

## Le regole alimentari dell'Ortodossia: seconda parte

*(cliccate sulla foto per avviare il video)*

Proseguiamo il viaggio nel mondo dell'alimentazione dei cristiani ortodossi, che abbiamo iniziato nel gennaio 2020 con [un video introduttivo](#). Nel secondo video che potete vedere qui sopra, parliamo degli elementi della nutrizione, con qualche riferimento a ciò che la tradizione ortodossa propone nella sua cucina di digiuno.