

Το



Πρόσφορο



επιλογή & επιμέλεια κειμένων:  
π. Δημήτριος Ι. Μαρούλης  
Γεωργία Κοφινά  
επιλογή φωτογραφιών: π. Δημήτριος Ι. Μαρούλης  
σχέδια σφραγίδων: Βάσω Γώγου  
(τα σχέδια της Βάσως Γώγου έγιναν για το βιβλίο της Μαρίας Μουρζά  
«Αντίδωρο», εκδ. Άθως)

«...Μου έκανε πάντα βαθειά εντύπωση η τόση επιμέλεια, ακόμα και των λιγότερο ευσεβών, στην παρασκευή και την προσκόμιση των προσφορών. Πόση φροντίδα απαιτούσε η προσφορά ύλης στο αόρατο. Πόση προσοχή, πειθαρχία και τάξη για να μετεωριστείς στην όποια ελευθερία του πνεύματος. Και πάλι για λίγο, ελάχιστα και προσωρινά, ίσα να τ' αγγίξεις· κι αν τ' άγγιζες κι αυτό».

Χρήστος Μποκόρος



Έργο της θείας Λειτουργίας είναι η μεταβολή των δώρων που προσφέρουν οι πιστοί – του άρτου και του οίνου – σε σώμα και αίμα Χριστού. Και σκοπός της είναι ο αγιασμός των πιστών, οι οποίοι με τη θεία μετάληψη αποκομίζουν την άφεση των αμαρτιών τους, την κληρονομία της βασιλείας των ουρανών και κάθε πνευματικό αγαθό.

Σ' αυτό το έργο και το σκοπό συμβάλλουν οι προσευχές, οι ψαλμωδίες, τα αγιογραφικά αναγνώσματα και όλα εκείνα που τελούνται και λέγονται στη διάρκεια της Λειτουργίας. Μέσα σε αυτά είναι σαν να βλέπουμε σε ένα πίνακα ζωγραφισμένη ολόκληρη τη ζωή του Χριστού, από την αρχή ως το τέλος της. Γιατί ο καθαγιασμός των δώρων, η ίδια δηλαδή η θυσία, διακηρύσσει τον θάνατο, την ανάσταση και την ανάληψή Του, καθώς τα δώρα αυτά μεταβάλλονται στο ίδιο το σώμα του Κυρίου, δηλαδή την έλευσή Του στον κόσμο, τη δημόσια εμφάνισή Του, τα θαύματα και τη διδασκαλία Του. Κι εκείνα που έπονται της θυσίας, συμβολίζουν την κάθοδο του Αγίου Πνεύματος στους Αποστόλους, την επιστροφή των ανθρώπων στο Θεό και την κοινωνία τους μαζί Του.

Οι πιστοί που εκκλησιάζονται και συμμετέχουν σε όλα αυτά με προσηλωμένο το νου, γίνονται πιο σταθεροί στην πίστη, πιο θερμοί στην ευλάβεια και την αγάπη τους προς τον Θεό. Με τέτοιες λοιπόν διαθέσεις αξιώνονται να πλησιάσουν και τη φωτιά των μυστηρίων και να μεταλάβουν με κάθε ασφάλεια και οικειότητα.

Αυτό είναι συνοπτικά το νόημα της Θείας Λειτουργίας. Ας την εξετάσουμε τώρα όσο μπορούμε λεπτομερέστερα, αρχίζοντας με εκείνα που τελούνται στην αγία Πρόθεση [Ειδικός χώρος που βρίσκεται αριστερά από την αγία τράπεζα, όπου τοποθετούνται (προτίθενται - πρόθεση) τα δώρα που προσφέρουν (προσκομίζουν - προσκομιδή) οι πιστοί για τη θεία Ευχαριστία. Εδώ γίνεται η αναγκαία προετοιμασία τους από τον λειτουργό ιερέα].

### η προσκομιδή

#### Τα τίμια δώρα

Το ψωμί και το κρασί που προσφέρουν οι πιστοί για τη λειτουργία, και τα οποία συμβολίζουν το σώμα και το αίμα του Κυρίου, δεν τοποθετούνται από την αρχή στο Θυσιαστήριο για τη θυσία, αλλά πρώτα τοποθετούνται στην αγία Πρόθεση και αφιερώνονται στο Θεό σαν δώρα τίμια - αυτή είναι πλέον και η ονομασία τους.

Προσφέρουμε στο Θεό ψωμί και κρασί, γιατί αυτά αποτελούν τροφή αποκλειστικά ανθρώπινη, με την οποία συντηρείται και εκδηλώνεται η ζωή μας. Για αυτό και πιστεύεται πως, όταν προσφέρει κανείς τροφή, είναι σαν να προσφέρει την ίδια τη ζωή. Επειδή λοιπόν με τα μυστήρια ο Θεός μας χαρίζει την ανθρώπινη ζωή, ήταν φυσικό και το δικό μας δώρο να είναι κατά κάποιο τρόπο ζωή, για να μην είναι αταίριαστη η προσφορά μας με την ανταπόδοση του Θεού, αλλά να έχει κάτι συγγενικό. Άλλωστε ο Κύριος παρήγγειλε να Του προσφέρουμε ψωμί και κρασί, κι Αυτός πάλι μας ανταποδίδει «άρτον ουράνιον» και «ποτήριον ζωής». Θέλησε να Του προσφέρουμε εμείς εφόδια της πρόσκαιρης ζωής, κι Εκείνος να μας αντιπροσφέρει την αιώνια ζωή. Για να φανούν έτσι η χάρη Του σαν αμοιβή και το αμέτρητο έλεός Του σαν πράξη δικαιοσύνης.





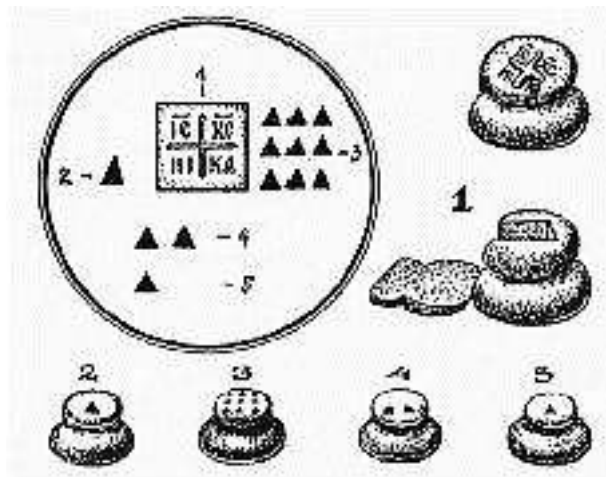
### ανάμνηση της σταυρικής θυσίας

Ο ιερέας αφού πάρει στα χέρια του τον άρτο, από τον οποίο θα κόψει το ιερό τμήμα που θα μεταβληθεί σε σώμα Χριστού, λέει: «Εις ανάμνησιν του Κυρίου και Θεού και Σωτήρος ημών Ιησού Χριστού». Τα λόγια αυτά αναφέρονται σε όλη τη λειτουργία και ανταποκρίνονται στην παραγγελία που άφησε ο Χριστός όταν παρέδωσε το μυστήριό της Θείας Ευχαριστίας: «Τούτο ποιείτε εις την εμήν ανάμνησιν» (Λουκ. 22:19).

Αλλά ποιά είναι αυτή η ανάμνηση; Πως θα θυμηθούμε τον Κύριο στη Λειτουργία και τι θα διηγηθούμε για Αυτόν; Μήπως εκείνα που Τον απέδειξαν Θεό παντοδύναμο; Ότι δηλαδή ανέστησε νεκρούς, χάρισε το φως σε τυφλούς, πρόσταξε τους ανέμους να κοπάσουν, χόρτασε χιλιάδες ανθρώπους με λίγα ψωμιά; Όχι, ο Χριστός δεν ζήτησε να θυμόμαστε αυτά, αλλά μάλλον εκείνα που φανερώνουν αδυναμία, δηλαδή τη σταύρωση, το πάθος, το θάνατο. Γιατί τα πάθη ήταν πιο αναγκαία από τα θαύματα. Τα πάθη του Χριστού μας προξενούν τη σωτηρία και την ανάσταση, ενώ τα θαύματά Του αποδεικνύουν μόνο ότι Αυτός είναι ο αληθινός Σωτήρας.

Αφού λοιπόν ο ιερέας πει, «Εις ανάμνησιν του Κυρίου...», προσθέτει εκείνα που δηλώνουν τη σταύρωση και το θάνατο. Τεμαχίζει δηλαδή με το μαχαίρι τον άρτο (1), λέγοντας την προφητεία: «Σαν πρόβατο οδηγήθηκε στην σφαγή. Και σαν αρνί αμώμητο, που παραμένει άφωνο μπροστά σ αυτόν που το κουρεύει, έτσι κι Αυτός δεν ανοίγει το στόμα Του. Καταδικάστηκε σε ταπεινωτικό θάνατο και Του αρνήθηκαν δίκαιη κρίση.

Και ποιός μπορεί να μας μιλήσει για την καταγωγή του; Γιατί εξαλείφθηκε η ζωή Του από το πρόσωπο της γης» (Ησ. 53:7-8). Κι αφού εναποθέσει στο άγιο Δισκάριο το ιερό τμήμα που έκοψε (Αμνό), προσθέτει τα λόγια: «Θυσιάζεται ο Αμνός του Θεού, που παίρνει επάνω Του την αμαρτία των ανθρώπων» (πρβλ. Ιω. 1:29). Μετά χαράζει πάνω στον Αμνό το σημείο του σταυρού, δείχνοντας έτσι τον τρόπο που έγινε η θυσία: με το σταυρό. Ύστερα, με το μαχαίρι που έχει σχήμα λόγχης, κεντάει τον Αμνό στο δεξί μέρος και λέει: «Ένας από τους στρατιώτες Του τρύπησε την πλευρά με τη λόγχη». Και χύνοντας μέσα στο άγιο Ποτήριο κρασί και νερό, συμπληρώνει: «κι αμέσως βγήκε αίμα και νερό» (Ιω. 19:34).



### [μνημονεύσεις των ονομάτων](#)

Ο ιερέας συνεχίζει την Προσκομιδή. Αφαιρεί τώρα μικρά κομματάκια (μερίδες) από τους υπόλοιπους άρτους, και σαν δώρα ιερά τα τοποθετεί στο άγιο Δισκάριο, λέγοντας για το καθένα: «Εις δόξαν της Παναγίας του Θεού Μητρός» (2), η «Εις πρεσβείαν του τάδε η του τάδε Αγίου» (3) ή «Εις άφεσιν αμαρτιών των τάδε ζώντων η των τάδε τεθνεώτων» (4, 5).

Τι σημαίνουν αυτά; Ευχαριστία στο Θεό και ικεσία. Γιατί με τα δώρα μας είτε ανταποδίδουμε στον ευεργέτη την ευεργεσία που μας έκανε είτε καλοπιάνουμε κάποιον για να μας ευεργετήσει. Έτσι και εδώ η Εκκλησία, με τα δώρα που προσφέρει στο Θεό, Τον ευχαριστεί γιατί στα πρόσωπα των Αγίων της της δόθηκαν η άφεση των αμαρτιών και η βασιλεία των ουρανών. Και Τον ικετεύει να δοθούν αυτά τα αγαθά και

στα παιδιά της που ακόμα ζουν και το τέλος τους είναι αβέβαιο, καθώς επίσης και σε εκείνα που έχουν πεθάνει, αλλά με ελπίδες όχι τόσο καλές και σίγουρες. Για αυτό λοιπόν μνημονεύει ονομαστικά πρώτα τους Αγίους, έπειτα τους ζώντες και τέλος τους κεκοιμημένους. Και για τους Αγίους ευχαριστεί, ενώ για τους άλλους ικετεύει.



#### κάλυψη των τιμίων δώρων

Τα όσα ειπώθηκαν και έγιναν πάνω στον Αμνό, για να συμβολίσουν το θάνατο του Κυρίου, είναι απλές περιγραφές και σύμβολα. Ο Αμνός παρέμεινε άρτος, μόνο που τώρα έγινε δώρο αφιερωμένο στο Θεό, και συμβολίζει το σώμα του Χριστού στην πρώτη Του ηλικία. Για αυτό ο ιερέας αναπαριστά τα θαύματα που έγιναν στον νεογέννητο Κύριο στη φάτνη. Βάζει πάνω στον άρτο τον λεγόμενο Αστερίσκο και λέει: «Και να, το αστέρι ήρθε και στάθηκε πάνω από τον τόπο, όπου ήταν το Παιδί» (Ματθ. 2:9). Ύστερα σκεπάζει το Δισκάριο και το Ποτήριο με πολυτελή καλύμματα και θυμιάζει. Γιατί αρχικά ήταν συγκαλυμμένη η δύναμη του Χριστού, μέχρι τον καιρό που Αυτός άρχισε να θαυματουργεί, και ο Θεός Πατέρας έδινε τη μαρτυρία Του από τον ουρανό.

Αφού λοιπόν ολοκληρωθεί η Προσκομιδή, ο λειτουργός έρχεται στο Θυσιαστήριο, στέκεται μπροστά στην αγία Τράπεζα και αρχίζει τη Λειτουργία.

*(από το βιβλίο του αγίου Νικολάου Καβάσιλα  
«Ερμηνεία της Θείας Λειτουργίας», εκδ. Το περιβόλι της Παναγίας)*





## Το πρόσφορο

Η λέξη έρχεται από το «προσφέρω» δηλαδή στην εκκλησιαστική γλώσσα, προσκομίζουμε δώρα στο Θεό για να τον ευχαριστήσουμε για τις ποικίλες ευεργεσίες του. Μέσα στις προσφορές είναι το κρασί, το λάδι, τα κεριά, οι λαμπάδες και το ψωμί. Το κρασί και το ψωμί είναι η κύρια προσφορά επειδή τα χρησιμοποιούμε στη Θεία Ευχαριστία - γίνονται το Σώμα και το Αίμα του Χριστού.

Ο λόγος που προσφέρουμε «άρτον και οίνον» είναι ότι επειδή αυτά είναι ανθρώπινη τροφή, προορισμένα να συγκρατούν την σωματική ζωή. Αλλά επειδή ο Θεός μας δίνει τη ζωή, ο άνθρωπος δίνει πάλι στο Θεό αυτά τα δώρα σαν αντάλλαγμα.

Ο άρτος φτιάχνεται από σταρένιο αλεύρι και έχει σχήμα στρογγυλό. Αυτό το σχήμα δηλώνει ότι ο Θεός είναι άναρχος και αιώνιος. Στην λαϊκή παράδοση το στρογγυλό σχήμα του προσφόρου λέγεται ότι συμβολίζει την κοιλιά της Παναγίας απ' όπου προήλθε ο Χριστός. Η σφραγίδα επίσης είναι στρογγυλή και είναι χαραγμένη με τα εξής γράμματα και σχήματα .



- ◆ Το ΙΣ ΧΣ ΝΙ ΚΑ στο κεντρικό τετράγωνο είναι ο Αμνός
- ◆ Την μερίδα της Παναγίας «ΜΘ»
- ◆ Τα 9 τριγωνάκια που είναι οι άγγελοι και τα τάγματα των αγίων
- ◆ 1. των αγγέλων
- ◆ 2. του Προδρόμου και των προφητών
- ◆ 3. των αποστόλων
- ◆ 4. των ιεραρχών
- ◆ 5. των μαρτύρων
- ◆ 6. των οσίων
- ◆ 7. των Αναργύρων
- ◆ 8. των προπατόρων και των εορταζόμενων αγίων της ημέρας
- ◆ 9. του αγίου που τελείται η Θεία Λειτουργία
- ◆ Μεριδες των ζώντων και των κεκοιμημένων

Το υπόλοιπο πρόσφορο κόβεται σε μικρά κομμάτια και διανέμεται ως «αντίδωρο» στους πιστούς στο τέλος της Θείας Λειτουργίας. Με την προσφορά του Άρτου στη Θεία Λειτουργία συμμετέχουμε κι εμείς ουσιαστικά σ' αυτήν. Αξιωνόμαστε από τους κόπους των χεριών μας να γίνει ο ίδιος ο Χριστός.



### [προετοιμασία για το πρόσφορο](#)

Είναι παλιά παράδοση της Εκκλησίας μας το Πρόσφορο να ζυμώνεται στο σπίτι. Όχι μαζί με το συνηθισμένο ψωμί αλλά χωριστά. Με ιδιαίτερη **φροντίδα** και **προσευχή**. Μόνον έτσι η προσφορά μας είναι αποτέλεσμα και του προσωπικού μας κόπου. Μόνον έτσι αυτό το μικρό υλικό δώρο, γίνεται έκφραση της αγάπης μας προς το Θεό.

• Πλένουμε τα χέρια μας και αδειάζουμε το τραπέζι από όλα τα άσχετα αντικείμενα

• Στρώνουμε όλα τα υλικά του πρόσφορου στο τραπέζι

• Τοποθετούμε στο τραπέζι το κανδήλι ή ένα κερί, μια εικόνα και αν θέλουμε ανάβουμε και το θυμιατό για να λιβανίσουμε.

• Σταυρώνουμε τα υλικά και την σφραγίδα και κάνουμε την προσευχή μας. Δεν υπάρχει κάποια συγκεκριμένη προσευχή για την ετοιμασία του πρόσφορου αλλά μπορούμε να ακολουθήσουμε την εξής σειρά.

• Κάνουμε τρεις μετάνοιες, λέμε «Εις το όνομα του Πατρός και του Υιού και του Αγίου Πνεύματος» και το Τρισάγιο «Άγιος ο Θεός...Παναγία Τριάς...Πάτερ ημών...».

- Συνεχίζουμε με την εξής προσευχή:

«Κύριε σ' ευχαριστώ γι αυτή την Άγια ώρα που με τ' αμαρτωλά μου χέρια μ' αξιώνεις να ζυμώνω τα Πανάχραντα Δώρα της αγάπης Σου. Σε παρακαλώ κατάπεμψον το Πανάγιό Σου Πνεύμα που ευλογεί όλα τα Μυστήρια της Εκκλησίας, να ευλογήσει και τούτα τα Δώρα για να γίνουν καλά και ευπρόσδεκτα στο Άγιο Θυσιαστήριο. Και σε παρακαλώ να δεχθείς όπως εδέχθης τη θυσία του Άβελ, τη δοξολογία των Ποιμένων, τα Δώρα των Μάγων, τα Δάκρυα του Πέτρου και του ληστή τη Μετάνοια. Και ας με αξιώνεις να Σου τα προσφέρω πάντοτε ενσυνείδητα. Αμήν.»

- Τελειώνουμε με το «Δί' ευχών των αγίων πατέρων ημών...»



[διάφοροι τρόποι με τους οποίους φτιάχνεται το πρόσφορο](#)

Δεν υπάρχει μόνον ένας τρόπος για να φτιαχτεί το πρόσφορο. Επηρεάζεται πολλές φορές από τα έθιμα και τις παραδόσεις των διαφόρων περιοχών της Ελλάδας ή από τον τρόπο που περάστηκε η «τέχνη» από τις προηγούμενες γενιές στις νεώτερες. Επίσης και τα μοναστήρια έχουν τους δικούς τους τρόπους που φτιάχνουν το πρόσφορο.

➤ Σε πολλά μέρη φτιάχνουν το πρόσφορο με δυο κομμάτια από ζυμάρι για να συμβολίζει «ουρανό» και «γη». Σε αυτή την περίπτωση χωρίζουν το ζυμάρι στα δυο και βάζουν το ένα πάνω στο άλλο μέσα στο ταψί και μετά τα πιέζουν για να κολλήσουν μεταξύ τους αλείφοντας τα με λίγο νερό ενδιάμεσα. Σε κάποια μοναστήρια τοποθετούνε και ένα μικρό Σταυρό από ζυμάρι ανάμεσα στα δυο ζυμαρία και μετά τα ενώνουν. Αυτός ο τρόπος βοηθάει στο να μην σκάει εύκολα η σφραγίδα, αλλά μπορεί να χωρίσει το πρόσφορο έντονα στην ένωση των δυο ζυμαριών.

➤ Παρόμοιο τρόπο για να γίνει «ουρανός» και «γη» είναι να πλάθουν το ζυμάρι σε χονδρό κύλινδρο και μετά το σηκώνουν όρθιο. Σφίγγουν στη μέση το ζυμάρι και κατόπιν το στρίβουν χωρίς να χωρίσουν τη ζύμη. Πιέζουν πάλι το ζυμάρι να ενωθεί και το βάζουν στο ταψί. Πιέζουν το ζυμάρι ώστε να καλύψει το ταψί και συνεχίζουν την διαδικασία.

➤ Σε άλλα μέρη δεν χρησιμοποιούν καθόλου ταψί και ψήνουν τα πρόσφορα ελεύθερα. Τότε όταν ζυμώνουν το Πρόσφορο, το τοποθετούνε σε μεγάλο ταψί και το σκεπάζουν με αναποδογυρισμένο μπολ ή ταψί στο μέγεθος που επιθυμούν να είναι το πρόσφορο. Το σκεπάζουν με πετσέτες και φουσκώνοντας, το πρόσφορο παίρνει στρογγυλό σχήμα. Μετά το φουρνίζουν ελεύθερο. Μπορεί να είναι ο πιο παλιός τρόπος που φτιαχνόταν το πρόσφορο αλλά χαλάει εύκολα το σχήμα αν δεν ψήνει σωστά ο φούρνος.

➤ Στην Κύπρο στολίζουν το πρόσφορο γύρω στις άκρες κάνοντας τσιμπήματα με τα δάκτυλα. Το στόλισμα του Πρόσφορου δεν είναι ασυνήθιστο και το βλέπουμε ακόμα και στην σφραγίδα που έχει διάφορα σχήματα χαραγμένα γύρω από τα πέντε τετράγωνα. Υπάρχουν παλιές σφραγίδες με ακόμα ποιο περίπλοκα «κεντήματα» στην μπορντούρα γύρω από τον κύκλο τις σφραγίδας.



Σήμερα κυκλοφορούν κυρίως δυο τύποι σφραγίδων - οι παραδοσιακές ξύλινες και οι σύγχρονες πλαστικές. Παλιά υπήρχαν και λίθινες, μπρούντζινες και κεραμικές. Βέβαια οι ξύλινες είναι καλύτερες προπαντός οι χειροποίητες που έχουν βαθύ σκάλισμα. Καλύτερα να αποφεύγουμε τις πλαστικές επειδή όχι μόνον δεν προσφέρουν καμία αισθητική αξία, αλλά επειδή και τα εκβαθύσματα τους είναι πολύ ρηχά.



*Ξύλινη ορθογώνια σφραγία άρτου ευχαριστίας, Ελλάδα*



*Άρτος ευχαριστίας*



*Άρτος ευχαριστίας σφραγισμένος με πήλινη σφραγίδα από την Πανόπολη της Αιγύπτου, 6ος – 7ος αι.*



*Ξύλινη σφραγίδα, Δέλινο (Τριγωνικό Κοζάνης)*

## ΣΥΝΤΑΓΗ ΓΙΑ ΠΡΟΣΦΟΡΟ

Σημείωση: Καλό θα είναι να γίνει το πρόσφορο από την προηγούμενη μέρα για να σφίξει λίγο η ψίχα και να είναι πιο συμπαγές. Έτσι δεν τρίβετε τόσο στην προσκομιδή.

**Υλικά (ια 2 μικρά πρόσφορα 16 εκ διαμέτρου ή 1 μεγάλο 20 εκ. Διαμέτρου)**

- 5 φλιτζάνια τσαγιού σταρένιο αλεύρι
- 2 φλιτζάνια χλιαρό νερό (περίπου)
- 1 κουτ. γλυκού αλάτι
- 2 φακελάκια ξηρή μαγιά





## **Εκτέλεση**

1. Διαλύετε την μαγιά σε ½ φλιτζάνι από το χλιαρό νερό.  
2. Βάζετε όλο το αλεύρι σε μεγάλη λεκάνη και κάνετε μια λακκουβίτσα στο κέντρο. Ρίχνετε το αλάτι και προσθέτετε τη μαγιά.

3. Αρχίζετε να ζυμώνετε προσθέτοντας τμηματικά όσο νερό χρειάζεται για να γίνει μια σφιχτή ζύμη. Συνεχίζετε να ζυμώνετε για αρκετή ώρα μέχρι να γίνει η ζύμη λεία και ελαστική. Αν χρειαστεί προσθέτετε ή νερό ή αλεύρι ανάλογα κατά την διαδικασία. Πρέπει να είναι λίγο πιο σκληρή ζύμη από αυτή του ψωμιού.

4. Αν φτιάξετε 2 πρόσφορα τότε χωρίζετε τη ζύμη στη μέση. Πλάθετε το καθένα σε στρογγυλό σχήμα και ακολουθείτε τους εξής τρόπους για να φτιάξετε το πρόσφορο:

- Χωρίζετε το ζυμάρι πάλι στα δυο με το ένα κομμάτι μικρότερο από το άλλο. Αυτά τα κομμάτια ονομάζονται «ουρανός και γη». Πλάθετε το μεγάλο κομμάτι, τη «γη», σε στρογγυλό σχήμα και το τοποθετείτε στο ταψί. Το πιέζετε λίγο να πλατύνει ομοιόμορφα. (Δεν χρειάζεται να εφαρμοστεί στα πλαϊνά του ταψιού γιατί θα φουσκώσει και θα γεμίσει το ταψί). Πλάθετε και το μικρότερο κομμάτι, τον «ουρανό» με τον ίδιο τρόπο και το πιέζετε πάνω στο πάγκο λίγο να πλατύνει. Αλείφετε λίγο με νερό την επιφάνεια του ζυμαριού που είναι στο ταψί και τοποθετείτε το άλλο κομμάτι «ουρανό» κεντρικά από πάνω. Πιέζετε λίγο να ενωθούν και πασπαλίζετε την επιφάνεια με λίγο αλεύρι.

- Πλάθετε το ζυμάρι σε σχήμα κωνικό. Σφίγγετε με τα δάκτυλα το ζυμάρι σε σημείο λίγο πάνω από τη μέση του κώνου και το στρίβετε αρκετά χωρίς όμως να κοπεί η ζύμη. Το πιέζετε πάλι πάνω στο υπόλοιπο ζυμάρι έτσι ώστε όλο το ζυμάρι να πλατύνει λίγο. Τοποθετείτε το ζυμάρι στο ταψί και το πιέζετε ομοιόμορφα να πλατύνει λίγο ακόμα. Πασπαλίζετε την επιφάνεια με λίγο αλεύρι.

- Αφήνετε το ζυμάρι ολόκληρο σε στρογγυλό σχήμα και το τοποθετείτε στο ταψί. Το πιέζετε λίγο να πλατύνει ομοιόμορφα και χαράζετε το κάτω μέρος γύρω-γύρω με μαχαίρι. Αυτό γίνεται για να μην «σκάσει» το ζυμάρι στο πάνω μέρος κατά την διάρκεια του ψησίματος και χαλάσει η σφραγίδα.

## **5. Γενικές οδηγίες για την σφραγίδα και το ψήσιμο.**

Βουτάτε την σφραγίδα στο αλεύρι και την πιέζετε στο κέντρο για να φαίνεται καλά. Για να βγει η σφραγίδα χωρίς να χαλάσει το πρόσφορο την ανασηκώνετε ελαφρά από την μια πλευρά ώστε να μπει αέρας και να μην δημιουργηθεί κενό από κάτω από την σφραγίδα. Τρυπάτε τις γωνίες των κομματιών και λίγο γύρω από την ένωση «ουρανού και γη» ή σε άλλη περίπτωση, γύρω από τον περίγυρο της σφραγίδας.

6. Σκεπάζετε το πρόσφορο με χονδρή πετσέτα και το βάζετε σε ζεστό μέρος για περίπου 1 ώρα μέχρι να φουσκώσει. (Μπορείτε να ανάψετε το φούρνο στους 50° και όταν κάψει, το σβήνετε και βάζετε το σκεπασμένο πρόσφορο στο φούρνο να ανεβεί. Μετά το βγάζετε όταν πρόκειται να προθερμάνετε τον φούρνο).

7. Προθερμαίνετε τον φούρνο στους 200° και ψήνετε το πρόσφορο για περίπου 45 λεπτά στο κάτω μέρος του φούρνου. Αν δείτε ότι παίρνει χρώμα πολύ γρήγορα πριν τελειώσει ο χρόνος, τότε το σκεπάζετε με αλουμινόχαρτο.

8. Όταν ψηθεί το βγάζετε από το ταψί και το τυλίγετε σε βαμβακερή κουβέρτα ή πετσέτα ώστε να μαλακώσει λίγο ή κόρα για να μην υπάρχει πρόβλημα την ώρα της προσκομιδής. Αν η πετσέτα υγρανθεί πριν κρυώσει το πρόσφορο, τότε την αλλάζουμε για να μείνει η σφραγίδα του πρόσφορου στεγνή.



## Συνταγή για Πρόσφορο με προζύμι

Καλό θα είναι να γίνει το πρόσφορο από την προηγούμενη μέρα για να σφίξει λίγο η ψίχα και να είναι πιο συμπαγές. Έτσι δεν τρίβετε τόσο στην προσκομιδή.

**Υλικά: Για 2 μικρά πρόσφορα 16 εκ διαμέτρου ή 1 μεγάλο 20 εκ. διαμέτρου**

- 5 φλιτζάνια τσαγιού σταρένιο αλεύρι
- 1-1 ½ φλιτζάνι χλιαρό νερό (περίπου)
- 1 κουτ. γλυκού αλάτι
- 1 ½ φλιτζάνι αναπιασμένο προζύμι
- ½ φακελάκι μαγιά

**\*\*\*ή μόνο 2 ½ φλιτζάνια προζύμι για 5 περίπου φλιτζάνια αλεύρι**

### **Εκτέλεση:**

1. Διαλύετε την μαγιά σε ½ φλιτζάνι από το χλιαρό νερό και αφήνετε στην άκρη.  
2. Κρατάτε 1 ½ φλιτζάνια αλεύρι, βάζετε το υπόλοιπο αλεύρι σε μεγάλη λεκάνη και κάνετε μια λακκουβίτσα στο κέντρο. Ρίχνετε το αλάτι και προσθέτετε το προζύμι και την μαγιά.

3. Αρχίζετε να ζυμώνετε προσθέτοντας τμηματικά όσο νερό χρειάζεται για να γίνει μια σφιχτή ζύμη. Συνεχίζετε να ζυμώνετε για αρκετή ώρα μέχρι να γίνει η ζύμη λεία και ελαστική. Αν χρειαστεί προσθέτετε ή νερό ή αλεύρι ανάλογα κατά την διαδικασία. Πρέπει να είναι λίγο πιο σκληρή ζύμη από αυτή του ψωμιού.

4. Αν φτιάξετε 2 πρόσφορα τότε χωρίζετε τη ζύμη στη μέση. Πλάθετε το καθένα σε στρογγυλό σχήμα και ακολουθείτε τους εξής τρόπους για να φτιάξετε το πρόσφορο:

**A.** Χωρίζετε το ζυμάρι πάλι στα δυο με το ένα κομμάτι μικρότερο από το άλλο. Αυτά τα κομμάτια ονομάζονται «ουρανός και γη». Πλάθετε το μεγάλο κομμάτι, τη «γη», σε στρογγυλό σχήμα και το τοποθετείτε στο ταψί. Το πιέζετε λίγο να πλατύνει ομοιόμορφα. (Δεν χρειάζεται να εφαρμοστεί στα πλαϊνά του ταψιού γιατί θα φουσκώσει και θα γεμίσει το ταψί). Πλάθετε και το μικρότερο κομμάτι, τον «ουρανό» με τον ίδιο τρόπο και το πιέζετε πάνω στο πάγκο λίγο να πλατύνει. Αλείφετε λίγο με νερό την επιφάνεια του ζυμαριού που είναι στο ταψί και τοποθετείτε το άλλο κομμάτι «ουρανό» κεντρικά από πάνω. Πιέζετε λίγο να ενωθούν και πασπαλίζετε την επιφάνεια με λίγο αλεύρι.

**B.** Πλάθετε το ζυμάρι σε σχήμα κωνικό. Σφίγγετε με τα δάκτυλα το ζυμάρι σε σημείο λίγο πάνω από τη μέση του κώνου και το στρίβετε αρκετά χωρίς όμως να κοπεί η ζύμη. Το πιέζετε πάλι πάνω στο υπόλοιπο ζυμάρι έτσι ώστε όλο το ζυμάρι να πλατύνει λίγο. Τοποθετείτε το ζυμάρι στο ταψί και το πιέζετε ομοιόμορφα να πλατύνει λίγο ακόμα. Πασπαλίζετε την επιφάνεια με λίγο αλεύρι.

**Γ.** Αφήνετε το ζυμάρι ολόκληρο σε στρογγυλό σχήμα και το τοποθετείτε στο ταψί. Το πιέζετε λίγο να πλατύνει ομοιόμορφα και χαράζετε το κάτω μέρος γύρω-γύρω με μαχαίρι. Αυτό γίνεται για να μην «σκάσει» το ζυμάρι στο πάνω μέρος κατά την διάρκεια του ψησίματος και χαλάσει η σφραγίδα.

5. Οδηγίες για την σφραγίδα

Βουτάτε την σφραγίδα στο αλεύρι και την πιέζετε στο κέντρο για να φαίνεται καλά. Για να βγει η σφραγίδα χωρίς να χαλάσει το πρόσφορο την ανασηκώνετε ελαφρά από την μια πλευρά ώστε να μπει αέρας και να μην δημιουργηθεί κενό από κάτω από την σφραγίδα. Τρυπάτε τις γωνίες των κομματιών και λίγο γύρω από την ένωση «ουρανού και γη» ή σε άλλη περίπτωση, γύρω από τον περίγυρο της σφραγίδας.

6. Σκεπάζετε το πρόσφορο με χονδρή πετσέτα και το βάζετε σε ζεστό μέρος για περίπου 1 ώρα μέχρι να φουσκώσει. (Μπορείτε να ανάψετε το φούρνο στους 50° και όταν κάψει, το σβήνετε και βάζετε το σκεπασμένο πρόσφορο στο φούρνο να ανεβεί. Μετά το βγάζετε όταν πρόκειται να προθερμάνετε τον φούρνο).

7. Προθερμαίνετε τον φούρνο στους 200° και ψήνετε το πρόσφορο για περίπου 45 λεπτά στο κάτω μέρος του φούρνου. Αν δείτε ότι παίρνει χρώμα πολύ γρήγορα πριν τελειώσει ο χρόνος, τότε το σκεπάζετε με αλουμινόχαρτο.

8. Όταν ψηθεί το βγάζετε από το ταψί και το τυλίγετε σε βαμβακερή κουβέρτα ή πετσέτα ώστε να μαλακώσει λίγο ή κόρα για να μην υπάρχει πρόβλημα την ώρα της προσκομιδής. Αν η πετσέτα υγρανθεί πριν κρυώσει το πρόσφορο, τότε την αλλάζουμε για να μείνει η σφραγίδα του πρόσφορου στεγνή.



«...θυμήσου, χωρίς εσένα δεν υπάρχω  
χωρίς εμάς είστε μειοψηφία (όλοι μαζί)  
χωρίς εσάς οστά γεγυμνωμένα  
και μήν ακούς πάνω και κάτω κόσμος  
είσαστε η πατρίδα μας κι εμείς ξενιτεμένοι.»

Μιχάλης Γκανάς