



# BOWL FOOD





CHLOË EN MAGALI SZPYT

FOTO'S HEIKKI VERDURME

# BOWL FOOD

---

DE BESTE GERECHTEN VAN  
STROMBOWLI EN MEER



# INHOUD

---

<b>VOORWOORD</b>	6
<b>BOWL FOOD</b>	10
<b>KITCHEN PANTRY</b>	18
<b>BIJZONDERE INGREDIËNTEN</b>	20
<b>WAAR TE KRIJGEN?</b>	22
<b>KITCHEN BASICS</b>	24
<b>KITCHEN TOOLS</b>	26
<b>SMAAKMAKERS</b>	33
Dips	34
Salsa's	47
Pesto's	57
Olies & vinaigrettes	63
Toppings	74
<b>SOUP BOWLS</b>	81
Rodebietensoep met zure room	82
Pompoensoep met zoete aardappel en Thaise kruiden	84
Ⓢ Avocado-soep met jalapeño-peper en limoen	86
Kippenroomsoep met pancetta, aardappelen en Italiaanse worst	88
Citroensoep met kip, ei en orzo	90
Minestrone met parmigiano	92
Ⓢ Venkelsoep met basilicumolie	94
Soep van aardpeer en knolselderij met selderij-walnootpesto	96
Vietnamese noedelsoep met rundvlees	98
Gepofte-aardappelsoep met hazelnoot en spek	100
<b>SMALL BOWLS</b>	103
Venusschelpen met chilipeper, knoflook en pesto	104
Ⓢ Kikkererwtenbeignets met peterselie en citroen	106
Gegrilde halloumi met quinoa, granaatappel en munt	108
Ⓢ Tomatensalade met burrata, basilicum en consommé van tomaat	110
Farro-bowl met ricotta, erwten en muntpesto	112
Ⓢ Carpaccio van octopus met zwarte knoflook en asperges	114
Ⓢ Tonijnfilet met sinaasappeldressing, avocadocrème en salsa van watermeloen	116
Ⓢ Mosselen met venkel en mediterrane kruiden	118
Gebakken coquilles met bloemkoolcrème en salade van venkel	120
Gemberballetjes met soja, lente-ui en sesamzaadjes	122
Ⓢ Noordzeekrab met linzen, freekeh en citrus	124
Ⓢ Auberginerolletjes met pistachepesto, ricotta en kruidenyoghurt	126
Vietnamese loempia's met varkensgehakt en scampi's	128
Lamsspiesjes met harissayoghurt en tomatensalade	130
Salade van gebakken garnalen, mango en koriander	132
Salade van bloedsinaasappel, grapefruit en venkel	134
Spaghetti van courgette met basilicum-pecanpesto	136



## BIG BOWLS

	139
Stoofpotje van gemarineerde seitan en wintergroenten	140
Farro met gegrilde aubergine en aardappelsalade	144
Gebakken feta met gegrilde groenten en wilde rijst	146
Gefrituurde falafel met couscous en kruidenyoghurt	150
Geroosterde bloemkool met rode biet, geitenkaas en zwarte quinoa	152
Noedels met zeewierpesto en geroosterde pinda's	156
Rodelinzencurry met komijn en koriander	158
Gelakte makreel met gebakken pèrlgerst en granaatappel	160
Groene curry met kip, kokos en basilicum	164
Risotto met bospaddenstoelen, pancetta en boerenkool	168
Gegrilde varkenspiesjes met kokosrijst, ananas en cashewnoten	172
Gegrilde zwaardvis met tomatensalsa en bloedsinaasappelsalade	174
Rijstnoedels met gemarineerd rundvlees, koolrabi en geroosterde pinda's	176
Gemarineerde zalmfilet met gepekeld venkel, avocado en chilimayonaise	178
Gemarineerde zeebaars met groenetheerijst, mango en edamame	180
(S) Kabeljauw uit de oven met krieltjes, wilde asperges en jus van schelpdieren	182
Kip met romanescorijst, pikante zwarte bonen en cashewnoten	184
Lamsstoofpotje met bulgur en tomaat	188
Risotto met schelpen, spinazie en zeewierpesto	190

## PASTA BOWLS

	193
Avocado-gnocchi met spinazie en ricotta	194
Gebakken gamba's met fregola sarda, gekonfijte cherrytomaten en basilicum	198
Linguine met venusschelpen	200
Pappardelle met notensalsa	202
Pasta uit de oven met tomaat en mozzarella	204
Ravioli van langoustine en dragon met schuim van citroengras	206
Pasta carbonara met courgette	210
Trofie met groene boontjes, nieuwe aardappelen en pesto	212

## SWEET BOWLS

	215
Brownie met ganache van hazelnoot en ijs van zwarte thee	216
Frambozentaart met rabarber, limoenmousse en karnemelkijs	220
(S) Ingelegde abrikozen met honing, ricotta en ijs van kardemom	224
Hummingbird cake met banaan, ananas en rum	228
Pannenkoeken van kikkererwten en pindakaas met chocolade-ijsbonbons en chocoladesaus	232
(S) Ricotta-cheesecake met sinaasappel en ijs van gebrande citroen	234
(S) Rode vruchten met citroencrème, pistacheyoghurt en limoncellosorbet	238

## BUILD YOUR OWN BOWL PARTIES

243

## DANKWOORD

254



# VOORWOORD

---

*Everything tastes better in a bowl.* En dat heeft alles te maken met het intense comfort dat zo'n kommetje biedt. Je schept het vol met je favoriete eten en kunt relaxt genieten van een heerlijke maaltijd waar je maar wilt. Of je nu aan tafel schuift, op de bank ploft of buiten gaat zitten, alles wat je nodig hebt is je bowl en een vork of lepel. Dát is waar een gerecht voor ons aan moet voldoen om bowl food-waardig te zijn. Het zijn gebalanceerde gerechten boordevol voedingsstoffen en vitamines, en elke hap is rijk aan smaak, kleur en textuur.

We doen in dit boek niet aan *skinny health food* of *trendy breakfast bowls*, maar geven je gerechten die voedzaam en gezond zijn, zodat calorieën tellen niet nodig is. We willen je bovendien op weg helpen om zelf doordachte keuzes te maken bij het samenstellen van je dagelijkse maaltijden als het gaat om ingrediënten, smaak en afwisseling. Bowl food hoort gevarieerd te zijn, mag niet te moeilijk zijn, maar mag ook niet vervelen. Bovenal moet bowl food lekker zijn: het gaat om de juiste combinaties, waarbij de verschillende onderdelen elkaar versterken en het resultaat een heerlijke kom boordevol smaak is.

Bowls zijn universeel, en bowl food viert de overvloed aan invloeden die de samenleving ons biedt. Daarom hebben we ons laten inspireren door gerechten en ingrediënten uit alle hoeken van de wereld. Op verzoek hebben we ook een aantal Strombowl-favorieten uit het pop-uprestaurant toegevoegd, maar we houden het dus niet alleen bij Siciliaanse invloeden. Op de volgende pagina's vind je bowls uit Italië, Polen, Japan, Hawaï, Mexico, het Midden-Oosten en nog veel meer.

## HET BOEK

We moeten beginnen met een bekentenis. Onze boekenkasten puilen uit met werken van onze favoriete chefs (Yotam Ottolenghi! Giorgio Locatelli! Heston Blumenthal! David Chang!), maar we gebruiken ze eerder als inspiratie dan als handleiding. Hoewel we van kookboeken houden, zijn we niet zo'n fan van het volgen van recepten. Wij koken namelijk altijd op gevoel.

De recepten opschrijven was dan ook een grote uitdaging. In plaats van enthousiast rond te strooien met kruiden of hier en daar scheutjes toe te voegen hebben we alles gedisciplineerd getest en gemeten, aangepast en opnieuw getest. Met als resultaat gerechten waar we trots op zijn. Het bijeffect is een nieuwe aanpak. Want wat we hebben geleerd door op die manier te koken is dat niemand op die manier zou moeten koken. Eten draait in de eerste plaats om smaak en gevoel. En die kun je niet uitdrukken in theelepels of milliliters, want die zijn voor niemand gelijk.

Daarom moedigen we je aan om voortdurend te proeven terwijl je kookt. Beslis zelf of je dat chilipeperkje toevoegt of liever een andere vinaigrette gebruikt. Houd je niet van rijst? Vervang die dan door noedels. Pas de recepten aan volgens jouw persoonlijke voorkeur.



Dat klinkt een beetje alsof we vinden dat je het zelf maar moet uitzoeken, maar dat bedoelen we natuurlijk helemaal niet. We hebben namelijk de recepten genoteerd zoals wij ze het liefst eten, en verder zo veel mogelijk tips en voldoende alternatieven gegeven om de bowls aan te passen aan jouw smaak.

Je kunt dit boek dus op twee manieren gebruiken: volgens de recepten, of als leidraad om je eigen bowls samen te stellen. Als je die laatste manier kiest, lees dan in elk geval de uitleg over de verschillende bowls op p. 10 en leg een bladwijzer bij het hoofdstuk 'Smaakmakers', want dat is de basis die je nodig hebt om van een paar elementen heerlijk samenhangende gerechten te maken.

Heb je toch liever overzichtelijke recepten en duidelijke ingrediëntenlijsten? We hebben meer dan zestig gerechten voor je samengesteld die zijn onderverdeeld in vijf hoofdstukken. Soepen, desserts, hapjes, voorgerechten, gebalanceerde maaltijden, makkelijke pasta's: je vindt gerechten voor elke dag van de week. Voor feestjes of speciale gelegenheden verwijzen we naar onze 'Bowl Parties' achter in dit boek.

En we zijn natuurlijk razend benieuwd naar jouw eigen creaties. Dus stuur ze de wereld in met #buildyourbowl.

Dan rest ons alleen nog je veel plezier te wensen met dit boek.  
Eet smakelijk. En geniet van je bowls!

[www.sistersandspice.net](http://www.sistersandspice.net)



@sistersandspice



#buildyourbowl

---

## DE AUTEURS

Wij zijn Chloë en Magali Szpyt. Zusjes. Van elkaar en van nog vijf andere broers en zussen. We hebben een Italiaanse moeder en een Pools-Oekraiense vader en we groeiden met z'n allen op in Limburg.

Al van jongs af aan kwamen wij in aanraking met verschillende culturen en hun bijbehorende gerechten. Dat zorgt vanzelf voor een open en avontuurlijke geest.

Wij halen de inspiratie voor onze gerechten uit onze eigen achtergrond en uit de hele wereld. We doen niets liever dan reizen naar al de hoeken van de aarde om de plaatselijke gastronomie te leren kennen. Dat varieert van het ontdekken van nieuwe ingrediënten en interessante smaakcombinaties tot het uitproberen van lokale gerechten en technieken. Die liefde, kennis en passie willen we graag met jullie delen via dit boek, via onze website [sistersandspice.net](http://sistersandspice.net) en binnenkort in onze eigen zaak.



---

## STROMBOWLI

Het was diezelfde passie die ervoor zorgde dat we ons in 2016 inschreven voor de derde editie van *Mijn Pop-uprestaurant* op de Vlaamse televisiezender VTM. In dit programma strijden duo's tegen elkaar om uitgeroepen te worden tot beste restaurant.

Een eigen restaurant was al jaren Chloës grote droom en Magali zag het helemaal zitten om haar daarmee te helpen. We openden Strombowl in Kortrijk met als concept Sicilian bowl food: Siciliaans geïnspireerde gerechten, geserveerd in kommetjes. En onze gerechten werden lekker gevonden. Niet alleen door de bezoekers, maar ook door internationale sterrenchefs zoals Albert Adrià, Ashley Palmer-Watts, Sergio Herman en Gert de Mangeleer (daar zijn we eerlijk gezegd nog steeds niet helemaal van gekomen). We schopten het heel onverwacht tot de finale van de wedstrijd, die we ook nog eens wonnen. Daarmee hebben we heel wat ervaring opgedaan en een klein startbudget verzameld. Maar bovenal heeft dat hele avontuur duidelijk gemaakt dat we mogen dromen, en dat die dromen met genoeg hard werk en geloof in onszelf ook werkelijkheid kunnen worden.



# BOWL FOOD

---

Breakfast Bowls, Buddha Bowls, Poke Bowls, Rainbow Bowls, Burrito Bowls... Je hebt er vast al eens van gehoord, maar je vraagt je misschien af wat het verschil is tussen al die kleurrijke kommetjes. Dat leggen we je hier even haarfijn uit. Bovendien doen we een paar suggesties voor het samenstellen van je eigen Big Bowls: complete, gebalanceerde maaltijden die je kunt samenstellen naar je eigen smaak.

## BREAKFAST BOWLS

Laten we maar meteen met de deur in huis vallen: als je op zoek bent naar recepten voor *healthy* Açaï Bowls en romige Smoothie Bowls is dit boek niet voor jou. Wij zijn echte nachtbrakers. Wanneer onze wekker het 's ochtends na zeven keer snoozen opgeeft en wij even later ontdekken dat we binnen een kwartier ergens verwacht worden, is het moeilijk om nog een gezonde Breakfast Bowl te maken. In dit boek vind je dus geen ontbijtgerechten. Er zijn gelukkig al heel wat andere leuke boeken op de markt over dat soort bowls, vol met granola, yoghurt, havermout en fruit. Als we nu gewoon nog een manier vinden om 's ochtends zo'n vers gemaakt kommetje op de ontbijttafel te laten verschijnen, komen we vast wat sneller uit bed.

## BUDDHA BOWLS

Of Nourish Bowls, Hippie Bowls, Glow Bowls en Abundance Bowls. In deze bowls draait alles om ingrediënten die rijk zijn aan vitamines, mineralen, gezonde vetten en wat maar goed voor je is. Deze fotogenieke kommetjes zijn al ontelbare keren gedeeld op sociale media, en zijn waarschijnlijk in hun eentje verantwoordelijk voor de Bowl Food-trend.

Ze zijn tot de rand gevuld met smaakvolle, voedzame ingrediënten en danken hun naam dan ook aan die 'bolle buikjes' en evenwichtige samenstelling. Ze zijn ontzettend eenvoudig om samen te stellen en horen te barsten van de voedingsstoffen die je van binnenuit doen blaken van gezondheid.

De belangrijkste elementen in deze bowls zijn groenten, en die horen ook het grootste deel van je maaltijd te vormen. Dan kun je verder aanvullen met bonen, noten, granen en vruchten. Je kunt natuurlijk ook proteïnen zoals vis of vlees toevoegen, maar eigenlijk bevatten Buddha Bowls al een overvloed aan eiwitten en mineralen waardoor ze bijzonder geschikt zijn voor een vegetarische of veganistische maaltijd.

Als je een of twee dagen per week een voorraadje verse, gepekeld en geroosterde groenten, gekookte granen en peulvruchten aanlegt, heb je met het schema hiernaast alle troeven in handen om in recordtijd gebalanceerde maaltijden samen te stellen.



**GROENTEN**

(rauw, gegrild of geroosterd:)  
wortel, paprika, courgette, erwten,  
broccoli, bloemkool, radijsjes,  
tomaat, komkommer, pompoen...  
bladgroenten: spinazie, veldsla,  
boerenkool, spruitjes, rucola...

**+ TOPPINGS**

noten, zaden, hennep, chia, gistvlokken,  
zeewiervlokken, voedingsgist, gepekeld-  
de groenten, citroensap...

**+ PROTEÏNEN**

bonen, linzen, kikker-  
erwten, gebakken tempé,  
quinoa, farro, vis, noten...

**+ KOOLHYDRATEN**

gekookte granen, zoete aardappel,  
mais...

**+ GEZONDE VETTEN**

olijfolie, sesamolie, lijnzaad,  
avocado, olijven, noten,  
zaden...

**+ DRESSING**

hummus, tahin, vinaigrette,  
kruidenolie...

**(+ FRUIT)**

bessen, papaja, mango, appel,  
peer...

**RAINBOW BOWLS**

Dit zijn Buddha Bowls waarbij het resultaat een regenboog aan kleuren hoort te zijn. Het idee hierachter is niet (alleen) om Instagramwaardige foto's te kunnen maken, maar vooral om ervoor te zorgen dat je kom een grote variatie aan vitamines, mineralen en antioxidanten bevat.

Groene bladgroenten, asperges, broccoli, appels, avocado's, selderij, komkommers, limoenen, erwten, druiven en sugar snaps bevatten bijvoorbeeld veel ijzer. Rode groenten en fruit zoals tomaten, paprika, radijsjes, veenbessen, watermeloen en kersen bevatten veel antioxidanten die je bloeddruk en chole-

sterolgehalte verlagen. Oranje groenten en fruit, zoals meloen, mango, nectarine, wortel, pompoen en zoete aardappel, bevatten veel bètacaroteen die je lichaam omzet in vitamine A en ze zijn dus heel goed voor je ogen, je huid en de aanmaak van hormonen.

En zo kunnen we nog wel even doorgaan. Een grote variëteit aan kleuren eten betekent dus dat je een grote variëteit aan essentiële voedingsstoffen binnenkrijgt. En het helpt natuurlijk als je daardoor een prachtige kom voor je krijgt. Het oog wil namelijk ook wat!





# SMAAKMAKERS

---

Het klinkt waarschijnlijk een beetje gek, maar dit vinden wij het leukste deel van dit boek. Je vindt hier weliswaar geen volledig uitgewerkte maaltijden zoals in de volgende hoofdstukken, maar dit hoofdstuk bevat wel ons geheim voor het samenstellen van geslaagde bowls.

Op de volgende pagina's vind je namelijk tientallen recepten voor diverse soorten smaakmakers. We hebben het dan over kruidenolies, groentesalsa's, dipsauzen, vinaigrettes, toppings en meer. Gebruik ze om de verschillende elementen van je bowl om te toveren tot één samenhangend geheel.

In het hele boek verwijzen we terug naar dit hoofdstuk. Niet alleen maken we geregeld gebruik van deze smaakmakers en toppings in onze recepten, we stellen per recept ook vaak alternatieven of extraatjes voor. Het is aan jou om te beslissen welke daarvan uiteindelijk in je bowl belanden. Dat is de essentie van bowl food: alles waar jij vandaag zin in hebt combineren in een smakelijke kom. Je kunt de recepten in dit boek dus elke keer tot op de letter volgen, of de volgende keer dat je een gerecht maakt iets heel nieuws proberen. Maak gebruik van onze *build your bowl*-suggesties of experimenteer met je favoriete smaken en zorg dat jouw bowl eruit springt!



Van kruidenyoghurt via veganaise tot guacamole: geef ons een paar dipsauzen en wat brood, en wij zijn gelukkig.

De dips zijn wat rijker, de salsa's supergezond (want bijna allemaal gebaseerd op groenten, fruit, verse kruiden en specerijen).

## DIPS

---

### AVOCADOCRÈME

---

2 avocado's, uitgelepeeld  
sap van 1 limoen  
versgemalen peper  
zeezout

1. Mix de avocado's en het limoensap tot een crème.
2. Breng op smaak met peper en zout.
3. Bewaar maximaal drie dagen in de koelkast.

### VEGANAISE

---



4 el aquafaba (bonen- of kikker-  
erwtenvocht)  
1 tl mosterd of mosterdzaadjes  
zeezout  
200 ml druivenpitolie  
1 el citroensap  
versgemalen peper

1. Doe de aquafaba, de mosterd en een snufje zout in een maatbeker. Zet de staafmixer op de bodem van de maatbeker en laat de motor draaien terwijl je de olie druppelsgewijs toevoegt.
2. Zodra er een emulsie ontstaat, mag je de staafmixer op en neer bewegen en de olie wat sneller toevoegen, tot je een gladde emulsie krijgt.
3. Breng op smaak met citroensap, peper en zout.
4. Bewaar maximaal twee weken in een afgesloten doos op een koele, donkere plaats.

**BENODIGDHEDEN**  
staafmixer

### KNOFLOOKMAYONAISE (*aioli*)

---

2 el citroensap  
4-6 tenen knoflook, gepeld  
65 ml melk  
1 tl mosterd  
versgemalen peper  
zeezout

1. Doe het citroensap, de knoflook, de melk, de mosterd, peper en zout in een maatbeker. Zet de staafmixer op de bodem van de maatbeker en laat de motor draaien terwijl je de olie druppelsgewijs toevoegt.
2. Zodra er een emulsie ontstaat, mag je de staafmixer licht naar boven en beneden bewegen en de olie wat sneller toevoegen, tot je een gladde emulsie krijgt.
3. Breng op smaak met peper en zout.
4. Bewaar maximaal twee weken in de koelkast.



avocado-crème



hummus met rode paprika



hummus met kikkererwten en citroen



zure room met mierikswortel



amandelboter



zwarteknoflook-crème



mint-erwtenpesto



chilimayo







# SOUP BOWLS

---

Een boek over bowl food zonder soepen is als een Italiaanse keuken zonder pasta: onvolledig. Een grote kom soep is het toppunt van comfortfood. En is er eigenlijk iemand die graag soep eet uit een bord?

Soepen zijn de makkelijkste gerechten die er zijn. Ze zijn eenvoudig en snel te maken. Zelfs als je geen keukenprins of -prinses bent, zet je in een mum van tijd een dampende kom soep op tafel. En je hebt meteen je portie dagelijkse groenten binnen. Je vindt in dit hoofdstuk verrassende maaltijdsoepen voor elke dag, fijne soepen voor speciale gelegenheden en als bonus een koude soep voor de zomer.

Wij zijn in elk geval fan. We houden vooral van speciale soepen met exotische kruiden en specerijen, maar van tijd tot tijd genieten we ook van een eenvoudige tomatensoep met balletjes. Onze favoriet blijft wel de rodebietensoep op p. 82 waarmee we zijn grootgebracht. We hopen dat jij er net zo van geniet als wij.



Deze soep is voor durvers! *You either love it or you hate it.* Je hebt misschien een paar happen nodig om te wennen aan het smakenpalet, maar daarna ben je beslist verkocht (dat is in elk geval wat onze vrienden beweren!).

De Slavische keuken is in West-Europa voor de meeste mensen onbekend en bij veel anderen niet geliefd. Maar als je het ons vraagt, wordt deze keuken zwaar onderschat. Alle Slavische landen hebben hun eigen variant van rodebietensoep. In Polen heet deze soep *barszcz* (spreek uit 'barsht') en serveren ze er *uszka* of 'oortjes' bij, heerlijke deegpakketjes gevuld met wilde paddenstoelen of gehakt. Het is een traditioneel gerecht op kerstavond, maar komt bij ons gelukkig vaker per jaar op tafel. De wittewijnazijn geeft deze soep een licht zure smaak, wat het aardse van de bieten erg mooi in balans brengt.

## RODEBIETENSOEP MET ZURE ROOM

4 PERS. - VOORBEREIDEN 10' - BEREIDEN 35'

1 el boter  
 200 g spek, in blokjes  
 2 uien, gehalveerd en in dunne ringen  
 1 teentje knoflook, fijngehakt  
 400 g gekookte rode bieten, geraspt  
 1 l runderbouillon  
 zwarte peper  
 zeezout  
 1 laurierblad  
 1 takje tijm  
 5 el wittewijnazijn  
 200 g zure room  
 15 g peterselie, fijngehakt

1. Smelt de boter in een soeppan en bak het spek op een hoog vuur krokant. Voeg dan de uien en knoflook toe en stoof 5 à 10 minuten mee.
2. Voeg de geraspte rode bieten toe en laat ze een minuutje meestoven onder voortdurend roeren. Giet de runderbouillon erbij en breng het geheel aan de kook.
3. Kruid met peper en zout en voeg het laurierblad, de tijm en de wittewijnazijn toe. Laat de soep 20 minuten koken met een deksel op de pan.
4. Breng op smaak met peper en zout en voeg naar smaak nog wat azijn toe.
5. Serveer de soep in een bowl en werk af met een lepel zure room en wat fijngehakte peterselie.

### BENODIGDHEDEN

rasp







**WWW.LANNOO.COM**

---

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

RECEPTUUR: Chloë en Magali Szpyt

REDACTIE: Fauzia Szpyt

FOTOGRAFIE: Heikki Verdurme

VORMGEVING: Katrien Van De Steene - Whitespray

Als u opmerkingen of vragen heeft, dan kunt u contact nemen met onze redactie:  
[redactielifestyle@lannoo.com](mailto:redactielifestyle@lannoo.com).

© Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2017

D/2017/45/400 – NUR 440

ISBN: 978-94-014-4138-4

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.