

Πασχαλινά αυγά



Η ελληνική πασχαλινή παράδοση είναι συνυφασμένη με τα βαμμένα αυγά αλλά ίσως ποτέ να μην αναρωτηθήκαμε γιατί. Πάμε όμως να δούμε κάποια βασικά πράγματα. Σε περίπτωση που δεν το γνωρίζεις το Πάσχα είναι εβραϊκή γιορτή που στην συνέχεια πήραν οι Χριστιανοί και έδωσαν ένα εντελώς διαφορετικό νόημα. Η λέξη προέρχεται από το εβραϊκό «Πεσάχ», που σημαίνει «πέρασμα» και στην εβραϊκή παράδοση συνδέεται με την έξοδο των ισραηλιτών από την Αίγυπτο και τη διάβαση της ερυθράς θάλασσας από τον Μωυσή και το πέρασμά τους προς τη γή της Επαγγελίας, Χανναάν. Στην ορθοδοξία ουσιαστικά συμβολίζει το πέρασμα στην αθανασία.



Γιατί βάφουμε τα αυγά;

Η επικρατέστερη για την δική μας θρησκεία και τα κόκκινα αυγά είναι πως το χρώμα των αυγών προέρχεται από το αίμα του Χριστού. Πολλές εκδοχές ακούγονται βέβαια για το συγκεκριμένο θέμα. Μια ιστορία που λέγεται για το πως ξεκίνησε η παράδοση με τα κόκκινα αυγά είναι η εξής: Η Παναγία κάποτε πρόσφερε ένα καλάθι με αυγά στους φρουρούς του Ιησού, κλαίγοντας για τον υιό της. Τότε από τα μάτια της αντί για δάκρυα, έπεσαν σταγόνες αίματος, βάφοντας τα αυγά. Υπάρχει μια άλλη εκδοχή που ακούγεται και είναι πως μια άγνωστη γυναίκα, που περπατούσε στο δρόμο κρατούσε ένα καλάθι με αυγά. Τότε πληροφορήθηκε την ανάσταση του Χριστού. Από την ταραχή της έπεσαν και τα αυγά βάφτηκαν κόκκινα. Βέβαια υπάρχουν και άλλες ιστορίες όμως κανείς δεν ξέρει ποια πραγματικά ισχύει.



Το έθιμο του τσουγκρίσματος του αβγού προέρχεται από την Αγγλία. Εκεί τσουγκρίζαν τα αυγά τους και ο κάτοχος του πιο ανθεκτικού αβγού νικούσε. Εθιμοτυπικά λέγεται πως το πρώτο κόκκινο αβγό κανονικά δεν κάνει να το τσουγκρίζουμε καθώς βάση παράδοσης ανήκει στην Παναγία.



Αυγά μέσα σε ντομάτα, πορτοκάλι και ψωμί



Το πρωινό είναι από τα πιο σημαντικά γεύματα της ημέρας. Θα πρέπει να φροντίσεις πολύ να τρως κάθε πρωί πλήρες και γευστικό πρωινό καθώς είναι ένα γεύμα αναντικατάστατο. Εγώ θα σου βρω τον τέλειο τρόπο για να φας το πρωινό σου αυγουλάκι με τον πιο ιδιαίτερο και γευστικό τρόπο. Πάμε να μάθουμε πως.

Υλικά:

6 αυγά ΑΥΓΟΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ
2 ψωμάκια
αλάτι Ιμαλαίων Saltic
πιπέρι ΜΠΑΧΑΡ
γάλα
2 ντομάτες
ελαιολαδο ARISTON
1 πορτοκάλι

Εκτέλεση:

Παίρνεις ένα ψωμάκι και κόβεις λίγο από πάνω, σαν καπάκι. Αδειάζεις την ψίχα και βάζεις μέσα λίγο λάδι. Σπας μέσα ένα αυγό και από πάνω ρίχνεις αλάτι και πιπέρι. Με τον ίδιο τρόπο κόβεις το καπάκι της ντομάτας και την αδειάζεις. Σπας το αυγό μέσα και ρίχνεις αλάτι και πιπέρι. Στίβεις ένα πορτοκάλι, και κρατάς τις κούπες. Ρίχνεις εκεί το αυγό και από πάνω πάλι αλάτι και πιπέρι.

Ψήνεις για 15 λεπτά στους 180 βαθμούς

TIP: Ρίχνεις πρώτα τον κρόκο και μετά το ασπράδι γιατί μπορεί να είναι πολύ και να ξεχειλίσει.





Στραπατσάδα με κοτόπουλο

Σούπερ λαχταριστή στραπατσάδα με κοτόπουλο. Απλά υλικά, πανεύκολη παρασκευή, μεγάλη απόλαυση. Ακόμη να μπει στην κουζίνα; Θα χρειαστείς:

- 4 αβγά
- 400 γρ. ψιλοκομμένα ντοματάκια
- 1 ψητό στήθος κοτόπουλου
- 1 κρεμμύδι
- 4 κουταλιές ελαιόλαδο
- 1 κουταλιά κέτσαπ
- 1 κουταλάκι κόκκινο γλυκό πιπέρι
- 1 κουταλάκι ρίγανη
- αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση:

Ζεσταίνεις λίγο το λαδάκι και προσθέτεις το κρεμμύδι. Κόβεις το κοτόπουλο σε μικρά κομματάκια. Προαιρετικά ρίχνεις λίγο κόκκινο πιπέρι στα κρεμμύδια που σωτάρονται. Ρίχνεις και το κοτόπουλο, ανακατεύεις και μετά ρίχνεις τη σάλτσα, βάζεις λίγο αλάτι και πιπέρι και αφήνεις λίγο να

σιγοβράσει. Ρίχνεις και την κέτσαπ. Χτυπάς τα αυγά και τα αλατοπιπερώνεις . Ρίχνεις τα αυγά στο τηγάνι μέσα στην σάλτσα και ανακατεύεις. Στο τέλος βάζεις λίγο ψιλοκομμένο μαϊντανό και λίγη ρίγανη. Αν θέλεις τρίβεις λίγο τυρί από πάνω. Σερβίρεις με λίγο φρέσκο μαϊντανό και λίγο ελαιόλαδο από πάνω.





bletsas.gr



bletsas.gr