

## Menú cuaresmal agradable a Dios

Recetas muy propias para este tiempo de Cuaresma... aunque la verdad es que a algunos nos convendría seguir consumiendo esta dieta durante el resto del año... ¡buen provecho!

### 1. TENER A LA MANO:

**Abrelatas**, para abrir el corazón endurecido.

**Cuchillo bien afilado**, para cortar vicios y malas costumbres.

**Destapador**, para destapar lo atorado en las relaciones familiares.

**Colador**, para pasar por alto las ofensas y purificar intenciones.

### 2. ABSTENERSE:

De comer prójimo (chismes, murmuraciones y calumnias).

Evitar condimentar el día con venganzas.

Evitar consumir altas dosis de egoísmo.

No tomar rencor, que pone de mal genio.

Evitar el consumo excesivo de picantes, para no enchilarse y decir malas palabras.

No tomar postres helados, que congelen el afecto.

Lavar bien el corazón, para que no se infecte de la cólera.

### 3. MENÚ RECOMENDADO:

Exquisita caridad para con el prójimo.

Caldo de atención a los desamparados y enfermos.

Ensalada de detalles de afecto para los suyos.

Tortillas abundantes para compartir con el hambriento.

Refresco de alegría para convidar a los tristes y desanimados.

Sopa de letras para escribir más seguido a familiares y amigos.

Puré de zanahoria para ver con buenos ojos a los demás.

Pan bendito para los afligidos, ya que "las penas con pan son menos".

De postre se recomienda:

Perita en dulce, para ser buena persona y caerle bien a todos.

Torrijas con miel, para endulzar los defectos de los otros.

Yogur de guayaba para repartir... gestos de perdón.

Naranja dulce y limón partido, "dame el abrazo que yo te pido" (abrazar a los seres queridos, y darles besitos, de verdad, no de chocolate ni de coco).

Y no olvides:

"Donde come uno, comen dos" y "échale siempre más agua a los frijoles", o sea:  
¡comparte tu vida con los otros!

Finalmente, el Chef Celestial recomienda su especialidad en alimento espiritual: la Eucaristía, porque "el que come mi Carne y bebe mi Sangre, tiene Vida Eterna".

