

Familiediner-kok Sandra Ysbrandy

# 'Samen eten verbindt je met elkaar'

In opperste concentratie, maar met een glimlach op haar gezicht, snijdt ze zorgvuldig de zalm in mooie stukken. Je hoort en ziet de liefde die ze voor koken en mensen heeft. Sandra Ysbrandy (40) is dan ook niet zonder reden de kok van het tv-programma Het Familiediner.





De goedlachse Sandra vervult een belangrijke rol in het programma, waar Bert van Leeuwen gebroken families met een diner tot elkaar brengt. "Het is mijn taak om een mooie maaltijd te verzorgen. Ik kies een gerecht uit dat echt bij de familie past. Als mensen bijvoorbeeld een goede herinnering hebben aan een gezamenlijke vakantie in Italië, kook ik een mooi Italiaans driegangenmenu. De presentatie van het gerecht vind ik heel belangrijk, je moet zien dat het met liefde bereid is." Sandra staat in het programma samen met de aangever - diegene die de hulp van Bert van Leeuwen inschakelt - in de keuken. "Die persoon is dan vaak nog heel zenuwachtig. Het is op dat moment nog niet duidelijk of Bert en de andere partij in de limousine zijn gestapt en of de ruzie opgelost kan worden. Ik heb gelukkig snel een klik met mensen en daarbij vindt de aangever het vaak prettig om met iemand over de ruzie te kunnen praten. Mensen voelen het als je ze serieus neemt."

### Erkenning

Het is niet zonder reden dat het programma probeert om de partijen te herenigen onder het genot van een diner. "Ik zeg altijd: 'Als je de tijd neemt om naar elkaar te luisteren en even aandacht hebt voor elkaar, ontstaat er ruimte voor verzoening.' Samen eten verbindt je met elkaar. Natuurlijk kan het tijdens het diner twee kanten opgaan, de families hebben elkaar soms lange tijd niet gezien. Ieder

In deze rubriek komen mensen aan het woord die iets speciaals hebben met koken. Heb jij een passie voor koken en een bijzonder verhaal? Mail dan naar [eva@eo.nl](mailto:eva@eo.nl)

eva

## 'Als je de tijd neemt, ontstaat er ruimte voor verzoening'

wil zijn versie van het verhaal vertellen en erkenning krijgen voor het eigen verdriet. Dat kan soms heel emotioneel zijn. Maar gelukkig wordt er tijdens zo'n diner ook veel gelachen als er weer goede herinneringen worden opgehaald." Dat sommige verhalen je niet in de koude kleren gaan zitten, weet Sandra maar al te goed. Gelukkig kan ze hier steeds beter mee omgaan. "Ik hoop altijd zo dat het goed komt, want je gunt het ze zo erg. Sommige verhalen doen meer met je dan andere. Wanneer er een ruzie is tussen ouders en kinderen raakt me dat nog het meest, waarschijnlijk omdat ik zelf moeder van drie kinderen ben."

### Passie

Als je Sandra vol enthousiasme over haar vak hoort praten, zou je niet denken dat ze tot voor kort communicatiemanager bij de Rabobank was. Ze volgde in haar jongere jaren dan ook geen koksopleiding, maar studeerde geschiedenis en culturele antropologie. "Ik heb altijd gedaan wat in de lijn der verwachtingen lag. Je gaat studeren en na je studie ben je blij dat je een baan hebt. Ik stond er te weinig bij stil wat ik nu écht wilde. Drie jaar geleden dacht ik: ik ga iets totaal anders doen. Ik miste creativiteit en passie. Thuis was ik altijd al aan het koken voor familie en vrienden. Ik heb dit altijd als mijn hobby gezien en nooit serieus overwogen om daar mijn geld mee te verdienen." Toch waagde ze de grote sprong: ze volgde een koksopleiding en

startte haar eigen bedrijf *Vergaderen aan de Keukentafel*. Mensen die op een bijzondere locatie willen vergaderen en dit willen afsluiten met een mooi diner, zijn hier van harte welkom. "Via de koksopleiding werd ik benaderd voor *Het Familiediner*. Als je dingen gaat doen die vanuit je passie ontstaan, komen er mogelijkheden op je pad die je nooit voor mogelijk hield." Een passie voor koken en lekker eten heeft Sandra beslist. Op de vraag wat haar favoriete gerecht is kan ze, na lang nadenken, dan ook geen antwoord geven. "Ik kan echt niet bedenken wat ik níet lekker vind." Lachend voegt ze daar aan toe: „Ik houd eigenlijk ontzettend van alles!"

Kijk op [www.vergaderenaandekeuken.tafel.nl](http://www.vergaderenaandekeuken.tafel.nl) voor meer informatie over Sandra's eigen bedrijf.

Recept van Sandra

Dit voorgerecht voor twee is heerlijk zomers en niet moeilijk om te bereiden!

Met een beetje meer zalm en wat aardappeltjes erbij tover je dit gerecht gemakkelijk om tot een volwaardig hoofdgerecht.

## Zalmmootjes met aspergetips en een crème fraîche met ei en bieslook

Snijd een **zalmfilet à 350 gram** in vier dunne mootjes. Bestrooi de mootjes met **peper** en **zeezout**. Breng ruim water met zout aan de kook en kook hierin **100 gram aspergetips** in twee minuten beetgaar (ze moeten nog een beetje knapperig blijven). Kook ondertussen **3 kleine eieren** in ± 3 minuten zacht, spoel ze koud af en prak ze met een vork fijn. Voeg vervolgens **1 el crème fraîche** en **1 el fijngesnipperde bieslook** toe. Breng dit op smaak met **peper** en **zout**. Schroei de zalmmootjes op hoog vuur, in een klein beetje **olijfolie**, dicht.

**Tip:** maak net zoals Sandra de borden mooi op. Zo laat je zien dat het gerecht met liefde bereid is.

### Het familiediner

Een kleine ruzie of onenigheid binnen een familie kan leiden tot een groot conflict. Presentator Bert van Leeuwen helpt deze gebroken families om weer tot elkaar te komen. Sandra Ysbrandy bereidt voor de twee partijen een heerlijke maaltijd. [www.eo.nl/familiediner](http://www.eo.nl/familiediner)

