

¡Prepara una cena romántica!

Descripción

No es necesario celebrar una fecha especial para preparar una cena romántica junto a tu pareja. Anímate y disfruta de una maravillosa velada.

Danii Cortes C

dcortes@todomujeres.cl

[Follow @DaniiCortesC](#)

[Cena romántica](#) unknown

SANTIAGO.- Una cena romántica puede ser la ocasión perfecta para revivir la pasión en una pareja, para recordar todos aquellos buenos momentos o para seguir alimentando el amor entre los dos.

No esperes San Valentín ni el aniversario de su relación para preparar esa cena especial. Este puede un momento de relajación y de conexión única en la pareja.

María José Ortiz (24), lleva cuatro años de relación junto a Luis y señalan que salen juntos a cenar al menos una vez cada dos meses. **“Por lo general nos llevamos muy bien, pero las cenas hacen que nos demos cuenta de que hay que detenerse un poco a disfrutar de la relación, aunque pasamos mucho tiempo juntos y además trabajamos juntos, nuestras conversaciones varían de la familia a la pega y al final nosotros no nos dedicándonos a la relación en sí o al romanticismo”**. Es por eso que para esta pareja es tan importante tener este momento de intimidad juntos, para reconquistarse mutuamente.

“Las cenas románticas son para recordarnos que tenemos que disfrutar más como pareja, hace bien mirarse frente a frente y darse cuenta que nos seguimos gustando como cuando nos conocimos”, añade María José.

Sin duda, la rutina es uno de los principales agentes **“destruye relaciones”** por eso es fundamental combatirla para mantener la llama del amor encendida y una rica comida a la luz de las velas puede ser una excelente idea.

“Es súper importante para la pareja el hacer estas cosas, salir de la rutina, hacer cosas distintas, de esta manera no se cae en monotonía y la convivencia se hace mucho más armoniosa. Además Si sirve para comunicarse mejor o solucionar problemas, ya que estamos más relajados y esto hace que la conversación fluya mejor”, señala Mauricio Bertranine (30), quien lleva siete años junto a Belén

Hazlo tú misma

No es necesario salir a un restaurante elegante para tener una cena romántica junto a tu pareja, también puedes prepararla en casa. No te quiebres la cabeza pensando en un menú muy difícil de preparar.

Puedes cocinar pequeños aperitivos, un rico postre y una buena botella de vino.

Para la entrada te recomendamos unas ricas ostras al natural, nada muy exuberante, solo condiméntalas con zumo de limón, sal y pimienta a gusto. De fondo puedes preparar filetes de salmón marinado a la plancha y de postre puedes añadir frutas a gusto personal (los clásicos son los frutos rojos) acompañado con salsa de chocolate (negro o blanco) o crema chantilly ([haz click para ver el menú con más detalles](#)).

Si quieres salir de clásico, te aconsejamos cambiar la botella de vino por una de champaña, nada más sexy y provocador que el sonido de la botella de licor al descorcharla.

Aprovecha el tiempo en la cocina

El momento de servir de la cena, sin duda, será el más anhelado por ambos. Pero no es necesario que prepares todo tu sola. Puedes pedirle a tu pareja que te ayude a cocinar. Esta ocasión podría ser la previa para la gran velada que les aguarda y disfrutarán mucho más la cena sabiendo que ambos trabajaron juntos. Esto hará que acerquen y que fortalezcan mucho más los lazos entre ambos.

No descuides el ambiente

Para que la noche termine con broche de oro, es esencial una buena ambientación:

- Decora la mesa con pétalos de rosa
- Apaga las luces y enciende las velas (pueden ser aromatizadas si así lo prefieres)
- Cambia la tradicional mesa y siéntense en la alfombra del living
- Pon música a gusto (de preferencia romántica o que tenga algún significado para ambos)
- vístete de acuerdo la ocasión. Ponte un vestido infartante que atraiga toda la atención de tu chico hacia ti.

Fecha de creación

octubre 2013