

## ►►► VERVOLGBLZ.1

bakker bakt toch ook zijn eigen brood? Dat heeft te maken met werkhethiek. Ik laat een boek pas los als het in druk gaat.»

**Heb je een bepaald ritueel voor dat moment?**

«Nee, maar als ik het eerste exemplaar ontvang, leg ik het boek altijd eerst even aan de kant om het openslaan nog even uit te stellen. Dat is zo'n leuk moment. Dan heb ik positieve zenuwen.» (lacht)

**In welke mate heeft je man Paul Jambers bijgedragen tot je succes?**

«Ik heb heel veel te danken aan hem. Paul heeft me altijd gestimuleerd in mijn zoektocht naar wie ik ben en wat ik kan. En als ik tegenwind kreeg, was hij de eerste om te zeggen: 'Ga ervoor, geef niet op. Je bent wie je bent.' Hij heeft me gesteund in alles wat ik ondernam. Het is fantastisch om naast zo'n fijne, wijze man te mogen leven.»

**Heb je je carrière ook niet voor een stukje aan zijn naam te danken?**

«Ik was door mijn tv-werk al bekend voor ik met mijn kookboeken begon en natuurlijk ben ik 'de vrouw van', maar daar heb ik geen enkel probleem mee. Ik ben graag de vrouw van. Maar als mensen zeggen dat het makkelijk is door Paul, moet ik hen teleurstellen. Het is omgekeerd: er wordt net meer van je verwacht. En bovendien is iemand die tegen Paul is per definitie ook tegen mij, omdat we onlosmakelijk met elkaar verbonden zijn. Maar *so be it.*»

**Hoe hebben jullie de lockdown doorgebracht?**

«Die veranderde weinig aan hoe Paul en ik leven. Wij zijn altijd nogal op ons-zelf. Ik heb in die periode hard gewerkt aan 'Echt Eten', volgens mensen met wie ik samenwerk mijn beste boek ooit. En dat vind ik een fijn compliment, want dat betekent dat ik nog altijd kan verrassen. Het is ook de allereerste keer dat ik mijn boek zelf heb ontworpen met een programma voor fotoboeken. Mijn vormgever is daar dan later mee aan de slag gegaan.»



Foto Steven Richardson

**Je vond het dus geen lastige periode?**

«Ik heb er het beste van proberen te maken en heel gefocust kunnen werken omdat er geen enkele afleiding was. Maar wetende welke ellende dat virus heeft veroorzaakt, kan ik er niets positiefs uithalen. Ik vond het wel wegen, en nog altijd. Ik hoor mensen vaak zeggen dat ze tot andere levensinzichten zijn gekomen, maar dan denk ik: 'Daar heb je toch geen lockdown voor nodig?'»

**Nogal wat mensen vonden in die weken troost in eten. Ik vermoed dat jij je daar niet aan hebt bezondigd.**

«Nee. Eten om troost te zoeken is een

**«Ik lag vroeger vaak te huilen nadat ik me had volgepropt, maar dat werkt niet. Eten troost niet. Maar dat wil niet zeggen dat je nooit een dessert mag eten»**

stap te ver. Ik heb vroeger vaak huilend op de bank gelegen nadat ik me had volgepropt, maar dat werkt niet. Eten troost niet. Je voelt je achteraf nóg slechter omdat je weet dat je aankomt. Bovendien voel je je ellendig omdat je hormonen helemaal in de war worden gestuurd. Dan kan je beter een creatieve uitdaging zoeken, zoals pottenbakken. Waarmee ik niet wil zeggen dat je nooit een dessert mag eten. Integendeel. Ik heb er in 'Echt Eten' zelfs een groot hoofdstuk aan gewijd, net omwille van de lockdown. Iedereen wou het dan thuis extra gezellig maken en daar hoort ook voor Paul en mij een dessert bij. Maar het zijn géén desserts die je dik maken of een suikerverslaving voeden.»

**Doe jij ooit iets anders dan werken?**

«Ik heb van al mijn hobby's mijn job gemaakt, waardoor ik er altijd mee bezig ben. Als je iets graag doet, kan je daar heel veel energie instoppen. Ik denk niet dat ik ooit tegen een burn-out zal aanlopen. Zitten en niksdoen, dáár word ik pas zenuwachtig van. Soms zijn er wel momenten dat ik denk: 'Nu moet het minder', maar ik heb een interne klok die zich dan reset. Bovendien heb ik een medewerkster, Tinneke, die de planning doet en alle andere dingen waar ik een hekel aan

heb. Daardoor kan ik naar mijn atelier trekken. Een zeer aangename luxe.»

**Van wie heb je die drang om altijd bezig te zijn?**

«Ik heb dat onlangs eens aan mijn moeder gevraagd en zij vertelde dat mijn vader dat ook had. Hij had een drankenhandel en was altijd bezig. Papa was een harde werker, maar ook voorzichtig, twee eigenschappen die ik heb overgenomen. Ik sleur trouwens heel graag met dingen en heb veel spierkracht in mijn armen. Volgens mij komt dat door mijn jeugd tussen de bakken.» (lacht)

**Hoe keek hij naar je succes?**

«Mijn ouders waren vooral verrast, want ik ben opgevoed met het idee dat jongens carrière moeten maken, terwijl meisjes eerder een goede partij dienen te trouwen en kinderen krijgen. Dat is bij mij anders uitgedraaid. (lacht) Ik herinner me nog dat wijlen mijn vader in de Standaard Boekhandel stapels van mijn boeken zag liggen en verschrikt tegen de uitbater zei: 'Zoveel boeken, gaan jullie die wel allemaal kunnen verkopen? Gaat dat wel lukken?' (lacht) Maar hij was fier, net zoals mijn moeder. Hij is intussen al vijf jaar overleden, maar het gemis blijft. Tegelijk heb ik het gevoel dat hij

**«Ik ben graag 'de vrouw van', maar als men zegt dat het makkelijk is voor mij door Paul, moet ik hen teleurstellen. Er wordt net meer van je verwacht»**

er nog is. Dat hij verder leeft in mijn en mijn broer. Hij is niet weg, omdat ik hem nog elke dag een plaats geef in mijn leven.»

**Op je 51ste heb je het zowel privé als professioneel helemaal voor elkaar. Waar put jij nu écht geluk uit?**

«Deels uit mijn werk. Natuurlijk is het geweldig dat mijn boeken en keramiek worden gewaardeerd. En de kers op de taart zijn de reacties van mensen die zeggen dat ze dankzij mij hun leven hebben omgegooid. Maar mijn fundamentele geluk ligt in mijn privéleven, bij Paul, mijn familie en vrienden. Met ouder worden merk ik dat de balans verschuift. Ik wil nu zoveel mogelijk tijd doorbrengen met mijn man.»

'Echt Eten' (Lannoo, €25,99) ligt vanaf 28 augustus in de boekhandel.



**AL IN 10 DAGEN FITTER EN ENERGIEKER**

Op 24 augustus start Pascale met haar 'Puur en Lichter Zomer Challenge' op hln.be. Tien dagen lang geeft ze recepten, tips en adviezen waarmee je makkelijk snelle koolhydraten van je menu kan schrappen. «Op die manier kunnen de lezers zelf ondervinden wat deze manier van eten met je lichaam doet», zegt ze. «Zelfs in die tien dagen zal je je al fitter en energieker voelen.»

ADVERTENTIE

## Exclusieve voorverkoop Pascale Naessens

- Exclusief 10% korting
- Bestel nu en krijg jouw exemplaar als eerste in je brievenbus op 28 augustus
- Gratis levering

**Echt Eten. Maak jezelf sterker, gezonder en gelukkiger**

Met 75 nieuwe, eenvoudige lowcarb gerechten maakt Pascale Naessens dit statement helemaal waar. Met allemaal nieuwe recepten en extra veel desserts.

Nu voor maar  
**€ 23<sup>39</sup>**



Reserveer nu jouw boek op [hln.be/pascalenaessens](https://hln.be/pascalenaessens)

**HLN** Shop