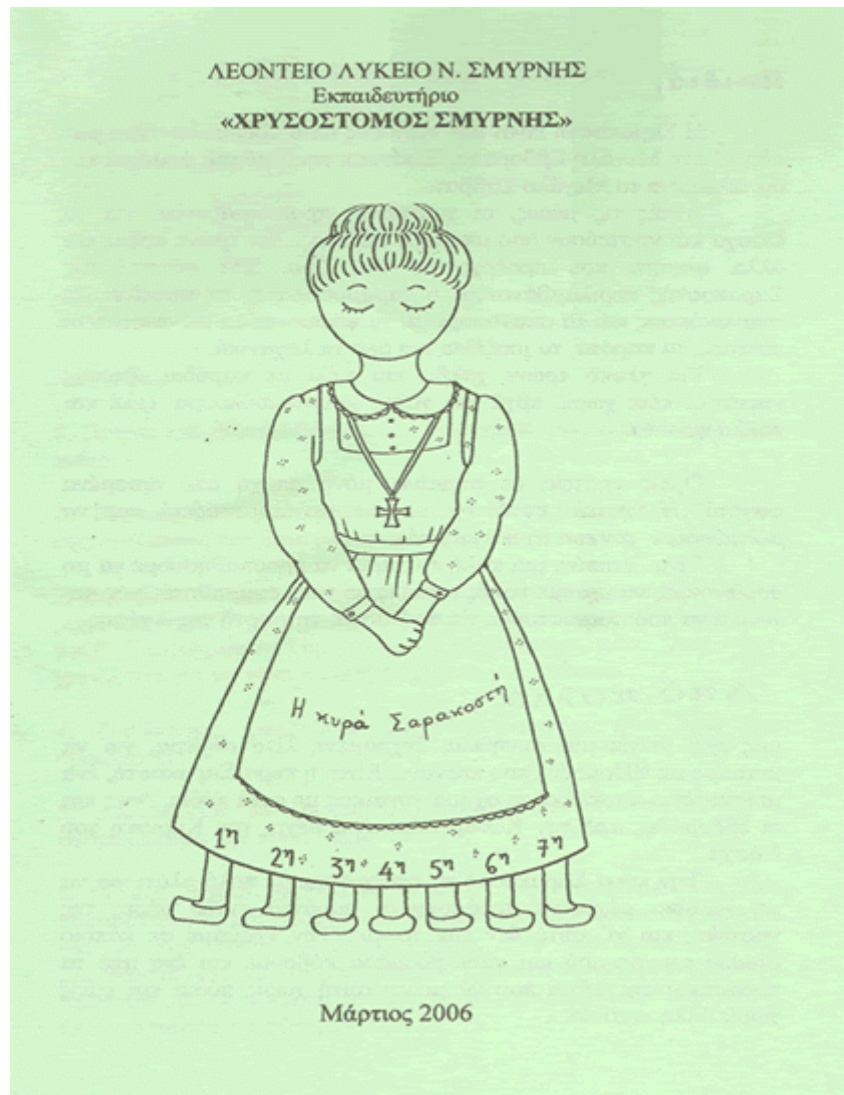


## Η συνταγή για την κυρα-Σαρακοστή!!

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Θεολογία και Ζωή](#)



Παιδιά,

Η Σαρακοστή είναι μια περίοδος επτά εβδομάδων που μας οδηγεί στη Μεγάλη Εβδομάδα. Ξεκίνησε την Καθαρή Δευτέρα και θα τελειώσει το Μεγάλο Σάββατο.

Αυτές τις μέρες, οι χριστιανοί προετοιμάζονται για το Πάσχα και νηστεύουν όσο μπορεί ο καθένας. Δεν τρώνε κρέας και άλλα φαγητά που προέρχονται από ζώα. Στα φαγητά της Σαρακοστής περιλαμβάνονται η ταραμοσαλάτα, τα φασόλια, οι σπανακόπιτες και τα σπανακόρυζα, τα ψάρια και τα θαλασσινά, οι πατάτες, τα καρότα, τα μπιζέλια και όλα τα λαχανικά. [\(περισσότερα...\)](#)