

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΑΣΧΑ

Πολλά έχουν γραφεί γύρω από τα έθιμα της περιόδου του Πάσχα. Οι διατροφικές συνήθειες δεν είναι ίδιες σε όλη τη χώρα. Σε άλλες περιοχές, την Κυριακή του Πάσχα, επικρατεί το έθιμο του «οβελία», αλλού συνηθίζεται το βραστό κρέας ή το κρέας στο φούρνο. Ακόμα και τη Μεγάλη Εβδομάδα διαφέρουν οι συνήθειες από περιοχή σε περιοχή. Είναι πάντως σίγουρο ότι τα ήθη και τα έθιμα σε αυτήν τη χρονική περίοδο είναι καρπός τοπικών παραδόσεων.

Ένα από τα βιβλία που αναφέρονται στις παραδόσεις μας είναι το «Λαογραφικά Αργιθέας Θεσσαλονικιών Άγραφων» της Λούλας Τόσκα - Κανέλα. Γράφει για τη Μ. Παρασκευή πως τα μέλη της οικογένειας δεν κάθονταν στο τραπέζι, αλλά έτρωγαν όρθιοι τα φαγητά τους που ήταν κυρίως νηστίσιμος πλαστός (φτιάχνεται με χόρτα τριμμένα, κρεμμύδι και καλαμποκίσιο αλεύρι). Ακόμα, έτρωγαν βρασμένα κορόμηλα, κεράσια, δαμάσκηνα και κράνα που τα είχαν αποξηράνει από το καλοκαίρι. Το Μ. Σάββατο θα γίνονταν οι λαμπροκουλούρες και τα λαμπροκούλουρα, θα έπηζαν το πρόβειο γιαούρτι και οι γυναίκες θα ετοίμαζαν το φαγητό της ημέρας (μαγειρίτσα), ενώ οι άντρες θα φρόντιζαν για το σούβλισμα του αρνιού.

Σε άλλες περιοχές τις χώρας μας επικρατούσε αυτήν την ημέρα η σούπα με πλιγούρι και αυγολέμονο, ενώ αλλού είχαν τη συνήθεια μετά την Ανάσταση να μοιράζουν στον κόσμο χαλβά ή μέλι με καϊμάκι.

Σε όλη όμως τη χώρα, η νηστεία της Μεγάλης Σαρακοστής, που στα παλαιότερα χρόνια την κρατούσαν όλοι στο σπίτι, ωθούσε και αυτή στο να καλοφάνε τα ψητά αρνιά, τη μαγειρίτσα, τα κόκκινα αυγά και τα χλωροτύρια.

Όλες οι τοπικές παραδόσεις διασώζονται σήμερα από τους κατοίκους των περιοχών. Όμως όπως όλες οι πανελλήνιες γιορτές, έτσι και το Πάσχα δίνει μία ακόμη ευκαιρία στον Έλληνα για ένα καλό φαγοπότι!