bóka
ummælið

mortan@hamrabyrgi.com

Fronsk konufólk gerast ikki feit

Tað heldur fransk-amerikanski rithøvundurin, Mireille Guiliano fast um í bók sínari "French Women Don't Get Fat", ið er útkomin á donskum frá Lindhart og Ringhof.
Hvussu ber tað so til, at tað ikki sæst á fronskum konufólki, hóast at tær tvær ferðir um dagin eta 3-rættaða menu, drekka vín afturvið og hata at íðka fitness?
Mireille Guiliano gevur okkum frágreiðingina á sera sjarmerandi og undirhaldandi hátt.
Í stuttum er loynidómurin hesin: fronsk konufólk duga kynstrið at njóta matin! Tær eta lítið, men av bestu dygd. Tær fara til handils hvønn dag (til gongu!) og keypa einans fríska lokalar sesong-rávørur til dagsins máltíð. Við hesum hugsunarhátti eiga fronsk konufólk ongantíð inni stórar goymslur av freistingum.
"Fronsk konufólk gerast ikki feit" er ein lívsstílsbók um at slakna seg. Tað snýr seg um at njóta uttan at skammast, at vera góð við seg sjálvan og eiga humor!
Bókin er funnin frensur hjá øllum frankofilum, ið ongantíð fáa nóg mikið av franskari matmentan og fronskum lívsstíli.
Mireille Guiliano var í 20 ár stjóri fyri amerikansku deildini av Champagne Veuve Clicquot – tað er sjampanjuhúsið, ið framleiðir "Gulu Einkjuna".
Øll árini í USA var hon fús at greiða tjúkkum amerikanskum konufólkum frá hvussu tær skuldi liva fyri at slakna seg.
Guiliano heldur at ein stórur vísdómur er goymdur í fronsku mat- og vín-mentanini.
Eitt nú tosa fronsk konufólk ongantíð um at fara uppá A og slakna seg. Tær vilja heldur tosa um evnir, um list, bókmentir, politik, mentan og ja, mat!
Í innganginum í bókini standa hesi vísdómsorð frá franska heimsspekinginum Paul Valéry:
Hvat hevur størri týdning enn máltíðin?
Gevur ikki hvør hugagóður verðinsmaður tilgerðina og rituellu gongdina av máltíðina heilagan týdning?
Trínir ikki sannleikin í okkara mentan fram í hesum skynsomu fyrireikingum, ið fagna at andin hevur sigrað á gorhungri?
"Franske Kvinder Bliver Ikke Fede", Mireille Guiliano, Lindhardt og Ringhof, 288 blaðsíðir, heft, uml. kr.184 í føroysku bókhandlunum

Mortan í Hamrabyrgi umrøður nýggjar bøkur um mat og drekka.