



CARTE  
DE BUCATE  
DE LA  
MĂNĂSTIRILE DIN GRECIA

însoțită de câteva file de *Pateric*

*ediția a doua*

Traducere din limba greacă  
de pr. dr. Gabriel Mândrilă

editura  
**Σοφία**

București

## CUPRINS

Prolog .....	5
Sinaxarul Sfântului Eufrosin .....	8
<b>Asumarea euharistică a creației .....</b>	<b>11</b>
<i>O, iubire atotdorită .....</i>	19
Rânduiala tipiconală a binecuvântării aluatului în brutăria mănăstirii .....	20
<i>Cel ce a aflat iubirea .....</i>	22
Rugăciunea binecuvântării vinului .....	27
Rugăciune nouă la binecuvântarea pitei Sfântului Fanurie .....	30
Rugăciunea care se citește la binecuvântarea prinoaselor de fructe .....	32
Minunea mai presus de înțelegere .....	36
<b>De la Sfânta Masă la masa străpungerii inimii .....</b>	<b>39</b>
Rânduiala trapezei .....	47
Rugăciunea binecuvântării pitei Sfântului Vasile .....	112
<b>Trapeza nevoiștei și trapeza iubirii .....</b>	<b>145</b>
Perioade de post și dezlegare a postului .....	160
<b>Primirea de străini – Sărbători și praznice .....</b>	<b>243</b>
Rugăciunea la binecuvântarea colivei în cinstea unui sfânt .....	285
<i>Veselitu-ne-ai pe noi, Doamne .....</i>	294
<b>Epilog .....</b>	<b>295</b>
<i>Glosar alfabetic .....</i>	296
<i>Abrevieri .....</i>	296
<i>Bibliografie .....</i>	297
<i>Indice alfabetic .....</i>	299

## PÂINE CU STAFIDE

### Ingrediente

1 kg de făină	100 g de zahăr
250 g de stafide	1 ceșcuță de untdelemn
½ linguriță de mahaleb	100 g de drojdie proaspătă

### Preparare

Drojdia se dizolvă în puțină apă călduță. Se amestecă făina cu zahăr, mahaleb și untdelemn. Se adaugă drojdia și se frământă bine. La sfârșit, se adaugă stafidele trecute prin făină. Se acoperă aluatul cu un șerbet și se lasă la cald pentru 2 ore, până își va dubla volumul. După aceea, se frământă din nou și se alcătuiesc pânișoare rotunde cu stafide. Se coc la 180°C pentru 30 de minute.

## PÂNIȘOARE CU ROZMARIN ȘI BUSUIOC

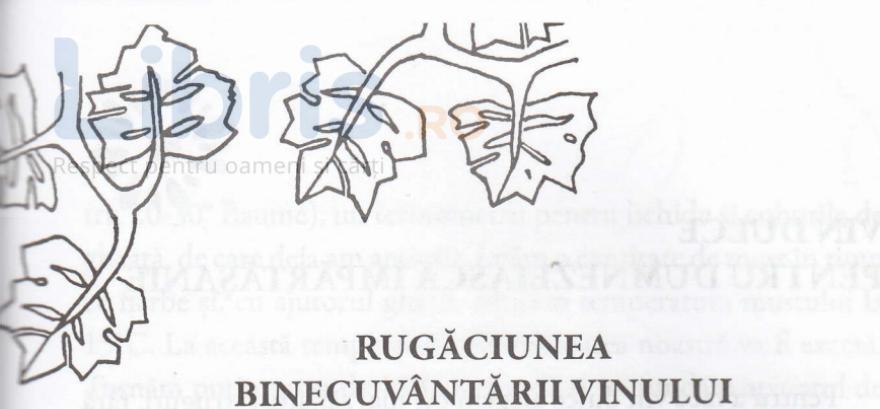
### Ingrediente

1 kg de făină (700 g albă, 300 g din grâu întreg)	90 g de drojdie de bere
2½ lingurițe de rozmarin uscat	½ ceașcă de untdelemn
5 lingurițe de miere încălzită	3 lingurițe de busuioc uscat
1 ceașcă de nuci măcinate sau de semințe de pin <sup>1</sup>	250 ml de apă
	½ linguriță de sare

### Preparare

Făina se pune într-un lighean împreună cu celelalte ingrediente. Se face un cuib în mijloc și se pune drojdia dizolvată în apă caldă. Frământăm de două ori și, când se umflă a doua oară, formăm pânișoare de 1 cm grosime, pe care le aşezăm într-o tavă unsă cu untdelemn. Când cresc iarăși, le înțepăm cu furculița, le ungem cu puțin untdelemn și le coacem la 200°C pentru 20-25 de minute.

<sup>1</sup> Sămânța comestibilă de con de pin se numește coconar (n.trad.).



## RUGĂCIUNEA BINECUVÂNTĂRII VINULUI

**D**oamne, Dumnezeul nostru, Singurul care faci minuni slăvite și mai presus de cuget, Care ai prefăcut apa în vin la nunta din Cana Galileii. Tu Însuți, Stăpâne, venind și aici precum acolo, binecuvântează vinul pe care l-ai dăruit nouă spre veselirea inimii, ca să fie spre mântuirea sufletelor și a trupurilor noastre.

Că Tu ești izvorul bunătăților, Hristoase Dumnezeul nostru, și Tie slavă înălțăm, Tatălui și Fiului și Sfântului Duh, acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.

*Molitfelnic I, Ed. Mănăstirii Simonopetra,  
Sfântul Munte, 2001, p. 229*





## VIN DULCE PENTRU DUMNEZEIASCA ÎMPĂRTĂȘANIE

Pentru a face vin dulce alegem cei mai sănătoși struguri, fără boabe stricate sau putrede, și folosim procesul de fierbere pentru a obține în felul acesta nivelul de zahăr dorit. Vom reuși acest lucru fierbând mustul proaspăt îndată după cules, până ce ajunge la 21,5° Baumé<sup>1</sup>, în timp ce acesta are temperatura de 15°C. Știm că la aproximativ 22° Baumé este aproape cu totul imposibil ca germenii de fermentare să mai fie activi sub o asemenea presiune și, prin urmare, vinul nostru nu va mai avea puterea să fermenteze pentru a produce alcool. Amintim că, folosind struguri de orice culoare, după stoarcere și fermentare, vinul obținut va avea culoarea roșie.

Pentru a ajunge la rezultatul mai sus menționat, de 21,5° Baumé (corespunzător a 25° de alcool), luăm un vas inoxidabil în care punem mustul, având în vedere că la sfârșitul acestui proces cantitatea rămasă va fi aproximativ jumătate din cea folosită inițial. Așezăm vasul cu must pe foc. Cu timpul observăm că la suprafața mustului care se încalzește se formează o spumă, care se îngroașă din ce în ce mai mult, ajungând la un fenomen într-adevăr impresionant, care constă în acumularea pe suprafața mustului a unor impurități. Cu ajutorul unei spumiere îndepărțăm continuu aceste impurități, până ce vor înceta să mai apară la suprafața mustului în fierbere.

Trebuie să ne îngrijim ca în congelator să avem o cantitate suficient de mare de cuburi de gheăță. Atunci când vedem cantitatea de must scăzând până spre jumătate, începem măsurările. Pentru aceasta avem nevoie de o sondă, două instrumente de măsurare Baumé (unul pentru 10-20° Baumé și altul pen-

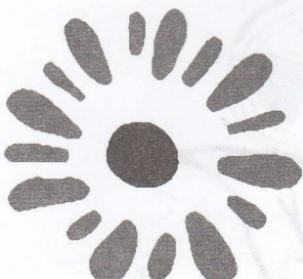
<sup>1</sup> Scara Baumé a fost elaborată și dezvoltată de farmacistul francez Antoine Baumé, în 1768, în scopul măsurării densității lichidelor în raport cu densitatea apei (*n.trad.*).

tru 20-30° Baumé), un termometru pentru lichide și cuburile de gheață, de care deja am amintit. Luăm o cantitate de must în timp ce fierbe și, cu ajutorul gheții, aducem temperatura mustului la 15°C. La această temperatură măsurătoarea noastră va fi exactă. Turnăm puțin must de 15°C în sondă și scufundăm aparatul de măsurare Baumé, observând gradul de creștere al zaharurilor.

În stadiul inițial putem să calculăm în linii mari creșterea zaharurilor fără să coborâm temperatura mustului la 15°C, dacă adăugăm la indicația oferită de aparatul de măsurare Baumé + 0,5° Baumé pentru fiecare 10°C în plus. Oprim focul în jurul a 20,5° Baumé, ținând cont de faptul că vasul, până să se răcească, va adăuga obligatoriu un grad mustului nostru.

În ziua următoare, mustul deja rece ne va certifica, în urma unei noi măsurători, dacă procesul a fost corect elaborat.

În raport cu cantitatea de must pe care o avem, umplem un butoi de lemn foarte curat sau damigenele noastre de sticlă, acoperindu-le ermetic gura cu un tifon dublu și cu ajutorul unui leucoplast. Forma aceasta de închidere nu trebuie să ne sperie, pentru că procesul fermentației alcoolice, pe care germenii de fermentare îl vor declanșa după fierberea la care a fost supus mustul, este foarte lent. Facem prima îndepărțare a reziduurilor la mijlocul lunii februarie, apoi alegem o zi rece la începutul lui iunie pentru o a doua îndepărțare a acestora, atunci când și îmbuteliem. Vom folosi vinul numai după ce a trecut un an de la cules. O eventuală cantitate mică de depunerî în sticlele îmbuteliate nu ne va certifica altceva decât calitatea și puritatea vinului nostru.

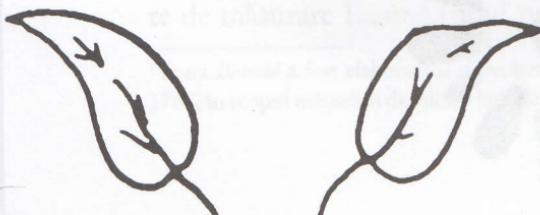




## RUGĂCIUNE NOUĂ LA BINECUVÂNTAREA PITEI SFÂNTULUI FANURIE

*Doamne Iisuse Hristoase, Dumnezeul nostru, Cel ce ești minunat întru sfinți; Cel ce asculți rugăciunile noastre și ne împlinești cererile spre folosul nostru; binecuvântează pâinea aceasta făcută de robul Tău (cătare, sau de robii Tăi aceștia) și adusă acum spre a-Ți mulțumi și a Te slăvi pentru toate câte, prin mijlocirea Sfântului și slăvitului Mucenic Fanurie, cel de curând arătat și de minuni făcător, au primit de la tine spre a lor desfătare și întru pomenirea celor care bine s-au săvârșit întru credință; iar acestora din urmă dă-le odihna Împărătiei Tale, iar pe noi pe toți păstrează-ne sănătoși, spre a face voia Ta și a-Ți aduce mulțumire pentru toate darurile Tale. Împacă viața noastră; binecuvântează intrările și ieșirile noastre; dă-ne să cerem cele de trebuință spre mântuire, dăruindu-ne cereștile și pământeștile Tale bunătăți, pentru rugăciunile Preasfintei Stăpânei noastre, de Dumnezeu Născătoarei Maria, ale Sfântului și slăvitului Mucenic Fanurie și ale tuturor sfinților Tăi.*

*Molitfelnic I, Ed. Mănăstirii Simonopetra,  
Sfântul Munte, 2001, p. 238*



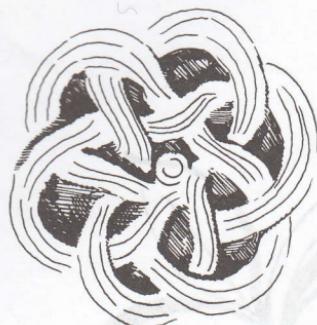
## PITA SFÂNTULUI FANURIE

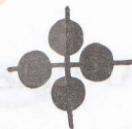
### Ingrediente

$\frac{1}{2}$ kg de făină (care crește singură)	$\frac{1}{2}$ ceașcă de apă
2 cesti de zahăr	$\frac{1}{2}$ ceașcă de suc de portocale
1 ceașcă de untdelemn	$\frac{1}{2}$ ceașcă de coniac
2 lingurițe de coajă de portocală rasă	$\frac{1}{2}$ ceașcă de stafide (trecute prin făină)
$\frac{1}{2}$ ceașcă de nuci (sfărâmate în bucăți mai mari)	scorțisoară

### Preparare

Cu ajutorul mixerului se amestecă untdelemnul și zahărul. Se adaugă coniacul, sucul de portocale, apa și scorțisoara. Se toarnă încet-încet toată făina și se oprește mixerul. Se adaugă coaja de portocală dată prin răzătoare, stafidele și nucile. Se amestecă bine cu lingura. Se deșartă conținutul într-o tavă unsă cu untdelemn și coacem la 160°C aproximativ 1 oră.





## RUGĂCIUNEA CARE SE CITEȘTE LA BINECUVÂNTAREA PRINOASELOR DE FRUCTE

*Doamne, Dumnezeul nostru, Cel care ai poruncit ca fiecare să aducă în dar dintru ale sale după cugetul său și ne-ai făgăduit răsplata veșnicelor bunătăți, Cel care bine ai primit darul văduvei, făcut după a ei putere, primește și cele care Ti se aduc acum de robul Tău (cutare) și învrednicește-le să fie primite în vîstierile Tale cele veșnice, dăruindu-i acestuia desfătarea de cele aduse de el întru belșugul bunătăților Tale pământesti.*

*Că s-a binecuvântat și s-a slăvit preacinstitul și de mare cuviință numele Tău, al Tatălui și al Fiului și al Sfântului Duh, acum și pururea și în vecii vecilor. Amin.*

*Molitfelnic I, Ed. Mănăstirii Simonopetra,  
Sfântul Munte, 2001, p. 222*

## PÂINE CU MĂSLINE

### Ingrediente

700 g de făină	300 g de măslini negri
1 ceapă uscată	(fără sâmburi, tăiate în două)
5-6 fire de ceapă verde	½ kg de urzici
3-4 fire de praz (partea albă, tăiată rondele)	50 g de drojdie proaspătă
susan	sare

### Preparare

Prazul și urzicile se lasă pe foc să scadă într-o cratiță fără apă. Se dizolvă drojdia cu puțină apă caldă. Se amestecă toate ingredientele și se aşază conținutul într-o tavă unsă cu untdelemn. Se presară susan deasupra și apoi se pune frământătura în cuptorul cald (dar nu aprins) pentru 20 de minute, ca să dospească. Pâinea cu măslini se coace la 160°C aproximativ 35 de minute.



## PÂINE CU BRÂNZĂ (LADOPETASTÍ)

### Ingrediente

1 kg de făină  
(500 g albă, 500 g de grâu întreg)  
2 ouă  
1 păhărel de vin alb  
1 legătură de mărar sau  
chimen dulce tăiat mărunt  
2 lingurițe de izmă tăiată mărunt  
4 fire de ceapă verde tăiate mărunt  
½ kg de brânză telemea sau  
brânză grecească féta sfărâmată în bucăți mari

1 pahar de untdelemn  
30 g de drojdie proaspătă  
½ pahar de lapte  
1 linguriță de sare  
apă călduță, câtă este nevoie  
3 lingurițe de untdelemn  
susân

### Preparare

Făina se pune într-un lighean. Se face o adâncitură în mijloc, unde se pun ingredientele. Drojdia trebuie să fie dizolvată în puțină apă călduță, iar ceapa călită cu 3 linguri de untdelemn. Le frământăm și la sfârșit adăugăm brânza. Așezăm frământătura într-o tavă unsă cu untdelemn și presărăm susân. Așteptăm să dospească. Pâinea cu brânză se coace la foc mediu.

## PLĂCINTĂ CU MĂSLINE

### Ingrediente

2 cești de măslini negre (fără sâmburi, tăiate în două)	1 ceașcă de untdelemn
	2 cești de ceapă tăiată mare
1 ceașcă de iaurt fără zer (grecesc) (subțiat cu 3-4 linguri de lapte)	1 ceașcă de făină
sare, piper	2 ouă
	oregano

### Preparare

Se călește ceapa în puțin untdelemn și, imediat ce începe să devină sticloasă, se pun măslinele. Se amestecă pentru puțin timp, se adaugă oregano și se oprește focul. Se amestecă cu mixerul untdelemnul, făina, ouăle și iaurtul. Se adaugă măslinele și ceapa și se amestecă cu lingura. Se adaugă sare și piper și se răstoarnă conținutul într-o tavă ușor unsă cu untdelemn. Se coace la 180°C aproximativ 40 de minute.