

MINHA ESPOSA É INTOLERANTE À

LACTOSE



O leite e ela terminaram em maus
termos



Dear **Folk** Books
BRIAN ALEXIS PARKER

CONTEÚDO

Carta da casa (antes de acender o fogão)	5
Antes de acender o fogão	5
Capítulo 1: O primeiro aviso (ou a pizza das sextas)	7
Capítulo 2: A doutora Salgado	10
Capítulo 3: A grande limpeza da geladeira	13
Capítulo 4: A lasanha que me fez chorar	16
Capítulo 5: Seu Ramiro e o cheesecake	20
Capítulo 6: Os restaurantes, ou a arte de perguntar	23
Capítulo 7: O cálculo (ou a conspiração das verduras)	26
Capítulo 8: O dia em que puseram um sorvete na mão dela	29
Capítulo 9: A carta de rompimento	32
Capítulo 10: O que eu aprendi (e uma receita)	35

Carta da casa (antes de acender o fogão)

Um amigo a quem vou chamar de Damião me contou como aprendeu a cozinhar para a esposa dele, a quem vou chamar de Lorena, quando o leite e ela terminaram em maus termos. Com a permissão dos dois, e com os nomes trocados, conto aqui. O que vem a seguir é o Damião quem narra, em primeira pessoa; eu acrescento atividades no fim de alguns capítulos.

Eu não sou médico nem nutricionista. Sou o amigo que escuta e anota, e que cozinha pior do que fala, embora fale bastante rápido e às vezes pule ingredientes (na fala, não na receita). Tenho ideias demais, às vezes tantas que sufocam. Esta saiu de uma lasanha que tinha gosto de abraço entre a Itália e um café da manhã.

No fim de alguns capítulos você vai encontrar **Para fazer hoje**: algo para pedir a alguém e algo para praticar por cinco minutos.

Antes de acender o fogão

Quem conta é o Damião.

Minha esposa e o leite terminaram em maus termos. Não houve uma discussão concreta: foi uma separação lenta, com muitos sinais que eu, como bom marido, não soube interpretar. Primeiro, o café com leite que já não lhe caía bem. Depois, o sorvete que lhe deixava "uma sensação estranha". Depois, a pizza das sextas, que começou a terminar no banheiro.

Este livro é o livro de receitas emocional dessa separação: a história de um homem que jamais tinha cozinhado nada mais complexo que um ovo frito e que se viu obrigado a aprender, com humor, desajeito e muito carinho, a alimentar uma mulher intolerante à lactose.

Aviso: este livro mistura humor e ficção com informação geral. Não substitui a consulta com um médico ou um nutricionista. Os sintomas digestivos podem ter muitas causas, e só um profissional pode diagnosticar e orientar. E um esclarecimento: aqui ninguém ri da Lorena nem dos sintomas dela. Rimos com ela, e muitas vezes de mim e das minhas lasanhas.

Capítulo 1: O primeiro aviso (ou a pizza das sextas)

Me chamo Damião Ferreira, tenho quarenta e dois anos, sou contador e estou casado há onze anos com a Lorena. Sou apaixonado por rotinas, e uma delas, a mais sagrada, era a pizza da sexta-feira: uma grande, quatro queijos, com muçarela extra e uma cerveja gelada.

Naquela sexta, a Lorena comeu três fatias com o entusiasmo de sempre. Às onze da noite, estava no sofá com a mão sobre o estômago e uma expressão de queixa silenciosa.

— Você está bem?

— Acho que a pizza me fez mal.

— De novo?

— É a terceira vez este mês.

Disse como quem confessa um segredo. Levantei para buscar um chá de camomila e voltei com dois: um para ela e outro para mim, por solidariedade.

— Talvez seja o queijo — disse.

— Ou o estresse.

— Ou a cerveja.

— Ou que eu estou ficando velha.

Esta foi uma amostra grátis

Se você gostou, o livro completo tem 41 páginas e é baixado na hora em PDF. Tem garantia de 14 dias.

Garanta o seu aqui:

[**https://dearfolkbooks.com/b/GEgy8**](https://dearfolkbooks.com/b/GEgy8)