maitena

RECETA PARA VIVIR 100 AÑOS

COSTE: ↑ ALTO

FUEGO: — LENTO

AMAR : SÍ.
REÍRSE : MUCHO (SOBRE TODO DE UNO MISMO)
COMER : POCO (PERO DE TODO)
CAMINAR : SIEMPRE (Y SALIR A PASEAR)
TOMAR VINO : CON MODERACIÓN (Y ALGÚN EXCESO)
IR AL MÉDICO : CANTIDAD NECESARIA (SIEMPRE TE ENCUENTRAN ALGO)

LIMPIAR MIEDOS, DESECHAR PREJUICIOS
DEJAR A UN LADO CELOS Y RENCORES
PRESERVAR AL NIÑO QUE HAY EN UNO

CORTAR FINAMENTE CON PACIENCIA
BATIR CON ENERGÍA, SALTEAR CON CORAJE
AÑADIR GENEROSIDAD
AMASAR CON LAS MANOS
LLEVAR EL DESEO A PUNTO DE EBULLICIÓN

RALLAR UNA PIZCA DE LOCURA
CONDIMENTAR CON VIDA INTERIOR
Y PERFUMAR CON AMIGOS

LIGAR CON TRABAJO Y DIVERSIÓN
DEJAR REPOSAR

SE PUEDE ACOMPAÑAR CON MÚSICA Y/O NIÑOS
DECORAR CON BUEN HUMOR
Y SERVIR CON ALEGRÍA.

maitena

¡REVUELVA! ¡INCORPORE! ¡DESTAPE! ¡MEZCLE!