

Β΄ ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΔΗΜΟΥ ΡΕΘΥΜΝΗΣ

Παιδιά ηλικίας 2 ½ - 4 ετών

ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ

Θέμα: Η κυρά – Σαρακοστή



Η Σαρακοστή είναι μια μεγάλη περίοδος νηστείας της Εκκλησίας μας. Ακολουθεί μετά την περίοδο της Αποκριάς, που είναι μέρες χαράς και διασκεδάσεων. Τη Μεγάλη Σαρακοστή έχουμε νηστεία **49 ημερών** για τους χριστιανούς. Οι τρεις πρώτες ημέρες είναι οι πιο αυστηρές σε όλη τη νηστεία και ονομάζονται «τριήμερο». Σε πολλά μέρη της Ελλάδας την παριστάνουν σαν μια καλόγρια που έχει **επτά** πόδια, γιατί επτά είναι και οι εβδομάδες νηστείας ως τη Μεγάλη Εβδομάδα. Έχει τα **χέρια σταυρωμένα** γιατί διαρκώς προσεύχεται, **δεν έχει στόμα** για να μη πολυλογεί, **δεν έχει αυτιά** για να μην ακούει πολλές κουβέντες ή άσχημα λόγια και στο κεφάλι έχει **ένα σταυρό**, αφού η περίοδος της Σαρακοστής έχει διαρκή προσευχή και νηστεία.

Μπορούμε όμως να ζωγραφίσουμε και εμείς τη δική μας κυρά Σαρακοστή και κάθε εβδομάδα να κόβουμε ένα ποδαράκι της, ώστε, όταν κοπούν και τα επτά, θα έχει φτάσει η **Μ. Εβδομάδα**.



Αν θέλουμε όμως, μπορούμε να φτιάξουμε την κυρά Σαρακοστή με ζυμάρι, να την ψήσουμε και να την έχουμε στολισμένη στο σπίτι μας.

Υλικά

½ κιλό αλεύρι

½ φλίτζάνι νερό

1 κουταλιά σούπας αλάτι

Εκτέλεση

Σε ένα βαθύ μπολ ζυμώνουμε το αλεύρι με το νερό και το αλάτι προσθέτοντας όσο νερό χρειαστεί, μέχρι να γίνει η ζύμη εύπλαστη. Βάζουμε λίγο λάδι σε ένα μεγάλο ταψί. Παίρνουμε το ζυμάρι και πλάθουμε τη κυρά - Σαρακοστή όπως δείχνει η εικόνα παρακάτω. Με ένα μαχαίρι χαράζουμε τα χαρακτηριστικά του προσώπου, τα χέρια και διαμορφώνουμε τα ποδαράκια. Ζεσταίνουμε το φούρνο στους 200° βαθμούς και ψήνουμε την κυρά – Σαρακοστή για 40' - 60' λεπτά. Πρέπει το ζυμάρι μας να ξεροψηθεί και να γίνει σκληρό.



ΚΑΛΗ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!!!

**Β' ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ
ΣΤΑΘΜΟΣ**