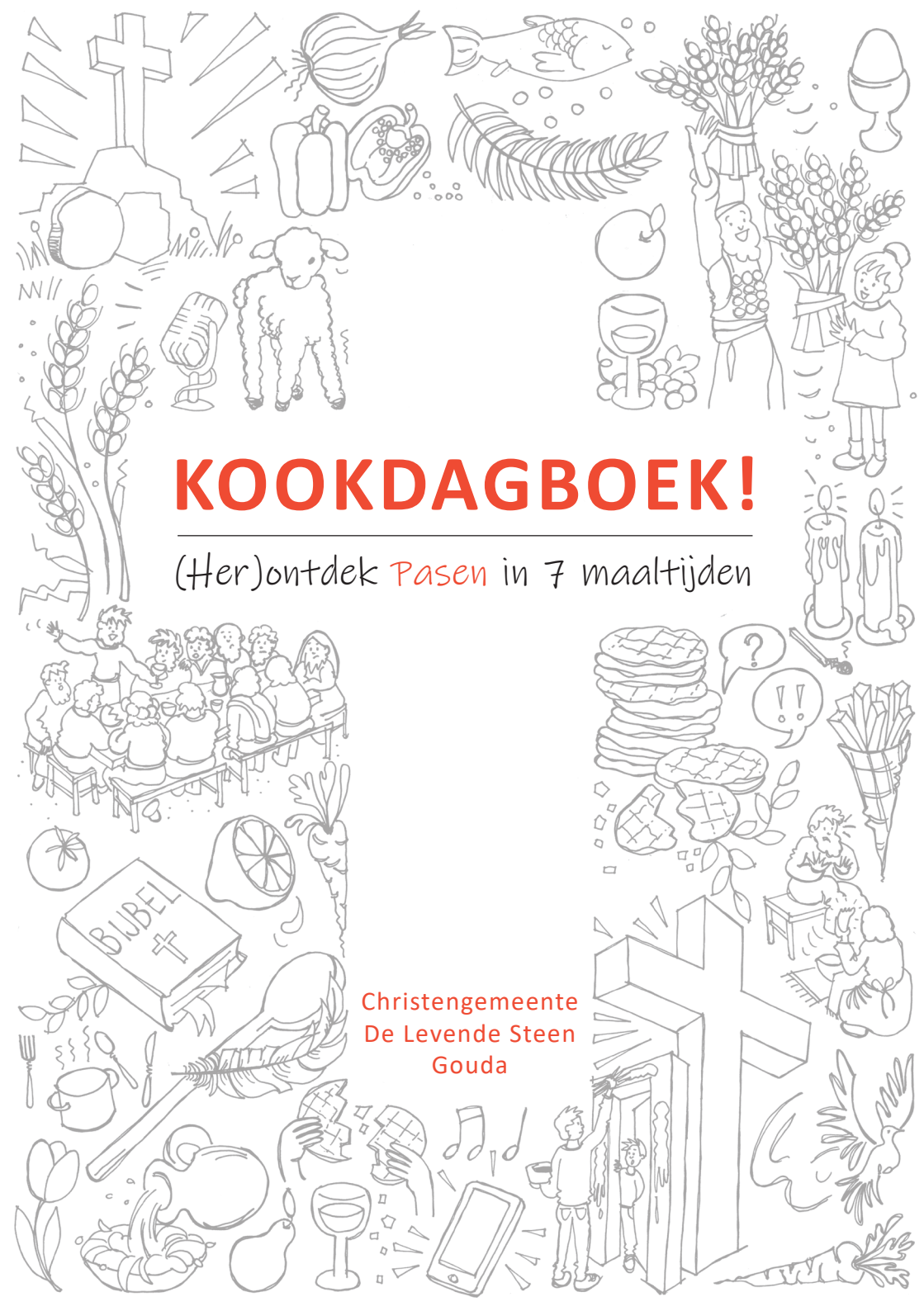




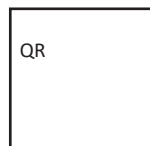
KOOKDAGBOEK!

(Her)ontdek **Pasen** in 7 maaltijden

Christengemeente
De Levende Steen
Gouda

www.delevendesteen.nl
www.feestboek.nu
www.alpha-cursus.nl

Luister elke dag een podcast over het thema:



KOOKDAGBOEK!

Pasen gaat over hoop. Over een nieuwe start. Over vrijheid. Maar hoe vier je dat eigenlijk? En wat heeft dat met jouw leven te maken?

Dit jaar doen we het anders. Geen chocolade-eieren en klaar. Maar een hele week lang, elke avond samen aan tafel. Met lekker eten, goede verhalen en gesprekken die ertoe doen.

Wat gaan we doen?

Zeven avonden lang kook je een recept (niets moeilijks, gewoon lekker), steek je een kaars aan, lees je een kort verhaal en praat je met elkaar over dingen die belangrijk zijn. Elk recept hoort bij een verhaal. Elk verhaal bij een vraag. En elke vraag helpt je nadenken over je eigen leven.

Waar gaat het over?

Deze week gaat over drie simpele dingen:

Dag 1-2: Redding is gratis. Soms zit je vast. In je gewoontes, je angsten, je fouten. God zegt: ik maak je vrij. Zonder voorwaarden. Gratis.

Dag 3-5: Ruim op wat niet klopt. Zodra je vrij bent, kun je opruimen. Wat moet weg? Wat houdt je tegen? Wat wil je anders?

Dag 6-7: Zet God voorop. Wat staat op nummer één in jouw leven? Je werk? Je telefoon? Of toch iets anders?

Voor wie is dit?

Voor iedereen die nieuwsgierig is. Voor gezinnen die samen iets leuks willen met Pasen. Voor mensen die geloven, en voor mensen die twijfelen. Voor kinderen en hun ouders.

Je hoeft niets te weten. Je hoeft alleen maar mee te doen!

Nog nooit van Jezus gehoord?

Geen probleem. Dit pakket vertelt het hele verhaal. Wie Hij is. Wat Hij deed. Waarom mensen zeggen dat Hij alles veranderde.

En als je meer wilt weten:

Begin met het boek Johannes in de Bijbel (niet bij pagina 1, dat is te moeilijk)
Doe mee met een Alphacursus (ontspannen praten met anderen)
Kom naar onze paasdienst (gewoon kijken, niets moet)

Dag 1 - Paaszondag

Eerst vieren, dan redding



Lezen

Exodus 12:11-14 en

Romeinen 5: 8-9



Vraag

Wat heb je afgelopen jaar gedaan met dit principe? Op welke momenten heb je, toen het lastig was, je vertrouwen op God gesteld en eerst gevierd voordat Hij redding bracht?



Steek de kaars aan

Iedereen aan tafel deelt één zin over iets waar ze op hopen, iets waar ze nog op wachten maar nu al voor danken.



Recept

Geroosterd lamsvlees met rozemarijn, krieltjes en geroosterde worteltjes

Het eerste gebod dat God aan Zijn volk gaf, was om feest te vieren. Niet zomaar een feest, maar hun bevrijdingsfeest, terwijl ze nog slaven waren in Egypte. God vroeg hen om te vertrouwen dat Hij hen zou redden, voordat de redding er was.

Dit doet God vaker in de Bijbel. Bij de stad Jericho moest het volk de overwinning vieren voordat de muren gevallen waren en de strijd gestreden was.

God vraagt ons om te vertrouwen op Zijn belofte, zelfs als we de uitkomst nog niet zien. In het Nieuwe Testament lezen we dat Jezus voor ons stierf toen we nog zondaars waren, niet nadat we ons leven hadden opgeruimd. Ook dat is bevrijding die je krijgt voordat je het verdiend hebt.

Daarom vieren we Pesach: om te leren dat geloof gaat over vertrouwen voordat je het resultaat ziet.





Geroosterd lamsvlees

met rozemarijn, krieltjes en
geroosterde worteltjes

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Verwarm de oven voor op 180 graden. Wrijf het lamsvlees in met fijngehakte knoflook, rozemarijn, olijfolie, zout en peper.

Stap 2

Was de krieltjes en snijd de wortels in stukken.

Stap 3

Leg alles in een ovenschaal, besprenkel met olijfolie en rooster 1,5 uur. Keer halverwege om.

Wat heb je nodig?

♡ 600 gram lamsschouder
of lamsbout

♡ 600 gram krieltjes

♡ 400 gram wortels

♡ 3 teentjes knoflook

♡ Verse rozemarijn

♡ Olijfolie

♡ Zout en peper

TIP of variatie

Het lam herinnert aan het Paaslam dat geslacht werd voordat de bevrijding plaatsvond. Het bloed aan de deurposten redde het volk. Zo offerde Jezus zich voordat wij bevrijd waren. We vieren nu al wat Hij voor ons gedaan heeft.

Dag 2 - Maandag

Vrijheid is gratis



Lezen

Exodus 12: 15-17 en

Efeziërs 2: 8-9



Vraag

Wat is leven in reinheid?

Waarom is genade zo lastig aan te nemen? Waarom willen we liever betalen voor onze redding?



Steek de kaars aan

Pak een klein pakketje uit. Daarin zit voor iedereen een klein kadootje met een briefje. Lees het briefje hardop voor. Op de briefjes staan simpele waarheden zoals: "Je bent geliefd", "Je bent vergeven", "Je bent vrij", "Je bent gezien", "Je bent gewild".



Recept

Kipsaté met nasi en atjar, met zoetzuur

Na de bevrijding uit Egypte geeft God een bijzonder feest aan Zijn volk: zeven dagen eten zonder zuurdesem in het brood. Geen uitbundig eetfeest, maar juist een soberheidsfeest.

Waarom? Omdat zuurdesem in de Bijbel symbool staat voor zonde, voor dingen die langzaam je leven binnensluipen en het van binnen uit bederven. God zegt: ik heb je bevrijd, nu mag je opruimen wat niet goed is in je leven. De redding is gratis, daar hoeft je niets voor te doen. Maar het vraagt wel een antwoord van jou: wil je leven in reinheid?

Veel mensen vinden genade moeilijk om aan te nemen. We willen liever betalen voor onze redding, omdat dat eerlijker voelt. Maar God zegt: het is een cadeau, je hoeft er niets voor terug te doen. Het enige wat Hij vraagt is dat je het cadeau aanneemt en dan gaat leven zoals iemand die vrij is.





Kipsaté

met nasi en atjar, met zoetzuur

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Wat heb je nodig?



TIP of variatie

Saté is simpel maar smaakvol. De kip is al gemarineerd, je hoeft alleen nog te grillen. Zo is Gods genade: al klaargemaakt, jij hoeft alleen te ontvangen. De atjar is zoetzuur, een herinnering dat genade soms vreemd smaakt maar toch goed is.

Dag 3 - Dinsdag

De grote schoonmaak



Lezen

Leviticus 23: 6-8 en
1 Korintiërs 5: 6-8



Vraag

Als er geen duivel of tegenstander zou zijn, zouden we dan nog zondigen? Of komt het probleem uit onszelf?



Steek de kaars aan

Zeg: "Deze kaars brandt terwijl we nadenken over wat we moeten opruimen in ons leven." Iedereen krijgt een klein stukje papier en schrijft één ding op dat weg moet. Het mag een gewoonte zijn, een gedachte, een angst, iets wat niet klopt. Daarna wordt het papiertje gevouwen, kort in de vlam gehouden en in een schaalte gelegd, of buiten in de tuin verbrand. De papiertjes worden i.i.g. niet voorgelezen. Dit is tussen jou en God.



Recept

Mexicaanse wraps met gekruid gehakt, bonen, sla en tomaat

Zeven dagen lang viert het volk een soberheidsfeest: geen enkele vorm van gist in huis, alleen ongedesemd brood.

God redt ons niet van iemand anders, maar van onszelf. Het zijn onze eigen zonden die Jezus droeg aan het kruis. Dat vraagt om eerlijkheid: durven we te kijken naar wat er niet klopt in ons eigen leven?

In de Bijbel staat dat een beetje zuurdesem het hele deeg doet rijzen. Zo werkt zonde ook: een klein beetje groeit uit tot iets groots als je het niet opruimt. God vraagt niet om perfect te zijn, maar om oprecht te zijn. Om toe te geven wat er mis is en het weg te doen.





Mexicaanse wraps

met gekruid gehakt, bonen, sla en tomaat

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Wat heb je nodig?



TIP of variatie

Iedereen vult zijn eigen wrap. Je kiest zelf wat erin gaat en wat eruit blijft. Zo is het met de grote schoonmaak: jij bepaalt wat er uit je leven moet. God helpt je, maar je moet zelf kiezen.

Dag 4 - Woensdag

Vieren zonder zuur



Lezen

Exodus 12: 34, 39 en
Galaten 5: 9



Vraag

Wat is het zuur in jouw leven? Vlucht je weg van de zonde, of vlucht je naar Jezus toe?



Steek de kaars aan

Zeg: "Deze kaars wijst ons de richting. Vluchten we weg van zonde, of vluchten we naar Jezus toe?" Vraag: hoe wandel jij met Jezus? Wat helpt jou om dicht bij Hem te blijven?



Recept

Rijst met groenten en gebakken vis

Matses zijn broden zonder zuurdesem, gemaakt van alleen meel en water. Het volk Israël moest ze snel bakken, want ze hadden geen tijd om te wachten tot het deeg zou rijzen. Ze moesten vluchten uit Egypte voordat de vijand hen zou inhalen.

Maar zuurdesem staat in de Bijbel ook symbool voor zonde, voor dingen die langzaam je leven binnensluipen. God vraagt ons om dat zuur weg te doen uit ons leven. Maar er is een verschil tussen wegvluchten van iets en toevluchten naar iets.

Je kunt vluchten weg van zonde omdat je bang bent voor straf. Of je kunt vluchten naar Jezus toe omdat je verlangt naar Zijn nabijheid.





Rijst met groenten

en gebakken vis

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Wat heb je nodig?



TIP of variatie

Rijst en vis zijn puur en eenvoudig. Geen gist, geen zuurdesem, geen ingewikkeldheid. Het is snel gemaakt, zoals Israël snel moest vluchten. Toch is het voedzaam en smaakvol.

Dag 5 - Donderdag

Volhouden



Lezen

Exodus 13: 6-7 en
Hebreeën 12: 1-2



Vraag

Wat heb jij nodig om bij Jezus te blijven? Waardoor dwaal je af? Wat helpt je bij de les te blijven? Welke rol speelt de gemeente hierin?



Steek de kaars aan

Zeg: "Deze kaars brandt al vijf dagen. Net zoals wij al vijf dagen volhouden." Iedereen deelt kort wat ze moeilijk vinden om vol te houden in hun leven met God. Bemoedig elkaar.



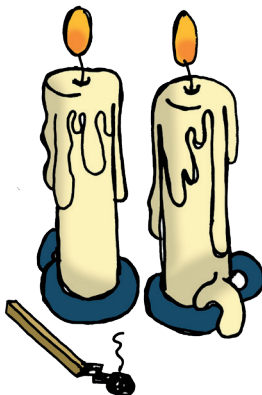
Recept

Stoofschotel met kip, wortel, ui en aardappel

Gods feest van redding, Pesach, duurt maar één dag: een feest vol lekker eten, wijn en vreugde. Maar Gods feest van soberheid, het feest van de ongezuurde broden, duurt een hele week.

Waarom dat verschil? Omdat volhouden tijd kost. Redding krijg je in een moment, maar reinheid is een dagelijkse keuze. Het is makkelijk om één dag enthousiast te zijn, maar veel moeilijker om zeven dagen vol te houden.

Zo is het ook in ons leven met God: beginnen is vaak makkelijker dan doorgaan. In de Bijbel staat dat we de zonde die ons zo gemakkelijk verstrikt moeten afleggen en met volharding de wedloop moeten lopen.





Stoofschotel

met kip, wortel, ui en aardappel

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Wat heb je nodig?



TIP of variatie

Een stoofschotel vraagt geduld. Je moet het laten sudderen, wachten, volhouden. Maar het resultaat is rijk en voedzaam. Zo is het christelijk leven: niet snel, maar gestage groei. En samen smaakt het beter.

Dag 6 - Vrijdag

Al het eerste is voor God



Lezen

Leviticus 23: 10-11 en
Mattheus 6: 33



Vraag

Waaruit blijkt dat God in jouw leven op nummer 1 staat? Is dat zichtbaar in je agenda, je bankrekening, je gedachten?



Steek de kaars aan

Zeg: "Deze kaars brandt omdat het eerste voor God is." Pak een deel van de maaltijd mooi in en breng dat aan een oudere buurman of buurvrouw die alleen is. Het eerste is voor God, en voor hen.



Recept

Gegrilde zalm met verse groene salade en nieuwe aardappeltjes

In de Bijbel moest het volk Israël de eerste schoof van de oogst naar de priester brengen. Niet de laatste schoof, niet wat overblijft, maar juist het eerste en het beste.

Waarom? Omdat het eerste laat zien wat voor jou op nummer één staat. God vraagt ons om Hem het eerste te geven van onze tijd, ons geld, onze aandacht en onze energie. Niet de restjes aan het eind van de dag, maar het beste wat we hebben. Zo laat je zien dat God echt belangrijk voor je is. Het gaat niet om hoeveel je geeft, maar om wat je eerst geeft.

In het Nieuwe Testament zegt Jezus: zoek eerst het Koninkrijk van God, en al het andere zal je erbij gegeven worden.





Zalm

met verse groene salade
en nieuwe aardappeltjes

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Wat heb je nodig?



TIP of variatie

Zalm is een feestelijk en waardevol product. Nieuwe aardappeltjes zijn jong en vers, de eerste van het seizoen. Verse sla is fris en schoon. Dit gerecht staat voor het beste, het eerste, het kostbaarste dat we aan God geven.

Wat blijft er over?



Lezen

Ezechiël 36: 26-27 en
2 Korintiërs 5:17



Vraag

Als je niet mag blijven
wie je bent, wat moet er dan
van jou worden? Naar wie toe
groeï je?



Steek de kaars aan

Zeg: "Deze kaars brandt
voor het nieuwe dat God
van ons maakt." Iedereen
deelt één ding dat nieuw is
geworden deze week. Iets
kleins of iets groots. Een
nieuwe gedachte, een nieuw
inzicht, een nieuwe gewoonte,
een nieuw verlangen.

Sluit af door samen te zingen:
"Er is geen grens aan de liefde
van Jezus. Zijn gunstbewijzen
houden nooit op. Ze zijn nieuw
elke morgen." Opwekking 425



Recept

De P-dag: Patat,
Pizza, Poffertjes, Pasta en
zelfgemaakte mayo

Deze week hebben we gezien hoe evenwichtig
Gods lessen zijn. Hij geeft redding en het kost
ons niets, alles is genade.

Je mag zijn wie je bent, God houdt van je zoals
je nu bent. Maar je mag niet blijven wie je
bent, Hij wil je helpen groeien. Je ticket naar
de hemel is geboekt, daar hoef je niets voor te
doen. Maar daarna vraagt God wel dat we de
troep in ons leven opruimen en dat we Hem op
nummer één zetten.

In de Bijbel belooft God ons een nieuw
hart te geven, een hart dat van steen wordt
omgevormd tot een hart van vlees. Als je
verder gaat met Jezus wordt je een nieuw
mens: het oude is voorbij, het nieuwe is
gekomen.





P-dag

met zelfgemaakte mayonaise

bereiding @@ min.

wachttijd @@ min

4 personen

Hoe maak je het?

Stap 1

Wat heb je nodig?



TIP of variatie

Het nieuwe ontstaat niet zonder het oude weg te doen. De week eindigt met een feest, maar we hebben geleerd: je moet het zuur wegdoen, anders blijft het niet goed.

Je zou het zó kunnen zeggen:

met Pasen wordt altijd het oude brood weggegooid,
brood dat was klaargemaakt met gist.
Dan wordt er vers brood gebakken, zónder gist.

Jullie zijn dat verse brood zonder gist,
en **Jezus is het Paaslam**
dat voor ons werd geslacht.

Laten we daarom **feestvieren**,
niet met het oude brood
waar de gist van het kwaad in zit,
maar **met het ongegiste brood
van zuiverheid en waarheid.**

1 Korintiërs 5: 7 en 8, Basisbijbel

