

Растительная пища без масла

Автор: Павел

01.06.2010 01:00 - Обновлено 29.09.2011 23:39

Завтра пост начинается и первый день самый строгий - сухоядение. Я хотел узнать, как правильно соблюдать пост в этот день. В Интернете просто много информации и вся противоречивая. Понятно, что это растительная пища без масла, но можно ли её подвергать термической обработке? (где-то пишут, что нельзя; где-то, что варить нельзя, а вот жарить можно) И сколько раз в день прием пищи? Как обычно или только один раз вечером?

В первый день поста пища без масла. Не сухоядение. Это вареная пища (или печеная), растительного происхождения.