

## **Meglio del Prozac**

Antidepressivo (quasi) naturale, rapido e di facile confezionamento.

Come diceva Oscar Wilde in un suo celebre aforisma, le cose migliori della vita fanno male o sono vietate. Questa non è proprio sana ma è una alternativa a qualcosa che fa male di più. Per ora, inoltre, non è vietata né servono ricette del medico e si evitano gli sguardi compassionevoli del farmacista.

Dosi per uno, al massimo due, depressi cronici o occasionali.

Prendete una grossa meringa dal panettiere (spumiglia) di quelle che fa lui, da almeno tre etti. Rigorosamente bianca e profumata alla vaniglia.

Sbriciolatela grossolanamente ed evitate di fare briciole troppo fini.

Mescolatela delicatamente con un vasetto da 600g di cioccolato in crema NUTELLA (dosi indicative da affinare secondo il proprio gusto).

La delicatezza dell'operazione sta nell'evitare che la meringa si sbricioli ulteriormente facendo diventare il composto una malta fine.

Mettete il tutto in una vaschetta rettangolare, evitando bolle d'aria e lasciate in frigo almeno un paio d'ore ... se resistete.

Sformate la mattonella su un piatto e versatevi sopra uno schizzo di brandy.

Ricoprite il tutto con abbondante panna montata (vietata quella spray di grasso vegetale "dietetico" o similia!). Decorate a piacere con lingue di gatto o altri biscottini (facoltativo). Qualche scorzetta d'arancia candita non guasta.

I commenti li lascio a voi, fortunati mortali, che assaggerete questa delizia!

p.s.1) NON è da assaggiare : è da strafogo liberatorio! No alle dosi omeopatiche. Altrimenti il "farmaco" non fa effetto.

p.s. 2) essendo fresca di frigo si può mangiare anche d'estate. La depressione non ha stagioni preferite.

p.s. 3) se volete evitare di dare cose poco sane ai bimbi dite loro che il cioccolato "riscalda", fa venire i foruncoli (i bruschi!) o altre amenità simili e ... mangiatela voi! I depressi sono un po' egoisti.

p.s.4) Se dopo una settimana, con una o due applicazioni giornaliere, non sortite risultati andate dal medico. Non per la depressione ma per il colesterolo.

p.s. 5) Anche se non siete depressi ma solo golosi, va bene lo stesso. Nessuno è perfetto!

Da berci insieme direi niente. Alcuni sostengono che l'acqua minerale fredda e gassata è la bevanda migliore con la cioccolata. In effetti dà buone sensazioni ed è alternativa al classico e abusato barolo chinato.