

LA RECETTE DU BONHEUR QUÉBÉCOIS

Préchauffez le four à 180 °C (350 °F) et beurrez gaiement votre grand moule en forme de cœur.

Dans une chaudière d'érable, versez 4 tasses de Saint-Laurent et tout autant de forêt nature.

Pimentez de liberté et de faune sauvage si vous en trouvez.

Ajoutez une à une chaque saison distincte.

Dans un bol, séparez les villes des régions et battez en neige le blanc des plus hauts sommets.

Liez les huit millions d'habitants et incorporez-y doucement les nouveaux arrivants.

Mixez avec deux cuillerées d'accueil et un sachet de respect.

Crémez $\frac{3}{4}$ de tasse de sentiment de sécurité et un pot de chômage allégé.

Mélangez jusqu'à l'obtention d'une bonne qualité de vie.

Fouettez vigoureusement une dose d'humour.

Mettez-y un air détaché et du consensus en canne (nous préconisons la marque Pas d'trouble).

Ajoutez une cuillère à thé d'extrait de bienveillance pure et d'optimisme.

Laissez évaporer la pression et la culpabilité.

Faites-en une bonne pâte et versez-la dans le moule.

Faites cuire toute une vie ou jusqu'à ce qu'apparaisse l'indice du bonheur.

Laissez reposer au bord d'un lac pour retirer tout excès de stress.

Démoulez tranquillement sans précipitation pour garder la chaleur humaine.

Glacez de plaisir avec l'enrobage Moment présent 100%.

Saupoudrez de couleurs joyeuses et de créativité.

Dégustez !

Important : ce gâteau est meilleur lorsqu'il est partagé !

