

Heerlijke column

MAMA-CHEF

Ik ben helemaal in m'n nopjes en fier, want ik maak een droom waar: ik breng boeken uit met babygerechtjes, hoera! Een jaar of drie geleden was er geen haar op mijn hoofd dat dit zou gedacht hebben. Maar nu lijkt het me vanzelfsprekend dat ik als 'mama-chef' mijn ideeën en recepten voor gevarieerde gerechten, snacks en zelfgemaakte limonades neerpen, als inspiratie voor alle zwangere vrouwen, mama's en papa's, oma's en opa's. Ik bleef zelf wat op mijn honger zitten toen ik up-to-date babyvoedingsboeken zocht, waar bijvoorbeeld ook quinoa of boekweit in stond. Dus doe ik het nu zelf maar!

Mijn leven voor Grace was behoorlijk anders: ik had het idee dat kinderen krijgen gewoon niet lukte in mijn leven, en ik had me er ook bij neergelegd. In alle eerlijkheid kan ik zeggen dat ik zonder kinderen ook best wel gelukkig was: veel reizen, weggaan en thuiskomen wanneer ik wilde, met oldtimers rijden met maar twee zitplaatsen, in een prachtige kindonvriendelijke loft wonen ... *Soit*, ik had niets tekort. Tot het wonder bij wonder dus toch gebeurde: zonder al te veel moeite kreeg ik een dochter! Met plezier heb ik alles ingeruild voor een praktische wagen, meer thuis zijn bij m'n gezin, meedansen en -zingen met Bumba ... Er gaat een andere wereld open! En ze zouden het ook niet meer van me moeten afpakken. Als het over Grace gaat, word ik de wildste en gevaarlijkste leeuw van deze wereldbol. Als iemand *bad intentions* heeft toch, anders ben ik best te pruimen. :-)

Het is begonnen zodra ik zwanger was: ik kreeg een instant verantwoordelijkheidsgevoel. En vooral op het vlak van eten en drinken besepte ik goed dat zij ook haar voeding haalde uit mijn buik. En toen ze geboren was en ik in de rekken van de supermarkt naar het enorme aanbod keek, dacht ik: makkelijk, maar mijn chef-hart zei: 'Sofie, dit kan je ook, zelfs beter. Dit is zeker geen aanval op de supermarkten en iedereen doet waar hij zich goed bij voelt, maar voor mij werkte het niet. Via mijn boeken wil ik tonen dat je in een handomdraai verse, gevarieerde en originele gerechten kan klaarmaken, die ook beter zijn voor je portemonnee. Ik heb me uitgeleefd: chocolade- of gojibessengranola, zaden-notensnacks, zelfgemaakte ice tea, sapjes, tonnen groenten en fruit, veel vis ... Ook zelfgemaakte papjes van haverhout, quinoa of rijstvlokkens, fruit- en groentepapjes. Ik werd destijds beste vriendjes met de staafmixer en Babycook, zodat ik mij kon concentreren op badjes geven, spelen, rusten ... Die inspiratie wil ik dus meegeven in de boeken, jawel, er komen er drie: van zwanger zijn tot kleuter, om de negen maand een boek. Het eerste ligt vanaf deze maand in de boekenwinkel. Op mijn site, Twitter of Instagram zie je waar en wanneer ik signeer. Grace heeft me veranderd en ik ben haar daar eeuwig dankbaar voor, want het is een stap vooruit. Daarom zijn de boeken ook opgedragen aan haar. Tot nu toe is zij een geweldige levensgenieter maar vooral ook een goede eter, en dat laatste, beste mensen, maakt me intens gelukkig!

Sofie Dumont

Chef-kok Sofie Dumont, www.sofiedumont.be,
Instagram/Twitter: [sofiechefdumont](https://www.instagram.com/sofiechefdumont), Facebook: [sofie dumont](https://www.facebook.com/sofie.dumont).



Recepten uitproberen voor mijn babyboeken ...



... en ze laten fotograferen



Eeuwig dankbaar!