

IN DEZE UITGAVE

- Recept spekkoekparfait
- Mode deze winter
- Dickensdag Medemblik
- Het ultieme wintersportgevoel



Winterspecial

Een uitgave van **BDU** media



■ Teksten: Ineke Vroling ■ Foto's: Pixabay en MFNF Natuurfotografie

Gezelligheid in- en buitenshuis

De winter treedt langzaam weer in. Tijd voor gezelligheid en sfeer, mooie lichtjes en de natuur gehuld in ochtendmist. Warmte in huis met een mok warme chocolademelk, pantoffels, een goed boek en spelletjes. Buiten genieten kan natuurlijk ook door een bezoek te brengen aan een theater,

museum of een favoriet restaurant. Daarnaast zijn in de donkere dagen Sinterklaas, kerst en oudjaar voor velen hoogtepunten van het jaar. De tijd van kadootjes en samen zijn, de lampjes en gloedvolle decoratie. De vele tuincentra en meubelmarkten trekken weer volop bekijks en zijn omgetoverd

tot een feest voor het oog. En niet te vergeten, de wintersfeermarkten, waar van alles te koop en te beleven is. Het is de tijd van het terugblikken en vooruitkijken. Dus wie nog voornemens heeft voor het nieuwe jaar, dit is hét moment om deze waar te maken.

Gezond de winter door

Kou zorgt dat de temperatuur en het energieniveau daalt, wat invloed heeft op het gehele lichaam. De verwarming gaat aan, de huid verliest vocht en kan trekkerig aanvoelen. Een aantal tips zijn om de voeding wat aan te passen en zoveel mogelijk koude dranken te vermijden. Neem bijvoorbeeld eens bouillon en vervang de salades voor roerbakgroente. Zorg ook voor voldoende vitamines. Een tekort is niet nodig, dit kan aangevuld worden. Dan, wat sommigen zullen herkennen: de koude voeten in de winter. Een voetenbad of wollen sokken kunnen dan een weldaad zijn. Maar ook een bezoek aan een masseur, sauna of kuuroord kan ontspannend en herstellend werken voor het lichaam.

Uitgaansagenda

ZONDAG 2 DECEMBER

Wintereditie van ZomerDromen

Kramen, muziek, modeshow, hapjes, kindervoorstellingen en kerststraattheater van 12.00 tot 17.00 uur. De Kampagne, Willemsoord 63, Den Helder.

ZATERDAG 8 DECEMBER

Westzaanse Winter Fair

Kerstmarkt, theater & muziek, versnaperingen, kunst en vermaak van 16.00 uur tot 22.00 uur. Van 't Reght Huys (Kerkbuurt) tot Zeilenmakersstraat en straatfestival in Westzaan Noord.

Sprookjeswereld Fort Fairytale

Activiteit voor kinderen en iedereen die van sprookjes houdt in Fort Kijkduin. Meezingen met Elsa of eendjes vangen met Ariel. Pas op voor de gekke hoedenmaker uit 'Alice in wonderland' en dwaalt Alice zelf ook nog rond? Misschien is het handig te leren toveren met Harry Potter op Zweinstein om gewapend te zijn tegen enge piraten die door het zee-aquarium rondwarrelen. De voorstellingen worden uitgevoerd door Figurantengroep OuderwetZ. Kaartjes: www.fortkijkduin.nl/kaarten-bestellen.html.

Gratis toegang winnen? Koop een speciale chocoladereep bij Bakkerij Dunselman en vind de gouden wikkel.

Fort Kijkduin, Admiraal Verhuellplein 1, Huisduinen (gemeente Den Helder). (Fort Kijkduin is tijdens Fort Fairytale niet open voor regulier bezoek).

ZATERDAG 15 DECEMBER 2018

Winterfair Alkmaar

11.00-21.00 uur, Waagplein.

ZONDAG 16 DECEMBER 2018

Winterfair Alkmaar

11.00-17.30 uur, Fnidsen, Hekelstraat, Brug, Mient en Waagplein.

ZONDAG 16 DECEMBER

Dickens kerstmarkt Krommenie

11.00-17.00 uur, Centrum van Krommenie.

ZONDAG 23 DECEMBER

Midwinter sprintrace

Sprintracen en sloeproeien voor dames en heren op de Zaan tussen de Wilhelminasluis en de Bernhardbrug. Start bij: Proeverij De Koekfabriek, Westzijde 188, Zaandam.

DAGELIJKS GEOPEND

Van Blanckendaell Park

Dierenpark met dieren uit alle werelddelen. Veilingweg 9, Tuitjenhorn. www.blanckendaellpark.nl

Landgoed Hoenderdaell

Groot park met dierentuin en opvangcentrum van Stichting Leeuw. Van Ewijckskade 1, Anna Paulowna. www.hoenderdaell.nl



Het ultieme wintersportgevoel

Velen vinden het geweldig, anderen begrijpen helemaal niets van wintersport. Wat de aantrekkingskracht is vertelt regiogenote Susan Bes. Voor haar betekent wintersport de ultieme ontspanning. Ze legt uit: "De hele dag buiten bezig zijn met skiën zorgt ervoor dat ik verder aan niets denk. Op een strandvakantie willen gedachten wel eens afdwalen, maar daar is hier echt geen tijd voor. Daarbij is wintersport voor mij ook echt de winter beleven, er

iets niets zo mooi als een uitzicht met besneeuwde bergen", aldus de enthousiaste wintersporter. "Na afloop van de dag voel ik me zo voldaan en rozig. Dan nog even wat napraten met een drankje om vervolgens lekker onder de wol te kruijen." Ondertussen is het hele gezin van Susan in skipak te vinden. "Omdat het echt een passie van ons is, wilden wij onze kinderen er op jonge leeftijd mee kennis laten maken. Leren skiën kost echt wel een paar jaar en het is dan fijn als je jong begint. Mooi is ook dat een wintersportvakantie nu voor velen is weggelegd, waardoor Jan Modaal nu ook op de lange latte te vinden is."

houten sleetje de piste af, sturen doe je door je hakken in de sneeuw te zetten. Met de linkerhak ga je naar links en met de rechterhak ga je naar rechts. Remmen kan door beide voeten in de sneeuw te zetten. Verder gaan we in de avond vaak met sneeuwbanden van de helling die naast ons appartement is." Na het skiën is de dag nog lang niet voorbij: "Dan vertrekken we naar de après-ski, waar het altijd een groot feest is. Vervolgens eten we wat, dan op tijd naar bed om alweer uit te kijken naar de volgende dag."

RISICO'S Wintersport kent vele voordelen, maar brengt dus ook het risico van letsels en blessures met zich mee, iets dat de jaarlijkse gipsvluchten bewijzen. Wat helpt om blessures te voorkomen: alcohol vermijden voor of tijdens het boarden of skiën en een goede basisconditie. Ook het eigen kunnen goed inschatten, een uitgerust gevoel en goed ingesteld materiaal helpt. Alert zijn en voorbereid op de gevaren als oneffenheden in de sneeuw en op



Foto: Roos

■ Roos met schoonfamilie op wintersport in Stubaier Gletcher.

medewintersporters die onverwachts langskomen zeilen. Ook ontstaan bij een slechte sneeuwconditie of ijs eerder ongelukken. Tenslotte: neem vooral les, want hoe beter de techniek, hoe makkelijker het skiën of boarden

wordt. Op een gegeven moment maakt dan zelfs het weer of de sneeuwkwiteit bijna niet meer uit en overheerst alleen nog het plezier van het actief bezig zijn in de frisse berglucht.



Foto: Roos

■ Après-ski.

Mode deze winter

Voor wie graag blijft volgen hier een aantal modetrends voor de winter 2018-2019. In het middelpunt staat de kleur rood in al zijn varianten. Zo is de dieprode kleur 'red pear' veelvuldig terug te zien, wat weer goed combineerbaar is met een andere populaire tint: 'nebula blauw'. Dit is een bijzondere combinatie van de kleuren wit, blauw, paars en rood. Andere trendkleuren zijn wit en grijs in vele schakeringen. Meer opvallende, vrolijke tinten zijn geel, lila en oranje. Ook ultraviolet speelt een belangrijke rol deze winter. Mat paars op de lippen, nagels en in kleding en accessoires maakt het geheel helemaal af. Qua stoffen is er veel tweed (grove, gewezen wollen stof). Iets dat deze winter ook gedragen mag worden is nepbont, een trend die inmiddels ook bij modehuizen doorzet, bijvoorbeeld in jassen. In ontwerpen zijn veel ruiten en blokken in vele varianten terug te vinden en ook de panter-, zebra- en tijgerprints en bloemen fantasieën tegen een donkere achtergrond zijn helemaal in. Zilver is het helemaal deze winter, evenals pailletten (kleine glimmende plaatjes met een gaatje) en lamé (weefsel is versierd met metaaldraden). Zowel overdag als tijdens een feestje.



Foto: Norah

■ Hip de winter in.

Tenslotte zijn hoge jaren '80 schouders weer terug en het dragen van vele (op elkaar afgestemde) lagen.



Foto: Simone Denis

■ Spekkoeckparfait.

De voorliefde voor het koken zit haar in het bloed gegoten. Simone Denis is moeder van twee kinderen en runt een eigen bedrijf waar een gezonde leefstijl centraal staat. "Normaal gesproken probeer ik zo min mogelijk suiker te gebruiken, maar voor dit recept maak ik graag een uitzondering. Ik wilde al een tijd een dessert maken met spekkoeck en uiteindelijk heb ik er deze creatieve culinaire draai aan weten te geven. Ik woon zelf in Cuijk, maar kom graag in Noord Holland. Mijn opa en oma komen uit Indonesië en in 1950 kwamen zij van de boot in Bergen aan Zee, waar mijn moeder in Alkmaar werd geboren. Vandaar mijn Indische wortels en het verband met spekkoeck. Ook ga ik graag naar de stranden en de zee." Voor wie ter afsluiting van een feestmaal iets bijzonders op tafel zet, is dit een echte aanrader. "Het is gemakkelijk te maken," aldus Simone. Meer van haar recepten zijn te vinden op haar website: www.eetspiratie.nl

Recept spekkoeckparfait

INGREDIËNTEN:

- 6 eidooiers
- 100 gram (kokosbloesem)suiker
- punt spekkoeck ter grootte van een taartpunt 4 tot 6 speculaasjes of speculaasbrok
- 400 milliliter ongezoete slagroom
- mespuntje vanillepoeder of paar druppels vanille extract
- 2 theelepels poedersuiker

KEUKENBENODIGDHEDEN: Pan, vuurvaste schaal, 8 tot 10 kleine (weck) potjes, handmixer, garde, spatel

BEREIDING: Klop eerst 200 milliliter ongezoete slagroom (dit is de helft van de slagroom, de rest is voor de topping). Klop het lobbijg met een handmixer, dek de kom af en zet het in de koelkast tot gebruik.

Neem twee kommen en splits de eieren. Alleen de eidooiers zijn nodig.

Snijd de spekkoeck in heel kleine blokjes en verkruimel de speculaas(jee). Een deel is voor in de parfait. Houd een klein beetje over voor de garnering. Zet de handmixer vast klaar.

Klop de eidooiers met de suiker 'au bain marie'. Zet de pan op het vuur en vul deze voor de helft met water. Breng het net niet aan de kook. Neem een vuurvaste schaal die op de pan past en doe hier de eidooiers met de suiker in. Klop het totdat het een dik en lobbijg mengsel is dat lijkt op karamelvla. Dit lukt na 10 tot 20 minuten klop-

pen. Als het eimengsel de juiste dikte heeft, de schaal van de pan af halen en het mengsel nog even opkloppen tot er pieken ontstaan. Zet de potjes klaar om straks te vullen. En voor genoeg ruimte in de vriezer zodat de potjes er recht-op in kunnen staan.

Haal de opgeklopte slagroom uit de koelkast en voeg hier de blokjes spekkoeck en de speculaaskruimels aan toe. Meng dit met een spatel door elkaar. Vouw de slagroom door het eimengsel. Rustig spatelen en niet roeren omdat anders de luchtigheid eruit gaat.

SERVEN: Klop 200 milliliter slagroom met een mespuntje vanillepoeder en 1 tot 2 theelepels poedersuiker.

Haal de parfait 10 minuten voor het serveren uit de vriezer. Bestrooi het met een laagje speculaaskruimels en schep hier de slagroom op. Als laatste versieren met wat kleine blokjes spekkoeck en koek-kruimels.

TIP Maak het recept ver van tevoren en bewaar het in de vriezer. Na bereiding de glaasjes invriezen en deze op de dag zelf, 10 minuten voor het serveren, uit de vriezer halen. Dan alleen nog de toppings toevoegen (slagroom en een deel van de speculaaskruimels en spekkoeckblokjes).

Eet smakelijk!

Activiteit uitgelicht

Dickensdag Medemblik

Oorspronkelijk gestart als een gezellige kerstmarkt, is deze dag inmiddels uitgegroeid tot een voor Westfriesland uniek en sfeervol kersteventement. Met vele figuranten, muzikanten en koren in Dickensstijl. Gehuld in bijpassende kleding, brengen zij sfeervolle kerstliederen ten gehore. Het is hier ook zomaar mogelijk aangesproken te worden door een Dickensfiguur. De kans is groot dat dit een lid van de toneelvereniging Sint Pieter is. Ga gerust de

discussie aan om een verrassende en leuke avond te hebben. Ook zijn er dit jaar wat groepjes figuranten die van alles uitbeelden. Beslist de moeite waard om deze vanaf 18.00 uur te aanschouwen in het sfeervolle verlichte Medemblik. Dan zijn in het Bagijnhof en de Nieuwstraat vele kramen te vinden met kerstdecoraties, ambachtelijke streekproducten, kleding en brocante. Op het Dickensplein is de sfeer van vroeger voelbaar en kunnen bezoekers opwarmen bij

een vuur met warme chocomelk en glühwein, evenals met poffertjes, oliebolletjes en wafels. Diverse restaurants in Medemblik serveren een Dickensmaal. Ook de kerstfair in de Bonifatiuskerk is een aanrader voor een bezoekje deze dag.

i Vrijdag 7 december 2018 van 16.00 - 21.00 uur. Organisatie: Stichting Evenementen Medemblik (STEM). www.dickensdag.nl



Foto: Robert Gieling

■ Gezelligheid op de Dickensmarkt in Medemblik.