

Mi tesz nővé?

Az utóbbi időben panaszkodtam néhány hozzá közel álló embernek, hogy mostanság kevésbé érzem nőnek magam... Mind kinevettek, én azonban ragaszkodtam ahhoz, hogy a kisugárzásom mintha nem lenne a régi, és mivel én a tettek embere vagyok, azonnal el is döntöttem, hogy ezen az érzésen változtatok. De vajon mi teszi a nőt?

A „visszanőiesítést” a külsőmmel kezdtem, olyan egyszerű taktikával, hogy félretettem a kényelmes és nem túl feltűnő, munkahelyre



használt ruhákat, és a másnapi szerelésem összeállításához hosszabb ideig tanakodtam a ruhásszekrény előtt, a szokásosnál szexibb szerelést válogatva. Kilakkoztam a körmöm, és – mivel Coco Chanel szerint az a nő, aki nem használ parfümöt, sok sikerre ne számíton – kölcsönöztem magamnak egy kis illatot is. Vagyis elővettem azokat az utóbbi időben elhanyagolt trükköket, amik szerintem hozzátartoznak a vonzó nőhöz.

A nő nyilván nem a körömlakttól lesz nő, inkább attól, hogy foglalkozik magával, ápolja magát, és ettől úgy érzi, hölgyé avanszált, aki

vonzó a saját és a világ szemében. Hogy kibem mi hozza létre ezt az érzést: hogy gondosan szedi a szemöldökét, gyűrűt hord vagy kizárólag francia szappant használ – teljesen mindegy.

Eltöprengtem azon is, melyek azok az érzelmi, érzésbeli minőségek, amikről úgy érzem, sajátosan a nőességet képviselik bennem.

Eszembe jutott, hogy – mintegy női létem melléktermékeként – hány esetben váltam műzszává, inspiráltam arra egy férfit mintegy véletlenül, hogy létrehozzon valamit, vagy kihozzon többet magából azért, hogy imponáljon nekem. Más kérdés, hogy az imponálás lenyűgözött vagy sem, de mindig örültem, ha valaki jobban ki tudott bontakozni, amikor kapcsolatba került velem. Hasonlóan ahhoz, ahogy a szobanövényeimet nevelem: öntözöm, figyelem őket, és van abban valami szívmengető, amikor hoznak egy különösen szép hajtást, egy remekbe szabott levelet.

A nők fejlett érzelmi és szociális intelligenciáját az evolúció alakította ki: míg a férfiak vadásztak, addig a nők „táplálják” a ház apraját-nagyját.

A női lét nemcsak emberi létezés, hanem a természetbe ágyazott, annak körforgását reprodukáló tapasztalás.

Ahogy egy nő megroggyan, majd felszerken a menstruációja idején, ugyanúgy zajlik évről évre, ciklikusan a kikelet és az őszbe fordulás; amikor egy nő gyermeket hoz a világra, akkor életet ad, ahogy az élet is új formát ölt, új mag szökken szárba. A nő ezer apró rítusban táplál és teremt maga körül életet: süteményt süt, gondozza házát, érzelmileg támogat, a bennünk lakó Nagy Anya útmutatásai szerint. Nőnek lenni számomra nem elsősorban biológia, inkább egy sajátos életminőség.

Szerző: Honi Erika Zsuzsanna

Coco Chanel 20 aranyköpése

1. A nők G pontja a SHOPPING szó végén található!
2. Minél rosszabbul állnak a dolgaid, annál jobban kell kinézned!
3. Minden férfi életében csak egy nő létezik, a többi csupán az árnyéka.
4. Nem szeretem a zárt felsőket – amikor férfakkal beszélgetek, nem látom, hogyan viszonyulnak hozzám!
5. Minden nőnek két dolgot kell pontosan tudnia: MIT és KIT akar!
6. Ne menj hozzá olyan férfihez, akinek csak aprópénz van a pénztárcájában!
7. Nem érdekel, hogy mit gondoltok rólam, én nem gondolok rátok egyáltalán!
8. Nincs ronda nő, csak lusta!
9. A nő addig idegeskedik a jövője miatt, amíg férjhez nem megy. A férfi nem aggódik a jövője miatt, amíg meg nem házasodik!
10. Ha olyan dolgot akarsz birtokolni, amid soha nem volt, olyan dolgokat kell megtenned érte, amiket sosem tettél!
11. Ha szépülni szeretnél, a lelkeddel és a szíveddel kell kezdened, mert addig egyetlen kozmetikum sem fog hatni!
12. Az a nő, aki semmilyen kozmetikumot nem használ, túl sokat gondol magáról!
13. Visszafogni magad, amikor bánt valami, és nem hisztériázni, amikor fáj – ilyen a tökéletes Nő.
14. 40 után már senki sem fia-

- tal, de ellenállhatatlan élete végéig maradhat!
15. Minden a mi kezünkben van, ezért soha nem szabad feladni!
16. Az öregség nem óv meg a szerelemtől, de a szerelem megóv az öregségtől!
17. Mindenki röhögött az öltözködési stílusom, de ebben rejlett a sikerem titka. Más voltam.
18. Az igazi boldogságért nem kell sokat fizetni.
19. Ha szárnyak nélkül születted, hagyd, hogy kinőjenek!
20. A nő keze a névkártyája, a nyaka a személyije, a melle az útlevele!

forrás: mindigno.hu



Paleolit finomságok

Kakukkfüves májpástétom

Hozzávalók: fél kiló csirkemáj, 2-3 ek sertészsír, 1 nagy fej vöröshagyma, kakukkfű (száritott), só, bors.

Elkészítés: A hagymát, pici sóval üvegesre pároljuk a zsíron. Hozzáadjuk a kakukkfűvet és a májat (kb. 5-7 perc alatt), készre pároljuk.

Végül botmixerrel krémesítjük.

Pulykafasírt

Hozzávalók: 0,5 kg darált pulykahús, 3 db tojás, 1 tk. só, bors, 1 fej vöröshagyma aprítva, 3-4 gerezd fokhagyma áttörve, kókuszszír a sütéshez.

Elkészítés: Összegyűrjük a hozzávalókat, és forró zsírban kisütjük a fasírtokat.

Gesztenyetorta sütés nélkül

Hozzávalók: 2 csomag gesztenyemassza, 25 dkg darált dióbél, 13 dkg vaj, 1 narancs leve, 5 cl rum, igény szerint baracklekvár, meggybefőtt leve, 200 ml habtejszín.

Elkészítés: A dióbelet az olvasztott vajjal egy műanyag keverőtálban összekeverjük. Az így kapott masszát egy magas peremű tortaforma aljára nyomkodjuk, majd kis időre hűtőbe tesszük. Megjegyzés: ha túl száraz a massa, szükség szerint néhány kanál baracklekvárral (akár főtt kávéval) omlós tészta keménységűre gyúrjuk. (lehet kakaóport is tenni hozzá.)

Közben a két gesztenyemasszát krumplinyomón átnyomjuk, hozzáadjuk a rumot, hozzáfacsarjuk a narancs levét. Ha nem elég krémes, akkor meggybefőtt levével is lágyíthatjuk, majd a megkeményedett torta alapra helyezzük, azon egyenletesen elsimítjuk.

A tejszínt 2 kanál nyírfacukorral habbá verünk, majd a torta tetejére halmozzuk vagy nyomóval rádísítjuk.



Paleo bombon

Hozzávalók: 20 dkg dió, mandula, kesudió, paradíó keveréke (bármelyik jó magában is), 3 szem datolya, 3 szem aszalt sárgabarack, 3 szem aszalt szilva, de lehet 1 kis marék mazsola is

1 ek. cukrozatlan kakaópor, 1,5 ek. olvasztott kókuszszír, 1 mk citromhéj, 100%-os citromlé, narancslé.

Elkészítés: Késes aprítóban, vagy botmixerrel egyneművé dolgoztam, szilikonos bon-bon formába töltöttem, majd pár percig a fagyaszttóba tettem, onnan a hűtőbe, és amikor már teljesen felvette a formák mintáját táltam. Ebből a mennyiségből 30 db lett.

Szalmarépa

Tudom, nem vagyok egyedül, ha kijelentem, hogy a paleoval eltűnt az életünkből a krumpli és persze nagyon hiányzik. Krumplipüré pótlására már rég kitaláltuk a murokpépet, sütőtök-, zeller- vagy édesburgonya-pürét, de a szalmakrumpli helyett mi legyen? És kiderült, hogy ezt is lehet pótolni.

Vegyünk 5-6 szál jó nagy murkot, vágjuk hasábokra, akár csak a krumplit és süssük meg forró zsírban vagy kókuszszírban. A végén csepegtessük le, sózzuk meg és nem fogjátok elhinni, de nagyon fog ízleni!

Jó étvágyat!