 κούπες φρέσκια μυζήθρα
3 αυγά
3 κ.σ λιωμένο βούτυρο
½ φλυτζ. ζάχαρη
1 κ.γ (κοφτό) μαστίχα
½ κ.γ μοσχοκάρυδο
Γάλα και 1 αυγό,
χτυπημένα μαζί, για το γυάλισμα





Ανάθεση εργασιών

- Αποστόλης Αννόπουλος: βάψιμο αυγών
- Βασίλης Αυγερινός: Μεγάλη Τεσσαρακοστή
- Θεοδώρα Δημάρχου: Πασχαλινά edέσματα Καρπάθου
- Γιάννης Κανδήρος: νηστεία Τετάρτης-Παρασκευής
- Ιωάννα Κεντρωτή: Δεκαπενταύγουστος
- Νεκτάριος Λεβέντης: Προσφορές πιστών στην εκκλησία
- Μαρία Λεμπέση: Ιωάννης Πρόδρομος
- Λεωνίδας Μανέτας: Γιορτή Αγίων Αποστόλων
- Φένια Μπούμπαλη: Παραδοσιακά φαγητά Ρόδου
- Εύα Νικητοπούλου: Ορολογία νηστειών, φωτογραφικό υλικό, σύνθεση εργασιών
- Ορέστης Λάβδας: Χριστούγεννα

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- ΠΗΔΑΛΙΟΝ, Εκδοτικός οίκος Αστήρ, 1982
- www.saint.gr/322/texts.aspx
- www.imilias.gr/pote-kai-pos-nistevoume.html
- <https://sites.google.com/site/orthodoxy1054/oi-nesteis-tes-ekklesias>
- www.myriobiblos.gr/texts/greek/sotiropoulou/.nisteia6.html
- <http://www.agioritikovima.gr/>
- <https://sites.google.com/site/orthodoxy1054/oi-nesteies-tes-ekklesias>
- <http://www.imilias.gr/pote-kai-pos-nistevoume.html>
- www.antexoume.wordpress.com/2014/08/28/έθιμα-της-μακεδονίας-για-την-αποτομή-τ/
- <http://www.hellasforce.com/blog/ethima-gia-tin-apotomi-tou-prodromou-29-avgoustou>

Δημιουργίες παιδιών- χριστόψωμα - πρόσφορα







ο Ευχαριστούμε
πολύ!