

## Плоды покаяния

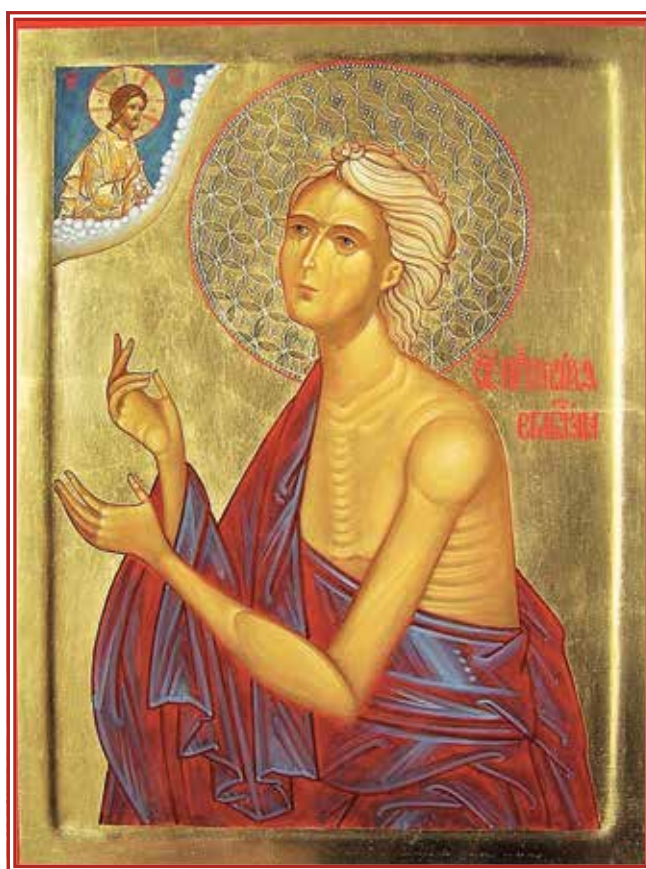
День памяти прп. Марии Египетской — 25 марта

**С**паситель мира Господь наш Иисус Христос, выйдя на проповедь, начинает ее со слов о покаянии: «...покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное» (Мф. 4, 17). Поэтому можно уверенно сказать, что все, желающие войти в Царство Небесное, должны покаяться. Без покаяния никто туда не войдет.

Все Святые думали о покаянии и калялись, зная силу и важность покаяния. Святитель Игнатий Брянчанинов говорил, что «покаяние есть душа всех подвигов, это дверь, приготовленная Богом, через которую каждый кающийся может войти в Царство Божие».

Все люди — дети Адама имеют от природы наследие — грех Адама. Каждый человек носит на себе печать первородного Адамова греха, который, как болезнь, овладел душой каждого человека. К нему же каждый прибавляет и свои личные грехи. Поэтому все люди нуждаются в покаянии, которое мы можем совершить в дни нашей земной жизни, а особенно в Великий пост.

Думаю, что покаяние — это величайший дар Божий



и великая милость Божия, данные роду человеческому. Покаяние выводит из ада самого закоренелого грешника и переселяет его в Рай. Из Евангелия, например, мы знаем повествование о блудном сыне, которого встречает отец, прощает ему все провинности и, переодев в лучшие одежды, вводит в свой дом. Так делает и Господь, прощая всякого кающегося грешника.

Жизнь многих Святых, пришедших к Богу от великих грехов, свидетельствует нам,

что они стали Святыми через покаяние. Очень хорошим примером является Житие святой Марии Египетской, которая жила в V веке и в молодости была блудницей. Она утопала в грехах 17 лет, предаваясь любодееанию. Когда однажды Мария пришла к храму, сила Божия не позволила войти в него. Увидев икону Богородицы, Мария взмолилась всем сердцем к Пречистой и обещала больше не грешить. Молитва ее была услышана, и она беспрепятственно вошла в храм. После покаяния и искренней молитвы Мария вышла из храма

преображенной. С глаз ее спала пелена, и она увидела мерзость и запустение в своей душе. Покаяние изменило ее жизнь, произошло чудо — из великой грешницы она стала великой святой подвижницей. Вот что делает покаяние с грешным человеком.

В Таинстве покаянии сокрыта тайна безконечной любви Божией к грешному человеку. Духовное преобразование, явленное преподобной Марией Египетской, показывает возможность обрести чистоту,

праведность, Царство Небесное всякому человеку.

Житие преподобной Марии имеет ко всем нам самое прямое отношение. Между ее жизнью и нашей имеется как сходство, так и различие. Сходство в том, что многие из нас были призваны в Церковь уже в зрелом возрасте, успевшими совершить в жизни множество грехов. Различие же в том, что преподобная Мария через покаяние, в котором пребывала 47 лет в пустыне, стала Святой, а мы еще не стали, но, возможно, находимся на пути покаяния. Мария поистине сотворила достойные плоды покаяния, которое было решительным, глубоким, сильным. Решив исправиться и больше

не грешить, преподобная Мария пошла за Христом даже до смерти. К чему, к сожалению, мы еще не готовы.

Сделаем для себя два важных вывода.

1. В молодости, когда Мария грешила блудом, ее многие осуждали. Мария была грешницей, но стала Святой. Мы же, когда осуждаем грешников, видим только их грехопадение, но не видим их покаяния, а они, возможно, через свое покаяние станут Святыми в Царствии Божиим. Давайте никогда никого не осуждать, ибо мы сами много грешим и грешили. Наша задача, взирая на жизнь преподобной Марии, увидеть себя, свою совесть и определить, движемся

ли мы по пути христианской жизни, не стоим ли мы на месте, не скатываемся ли назад. Дьявол сегодня всех нас искушает блудом через гнусную пропаганду. Постараемся иметь целомудренный ум, совесть, душу и тело.

2. Если согрешили — покайтесь. Учили других грешить и показывали пример блуда — покажите пример целомудрия и покаяния. Не бойтесь — Бог милостивый, Он хочет всем нам спасения. Если согрешили, прекратите грешить и через покаяние приобретете милость Божию и Царство Небесное. ■

**Протоиерей  
Иоанн Монаршек**

## Праведный Лазарь Четверодневный

**Лазарева суббота — 31 марта**

Святой праведный Лазарь, брат Марфы и Марии, жил в селении Вифания, недалеко от Иерусалима. Во время Своей земной жизни Господь Иисус Христос часто посещал дом Лазаря, которого очень любил и называл Своим другом (Ин. 11, 3-11), а когда Лазарь умер и уже четыре дня пролежал во гробе, Господь воскресил его из мертвых (Ин. 11, 17-44). Многие иудеи, услышав об этом, приходили в Вифанию и, удостоверившись в действительности этого величайшего чуда, становились последователями Христа. За это первосвященники хотели убить Лазаря.

После убиения святого архидиакона Стефана и наступлении гонения на Иерусалимскую Церковь, праведный Лазарь был изгнан из Иерусалима и вместе с сестрами



отправился благовествовать Евангелие в разных странах. Он епископствовал на острове Кипр, где распространял Христианство, и там же мирно почил около 63 года.

Святые мощи епископа Лазаря были обреты в Китии.

Они лежали в мраморном ковчеге, на котором было написано: «Лазарь Четверодневный, друг Христов». Византийский император Лев Мудрый повелел в 898 году перенести мощи Лазаря в Константинополь и положить в храм во имя праведного Лазаря.

Паломникам, посещающим Святую Землю, показывают гробницу праведника, которая находится в Вифании рядом с Иерусалимом.

На острове Кипр существует вторая гробница праведного Лазаря. В 90 км от города Лимассола, по дороге, лежащей между сопок, паломники прибывают в город Ларнаки, где находится храм, посвященный Лазарю, там он служил. Храм стоит на месте первоначальной церкви IX-X вв., построенной над могилой Лазаря. ■

# За три шага до нимба: «Лествица» святого Иоанна

День памяти — 18 марта

Эта известная синайская икона второй половины XII века была написана в качестве иллюстрации к «Лестнице» — книге преподобного Иоанна, игумена Синайской горы.

Книга состоит из тридцати слов — глав. Каждая из них — ступень ко Христу, отсюда и появилось необычное название у книги, а потом и у иконы.

Святой Иоанн в своей книге призывает монахов быть кроткими, не злопамятными, скупыми на слова, правдивыми, не унывающими, не ленивыми, воздержанными в пище, целомудренными и чистыми как внешне, так и внутренне. Первые двадцать три ступени в «Лестнице» посвящены страстям и способам борьбы с ними, остальные — добродетелям. Наивысшая же ступень — союз веры, надежды и любви. Некоторые свои наставления преподобный пишет в виде небольших рассказов о жизни синайских подвижников, с которыми он был знаком. Например, рассказ про гордого Исидора, которого его духовник поставил у ворот обители умолять всех входящих помолиться о нем, и тот сначала роптал, но со временем стал смиренным, кротким и за свое послушание удостоился вечной жизни. Или о неправедном старце, который замучил своего послушника до смерти, но потом раскаялся, поселился у его гроба, где до конца своих дней молился за него



и просил у всех прощения. Иногда святой Иоанн прилагает к рассказам и свои личные впечатления об этих людях и от бесед с ними.

В Византии «Лествицу» перевели на разные языки. Рукописи начали оформлять в богатые переплеты и украшать миниатюрами. Первый славянский список появился на Руси в XII веке, и, судя по тому, как стремительно росло их количество, книга пользовалась популярностью. Сохранилось более ста списков «Лествицы». До наших дней «Лествица» не утратила своей актуальности и издается большими тиражами.

Ближе всех ко Христу на синайской иконе стоит сам святой Иоанн, который протягивает Господу свиток со своим

сочинением. Действительно, трудно описать путь, если сам его не прошел. О детстве и юности преподобного известно немного. Считается, что святой Иоанн был родом из Сирии и пришел в Синайский монастырь в шестнадцатилетнем возрасте. Это случилось примерно в 580 году. Когда ему исполнилось двадцать, он принял постриг в иночество от своего наставника — аввы Мартирия. Преподобный прожил в монастыре еще девятнадцать лет. А после смерти аввы удалился в пустыню, где сорок лет пребывал в посте и молитве, до тех пор, пока синайские монахи не уговорили его вернуться в обитель

и стать их игуменом.

Из жития святого известно, например, что он ел все, что было позволено монашеским уставом, не налагая на себя исключительных запретов, чтобы не давать себе повода к тщеславию. Но при этом он был воздержан в количестве пищи и укреплял тело только самым необходимым для продолжения трудов. То же касается и бдения: хотя он не проводил ночей без сна, но спал не больше, чем следует для поддержания сил, чтобы непрерывным бодрствованием не погубить ума. Вероятно, из-за этих его подвигов, совершенных с мудрым рассуждением, Церковь празднует память преподобного Иоанна Лествичника во время Великого поста. ■

# Сорок мучеников Севастийских

День памяти — 22 марта

Один из самых любимых в народе праздников — день Сорока мучеников Севастийских, 22 марта по новому стилю. Почему же так любят этот праздник?

В 313 году святой император Константин Великий даровал христианам свободу вероисповедания. Но власть во многих провинциях по-прежнему принадлежала язычникам, гонителям христиан. Так было и в провинции Армения, располагавшейся на территории современной Турции. Здесь, в городе Севастии гарнизоном командовал ревностный язычник Агриколай. И вот зимой 320 года он повелел всем своим воинам совершить жертвоприношения идолам. Сорок человек отказались, заявив, что они — христиане и поклоняются только Богу истинному, а не истуканам.

Сначала Агриколай уговаривал их, обещал повышение по службе, деньги. Потом стал угрожать тюрьмой и позорной смертью. Но воины отвергли все посулы и угрозы, и тогда правитель заключил их в тюрьму. Узники усердно молились и ночью услышали глас: «Претерпевший до конца спасется».

Неделю спустя в город приехал знатный сановник Лисий и велел побить воинов-христиан камнями. Но камни летели мимо цели; камень, брошенный самим Лисием, попал в лицо Агриколаю. Смущенные мучители вернули узников в тюрьму, чтобы подумать, как поступить с ними. Ночью в темнице воины снова услышали утешающий голос Господа: «Верующий в Меня, если и умрет, оживет. Дерзайте и не страшитесь, ибо восприимете венцы нетленные».

На следующий день воинов связанными повели к озеру близ города Севастии. В тот день был сильный мороз. Воинам приказали раздеться и поставили прямо



в ледяную воду. А на берегу топилась баня, и мучители сказали, что любой из них может сразу же согреться в ней, если отречется от Христа. Всю ночь воины мужественно переносили холод, ободряя друг друга. Они пели псалмы, несмотря на боль, причиняемую обморожением. А мука эта по силе сравнима с ожогами от огня. Один из воинов после нескольких часов не выдержал, побежал на берег, к бане. Но едва он вступил на порог жарко натопленной бани, из-за резкого перепада температур кожа и плоть его стали отделяться, и он умер.

Ночь длилась, и стражники, охранявшие место мучения, задремали. Не мог заснуть только один из них, Аглаий. Он был поражен: как же эти христиане, несмотря на неслыханные мучения, не прекращают молитвы? В третьем часу ночи он увидел, что над озером разливается яркий свет, совсем как летом. Стало так тепло, что лед растаял. Аглаий недоумевал: что же происходит? Взглянув вверх, он увидел над головами воинов светящиеся венцы. Венцов было тридцать девять — по числу оставшихся стойкими мучеников. Тогда Аглаий

сбросил с себя одежду, крикнул, будя других стражников: «И я христианин!» — и побежал к мученикам. Он молился: «Господи Боже, верую в Тебя, в Которого эти воины веруют. Присоедини меня к ним, да сподоблюсь пострадать с Твоими рабами».

Утром вернулись начальники мучителей и увидели, что воины еще живы, да впридачу среди них один из тюремщиков! В ярости Лисий и Агриколай велели перебить мученикам молотами голени, чтобы сделать страдания невыносимыми. Но и умирая от мучений, воины не переставали молиться и славить Истинного Бога.

Лисий приказал уничтожить останки воинов, чтобы христиане не почитали мощи новых мучеников. Тела святых были сожжены на костре, а кости брошены в реку. Спустя три дня мученики явились во сне епископу Севастии Петру и повелели ему взять кости из реки. Епископ с несколькими священниками ночью тайно пришли к реке. О чудо: кости мучеников сияли в воде как звезды! Христиане собрали останки святых и с честью похоронили их.

В России издавна был обычай в день памяти Севастийских мучеников лепить из теста и печь «жаворонков» — булочки в виде птиц. Почему именно жаворонки? Крестьяне, обращая внимание на то, что поющий жаворонок то взмывает ввысь, то камнем «падает» к земле, объясняли это особым дерзновением и смирением этих птиц пред Богом. Жаворонок быстро устремляется кверху, но пораженный величием Господа, в глубоком благоговении склоняется вниз. Так жаворонки, по мысли наших благочестивых предков, изображали собой песнь славы Господу, вознесенную мучениками, их смирение и устремленность ввысь, в Царство Небесное, к Солнцу Правды — Христу. ■

# Суббота Акафиста

## Похвала Пресвятой Богородицы

День празднования — 24 марта

**П**раздник этот установлен в IX веке за неоднократное избавление Константинополя помощью и заступлением Пресвятой Богородицы от нашествия врагов. При императоре Ираклии, когда патриарх Сергий, нося на руках своих икону Пресвятой Богородицы по городским стенам, умолял Господа о защите от персидских и скифских войск, осаждавших Константинополь, тогда народ искал защиты в храмах Божиих, день и ночь умоляя Усердную Заступницу спасти свой город.

Император Константин Великий, основатель Константинополя, посвятил его Божией Матери и почитал Пресвятую Деву покровительницею своею и своей новой столицы. Многие храмы в честь Божией Матери были воздвигнуты в Константинополе. Во Влахернском храме хранилась Ее святая икона, написанная святым евангелистом Лукой. В ночь, когда соединенные силы агарян и персов с моря и с суши двинулись на город, внезапно восстала страшная буря, которая рассеяла и потопила суда нападавших. Остальные враги со стыдом бежали. Тогда во всю эту ночь благодарный народ, пребывавший во Влахернском храме, возгласил Защитнице града победную, всемогущую и неседалную (акафист, греч. букв. неседалный) песнь: «*Взбранной Воеводе победительная, яко избавльшеся от злых, благодарственная восписуем Ти раби Твои, Богородице!*»



И с того времени, в воспоминание столь великого чуда, Православная Церковь постановила празднество Похвалы Пресвятой Богородицы.

Сначала праздник акафиста совершался в Константинополе в том Влахернском храме, где хранились чудотворная икона Божией Матери и священные предметы земной ее жизни — риза и пояс Ее; но позднее праздник был внесен в типиконы (уставы) монастырей святого Саввы Студийского и потом в церковные богослужебные книги, и с того времени сделался общим для всей Восточной Церкви.

Акафист — это есть священная похвала Пресвятой Девы. Он состоит из 24 гимнов, или песней: 12 кондаков и 12 икосов, расположенных

сообразно 24 буквам греческой азбуки. Каждая песнь начинается соответствующей ей по счету буквою, каждый кондак оканчивается псаломским «Аллилуйя», каждый икос — приветствием архангела «*Радуйся...*». Все творение оканчивается краткою молитвою к Пресвятой Деве о том, чтобы Она спасла христиан от бед и напастей. В таком виде акафист читается и в другие дни; но в субботу пятой седмицы Великого поста он входит в состав богослужения и поется на утрене (обычно накануне, в пятницу вечером) не весь вдруг, но раздельно, в промежутке других песней, в четыре разные выхода. Каждое отделение

начинается и кончается пением первого кондака: «*Взбранной Воеводе...*» и пр.

Акафист написан в VII веке, по мнению многих, диаконом великой Константинопольской церкви Георгием Писидийским. Впоследствии Иосиф Студит написал канон в субботу Акафиста, а некоторые другие лица прибавили к сему благодарственные молитвы в воспоминание того же всемогущего воеводства Божией Матери. Наша Православная Церковь совершает это торжество для утверждения кающихся в надежде на Заступницу Небесную, которая, избавляя верных от врагов видимых, тем более готова нам помочь в борьбе с врагами невидимыми.

«*Отныне будучи убожать Меня все роды*» (Лк. 1, 48). ■

# «Ныне силы небесныя...»

Песнь «Ныне силы небесныя...» звучит Великим постом и на Страстной седмице на литургии Преждеосвященных Даров (ее также называют литургией свт. Григория Двоеслова).

«Ныне силы небесныя...» поется на великом входе, когда освященные еще в воскресенье Святые Дары переносятся священником с жертвенника на престол. На «полных» литургиях (т. е. таких, на которых совершается освящение Даров) во время великого входа также поется особое песнопение — оно называется песнью приношения. На литургии свт. Иоанна Златоуста это общеизвестная песнь «Иже херувимы тайно образующе...» (Херувимская). На литургии свт. Василия Великого — обычно также Херувимская, но в Великий Четверг ее заменяет троекратное пение молитвы «Вечери Твоя тайныя днешь...», а в Великую Субботу звучит песнопение, начинающееся со слов «Да молчит всякая плоть человека...».

В отличие от полных литургий, на Преждеосвященной литургии во время великого входа не совершается поминовения патриарха, епархиального архиерея и проч. Священник с Дарами и (если есть) дьякон с кадилом выходят из алтаря северными воротами (хор в это время поет «Ныне силы небесныя...»), молча проходят по солею и через Царские врата вновь входят в алтарь.

Чтобы описать поэтику литургических песнопений, придется выйти за пределы словесного текста. Словесная композиция входит в сложное целое храмового богослужения, которое составляют и пространственные движения, и музыкальное интонирование, и свет, и запах. Та или другая модуляция смысла слов зависит и от совсем не словесных



Литургия Преждеосвященных Даров. День памяти первого и второго обретения главы Иоанна Предтечи, 9 марта 2018 года

моментов — таких, как характер исполнения: быстро или протяжно исполняется песнопение, читаются его слова или поются, и если поются, то на какой глас. Где их поют — на клиросе, или у Царских Врат, или в центре храма... Как их слушают молящиеся: стоя или коленапреклоненно или даже простершись. Как освещен в это время храм: в полутьме и при ярком свете слова звучат иначе.

Великопостная Литургия Преждеосвященных Даров во всех этих отношениях отличается от «полных» литургий. В ней есть особая тихая торжественность «жертвы вечерней». В этом пространстве внутренне изменяются некоторые из хорошо знакомых и часто исполняемых стихов: можно сказать, что Преждеосвященная придвигает их ближе, чем обычно, к центру богослужения — или «выдвигает вперед», или «приподнимает». По своей весомости они как будто приближаются к таиносовершительным словам. Речь идет, прежде всего, о двух песнопениях, которые

так звучат (и, соответственно, значат) только на Преждеосвященной: «Свете тихий» и «Да исправится молитва моя». Избранные стихи 140 Псалма «Да исправится молитва моя» наполняются здесь необычайной значительностью. Они поются перед Царскими Дверьми, их слушают на коленях. В образе кадильного дыма, восходящего от земли к небу, мы переживаем всю реальность этой исходно вечерней Литургии с ее покаянным, углубленно молитвенным настроением. Огромной весомостью наполняется и молитва «Свете тихий»: здесь, в великопостной службе она отчетливо связывается с темой Света, центрального образа Преждеосвященной: ср. «Свет Христов просвещает всех!», благословение священника свечой и кадилом, которое молящиеся принимают на коленях. Свет и восходящий вверх благовонный дым: два вечерних образа великопостной Литургии.

И, конечно, песнопение, которое мы комментируем сегодня: «Ныне Силы Небесные»

принадлежит к самым сильным впечатлениям Великого Поста. Оно не звучит в другое время. Мы не можем не чувствовать его «чрезвычайности»: оно появляется там, где все привыкли ожидать «Иже херувимы». Слова «Херувимской» не могут не вспоминаться при этом — где-то вдали:

*Иже херувимы тайно образующе и Животворящей Троице трисвятую песнь припевающе, всякое ныне житейское отложение попечение.*

*Яко да Царя всех подыдем ангельскими невидимо дориносима чинми.*

*Аллилуиа.*

(Таинственно изображая Херувимов, и Животворящей Троице трисвятую песнь с ними вместе воспевая, оставим все житейские заботы, чтобы принять Царя вселенной, невидимо сопровождаемого воинством Ангельских чинов. Аллилуиа)

«Ныне Силы небесные» (точнее, первые четыре стиха песнопения) говорит о том же: о сослужении людей и ангелов при триумфальном царском входе Христа. Больше того: оно включает в себя те же слова: «тайно», «невидимо», «дориноситися», «Царь». Она так же начинается с ангелов (именуя их иначе). Но ее общее звучание (и фонетическое, в том числе) иное. В этом песнопении больше молчания — одной из общих тем Великого Поста.

Отметим некоторые различия.

Ангелы и люди не сближены здесь так, как в «Херувимской»: ангелы «с нами служат», но мы не «изображаем их», не принимаем на себя их образ и не поем с ними их песнь, известную из пророческого откровения («Свят, свят, свят...»).

Еще дальше разведет людей и ангелов песнопение Входа Великой Субботы: «Да молчит всякая плоть человека

и да стоит со страхом и трепетом, и ничтоже земное в себе да помышляет». Здесь уже речь идет не только не о совместном пении трисвятной песни, но о полном молчании «всякой плоти» («плоть» на библейском языке означает человека; «плоть человека» — собственно, удвоение: пусть молчит все человеческое в человеке). Служение людей здесь и выражается в молчании.

Ангелы названы в нашем песнопении «Силами» («Силами небесными»). Можно понимать это и как общее именование всех бесплотных сил, можно — как один из ангельских чинов, то есть собственно Силы, пятый чин, занимающий срединное место в срединной триаде ангелов. С образом Сил в этом смысле в особенности связаны темы военной славы и чуда («силы» по-славянски — чудеса). Одно из самых запоминающихся песнопений Великого Поста, «Господи Сил, с нами буди» усиливает присутствие темы Сил, Силы, «воинства небесного» в общем воздухе Великого Поста.

«Царю всех (Царю вселенной)» в «Херувимской» в нашем песнопении отвечает «Царь

Славы». Это значительная модуляция. «Царь Славы» — именование Христа, в котором очень сильна связь с Крестной мукой. На месте современного надписания на Кресте И.Н.Ц.И. (Иисус Назарянин Царь Иудейский) в дониконовское время традиционной была надпись «Царь Славы». В иконописи «Царем Славы» именуется и образ Христа, восседающего на престоле Судии, и другой образ — Христа Распятого. Крест — царский престол Царя Небесного и престол Его как Судии.

Вторая часть песнопения «Ныне Силы небесные» уже не соотносится с «Херувимской». Эти два стиха — приглашение к Причастию. Это приглашение — «верю и любовью» — отличается от формулы «полных» литургий: «Со страхом Божиим и верою приступите» (полный вариант предполагается «Со страхом Божиим, и верою и любовью»). Само соединение слов «верою и любовью» встречается в других литургических песнопениях.

Песнопение «Ныне Силы небесные» отличает удивительная красота фонетических отношений, спокойное движение фразы. ■



Молебен в день памяти первого и второго обретения главы Иоанна Предтечи, 9 марта 2018 года.

# Полезное постное лакомство — апельсиновый мармелад

## Ингредиенты

- Апельсин — 3 шт.
- Сахар — 1 ст. (200 мл)
- Агар-агар — 9 г

## Приготовление

1. Вымыть апельсины и выжать из них сок любым подходящим способом.

2. Разделить сок примерно поровну в две емкости. Это можно сделать «на глазок». В одну часть всыпать сахар и перемешать. Количество сахара можно регулировать по вкусу. Если планируете обвалить готовый мармелад в сахаре, тогда возьмите чуть меньше стакана, если нет, то можно взять

полный стакан, а если апельсины очень кислые, то стакан с горкой.

3. В другую часть сока всыпать агар-агар и перемешать. Оставить на 5-10 минут.

4. Сок с сахаром довести до кипения. В этот сироп ввести, помешивая, сок с агар-агаром. Варить смесь 3 минуты и снять с огня.

5. Дать смеси немного остыть и разлить по силиконовым формочкам. Нужно учитывать, что смеси с агар-агаром быстро застывают даже при комнатной температуре, поэтому не следует ждать полного остывания. Иначе смесь застынет прямо в ковшике и разлить будет сложно.

6. Дать немного остыть. Затем поставить на полчаса-час



в холодильник и вынуть мармелад из формочек.

7. По желанию можно обвалить мармелад в сахаре, но со временем сахар на таком мармеладе тает, поэтому лучше присыпать сахаром мармелад каждый раз именно перед подачей.

8. Хранить апельсиновый мармелад в холодильнике.

# Сытные котлеты из кальмаров

## Ингредиенты

- Кальмары свежие или свежемороженые — 1 кг
- Лук репчатый — 2 средних шт
- Сухари панировочные — 200-250 гр
- Чеснок — 2-3 зубчика
- Соль по вкусу
- Перец по вкусу

## Приготовление

1. Подготовьте кальмаровые тушки. Удалите внутренности и хорды. Тщательно очистите их от пленок. Свежемороженые тушки можно быстро избавить от пленок, даже не размораживая их. Просто обдайте их крутым кипятком. Или опустите в кастрюлю с кипящей водой и вытащите. Но помните, что кроме цветной пленки есть и прозрачная. Ее необходимо



снять и с внешней, и с внутренней стороны. Удаляется она довольно легко, просто нужно ее поддеть и аккуратно, миллиметр за миллиметр, снять как чулок. Вымойте под прохладной проточной водой и просушите бумажными полотенцами. Нарежьте на небольшие кусочки для удобства.

2. Прокрутите в мясорубке, установив мелкую решетку.

3. Одну репчатую луковицу нарежьте. И поджарьте на сковороде с растительным маслом. Немного остудите. Переложите к кальмарам.

4. Вторую луковицу также мелко нарубите и добавьте к смеси.

5. Всыпьте соль и молотый перец (смесь или черный) по вкусу. Можно добавить немного сушеного или пропущенного через пресс чеснока. Всыпьте половину панировочных сухарей. Хорошо перемешайте. Оставьте кальмаровую основу для котлет на 10-20 минут, чтобы разбухли хлебные крошки.

6. Смоченными в воде руками сформируйте котлеты. Обвалите их в оставшейся панировке.

7. Нагрейте в сковороде растительное масло. Жарьте с каждой стороны до румяной корочки.

Приятного аппетита и Ангела за трапезой!

Матушка Татьяна Монаршек

## Соборование Великим Постом

**14 марта**

(среда 4 недели  
Великого поста),

**22 марта**

(четверг 5 недели  
Великого поста),

**30 марта**

(пятница 6 недели  
Великого поста).

**Начало в 17:00**

Пожалуйста, не используйте этот Вестник в бытовых целях.  
Если он стал Вам не нужен — передайте его другому или верните в храм.