

**Editorial Agios-Diócesis de México. OCA.**

## **Receta para la Santa Prosfora**

*“Y andad en amor, como también Cristo nos amó  
y se entregó a sí mismo por nosotros,  
ofrenda(prósfora) y sacrificio a Dios en olor  
fragante”. Efesios 5:2*



- a. Sobre una se pondrá el sello fuertemente a efecto de que quede bien grabado el sello (IC XC NIKA);
  - b. el otro círculo de le deberá untar ligeramente con agua.
  - c. Unir el círculo con el sello grabado y el segundo círculo a efecto de que se peguen.
  - d. Hacer orificios profundos con el palillo en cada vértice del cuadrado del sello grabado sobre el pan. Para que cuando se hornee salga el vapor por esos orificios y se evite que se parta.
9. En la charola de metal polvorear harina sobre toda su superficie para evitar que se quemen las prósforas y se peguen a la charola. Colocar todas las prósforas ya hechas en la charola.
  10. Calentar el horno aproximadamente de a 200° (en horno de estufa es el número 4) e introducir la charola con las prósforas para hornearlas durante 25 a 35 minutos.
  11. Ir observando que no se quemen las prósforas. Guiarse con la harina que está sobre la charola, cuando se oscurezca ésta, significa que debe apagarse el horno.
  12. Transcurrido el tiempo sacar la charola y cubrir con una servilleta las prósforas.



¡Gloria sea a Jesucristo!

### **Oración de arrepentimiento**

Señor Dios nuestro, bueno y misericordioso, reconozco todos los pecados que he cometido todos los días de mi vida, de pensamiento, palabra y obra, en el cuerpo y en el alma, me encuentro contristado por haberte ofendido. Oh, Señor, por tu misericordia perdona todas mis pasadas transgresiones y absuélveme de ellas. He resuelto firmemente enmendar mi camino con la ayuda de tu Gracia y ofrecerte adoración y gloria, en el Nombre del Padre, del

Hijo y del Espíritu Santo. ahora y siempre y por los siglos de los siglos. Amén.

### **Oración para preparar la Prosfora**

Dios todopoderoso, nuestra ayuda y refugio, Fuente de sabiduría y Torre de fortaleza, sabes que no puede hacer nada sin tu auxilio y guía; asísteme, te ruego que me dirijas con tu divina sabiduría y poder para preparar este prósfora con fe y diligencia, según Tu voluntad, para que pueda ser propicia para mí y a otros, para la gloria de tu Santo Nombre. Porque tuyos son el reino, el poder y la gloria, del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo, ahora y siempre y por los siglos de los siglos. Amén.

### **Ingredientes**

- Harina pura de trigo 1 Kilogramo
- Levadura 1 sobre de 55 gramos de levadura casera (*“Tradipan”*)
- Agua (2 tazas)
- Sal

### **Materiales**

- Sello ortodoxo para prósfora
- Cortador en forma de círculo del tamaño del sello
- Tazón
- Charola metálica para hornear
- Rodillo de madera
- Palillo

### **Pasos a seguir**

1. En un tazón colocar un kilo de harina de trigo. Verter todo el contenido del sobre de levadura casera sobre la harina, una pizca de sal y mezclar muy bien con la ayuda de una cuchara.
2. Calentar ligeramente agua a manera que esté tibia (no caliente ni fría) y verter dos tazas de esa agua al tazón con la harina y mezclar hasta formar una masa consistente.
3. Amasar perfectamente la mezcla durante 10 minutos a manera que la masa este uniforme y no se pegue en las manos, ayudarse con el rodillo.
4. Hacer una sola bola de masa y colocarla en un recipiente para dejar reposar la masa a fin de que leude. Cubrirlo con una servilleta y dejarlo en un lugar oscuro durante 30 minutos, de preferencia dentro del horno para que leude más rápido (apagado).
5. Sacar la masa y repetir el amasado durante 5 minutos.
6. Estirar la masa con el rodillo a fin de que extendida tenga un centímetro y medio de grosor. (un dedo aproximadamente). Colocar harina en la superficie para que no se pegue la masa.
7. Hacer todos los círculos que se puedan con el cortador ocupando toda la masa extendida.
8. Se requerirán dos círculos para formar una sola prósfora. Simbolizando las dos naturalezas de Cristo (divina y humana):