



Maaltijd voor de ziel ❄️

Eat, pray, love

Met een grote passie voor God en muziek doen deze bijzondere vrouwen hun werk. Drie zangeressen over twee verschillende soorten voedsel: wat er bij hen op tafel staat tijdens de kerstmaaltijd en datgene wat hen geestelijk laat groeien.

Naam: Claire Schuyff
 Leeftijd: 33
 Woonplaats: Dordrecht
 Status: Pas gescheiden
 Kinderen: Matthew (2)
 Beroep: Zangeres,
 styliste in een
 kringloopwinkel

Food for the body

“Ik heb nooit vaste kerstactiviteiten gehad, dus ik heb ook geen favoriete kerst-dish, maar als ik moet kiezen, zeg ik pasta. Heerlijke biologische, vegetarische tagliatelle met spruitjes en broccoli. Ik ben dol op Italiaans! Het maakt eigenlijk niet uit wat je maakt, zolang het maar gezellig is aan tafel.”

Food for the soul

“God is zo groot, Hij geeft ons op zoveel manieren Zijn liefde! Geloof, hoop en liefde zijn voor mij onlosmakelijk met elkaar verbonden. God heeft mij verantwoordelijkheid gegeven over mijn zontje, daar put ik hoop uit. Hij laat me hierdoor zien dat ik niet bij de pakken moet gaan neerzitten. Ook in de periode dat ik in scheiding lag, was het niet altijd even gemakkelijk. Met vrienden in de buurt kon ik het leven aan, tot het moment dat ik alleen was. Soms leek het alsof mijn wereld instortte, maar door mijn vertrouwen in God kon ik blijven doorgaan.”

Vegetarische tagliatelle à la Claire

Je hebt nodig:

1 pak biologische verse tagliatelle, 350 gram spruitjes, 1 stronk broccoli, 400 gram crème fraîche, een bakje cherrytomaatjes, wat verse basilicum, snufje zout.

Werkwijze

Kook de broccoli zo'n 8 minuten, tot deze zacht is, de spruitjes mogen wat langer koken. Wok beide vervolgens op een laag pitje. Mix hier vervolgens de crème fraîche doorheen. Kook ondertussen de verse tagliatelle 1 minuut – zo wordt deze al dente – en doe daarna bij de mix in de wok. Snij de cherrytomaatjes doormidden en voeg deze ook toe. Voeg nog een snufje zout toe voor extra smaak. Bij het serveren kun je er de verse basilicumblaadjes over strooien, en voilà: een heerlijke, vegetarische en gezonde maaltijd!



'UITEINDELIJK DRAAIT ALLES OM ZIJN LIEFDE'





Naam: Kinga Bán
 Leeftijd: 32
 Woonplaats: Houten
 Status: Getrouwd met
 Reinder
 Kinderen: Ike (5),
 Liva (3) en Kene (2)
 Beroep: Zangeres in de
 band Sela

Food for the body

“Mijn moeder maakte altijd heerlijke aardappel-puree met rode kool en stoofvlees. Mijn ouders zijn Hongaars en sloven zich altijd heel erg uit voor Kerst. Met Kerst is overal extra aandacht aan besteed en wordt alles mooi geserveerd. Ik houd van lekker eten, maar eigenlijk gaat het meer om het samenzijn.”

Food for the soul

“God is de rots van mijn bestaan, ik kan altijd op Hem bouwen, Hij is er altijd. Vooral toen mijn man en ik hoorden van mijn borstkanker, was God er. We hebben veel rust ervaren, dat kon alleen van Hem komen! God is liefde. Dat zie ik in mijn man, maar ook in de mensen die naar me toekomen om me te laten weten dat ze aan me denken en voor me bidden. Dat is heel bemoedigend. Ik probeer God zoveel mogelijk te betrekken bij mijn leven en dat doe ik ook door middel van mijn werk. Ik ben Hem zo dankbaar dat ik mag zingen en anderen mag bemoedigen. Ik wil God uitstralen.”

Bietensalade met appel en geitenkaas à la Kinga
Je hebt nodig:

500 gram kleine, rode bietjes, 2 à 3 appels, citroensap, 50 gram geroosterde walnoten (grof gehakt), 200 gram geitenkaas (verkruimeld), 4 eetlepels balsamicoazijn, 4 eetlepels hazelnoten- of walnotenolie, 4 eetlepels extra vergine olijfolie.

Voor de vinaigrette

Klop de balsamicoazijn en beide oliesoorten door elkaar in een kom. Voeg zout en peper naar smaak toe.

Werkwijze

Was en kook de bietjes en snijd ze in dunne plakjes. Snijd de appels in dunne plakjes nadat het klokhuis is verwijderd. Besprenkel de bietjes en appels met wat citroensap. Schep de bietjes, appelschijfjes en walnoten door elkaar. Bestrooi de salade met geitenkaas en sprenkel de vinaigrette erover. Serveer de salade meteen.



'GOD IS DE ROTS VAN MIJN BESTAAN'



'ALS IK HET NIET MEER ZIE ZITTEN,
ZIET GOD HET WEL ZITTEN'



Food for the body

"Het is onze familietraditie om met Kerst chocoladetaart te eten! Met Kerst ben ik jarig, speciaal voor mij maakt mijn moeder dan een chocoladetaart. Het is fijn dat er een dag is waarop we een traditie kunnen voortzetten. Het is een dag van dankbaarheid en liefde. Voor mij is het eigenlijk altijd Kerst, ik associeer de kerstgedachte meer met mijn geloof dan met de commerciële kerstsfeer."

Food for the soul

"Het geloof is het fundament van mijn bestaan. Ik onderhoud mijn relatie met God door te communiceren. Niet alleen met Hem, maar ook met mijn naasten, het is mijn verlangen om Zijn liefde door te geven. God is liefde en Hij zal ons nooit loslaten. Ook als ik het niet meer zie zitten, ziet Hij het nog wel zitten. Vorig jaar is mijn beste vriend vermoord en dat was een heel zware tijd voor mij. Het gemis blijft, maar God heeft me ervan overtuigd dat het goed zat met zijn ziel, waardoor ik me rustig en zelfs vreugdevol voelde. In deze periode heb ik God leren kennen als een troostende vader en niet alleen als mijn redder."

Chocolate birthday cake à la Corey

Je hebt nodig:

Voor het deeg:

160 gram donkere basterdsuiker, 6 eetlepels water, 40 gram cacao-poeder, 75 ml (amandel)melk, 100 gram roomboter, 2 eieren (gesplitst), 100 gram zelfrijzend bakmeel, 1 theelepel bakpoeder, ½ theelepel nootmuskaat, snuffe zout.

Voor de vulling:

125 gram roomboter, 125 gram poedersuiker, kersenvlaivulling (enkele eetlepels, naar smaak), 100 gram kersensjam

Voor de bekleding:

2 maal 250 gram fondant (wit en bruin), poedersuiker, glitter (bij taartwinkel te krijgen)

Cake

Verwarm de oven voor op 180 °C en bekleeft een bakblik van ± 20 cm met bakpapier. Maak eerst een basismix: doe 40 gram basterdsuiker, het water en het cacao-poeder in een pan en verwarm dit al roerende tot een dikke glanzende pasta. Haal de pan vervolgens van het vuur, roer de melk erdoorheen en laat het geheel afkoelen. Mix de boter met de resterende suiker tot een luchtig geheel. Roer daarna het eiwit en de basismix erdoorheen. Zeef het zelfrijzend bakmeel, het bakpoeder, de nootmuskaat en het zout boven een kom. Zet de mixer op een lage stand en schep dit mengsel lepel voor lepel door de basismix. Let erop dat je elke lepel goed door de mix mengt voor je de volgende erbij doet. Klop het eiwit in een vetvrije kom tot schuim en meng dit met een metalen lepel door de mix. Giet het beslag in het bakblik. Bak het geheel tussen 35 en 40 minuten en prik er even met een satéprikker in om te controleren of hij gaar is. De cake is gaar als je satéprikker er droog uitkomt.

Vulling

Zeef de kersensjam en verdun deze met gekookt water (hoeveelheid is afhankelijk van eigen smaak) Maak een botercrème door 125 gram roomboter met 125 gram poedersuiker te mixen tot een luchtig geheel. En mix dan naar eigen smaak een paar eetlepels kersenvlaivulling mee.

Naam: Corey van de Nes
Leeftijd: 38
Woonplaats: Amsterdam
Status: Single
Kinderen: Geen
Beroep: Fulltime-
ondernemer bij haar eigen
inspirational-entertainment-
bedrijf 'A Peace of Me'



Snijdt de cake in 2 lagen. Smeer eerst de jam op de cake en daarna de kersenvlaivulling. Met de resterende botercrème kun je de buitenkant van de cake dun insmeren, dit dient als lijm voor het fondant.

Bekleden van de cake

Rol 250 gram fondant (bruin of wit) uit met een deegroller of fondantroller. Drapeer het voorzichtig over de cake heen, om de cake hier netjes mee te bekleden. Gebruik de andere kleur fondant om ongeveer een dag van tevoren met uitdrukformpjes vinders te maken (of andere versieringen), zodat deze kunnen uitharden. Eventuele foutjes kun je met de vinders bedekken. Highlight de cake met glitters voor de finishing touch.