



Η λαγάνα, ο χαλβάς, ο ταραμάς, που καταναλώνονται την Καθαρά Δευτέρα, έχουν τη δική τους ιστορία...□

Τη Καθαρά Δευτέρα ανέκαθεν τρώμε με λαγάνα αλλά ξέρουμε τι συμβολίζει;

Η Καθαρά Δευτέρα είναι απαρχή μιας σημαντικότερης περιόδου για την Ορθόδοξη Εκκλησία, τη Σαρακοστή, δηλαδή την προετοιμασία για το Πάσχα που συνδυάζεται με νηστεία τροφών και παθών. Έτσι η πρώτη εβδομάδα της Σαρακοστής

ονομάζεται Καθαρά Εβδομάδα και δίνει το χρόνο στο πιστό να εξαγνιστεί και να καθαριστεί και να προετοιμαστεί.

Έτσι ο πιστός τη Καθαρά Δευτέρα τρέφεται με λαγάνα για να θυμάται τη βοήθεια που προσέφερε ο Θεός στους Ισραηλίτες με τα “άζυμα” και τους οδήγησε στη Έξοδο από την Αίγυπτο. □ Η παρασκευή της είναι ίδια με τα άζυμα (δηλαδή χωρίς προζύμι) και με αυτό τον τρόπο αρχίζει η νηστεία των τροφών. Στις εσωτερικές σελίδες του φόρουμ μας θα βρείτε συνταγή για να την παρασκευάσετε σπίτι σας. □

Χαλβάς Ο συνηθισμένος χαλβάς στη μορφή που τον συναντάμε σε όλα τα Βαλκάνια και την Τουρκία είναι ένα απλό γλυκό. Η πιο κοινή παρασκευή του προϋποθέτει ψήσιμο σιμιγδαλιού, στο οποίο κατόπιν δίνουν σφαιρικό σχήμα και το ζαχαρώ νουν είτε με μέλι είτε με “πετιμέζι” σιρόπι από μούστο σταφυλιού. Για τους Έλληνες ο χαλβάς αποτελεί ένα από τα σαρακοστιανά γλυκά τους και ιδίως η παραλλαγή που φτιάχνεται με ταχίνι και πωλείται σε μορφή κυλίνδρου η παραλληλεπιπέδου. Το είδος αυτό του χαλβά ονομάζεται Μακεδονικός Χαλβάς. □ Πωλείται με το βάρος του και κυκλοφορεί στο εμπόριο σκέτος, με σοκολάτα ή με καρύδια. Στους Έλληνες αρέσει να τρώ νε το Μακεδονικό Χαλβά με χυμό λεμονιού και καννέλα, και τον οποίο συνοδεύουν συχνά με ένα δροσερό ποτήρι ρετσίνα. Ωστόσο, υπάρχουν τουλάχιστον πέντε ή έξι παραλλαγές του χαλβά στην Ελλάδα.

Παρά το γεγονός ότι ο χαλβάς συναντάται σε ολόκληρη την Ελλάδα, φαίνεται ότι το έτυμο και ίσως η καταγωγή του χαλβά είναι τουρκικά. □ Ταραμάς Ταραμάς είναι η λέξη που χρησιμοποιούν οι Έλληνες αναφερόμενοι στους κόκκους από ερυθρό χαβιάρι (αυγά) που βγαίνει από τον μπακαλιάρo ή τον κυπρίνο και το οποίο-όπως και τα ξαδέλφια του, το μαύρο χαβιάρι και το αυγοτάραχο του τόνου – θεωρείται ένα από τα εκλεκτότερα είδη αυγοτάραχου.

Στο εμπόριο διατίθενται δύο είδη ταραμά. Ο λευκός και αυτός με το βαθύ ρόδινο χρώμα.

Ο λευκός ταραμάς θεωρείται ποιοτικά ανώτερος. Ο ροδόχρους έκανε για πρώτη φορά την εμφάνισή του στην αγορά στη δεκαετία του 1950, κυρίως λόγω ενός εμπορικού τεχνάσματος, καθώς οι παραγωγοί πίστευαν, κατά κάποιο τρόπο, ότι ένα έδεσμα με χρώμα ήταν πιο ελκυστικό από τα άγευστα λευκά παρασκευάσματα. □

Με λίγα λόγια, άρχισαν να προσθέτουν χρωστικές ουσίες. Η επιτυχία θα πρέπει να ήταν αστραπιαία αφού, έκτοτε, ο ροδόχρους είναι και ο πιο κοινός ταραμάς. □ Δύο είναι οι βασικές παραδοσιακές συνταγές με ταραμά. Η πιο γνωστή είναι η ταραμοσαλάτα. Το πλούσιο αυτό επάλειμμα θεωρείται το άλφα και το ωμέγα στο τραπέζι της Σαρακοστής. Ουσιαστικά, η ταραμοσαλάτα είναι ένα κρεμώδες, πολτοποιημένο επάλειμμα από αυγοτάραχο που έχουμε χτυπήσει (κατά προτίμηση στο γουδί) με βρασμένες και ξεφλουδισμένες πατάτες ή ψωμί. □ Προσθέτουμε, εν συνεχεία, εναλλάξ στο μείγμα ελαιόλαδο και χυμό λεμονιού, αναλόγως με την απαιτούμενη δΟΣολογία. Συνήθως, η ταραμοσαλάτα που γίνεται με πατάτα είναι

πιο κρεμώδης αλλά οι σκληροπυρηνικοί της παράδοσης επιμένουν ότι η μόνη αποδεκτή βάση είναι το ψωμί.