



Την κυρά Σαρακοστή  
που "ναι έθιμο παλιό  
οι γιαγιάδες μας τη φτιάχναν  
με αλεύρι και νερό.

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

Και τις μέρες τις μετρούσαν  
με τα πόδια της τα επτά  
κόβαν' ένα τη βδομάδα  
μέχρι να "ρθει η Πασχαλιά.

Επιμέλεια : Μάρκου Κλεοπάτρα

Πάμε να φτιάξουμε τη δική μας  
Κυρα-Σαρακοστή με αλατοζύμη...

Υλικά για τη ζύμη

**1 κούπα νερό**

**περίπου**

**1 κούπα αλάτι**

**3 κούπες αλεύρι**

Ζυμώνουμε όλα τα υλικά μαζί  
για να γίνει ένα ζυμαράκι ελαστικό

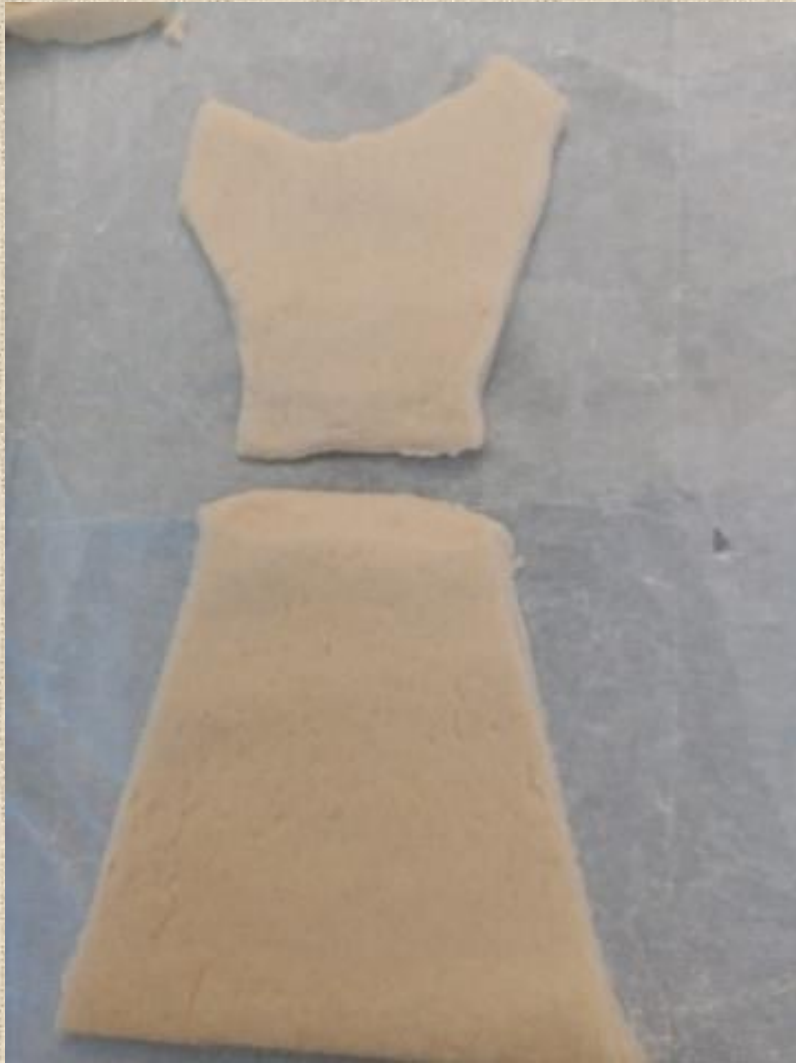


Παίρνουμε αρκετή ποσότητα ζύμης και την ανοίγουμε με τον πλάστη επάνω σε λαδόκολλα.



Κόβουμε τη φούστα της κυρά-Σαρακοβτής





Στη συνέχεια το  
επάνω μέρος ,  
τον κορμό της.



Και ενώνουμε  
τα δύο μέρη.

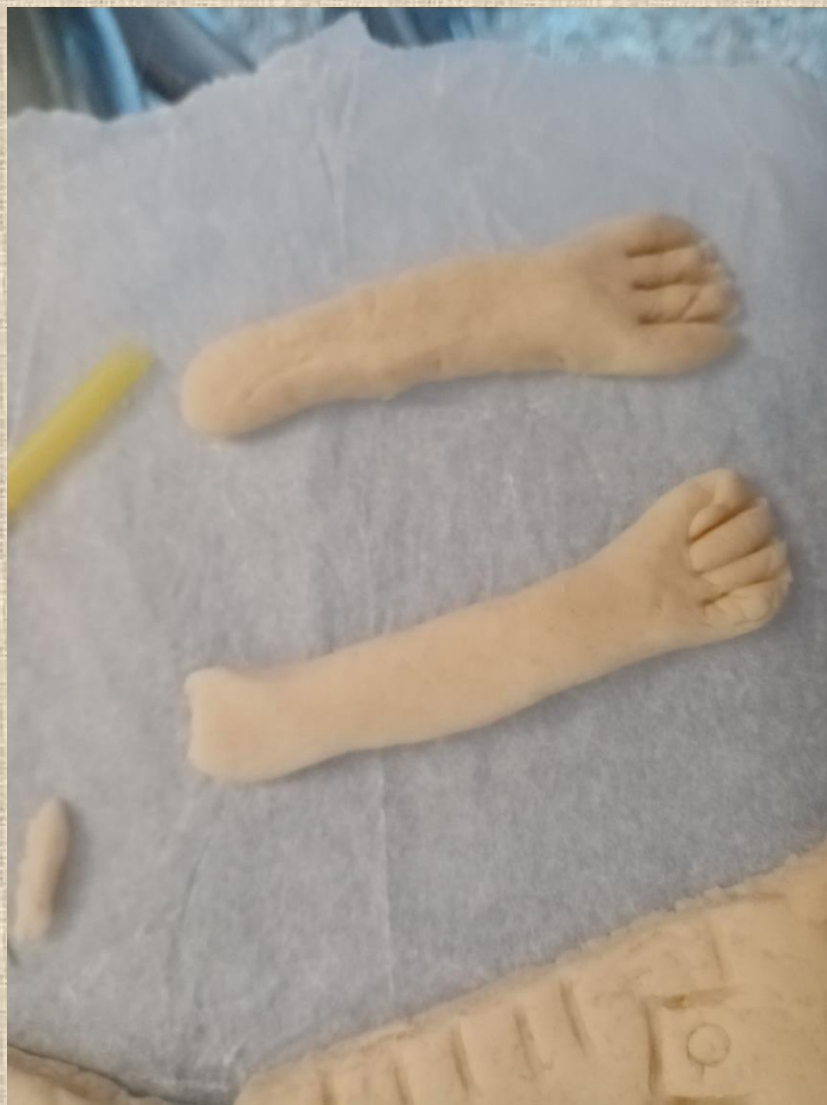


Και την  
ποδιά της



Τοποθετούμε επάνω στη φούστα την ποδιά  
και με ένα πιρούνι μπορούμε να κάνουμε  
«κεντήματα»





Σχηματίζω δύο μακριά κορδόνια από ζύμη και τα σχηματίζω σαν χεράκια. Χαράζω στο τελείωμα με ένα μαχαίρι για να γίνουν δάχτυλα.



Κολλάμε δεξιά  
και αριστερά του  
κορμού τα δύο  
χέρια και  
φροντίζουμε τα  
δάχτυλα να  
ενωθούν γιατί η  
Κυρά-Σαρακοστή  
προβεύχεται.



Σχηματίζουμε  
έναν κύκλο  
για κεφάλι και  
επάνω έναν  
σταυρό.

Στο κεφάλι της δεξιά και αριστερά  
βάζουμε τα μαλλιά της και χαράζουμε δύο  
κλειστά ματάκια γιατί η κυρά-Σαρακοστή  
προβεύχεται



Μας μένουν τα ποδαράκια της  
κυρά-Σαρακοστής  
που είναι, πόσα;

7

Ανοίχουμε μια μακριά λωρίδα ζύμης  
και κόβουμε 7 ίσα κομμάτια για  
ποδαράκια.





Κολλάμε τα  
ποδαράκια στο  
κάτω μέρος



Και τώρα μπορείτε να στολίσετε  
τα ρούχα και την ποδιά  
της κυρά-Σαρακοστής



Με τρυπήματα  
από καλαμάκι,  
οδοντογλυφίδα,  
πιρούνι και ό,τι  
εσείς φαντάζεστε





Μπορείτε να στολίσετε  
με πιπέρια, μπαχάρια  
ή γαρύφαλλα



Ή ακόμη και με  
φακές, φασόλια ή ρύζι

Και όταν τελειώσουμε βάζουμε τη  
λαδόκολλα μας σε ταψί και ψήνουμε  
στον αέρα στους  $160^{\circ}$  για περίπου  
20-30 λεπτά μέχρι να στεγνώσει η  
κυρά-Σαρακοστή μας και όχι να ψηθεί.

Πριν το ψήσιμο...



Μετά το ψήσιμο...



Και μην ξεχνάτε....  
κάθε Σάββατο θα κόβετε ένα ποδαράκι,  
ξεκινώντας από το Σάββατο  
μετά την Καθαρά Δευτέρα.

Και όταν κόψετε το τελευταίο  
θα έχει φτάσει

**ΜΕΓΑΛΟ ΣΑΒΒΑΤΟ**

Και θα γιορτάσουμε την

**ΑΝΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ**