

# Η περίεργη δίαιτα του Αγασίγαγου

Διασκευή του παραμυθιού του  
Δημήτρη Μπασγάμ: Ο *Αγασίγαγος*

Εικονογράφηση: \_\_\_\_\_

Το σπίτι του Αγιοσίγαχου ήταν μέσα στο δάσος. Δίπλα από τις κερασιές και τις χαμηλές βατομουριές.

Ο Αγιοσίγαχος ξύπνησε γρήγο άρρωστος εκείνη την Κυριακή και σκέφτηκε:

- Ίσως να φταίει το φαγητό;

Και είπε για την υγεία του να αγγάξει διατροφή.

Αύριο κλόγας...

Τη Δευτέρα έφαγε μόνο πράσινα φαγητά.



Έφαγε πογγά γάχανα, μαρούγια και πιπεριές και έγινε καταπράσινος σαν φρέσκος μαϊντανός.

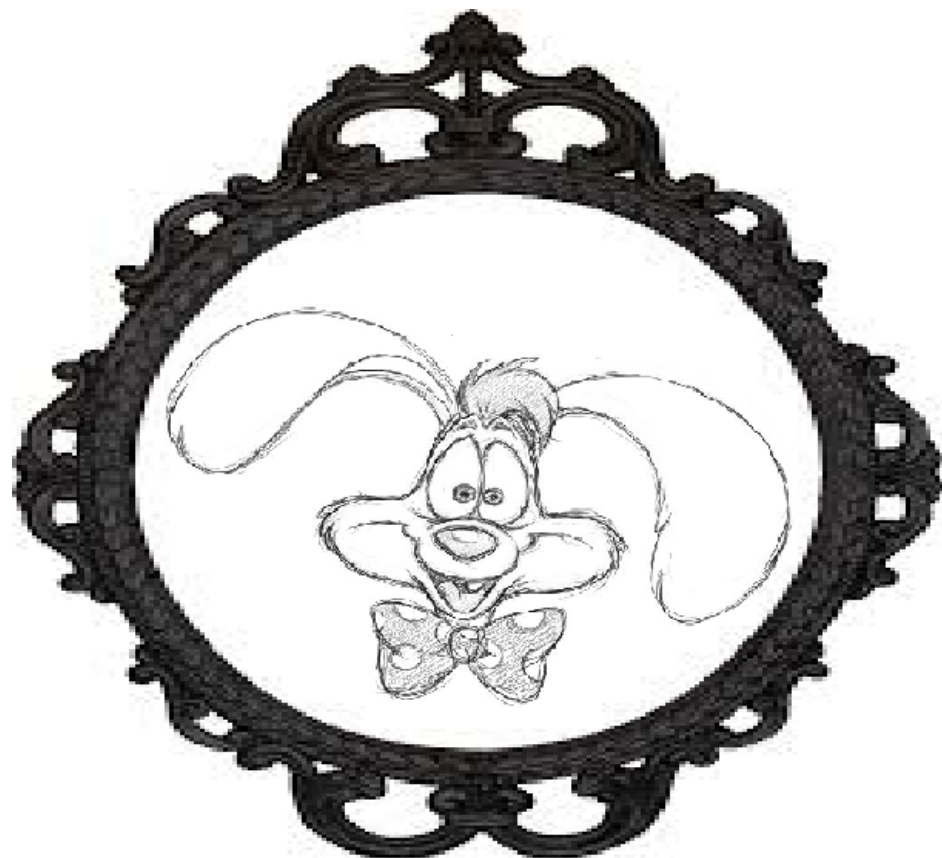


Ο Αγκισίγαγος κίταζε στον καθρέφτη, ήτανε ίδιος με πιπεριά. "Όχι, όχι πρέπει να αγγάζω διατροφή... Το πράσινο δε μου ταιριάζει".

Την Τρίτη έφαγε μόνο κόκκινα φαγητά .



Έφαγε πολλές ντομάτες, ντοματάκια και παντζάρια και έγινε κατακόκκινος σαν ντομάτα.



Ο Αγψίγαγος κίταζε στον καθρέφτη .  
Ήταν ίδιος με παντζάρι. "Όχι, όχι πρέπει να  
αγγάζω διατροφή... Το κόκκινο δε μου  
ταιριάζει".

Την Τετάρτη έφαγε μόνο κίτρινα φαγητά.



Ο Αγπσίγαγος έφαγε πολλά γημόνια, τυριά και μπανάνες και έγινε κατακίτρινος σαν γημόνι.



Ο Αγπσίγαγος κίταζε στον καθρέφτη .  
Ήταν ίδιος με μπανάνα. "Όχι, όχι πρέπει να  
αλλάξω διατροφή... Το κίτρινο δε μου  
ταιριάζει".

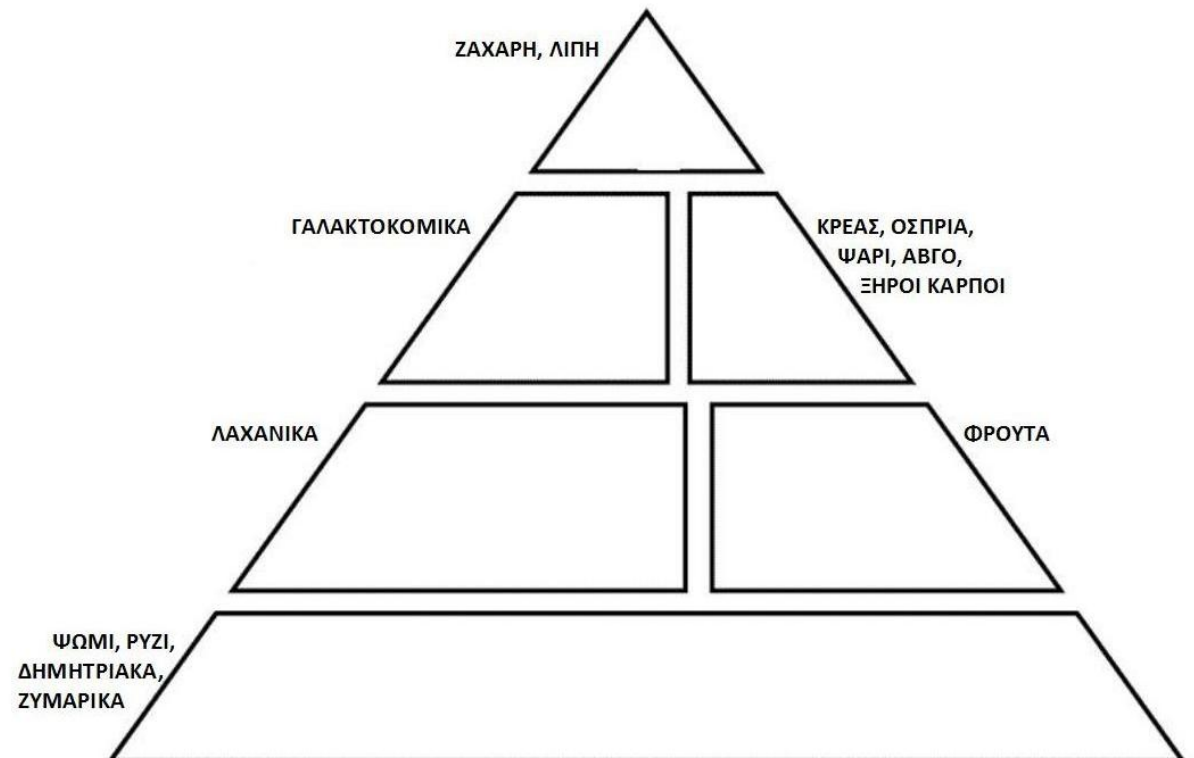
Την Πέμπτη έφαγε μόνο πορτοκαλιά φαγητά.



Έφαγε πο γγά καρότα, μανταρίνια και πορτοκάγια και έγινε πορτοκαγής σαν καρότο.

Ο Αηψίγαγος κίταζε στον καθρέφτη .  
Ήταν ίδιος με μανταρίνι. "Όχι, όχι πρέπει να αηγάξω διατροφή... Το πορτοκαγί δε μου ταιριάζει".

Την Παρασκευή πήγε στον γιατρό, τον  
δύκτωρ Πελεκάνο. Ο γιατρός γέγρασε με το  
πάθιμα του Αγισίγαγου και του είπε:  
Αγισίγαγε τρώμε από όλα γίγο,  
ακοροθώντας την πυραμίδα της διατροφής!





ΤΕΛΟΣ

Ο Αγπισίγαγος κούταζε στον καθρέφτη εκείνο  
το βράδυ και είπε: "Τι όμορφο χρώμα που έχω!"