

adviezen om het zwarte
gat kleurrijk in te vullen





Adviezen om het zwarte gat kleurrijk in te vullen.
Een eenmalige uitgave ter gelegenheid van het
pensioen van Mieke Godfried ingaande 3 oktober
2017.

Aangeboden door vrienden en collega's en
samengesteld door Kees Boer.

Voor de uniformiteit is de lay-out hier en daar
gewijzigd en zijn er foto's toegevoegd.

Tekst en typefouten zijn voor rekening van de
auteurs.

culinair



Ank Lely en Jos Rijn

Carrot and sultana cake with creamy orange frosting

A luxurious tasting carrot cake packed with sultanas and pecans. One piece is never enough.

Ingredients

For the cake

- 200g/7oz self-raising flour
- 75g/3oz sultanas
- 75g/3oz pecans, broken into rough pieces
- ½ large orange, zest only
- 1 tsp ground cinnamon
- ½ whole nutmeg, finely grated
- 1 tsp baking powder
- ½ tsp bicarbonate of soda
- pinch fine sea salt
- 3 free-range eggs
- 175ml/6fl oz sunflower oil, plus extra for greasing
- 175g/6oz soft light brown sugar
- 200g/7oz carrots, grated

For the cream cheese icing

- 100g/3½oz icing sugar
- 100g/3½oz unsalted butter, softened
- 1 tsp fresh orange juice
- 200g/7oz full-fat cream cheese
- ½ orange, zest only
- 25g/1oz pecan nuts, roughly broken

Preparation method

1. Preheat the oven to 160C/320F/Gas 4. Grease and line a 20cm/8in square loose-bottomed cake tin.
2. Place the flour, sultanas, pecans, orange zest, cinnamon, grated nutmeg, baking powder, bicarbonate of soda and salt in a large bowl and mix until well combined.
3. Beat the eggs until smooth. Add the sunflower oil and sugar and whisk until well combined.
4. Make a well in the centre of the flour mixture and beat in the egg mixture until smooth. Stir in the carrots. Pour the mixture into the prepared cake tin and smooth the surface. Bake in the centre of the oven for 35-40 minutes, until the cake is well risen and feels springy to the touch. (Test the cake by inserting a skewer into the centre. If the skewer comes out clean, the cake is done.)
5. Remove the cake from the oven and set aside to cool in the tin for five minutes. Remove the cake from the tin and set aside to cool on a wire rack.
6. For the icing, sift the icing sugar into a large bowl and add the butter and orange juice. Beat together with a large wooden spoon until light and creamy. Add the cream cheese and orange zest and beat until smooth. Cover and chill in the fridge for 30 minutes or until firm enough to spread.
7. Spread the icing over the cake and sprinkle with the pecans. Cut into squares to serve.



Zeebaarspakketjes met pistou

Hoofdgerecht voor 6 personen

Ingredienten

6 st zeebaarsfilet

3 el pistou

6 takjes rozemarijn

6 takjes tijm

6 st laurierblaadje

6 stuks bakpapier

1 st. citroen

Oven voorverwarmen op 230°C.

Leg 4 stukken bakpapier klaar van ca 30x30 cm en vet ze in met een beetje olie.

Kijk de zeebaarsfilets (zonder huid) na op graten en verwijder die zonodig.

Bestrooi de filets aan beide zijden met peper en zout en leg ze op de huidkant. Sprenkel wat sap van een halve citroen over, besmeer de filets met de pistou en leg de kruiden erop.

Leg de vis op het papier, vouw dit dicht (z.n. de zijken dichtnieten) en maak er pakketjes van.

Leg de pakketjes op het bakblik in de oven en laat ze in ca 10 min. gaar worden.

Haal ze uit de oven en laat de pakketjes nog ca 5 min. rusten.

Maak de pakketjes open (denk om de hete stoom die eruit kan komen), verwijder de kruiden.

Presentatie:

Leg de vis op een warm bord en serveer met krielaardappeltjes en broccoli en naar smaak een romige witte saus.

Aardbeien met mascarpone

Nagerecht voor 6 personen

250 gr aardbeien

500 gr mascarpone

50 gr poedersuiker

50 ml melk

1 citroenschil, geraspt

20 ml balsamico

40 ml vloeibare honing

Mascarpone, poedersuiker, melk, citroenrasp in keukenmachine mengen tot vloeibare massa. In koeling bewaren.

Aardbeien schoonmaken en in plakjes snijden

Balsamico en honing mengen

Hoge glazen om en om vullen

met mascarpone en aardbeien, eindigen met aardbeien en overgieten

met honing/balsamico en garneren met een blaadje munt.



Astrid van Hes

Lieve Mieke,

Hierbij een heerlijk recept dat ik regelmatig maak en waarmee ik veel succes heb als er gasten zijn. Ik hoop dat jij er ook veel plezier aan beleeft.

Groenten-Paella

Yotam Ottolenghi

Voor 2 royale porties:

3 eetl. olijfolie; 1/2 ui fijngesneden; 1 kleine rode en 1 kleine gele paprika in repen; 1/2 venkelknol in lucifers; 2 tenen knoflook fijngehakt; 2 laurierblaadjes; 1/4 theel. gerookt paprikapoeder; 1/2 theel. geelwortelpoeder; 1/4 theel. cayennepeper; 150 g gele rijst (in recept staat calasparrarijst of andere paellarijst met 1 theel. saffraandraadjes); 1 dl medium sherry van goede kwaliteit; 4 1/2 dl kokendhete groentebouillon; 200 g gedopte tuinboontjes (vers of diepvries); 12 minipomodori doormidden gesneden (of andere kleine tomaten); 5 kleine gegrilde artisjokken op olie uit een pot uitgelekt en in vieren gesneden; 15 kalamataolijven ontpit en gehalveerd; 2 eetl. grofgesneden bladpeterselie; 4 parten citroen. Zout voeg ik zelf niet toe want ik vind de groentebouillon al zout genoeg.

Verhit de olijfolie in een paellapan, grote koekenpan of wok en smoor de ui 5 minuten. Doe de paprika's en venkel erbij en bak ze circa 6 minuten op halfhoog vuur tot ze gaar en goudgeel zijn. Bak de knoflook 1 minuut mee.

Roer de laurier, paprikapoeder, geelwortelpoeder en cayennepeper door de groenten. Voeg de rijst toe en roer 2 minuten voor je de sherry (en saffraan) in de pan doet. Laat de vloeistof 1 minuut inkoken en roer dan de bouillon door het rijstmengsel. Draai het vuur heel laag en laat alles 20 minuten zachtjes pruttelen tot de rijst het grootste deel van het vocht heeft opgenomen. Zet geen deksel op de pan en roer het gerecht in geen geval door.

Giet intussen ruim kokend water over de tuinboontjes in een schaal en laat ze een minuutje staan; giet ze af en laat ze afkoelen. Druk de zachte groene boontjes uit de vliezen en gooi de vliezen weg.

Neem de paella van het vuur. Proef en voeg eventueel nog wat zout toe, maar roer niet te veel. Strooi de tomaten, artisjokjes en tuinboontjes over de rijst en dek de pan goed af met aluminiumfolie. Laat hem 10 minuten staan.

Haal de folie van de pan. Bestrooi de paella met de olijven en peterselie. Dien hem op met de partjes citroen erbij.

Eet smakelijk !

Hartelijke groeten van
Astrid van Hes.



Dick Struijk



Tiramisu

Ingrediënten:

3 eierdooiers
120 g basterdsuiker
180 g mascarpone
3 dl slagroom
3 el Kahlua
5 dl sterke koffie, afgekoeld
36 lange vingers
Cacaopoeder

Bereiding

1. Klop de eierdooiers met de suiker tot de suiker is opgelost en het mengsel luchtig is. Voeg de mascarpone toe en roer deze er goed door. Klop de slagroom tot stijve pieken en schep voorzichtig door eimengsel. Spreid een dunne laag mascarponecrème uit over de bodem van een diepe schaal (ongeveer 30 cm lang).
2. Doe de Kahlua bij de koffie. Drenk de lange vingers kort in de koffie. Leg een laag vingers op de mascarponecrème. Hierover weer een laag mascarponecrème. Herhaal dit tot de crème op is. Zet daarna in ijskast tot gebruik. Tiramisu kan je het beste enkele uren tevoren maken om de smaak goed te laten intrekken. Net voor serveren bestuiven met cacao poeder.

Bereidingstijd: 35 minuten

Recept is voor 4-6 personen

Mijn favoriete zelf te maken nagerecht!

Dick Struijk, Abcoude, 29-08-2017.

Fatiha Stitou Laaroussi



Een lekker vegetarisch recept voor alledag

Lekker in de winter en de zomer, na een traan en bij een lach
Van Marokkaanse origine is dit lekkernij
Ondanks niet hallal... een wijntje hoort erbij
Geen vlees, want daar houdt Mieke niet zo van..
Noch Kosjer of hallal en niet omdat het niet mag of kan
Mieke gaat haar tijd vullen met veel leuke dingen doen
Mieke gaat leven in de toekomst en niet in het verleden en denken aan toen
De toekomst lacht je nu al tegemoet
Ik heb geleerd.. wie goed doet, wie goed ontmoet
Dus met Mieke Godfried zal het allemaal helemaal goed komen
Na het harde en lange werken kan zij nu lekker starten met het verwezenlijken van haar dromen

Lieve Mieke,
Ik ga je ongelooflijk missen!
Dank je voor de fijne samenwerking, geniet van je welverdiende rust en tijd.

Fatiha Stitou Laaroussi

Ingrediënten

2 tomaten in plakjes gesneden	1 theelepel geplette knoflook
1 grote ui in plakjes gesneden	3 takjes verse tijm
3 aardappelen in blokjes gesneden	1 soeplepel gemberpoeder
3 wortels gehalveerd	1 soeplepel rozemarijn
1 knolraap geschild en gehalveerd	1/2 theelepel kurkuma
2 courgettes geschild en gehalveerd	1/4 soeplepel rode chilipeper
1 kommetje erwten	1 theelepel gemberpoeder
1 kommetje water	1 theelepel zout
3 soeplepels olijfolie	1/4 theelepel peper

Beste Mieke,

Als je een tajine gebruikt om dit gerecht te koken, zet dan het vuur laag.
Het is niet zo dat ik je wil stangen of op deze manier plaag..

Als je gewoon een pan gebruikt zet het vuur op gemiddeld.
Denk maar na aan een familie gesprek waarvoor je de tijd neemt en bemiddeld.

Giet wat olie in de tagine of pan en voeg de uien eraan toe.
Stel niet zoveel vragen over het waarom en hoe!

Laat 10 minuten sudderen op het vuur allemaal.
Heb je wel de tagine gebruikt en niet een pan van staal ?

Voeg de aardappelen, knolraap, wortels, courgettes, tomaten en erwten erbij.
Geef je man ook een taak in de keuken, het voegen in de pan dat doet hij.

Mix alle kruiden in het kommetje water.
Zorgen maken over de smaak, dat doe je maar later.

Zorg er voor dat het mengsel goed gemixt is en giet het dan over de groenten in de pan.
Speel een beetje met de kruiden en de smaak, laat maar even zien wat je allemaal met kruiden kan.

Bedek de pan en laat de groenten anderhalf tot twee uur koken.
Let op, het geheel mag stomen maar het hoeft echter niet te roken.

Giet van tijd tot tijd wat van de mengsel over de groenten erbij.
Oh ja, dit hoeft jij niet te doen... dit is een taak voor manlief, dit doet hij!

Prik de groenten met een vork, als de vork er gemakkelijk in en uit gaat zijn de groenten klaar.
In Nederland is daar een benaming voor, namelijk de groenten zijn gaar.

Wanneer de groenten klaar zijn, haal even het deksel van de pan.
Een heerlijk geurende tagine, daar staat hij dan.

Om het overtollige vocht te verdampen verhoog je het vuur.
Een tagine met te veel vocht erin daarvan word je niet vrolijk, maar eerder zuur.

Warm opdienen met vers warm brood erbij.
Mieke zie ik nu al voor me genieten en ook haar partner is blij!

Frank Kroon

Partir c'est mourir un peu...

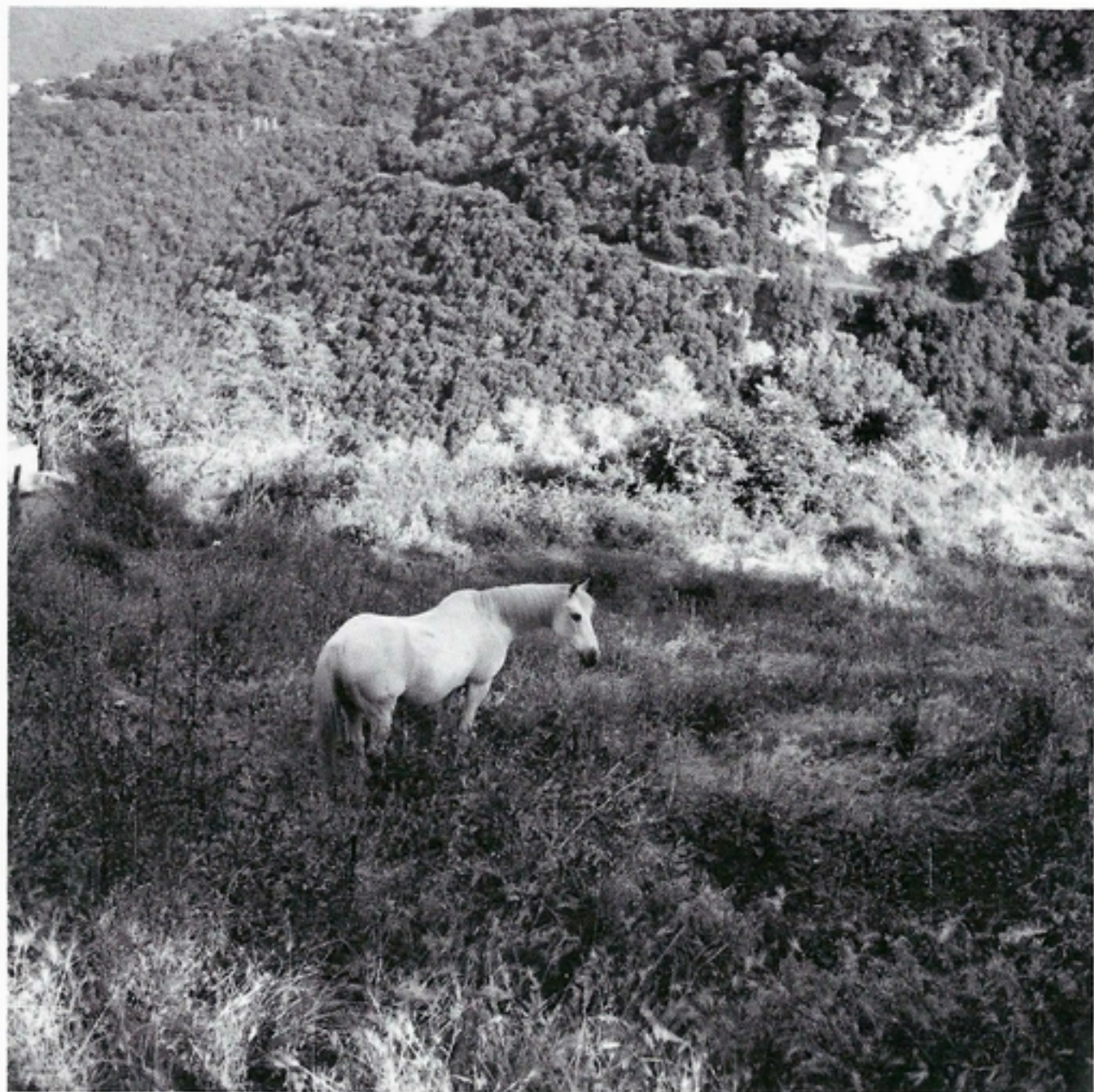
Mijn bijdrage voor het e-book voor Mieke. Ik mag een recept schrijven, zonder vlees..... ah dat wordt lastig. Toch iets gevonden. En ook het resultaat van échte research. Ken je Asterix en Obelix in Corsica? Het heeft me veel moeite gekost om de origine van het Corsicaanse kaasje te vinden. Zelfs de meeste Corsicanen wisten niet waar het over ging. Maar toch gevonden! Casgiu merzu (óf gaggiu minadu). Klopt het? Nou proef het (echt alleen in Corsica te krijgen!!) en je proeft dat dat kaasje qua geur én smaakt écht doooooodelijk is, maar een enkel hapje is wel de moeite waard.

Beste Mieke, dank je voor de fijne samenwerking én de gezellige momenten tijdens congressen.

Frank Kroon, Leiden



Le **sartinese**, fromage à pâte pressée, est un fromage de garde permettant de faire le lien d'une production à l'autre. La croûte du sartinese ne s'affecte pas du temps qui passe et garde son intégrité quand l'intérieur, lui, se décompose. On le nomme alors *casgiu merzu*. Il fit la réputation d'*Astérix en Corse* mais reste réservé aux initiés.



LE FROMAGE BATTU

Gaggin Minadu

Sorte de pâte à tartiner à base de restes de fromages forts, le fromage battu se mange à la petite cuillère. Autrefois, on le faisait suivre d'une figue fraîche qui aidait à le digérer.

**LES RESTES DE FROMAGES
FERMIERS DE BREBIS
ET DE CHEVRE**

**1 PETIT VERRE
D'EAU-DE-VIE**

Gardez tous les restes de fromages et rassemblez-les dans une boîte hermétique. Laissez la boîte dans le bas de votre réfrigérateur pendant 5 ou 6 mois. Ainsi, le fromage va fermenter. La veille de l'utiliser, sortez-le à température ambiante pour qu'il fonde bien. Le lendemain, mixez-le. Ajoutez un demi-verre d'eau-de-vie pour un kilo de fromage et mélangez le tout pour obtenir une pâte bien lisse.

Servez avec un bon pain, des figues fraîches ou de la confiture de figues.

Jacqueline Godfried en Kees Rodenburg

Lieve Mieke,

Nu je afscheid neemt van je werk in het AMC breekt er voor jou een tijd aan waarin je je meer kunt wijden aan allerlei andere zaken die jou ook na aan het hart liggen.

Zo zijn tuinieren en koken - naast natuurlijk allerlei andere bezigheden – dingen die jij heel graag doet. Je kunt deze beide hobby's uiteraard ook wat bundelen: je zou kunnen denken aan het inrichten van een moestuintje; niet te groot, want erg bewerkelijk, maar ook niet te klein, want je moet er wel wat uit kunnen plukken om er lekker mee te kunnen koken.

Als je een moestuin wat te veel van het goede vindt, kun je natuurlijk ook klein beginnen. Bijvoorbeeld met het planten van tomaatjes: stop een tomatenplant in een grote pot. Ook boontjes zijn geschikt, die hebben weinig ruimte nodig. Neem een grote bak en stort die vol aarde. Steek er drie (bamboe)stokken in die je van boven bij elkaar bindt als een soort wigwam. Bij elke stok stop je 3-5 zaadjes in de grond en dan wacht je tot de stengels boven de punt uitgroeien.

Als je toch aan een kleine moestuin wilt beginnen, vind je een bedje met bijvoorbeeld wat pluksla of met aardbeien vast wel leuk. Aan een klein rijtje pluksla heb je in de zomer al genoeg voor een bijna dagelijkse salade.

Het is wel handig om te weten welke gewassen vroeg en welke laat geoogst worden, zodat je de late alvast tussen de vroege kunt zaaien. Er zijn genoeg boeken te vinden over het inrichten van een moestuin, dat zal geen probleem zijn.

Hierbij in elk geval alvast een recept voor een taart van tomaten (uit eigen tuin?):

Tomaten-basilicumtaart

je hebt nodig:

- 150 gram mozzarella
- 10 verse basilicumblaadjes
- 4 grote vleestomaten, in dunne plakken
- 2 eetlepels olijfolie
- zout, peper
- 2 teentjes knoflook, geperst
- 115 gram gezeefde bloem
- mespunt zout
- 50 gram boter op kamertemperatuur
- 1 eierdooier



Maak van bloem, zout en boter een kruimelig deeg. Voeg dan de eierdooier en een scheutje water toe tot je een gladde deegbal hebt. Doe de deegbal in plastic folie en laat dit een uur in de koelkast rusten. Verwarm de oven voor op 190 graden. Rol het deeg uit tot een lap van 20 centimeter doorsnede en bekleed hiermee een taart vorm. Bak het deeg 10 minuten in de oven. Laat de taartbodem in de taartvorm afkoelen. Snijd dan de tomaten in plakjes. Pers de knoflook boven de olie uit en laat dit een kwartiertje staan. Zeef de olie. Snijd de mozzarella in plakjes en bekleed hiermee de taartbodem. Leg daarop de plakjes tomaat, leg de blaadjes basilicum daarop en besprenkel tot slot met de knoflookolie. Draai de oven terug naar 180 graden en bak de taart nog 45 minuten in de oven. Lekker met vers stokbrood en een frisse salade.

Hiernaast staan nog twee gedichten die we mooi en toepasselijk vonden.

Veel liefs voor jou & Kees en voor Eva van Jacqui en Kees.



Briljant filosoferend

Briljant filosoferend
over het leven liet ik
de aardappels verbranden.
Een onmiskenbaar bewijs
van emancipatie.

Hanny Michaelis (1922-2007)
Uit: De rots van Gibraltar, Amsterdam, 1969

Nu de grote dingen verdwijnen

Nu de grote dingen verdwijnen
worden de kleine dingen groot
wat zonlicht op de gordijnen,
een appel, een snee vers brood.

Met hoeveel overbodigs
maken we ons leven stuk:
er is zo weinig nodig
voor wat eenvoudig geluk.

Zó zou ik oud willen wezen,
klein bij de grote dood:
Homerus om in te lezen,
een appel, een snee vers brood.

Garnt Stuiveling (1907-1985)
Uit: Eeuwig gaat voor ogenblik, Amsterdam, 1965

Jacqueline Jaspers



PADDENSTOELEN- KASTANJETAART

Deze paddenstoelen-kastanjetaart van Jamie Oliver is hartstikke lekker, gegarandeerd een spektakelstuk!

Recept voor 8 personen

Bodem

- 230 g glutenvrije bloem
- 1/2 tl xanthaangom
- 60 g plantaardige margarine
- 60 g shortening (bijv. Crisco)

Vulling

- 1 grote ui
- 2 tenen knoflook
- 5-6 wortels, geraspt (450 g)
- 250 g kastanjechampignons
- 360 g gepelde kastanjes
- 2 el olijfolie
- 1 tl gedroogde tijm
- 225 g sojaroombkaas
- 2 el knoflookolie
- 250 g bospaddenstoelen
- 2 el gedroogde cranberry's
- klein bosje bladpeterselie

Rodebessensaus

- 1 el knoflook- of walnootolie
- 1 el rodebessengelei
- 300 ml hete groentebouillon
- 1 flinke el maizena, gemengd met 2 el water

1 Verwarm de oven voor op 180 °C en schuif er een grote bakplaat in. Begin met het maken van het deeg. Zeef de bloem en xanthaangom boven de mengkom van de keukenmachine, voeg de margarine, shortening en wat zout toe en laat de machine draaien met behulp van de pulseerknop tot het mengsel de substantie van broodkruimels heeft. Als je geen keukenmachine hebt, doe je de ingrediënten in een grote kom en snijd je ze met de vlakke kant van een mes door elkaar.

2 Voeg 2 el koud water toe en gebruik de pulseerknop (of roer met een bot mes, als je het deeg met de hand maakt) tot het mengsel samenhang vertoont en een deeg vormt. Doe het deeg in een grote kom en vorm er met je vingertoppen en bal van. Kneed het deeg dan ongeveer 2 minuten lichtjes of tot het soepel en elastisch is.

3 Maak er een bal van en leg die tussen twee stukken vershoudfolie. Rol de deegbal dan uit tot een cirkel die iets groter is dan de taartvorm en niet dunner dan 3 mm. Trek het bovenste stuk vershoudfolie eraf en keer het deeg voorzichtig om in een taart- of vlaaivorm (ø 23 cm). Trek het tweede stuk folie eraf en duw de deegcirkel voorzichtig in de rand van de vorm, vul eventuele scheurtjes op met deeg en druk het plat met je vingertoppen. Snijd de rand bij en houd de deegbodem zolang apart.

4 Snipper de ui fijn, pers de knoflook en rasp de wortels. Snijd de steeltjes van de kastanjechampignons en snijd ze in rondjes. Halveer 240 gram van de kastanjes.

5 Verhit de olijfolie in een koekenpan voeg de uisnippers toe en fruit ze op laag vuur tot ze zacht zijn. Voeg de geraspte wortels, knoflook, tijm en champignons toe, en bak ze op laag vuur tot ze zacht zijn en alle vloeistof van de champignons is verdampt.

6 Roer de roomkaas en gehalveerde kastanjes er voorzichtig door, tot de kaas zachter is geworden en er een romig mengsel is ontstaan. Voeg zout en peper naar smaak toe, schep de vulling op de deegbodem en strijk de bovenkant glad. Plaats de taart op de bakplaat en bak hem 35-40 minuten op de bovenste richel van de oven.

7 Neem de taart uit de oven en leg er alufolie over om hem warm te houden.

8 Voor de saus: verhit de olie en rodebessengelei in een kleine pan. Roer ze door elkaar tot je een glad mengsel hebt. Voeg de hete bouillon toe, breng dit alles aan de kook en roer de maizena erdoor. Laat de saus onder voortdurend roeren zachtjes koken tot je de gewenste consistentie hebt.

9 Scheur tot slot de bospaddenstoelen in stukjes, hak de rest van de kastanjes in kleine stukjes en hak de peterselie fijn. Verhit de knoflookolie in een koekenpan en bak hierin de bospaddenstoelen op laag vuur. Roer de stukjes kastanje, cranberry's en peterselie erdoor en schep het mengsel over de taart voor een decoratieve topping. Warm de saus op en geef die bij de taart.

Eet smakelijk Mieke, maar vooral heel veel geluk voor de toekomst en bedankt voor de fijne samenwerking!

Jacqueline Jaspers

Hi Mieke,

op de afdeling verloskunde gaan we je natuurlijk erg missen! Je hebt zoveel jaren ons bijgestaan in raad en daad bij de problematiek op internistisch gebied bij de obstetrische patiënten. Heel veel dank daarvoor. Ik geef je een recept van een van mijn lievelingsgerechten, maar het is eigenlijk een advies met Kees te gaan eten in een piepklein Italiaans restaurantje, Mondo Mediterraneo, in de Czaar Peterstraat in Amsterdam. Uit hun kookboek komt ook dit recept. Ze koken daar zoals jij altijd hebt gewerkt: met de grootste zorgvuldigheid, zeer nauwkeurige keuze van alle materialen en met een resultaat gericht op gezondheid. Daarbij zijn ze heel aardig en hartelijk. Uiteraard is het heel lekker eten!

Joris van der Post

voor 10 personen

Vitello tonnato

Kalfsfricandeau met tonijncrème

Een klassiek Italiaans gerecht, niet typisch voor de Abruzzzen, maar een van de eerste gerechten waar Giancarlo en Gemma mee begonnen in Mondo. Het gerecht is makkelijk te maken voor een grote groep mensen.

750 g kalfsvlees
1 selderijstengel, alleen de blaadjes
1 wortel, grof gehakt
1 ui, grof gehakt
1 kaneelstokje
peper
450 g tonijn op olie (blik), uitgelekt
450 g mayonaise
150 ml witte wijn
150 g kappertjes, plus wat extra voor de garnering
sap van 1 citroen
zout

• ook nodig
evt. snijmachine



1 dag van tevoren:

Leg het kalfsvlees in een pan met dikke bodem en voeg zoveel water toe dat het vlees onder water staat. Voeg de selderij, de wortel, de ui, het kaneelstokje en wat peper toe. Breng het water aan de kook en laat het 35 minuten zachtjes koken. Laat het vlees daarna afkoelen in de bouillon.

Wanneer je het kalfsvlees snel nodig hebt, kun je het even in de vriezer stoppen.

Maak de tonijn met de mayonaise, de witte wijn, de kappertjes en het citroensap tot een zachte saus. Voeg nog wat witte wijn toe als de saus te dik is. Voeg naar smaak wat zout en peper toe.

Snij het kalfsvlees in heel dunne plakken, met een scherp mes of, nog liever, op een snijmachine. Leg de plakken dakpansgewijs op een grote schaal. Verdeel de tonijnsaus eroverheen. Strooi er nog wat kappertjes over en wat versgemalen zwarte peper.



Juliette Parlevliet

Thais kookproject voor een heerlijke middag koken en een ongelofelijk lekkere maaltijd.

Groene currypasta:

- 20 groene chilipepers
 - 1 theelepel (tl) galengal (als je dat niet kunt vinden, is geraspte gemberwortel ook goed)
 - 3 eetlepel (el) citroengras
 - 3 limoenblaadjes (fijn gesneden)
 - 2 el fijngesneden knoflook
 - 3 el Thaise sjalotjes fijngesneden
 - 1 tl zout
 - 1 handvol Thaise basilicum
 - 2 el zonnebloem of andere plantaardige olie
- Alles fijnsnijden en malen in vijzel/blender.
Te gebruiken bij van alles, o.a. voor de groene currysous bij de vis.

Groentesalade (ingrediënten per persoon)

- 1 handvol savooiekool in fijne reepjes gesneden
- 0,5 handvol wortel in luciferreepjes gesneden
- 0,5 handvol komkommer in luciferreepjes gesneden
- 0,5 tomaatvruchtvlies in stukjes (zaadjes niet gebruiken)
- 2 Thaise sjalotjes, gesneden
- 3 cm grote rode chilipeper, in luciferreepjes gesneden
- 1 tl citroengras, fijn gesneden
- 1 tl knoflook, gesneden
- 2 el limoensap
- 1 el zonnebloem of andere plantaardige olie
- 1 el lichte soyasous
- 1 el oestersous
- 1 tl suiker

Meng alles door elkaar, limoensap als laatste toevoegen, en serveer.
Vis met groene currysous (ingrediënten per persoon)

Vis met groene currysous (ingrediënten per persoon)

- 1 visfilet zonder graten (7-10 cm)
 - 1 tl gehakte knoflook
 - 1 tl oestersous
 - 1 tl lichte soyasous
 - 1 tl suiker
 - 1 tl gemalen zwarte peper
 - 1 el zonnebloem of andere plantaardige olie
- Mix de ingrediënten en smeer de vis ermee in. Bak op matige hitte tot de vis gaar is (ongeveer 2-3 minuten per kant). Zet opzij.

Groene currysous:

- 4 el water, 4 tl groene curry pasta, 2 tl suiker, 2 tl vissous, 2 tl oestersous, 2 tl limoensap,
 - 1 el zonnebloem of andere plantaardige olie
- Verwarm de olie in een pan op matige hitte en bak de currypasta tot hij geur afgeeft. Doe er dan de andere ingrediënten bij en laat pruttelen tot de sous goed gemengd is.
Versier de vis met de sous!

Erbij: gekookte jasmijn rijst



Liesbeth van Leeuwen

Lieve Mieke,

Ook al hoop ik dat Kees blijft koken:) hier twee recepten, allebei wat gezond, tweede meer feel good food door de mayo.... Niet te moeilijk allemaal. Ik zal je missen, nu mijn watchdog weg is moet ik zelf beter opletten.... We blijven elkaar zien!

Freekeh salade met granaatappel (hoofd- of lunchgerecht, vegetarisch, 30 minuten, 4 pers, 525 kcal pp)

Ingredienten:

- 200 gram freekeh (graan)
- 1 aubergine
- 1 ui
- 4 el olijfolie
- 70 g tomatenpuree
- 2 tl za'atar
- ½ tl zout (ik doe meestal iets minder)
- 1 citroen
- 225 g halloumi
- 120 g granaatappelpitjes
- 15 g koriander



Bereiden:

Kook de freekeh gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en doe in een schaal.

Snijd intussen de aubergine in kleine blokjes en snipper de ui.

Verhit de olie in een koekenpan en bak de aubergine en ui op hoog vuur 8 minuten. Voeg de tomatenpuree, za'atar en het zout toe en bak nog 5 minuten op middelhoog vuur.

Verhit de grillpan. Snijd de halloumi in plakken van ½ cm dik. Grill de plakken kaas 3 minuten. Keer halverwege. Leg de gegrilde kaas op de freekeh en bestrooid de salade met de granaatappelpitjes en gesneden koriander.

Sus-hi-sa-la-de

(hoofdgerecht, 30 min voor 4 pers 710 kcal)

Ingredienten:

- 250 g sushirijst
- 5 el rijstazijn
- 1 tl zout
- 1 tl suiker
- 2 kropjes babyromainesla
- 1 komkommer
- 4 el wasabimayonaise
- 1 el water
- 1 komkommer
- 300 gram (of ietsje meer) zalmfilet
- 2 el kikkoman
- 2 eetrijpe avocado's
- 1 norivel (sushivel)



Bereiden:

1. Kook de sushirijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Verwarm de rijstazijn in een steelpan en los het zout en de suiker erin op. Schenk het mengsel bij de nog warme rijst en blijf 3 min. omscheppen.
2. Verwijder de stronkjes van de kropjes sla en snijd de sla in dunne repen. Leg de slareepjes op een ruime, platte schaal. Meng de wasabimayonaise met het water en sprenkel de helft over de sla. Verdeel de sushirijst over de sla. Halveer de komkommer in de lengte. Schep met een theelepel de zaadlijsten eruit. Snijd het vruchtvlees in lange repen en vervolgens de repen in smalle reepjes van ca. 6 cm lang. Verdeel over de rijst.
3. Verhit een koekenpan met antiaanbaklaag en bak de zalm ca. 6 min. Keer halverwege. Neem van het vuur. Verdeel de zalm in stukjes, besprenkel met de sojasaus. Halveer de avocado's en verwijder de pit. Schep het vruchtvlees met een lepel uit de schil en snijd in dunne plakjes.



En deze vond ik nog. Was van mijn promotiediner.

Linda Schot

Saffraan saus

Saus:

Plukje saffraan

1 sjalot

Olie of boter

200 cc witte wijn

400 cc visbouillon/fond (evt van boullontablet)

200 cc crème fraîche

Saffraan in wijn weken (tenminste 10 min)

Sjalot snipperen, in olie/boter zacht bakken.

Blussen met wijn-saffraan.

Bouillon toevoegen.

Tot 1/3 laten inkoken.

Crème fraîche toevoegen en mengen.

Lekker met

zalm, doperwten en gekookte aardappels

Visfond (ongeveer 1 liter):

1 kg verse visgraten

100 gram bleekselderij

250 gram prei

100 gram uien

1 mespunt gemalen tijm (of vers)

1,5 gram gekneusde witte peperkorrels

0,2 gram foelieblaadjes

3 laurierbladen

2,5 liter water

Spoel de visgraten schoon in koud stromend water gedurende 10 minuten.

Doe de graten met de schoongemaakte groenten en kruiden in een pan en voeg 2,5 liter water toe. Breng de bouillon aan de kook. Schuim het oppervlak regelmatig af.

Laat de bouillon circa 20 minuten zachtjes trekken.

Zeef de bouillon door een neteldoek (of theedoek) die in een (punt)zeef ligt.

Kook de gezeefde bouillon in tot circa 1 liter.

De visfond is goed houdbaar in de koelkast en is ook in te vriezen.

Mieke, dank je wel voor alles wat ik van jou heb geleerd. Mijn eerste klinische leermomenten liepen allemaal via jou en daar heb ik zoveel van geleerd.

Ook daarna, zowel met de patiënten als met het onderwijs, ben jij altijd een voorbeeld en leermeester voor mij geweest.

Dank je wel. Ik wens jou en jouw naasten een hele goede tijd samen toe.

Linda Schot, jouw (1e) coassistent, jouw collega clinicus, jouw collega docent



Maarten van Kleef

Haricots verts en peultjes met hazelnoten en sinaasappel

Voor de lange en goede samenwerking in de CIC kreeg ik van jou 'Het Kookboek' van Ottolenghi met de vraag
laat mij vooral weten wat je zoal gemaakt hebt?

Deze salade uit 'Het Kookboek' is een goed begin. Sappige groene bonen met een vleugje sinaasappel en wat hazelnoten die een lekkere bite geven. Heerlijk als voorgerecht voor het diner, maar als bijgerecht ook niet te versmaden.

Wel heb ik het originele recept van Ottolenghi aangepast naar 4 personen. Daarnaast heb ik de dressing frisser gemaakt door sinaasappelsap toe te voegen. Heerlijk!

De knapperige groene bonen en de frisse toets van sinaasappel vraagt om een frisse witte wijn met wat body. De Italiaanse Verdicchio di Matelica, Bianco Cervinara of Vermentino combineren uitstekend. Het kleine bittertje in de wijn sluit fantastisch aan bij de sinaasappelschilletjes in de salade.

Ingrediënten (4 personen, 30 minuten)

- 50 gram hazelnoten in het vlies
- 200 gram haricots verts
- 200 gram peultjes
- 1 (biologische) sinaasappel
- 10 gram bieslook, fijngeknipt
- 1/2 teentje knoflook, uit de knijper
- 3 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel (hazel)notenolie
- grof zeezout en zwarte peper



Verwarm de oven voor op 180 °C. Strooi de hazelnoten op een bakplaat en rooster ze 10 minuten. Doe ze in een schone theedoek en wrijf de vliesjes eraf. Hak de noten grof (er mogen nog hele noten tussen zitten).

Haal de haricots verts en peultjes af. Breng in een grote pan ruim water met zout aan de kook. Blancheer de haricots verts 5 minuten. Schep ze met een schuimspaan in een vergiet en spoel ze koud onder de stromende kraan. Breng het achtergehouden water opnieuw aan de kook, en blancheer de peultjes ca. 1 minuut en spoel ze op dezelfde manier koud. Droogdeppen met keukenpapier.

Schaaf met een dunschiller de schil van de sinaasappel (of gebruik een zesteur). Snijd de schil in dunne reepjes. Pers de sinaasappel uit. Maak een dressing van de olie, 1 eetlepel sinaasappelsap, knoflook, sinaasappelschil, zout en peper.

Vermeng alle ingrediënten losjes in een schaal en breng de salade op smaak met zout en peper. Serveer hem op kamertemperatuur.

Eet smakelijk. Maarten.



Niki Doornink en Cora Jonkers

Lieve Mieke

Opeens komt er dan die uitnodiging voor je afscheid.

Raar eigenlijk, we kennen elkaar al zo lang en werken zo lang samen dat je ervan uitgaat dat we in het AMC samen oud worden. Maar, zo is het niet merken we nu.

We kennen je als een gedreven interniste, eentje die nog de patiënt in zijn geheel bekijkt en daarbij vooral ook aan de voedingstoestand denkt. Dat lijkt zo gewoon maar dat is het niet bij de meeste artsen!

Hoe leuk is het om gebeld te worden door jou met een (meestal erg zielig) verhaal over een patiënt die op dat moment voor je zit en die natuurlijk weer te dun is of in slechte voedingstoestand door de meest vreselijke toestanden. En wij deze patiënt maar weer voorzien van de nodige drankjes en adviezen. Wij hebben gedacht om voor de tijd na je pensioen je wat gedachten mee te geven om te genieten van het leven met speciale voeding maar ook om keuze te hebben wat te doen als dit lekkers eenmaal naar binnen is gegaan. Dus, nu je tijd overhebt kun je misschien een keer onze favoriete taart maken en kijken hoe de punt er weer op een verantwoorde wijze afgetraind kan worden. Het is een caloriebom, maar als je de door ons speciaal voor jou gekozen wandeling maakt, kun je er zonder schaamte van genieten.

We wensen je nog vele gelukkige jaren, ook na het AMC, dank voor alle jaren prima samenwerking.

Lieve groet,

Niki Doornink en Cora Jonkers

Walnotentaart met Kirsch

2 eieren

250 gr. bloem

275 gr. witte basterdsuiker

1 zakje vanillesuiker

125 gr. koude boter

zout

200 gr. gepelde walnoten

1 3/4 dl slagroom

2 el kirsch



Vorbereitung

In kommetje 1 ei loskloppen. In kom doen: bloem (2 el achterhouden), 125 gr. basterdsuiker, vanillesuiker, boter en snufje zout. Met 2 messen boter klein snijden tot erwtes-grootte. Losgeklopte ei toevoegen. Met koele hand snel tot samenhangende bal kneden. In koelkast ca. 30 min. laten rusten. Walnoten heel fijnhakken. 10 walnoten achterhouden voor garnering. In pan al roerende basterdsuiker zachtjes laten smelten. Als gesmolten suiker lichtbruin is, slagroom erdoor roeren (het wordt dan een dikke klont, roeren tot het weer gesmolten is). Even mee verwarmen. Van vuur af gehakte walnoten en kirsch erdoor mengen. Laten afkoelen. Oven voorverwarmen op 200 graden.

Bereidingswijze

Springvormdoorsnede 24 cm invetten. 3/5 deel van deeg uitdrukken in springvorm met opstaande rand van ca. 2 cm. Notenmengsel erin scheppen. Aanrecht bestuiven met rest van bloem. Rest van deeg uitrollen tot ronde lap 2 cm groter dan bakvorm. Over vulling leggen. Overtollig deeg eraf snijden. rand aandrukken. Met vork gaatjes in deeg prikken. Garneren met hele walnoten. Licht aandrukken. Uit overtollig deeg "blaadjes" snijden, met beetje water op deeg plakken. Tweede ei splitsen. Eigeel losroeren (eiwit wordt niet gebruikt). Bovenkant van deeg en walnoten met eigeel bestrijken. In midden van oven in ca. 40 min. gaar bakken. Uit oven nemen en op taartrooster af laten koelen. Rand van springvorm verwijderen.

Taart in 12 stukken snijden, per portie 400 kcal / 15 gram eiwit

En wat kun je met 400 kcal allemaal doen?

- 20 minuten op de racefiets, heuvel op
- 75 minuten gewoon fietsen op stadsfiets
- 30 minuten hardlopen 10km/uur
- 40 minuten hardlopen 8 km/uur
- 50 minuten hardlopen 6,5 km/uur
- 90 minuten wandelen
- 45 minuten tennissen
- 60 min golfen (zelf tas duwen)
- 30 min banen zwemmen
- 60 minuten in de sportschool
- 180 minuten schaken
- 180 minuten sport kijken op TV
- 180 minuten computerspelletjes spelen
- 90 minuten tuinieren
- 90 minuten hond uitlaten
- 210 minuten naar de bioscoop
- 180 minuten strijken (als je zoveel hebt!)
- 90 minuten in de keuken werken (koken, afwassen etc)
- 8 uur slapen

Genoeg dus te doen in de vrije tijd Eerst dus taart maken en dan kijken hoe de punten er weer afgetraind kunnen worden.

Peter en Helen Speelman

Eet eens

Schol in kreeftensaus

(voor minimaal 4 personen)

700 gr scholfilet

1 blik kreeftensoep

1 a 2 ons plakjes gerookte zalm

1 dl witte wijn, bekertje creme fraiche

1,5 ons garnalen hollandse, gehakte peterselle, zout en peper

Scholfilets halveren, met zout en peper bestrooien daartussen leg je een stukje zalm, oprollen en met een prikker vastzetten. Dan in een ingevette ovenschaal.

Soep met wijn en creme fraiche tot een dikke saus roeren en over de rolletjes schenken. Zet de schaal in een voorverwarmde oven 200 graden, gedurende 20 minuten.

Strooi er vlak voor het serveren de garnalen en peterselle over en druk het met een vork wat in de saus. (nog 3 minuten in de oven laten staan).

Serveer de rolletjes met bv puree en peultjes.



En boek een rondreis door Argentinië (voor minimaal 2 personen)

met o.a. , Buenos Aires, Patagonië, Perito Moreno, Mendoza of Salta etc..

Liefs van Peter en Helen Speelman



Paul Krediet

Beste Mieke,

Heel Holland bakt! Jij nu ook?

Hartelijke groet uit Utrecht,

Familie Krediet



Technische opdracht UTRECHTSE SPRITS

GOED TE DOEN

Een bakker uit Utrecht heeft ooit de vorm van de sprits bedacht, zodoende de Utrechtse sprits. Het is echt heel belangrijk dat je een heel soepel deeg krijgt anders kun je het niet spuiten. Zorg voor een goede kwaliteit spuitzak want je moet behoorlijk wat kracht zetten.

DIT IS JE BAKGERE!

- TEMPERATUREN**
- VEERENWAAPEN**
- SPUITEN MET VERAFLEDE SPUIETBAND (8 OF 10)**
- PLANKEN EN WAFFLES**
- WALLENDE PLANK**
- LIJNEN**

INGREDIËNTEN VOOR 12 STUKS (5 X 8 CM)

- 210 g boter op kamertemperatuur + extra om in te vetten
- 100 g witte besterdouker
- 5 g zout
- 5 g geraspte citroenschil
- 250 g Zeeuws bloem (zie website, blz. 56) + extra om te bestuiven
- 25 g ei (1 ei)
- 300 g pure chocolade 72% cacaoester (of omelet of kokosolie)

BEREIDING

1 BAKPLAAT VOORBEREIDEN
Verwarm de oven voor op 170 °C. Vet een bakplaat van 60 cm in met boter. Knip drie lange stroken bakpapier van

2 WILFDEEG MAKEN
Maak op het werkblad met je handen een 'wrijfdeeg', leg de boter voor je neer en wrijf de besterdouker, het zout en de citroenschil erdoor. Gebruik de deegschraaper om het werkblad telkens schoon te maken en het deeg bloem te schrapen. Wrijf 5 minuten met een platte hand tot het botermengsel heel zacht en wit is; het moet aanvoelen als een sapper crème. Hoe zachter het deeg, hoe mooier het koekje.

BAK MEE MET TV!

HOLLANDS # 91



Bakplaat met drie strepen bloem

1 SPUIT HET DEEG ZIGZAGGEND TUSSEN DE DRIE STROKEN BLOEM



Afrijven van het deeg



TIP OP DE KANT

Wanneer je het deeg moet rollen, hangt eronder een stukje papier of een stukje plastic om de deeg niet te laten drogen. Zorg ervoor dat de bakplaat warm is en dat je deeg erop spuit. Het bakplaat moet evenwijd aan de strepen bloem zijn. Het bakplaat moet je elke 5 minuten...



3

3 DEEG AFMAKEN
Roer het ei goed los en voeg 25 g af voeg het ei toe aan het botermergel en wring het er goed door. Voeg vervolgens de bloem toe en meng hem zorgvuldig tot een deeg. Zorg ervoor dat je handen warm zijn, want het deeg moet zo slap zijn dat je het met de spuitfles kunt sproeien.

4-5 DEEG SPUITEN EN BAKKEN
Doe het deeg in de spuitzak met deksel en spuitmond en spuit het zigzaggend tussen de drie strepen bloem op de ingevorstte bakplaat. Raak de sproeten in het midden van de ovens in circa 20 minuten licht goudbruin en gaar.

6-7 SPRITSEN SNIJEN
Neem de sproeten uit de oven en snijd ze direct, terwijl ze nog warm en zacht zijn, in gelijke schakken van 8 cm breed. Dit geeft het best met een plakmes, omdat je daarmee gemakkelijk kunt snijden. Laat de sproeten vervolgens afkoelen op een rooster.



Spruitzak vullen



5



6



Snijden van sproeten



8

ROER DE CHOCOLADE GOED DOOR OM WITTE STREPEN TE VOORKOMEN



9



10

8 CHOCOLADE SMELTEN
Smelt de chocolade au bain-marie. Zorg dat de chocolade goed vloeibaar, maar niet te heet is. Laat hem eerst een beetje smelten en roer hem dan pas door.

9 CHOCOLADE TABLEREN
Plaats de marmelade staat 7 cm over de rand van het werkblad, zodat je de chocolade makkelijk in de kom terug kunt schrapen. Schenk voor het tableren twee derde van de gesmolten chocolade op het marmelade en beweeg de chocolade met het plakmes en het spatelnet rustig heen en weer tot hij is afgekoeld tot 31 °C. Doe de afgekoelde chocolade bij de gesmolten chocolade en roer goed door.

10-11 DOORROEREN • DOPEN
Roer de chocolade nog een paar keer goed door om witte strepen te voorkomen. Voeg om hem vloeibaarder te maken een flinke scheut gesmolten cacao-bitter toe. Roer die er ook goed door, breng de temperatuur indien nodig terug naar 31 °C. Schenk de chocolade in een glazen kom die zo groot is dat je de sproeten er makkelijk in kunt doppen. Doordat de afgekoelde sproeten diagonaal in de gesmolten chocolade en laat ze uif harden op een stuk bakpapier. »



11

Remco Franssen

Beste Mieke,

In 2012 was je mijn begeleider op de polikliniek in het AMC. Ik heb met veel plezier met je samengewerkt en veel van je geleerd. Je manier van begeleiden en feedback geven neem ik nu ook mee in mijn eigen begeleiding van de opleidingsassistenten. Ik hoop dat het zwarte gat mee gaat vallen. Hierbij in ieder geval een recept wat ik erg lekker vind om te maken.

Nogmaals bedankt voor de prettige en leerzame samenwerking

Groet
Remco



Italiaanse Witvis uit de Oven

Ingrediënten

- 2 stuks kabeljauwfilet van ongeveer 225 gram (zonder vel of graat)
- Een lekkere Italiaanse olijfolie
- Echt zeezout en vers gemalen zwarte peper
- Rode en eventueel gele cherrytomaatjes
- Verse basilicum
- 1 Bol mozzarella (liefst natuurlijk buffelmozzarella)
- Een beetje parmazaanse kaas, geraspt of flakes.
- Pesto
- Pasta

Methode:

Stap1 Verwarm de oven voor op 220 graden. Vet een schaal in met olie zodat straks je vis hier niet aan vast plakt

Stap2 Besprenkel je kabeljauw met olijfolie, kleine toefjes pesto, peper en zout. Voeg daarna bovenop de tomaatjes, mozzarella en Parmezaanse kaas toe. Maak af met een paar blaadjes basilicum.

Stap3 Plaats het geheel in een voorverwarmde oven voor ongeveer 15 tot 20 minuten. Kies ervoor om de plaat hoger in de oven te zetten zodat je optimaal gebruik maakt van de hitte

Stap4 Serveer de kabeljauw met een pasta met pesto saus, of gebruik het vocht uit de ovenschaal als saus.

Suzanne Jurriaans

Lieve Mieke,

Gevraagd werd om een niet te makkelijk, maar heerlijk recept (zodat jij lekker bezig kan zijn na je pensionering). Helaas heb ik zo'n recept niet: ik hou zelf nl. niet van moeilijk of ingewikkeld, maar van goed en snel. Vandaar onderstaand recept; het is een favoriet bij mij thuis.

Ik vond het fijn om met je samen te werken en (samen met jou) te proberen om voor de, soms ingewikkelde, patiënten de optimale behandeling te bedenken.

Ik wens je alle goeds voor de toekomst en nog een lang, gelukkig leven.

Veel liefs,

Suzanne Jurriaans



Couscoussalade met courgette

Hoofdgerecht - 20 min - 4 pers

Ingrediënten

300 gr couscous

Bosje verse koriander, fijngehakt

250 gr cherrytomaatjes

1 courgette

4 stengels bosui

40 gr rucola

8 (pitloze) dadels

15 gr boter

½ blokje groentebouillon

200 gr feta

3 eetl pistachenootjes, ongezoeten

Bereiding

Snij de courgette in plakjes en grill deze in een pan aan beide kanten. Breng 300 ml water met een half bouillon blokje aan de kook. Zet het vuur uit en roer de couscous er door. Laat 3 minuten wellen totdat al het vocht is opgenomen. Snijd de bosui in ringetjes, halveer de tomaatjes en snij de dadels in stukjes. Meng de koriander, dadels, cherrytomaatjes, gegrilde courgette, pistachenootjes en bosui door de couscous en verwarm nog even op laag vuur. Haal de pan van het vuur en roer de blokjes feta en rucola er door. Schep de couscoussalade op borden en serveer er eventueel een pitabroodje bij.

Titia Vriesendorp

Het lekkerste asperge recept voor Mieke Godfried

Lieve Mieke,

Dit recept past denk ik goed bij jou. Het bevat eerlijke, klassieke ingrediënten van Hollandse bodem, van zeer goede kwaliteit. Het lijkt een simpel gerecht, maar schijn bedriegt: kunde, ervaring, samenwerken, timing en liefde voor de ingrediënten zijn vereist!

Het eindresultaat is een gerecht dat je graag aan je meest dierbaren zal serveren.



Bereiding: (voor twee!)

1. Koop een grote zak dunne, rechte asperges (of nog beter: uit eigen tuin!). Vraag je man de asperges te schillen en te koken. (schillen en kontjes bewaren voor soep!)
2. Gepocheerde eieren: koop 4 mooie verse eieren. Breng een grote pan water aan de kook. Draai met een lepel een kolk in het kokende water. Breek voorzichtig een ei in het midden van de kolk. Laat het eiwit in enkele minuten stollen, het eigeel moet zacht blijven.
3. Voor de Hollandaise saus: kook 40 ml witte wijnazijn met een gesnipperd uitje, laurierblaadje en 5 peperkorrels. Als de azijn tot de helft is ingekookt haal je het van het vuur en zeef je de ui, laurier en peperkorrels uit de azijn. Roer van het vuur af drie verse eierdooiers door de azijn. Dan langzaam au-bain-marie (voorzichtig dat het niet schift!) 200 gram zachte roomboter (het is maar eens per jaar aspergeseizoen...) door het eier/azijnmengsel kloppen tot een luchtige saus.
4. Rol voor niet vegetarische gasten een paar lekkere plakjes ham op.

Dank voor alles!
Titia Vriesendorp

Twink Smidt

Groenten Lasanga voor 4 personen

Ingrediënten :

1 courgette in ca 2mm dikke plakken gesneden
1 aubergine in lengte in ca 2mm dunne plakken gesneden
2 gesnipperde uien
4 bollen mozzarella in plakken gesneden
4 tenen knoflook, geperst
10 eetlepels olijfolie
200gram Grano Pardano geraspt
400gram verse gewassen spinazie
880 gram tomaten in blokjes gesneden
Pak verse lasagne bladen
Fijngehakte verse Italiaanse kruiden(oregano, tijm, basilicum, rozemarijn)
Peper en zout.



Bereiding:

Meng 6 eetlepels olijfolie met de knoflook en de kruiden.

Legt de plakken courgette op een bakplaat of rooster met bakpapier, bestrijk ze met de kruiden-knoflook olie en bestrooi met zout en peper. Gril de groenten ongeveer 8 minuten op 200 graden in de oven. (of in grillpan)

Verhit 2 eetlepels olijfolie in en pan fruit de uien tot ze lichtbruin zijn. Voeg de tomatenblokjes toe en laat alles 10 minuten sudderen op zacht vuur. Breng op smaak met zout en peper.

Verhit 2 eetlepels olijfolie in pan en laat daarin de goedgewassen spinazie slinken. Laat de spinazie goed uitlekken.

Neem een ovenschaal en doe daarin allereerst een laag tomatensaus. Leg daarop lasagnebladen.

Leg daarop een laag spinazie, daarop enkele plakken courgette, aubergine en mozzarella.

Vervolgens lasagnebladen en ritueel herhalen tot alles gebruikt is.

Sluit af met een laag lasagnebladen met daarop tomatensaus.

Bestrooi tot slot met de Grano Pardano

Bak de lasagne 30 minuten in een op 200 graden voorverwarmde oven.

Dag lieve Mieke, misschien tot ziens, het ga je goed, Kook lekker!!

Lieve groet,

Twink Smidt.

Zwanet Drees-Roeters

In de zomer van 2011 gaf Wim enkele maanden college aan Gadjah Mada University in Yogyakarta. In de schaduw van de vulkaan de Merapi, over de omgang met natuurrampen, met studenten uit het land met het grootste aantal moslims ter wereld, aan het Center for Religious and Cross-Cultural Studies. In die periode kregen Wim en ik van onze zoon een middag een kookcursus aangeboden bij een lokaal café, ViaVia waar we enkele Indonesische gerechten leerden bereiden. Een hele middag; de vrouw leek alles te doen met één pan en één pit. Deze gerechten zijn een herinnering aan een bijzonder deel van onze wereld.



Gulai Nangka met artisjokkenharten en Tempeh, gekarameliseerd

Ingrediënten

Voor de Gulai Nangka

250 g artisjokken harten

1 lt kokosmelk

2 lepels kokosolie

Specerijen: 3 rode pepers, 5 sjalotten, 5 knoflook, 5 macademia noten, theelepel koriander, 1 cm gemberknol, 1 cm geelwortel, plus wat kruidnagel, nootmuskaat, peper en zout

Kruiden: Lemon grass, citroenbladen, salam bladen (soort laurier), kaneelstokje

Voor de gekarameliseerde Tempeh:

Tempeh (blok)

Rode pepertjes (een of meer; mijn keuze is drie)

Bruine suiker of palmsuiker

Pinda's, ongezouten

Sjalot

Knoflook

Tamarinde (evt. te vervangen door of zure appeltjes)

Citroensap



Bereidingswijze Gulai Nangka

- Artisjokke-harten in kleine blokjes snijden
- Rustig koken in kokosmelk met kaneelstokje, lemongrass, laurier-, citroenblad, salamblad, stukje gemberknol en stukje geelwortel meekoken; op laag vuur laten sudderen
- Overige kruiden (spices) in vijzel stampen; daarna even aanbraden met 2 lepels olie
- Kruidenmix bij de rest gooien
- Voor het opdienen het kaneelstokje, lemon grass, kruidnagel, gember en geelwortel en citroen- en salambladeren er weer uit halen.

Tempeh, gekarameliseerd

- (Gefrituurde) tempeh in smalle reepjes snijden, dan in olie frituren tot goudbruin
- Pinda's gebakken op laag vuur
- Sjalot en knoflook gebakken
- Rode pepertjes, zonder zaadjes, julienne gesneden, met twee theelepels bruine suiker karameliseren (zonder olie, twee snufjes zout, klein beetje water, citroensap, lepel tamarind)
- dan de tempeh, sjalot, knoflook, pinda's er door (vuur uit zodat karamel niet hard wordt)

Het recept is oorspronkelijk met jonge jackfruit (nangka); dat is misschien lastig te krijgen. Indien die gebruikt worden, dan blokjes eerst even koken in water voordat het verder sudderen in kokosmelk begint. Jackfruit kan erg plakkerig zijn; de handen met olie insmeren voor het pellen en snijden helpt. Artisjokke-harten zijn ook in de supermarkt in blik te vinden.

De Gulai Nangka kan goed gegeten worden met rijst.

De tempeh is een paar dagen houdbaar. Kan ook afgekoeld opgediend worden.

Ondanks de pepertjes zijn de gerechten niet erg scherp; het kan pittiger worden gemaakt door meer pepertjes te gebruiken, of door erg pittige pepertjes te gebruiken.

Waarde dokter, lieve Mieke.

Voor mij eervol om bij je afscheid te mogen zijn. Dat zegt ook iets over de betrokkenheid voor je patiënten. Ik hoop zeer dat je ook van deze nieuwe fase in je leven zult genieten, maar het zal ook wennen zijn. En natuurlijk zal je er ook inhoudt aan willen geven, maar ik hoop ook dat jullie samen nog veel bijzondere reizen zullen maken. Ik was zelf 2 maanden in Indonesië, een bijzonder land, maar Japan is ook een echte aanrader.

Het ga je goed!

Zwanet



reizen



Arnout en Anneli van Heemstra



Wat is er leuker om heerlijk te ontspannen in een bed and breakfast in het binnenland van Spanje bij Valencia? Ga naar :

<https://www.facebook.com/eenhuisinspanje/>

Voor nog meer indrukken en de link om contact op te nemen of te boeken.

Schelto en Sacha van Heemstra-Leenderts zijn jullie gastheer en -vrouw!



Barbara Bong



1. Ingang tuin
2. Grote gazon Met twee pilaren als zijdeur loopt het gazon onbemonsterd over in het parklandschap
3. Baakse Beek
4. Hoofland
5. Lange pad 150 meter door de vijf eeuwse Gouden van Vermaak
6. Chinese brug en Vijvers De vierkantige karpervijvers krengen lang gederen hun pittoreske gedaante, met eilanden.
7. Berg was aangelegd om passanten op het landelijke weggetje rechter uit het zicht te houden.
8. Erebeek krijgt zijn naam van de ezel die 100 jaar geleden de gasmaaker trok.
9. De taxuslaan De rechttoppige taxussen waren onbekend in Ierland in de 18e eeuw.
10. Hoestuin
11. Kromme pad verschillende magnolia's bloeien van april tot augustus.
12. Tennisbaan Vanaf het prieeltje leek men vroeger uit op de tennisbaan nu een boomgaardje.
13. Berceau wordt bereikt, aangelekt door het gebul van een klaterende fontein, via een beukenstammet.
14. Ruonspartier Begin twintigste eeuw ontworpen door een jonge Alice de Sleurs, dochter van Victor de Sleurs
15. Pergola begroeid met ruzen, clematis en kamperfoelie. Entreegover in het tabak van de beeltracht is een leeswinkelfontein.
16. Lage tuin met zijn borders en rijk beglante drage stenen maars wordt door Laura Gatacre voortgezet onder het motto van de eerste ontwerper, haar schoonmoeder Alice 'vooral aanblijvende bloei'.

- A. Het grote huis is nog steeds door de familie Gatacre bewoond.
- B. Het bouwheis, met tentoonstellingsruimte, catering en de Grote Zaal van Victor de Sleurs.
- C. Garderobe en toiletten.
- D. Openlucht
- E. Bad & Eetzaal de Berrogas

Lieve Mieke,

Mijn bijdrage aan de rubriek REIZEN bestaat uit een bezoek aan een- tot nog toe weinig bekend landgoed "de Wiersse" in Vorden, in de Achterhoek. Zelf zijn wij daar nog niet geweest, maar mijn schoonzus heeft dit recentelijk bezocht uit hoofde van haar functie bij de Inspectie Cultureel Erfgoed en was daar erg enthousiast over.

Het landgoed is nog steeds prive bezit van een oud geslacht en wordt beheerd door een ANBI stichting. De ruim 16 hectare historische tuinen zijn toegankelijk voor publiek en er worden ook rondleidingen gegeven. Op afspraak kun je in het koetshuis lunchen of high tea gebruiken. Het kasteeltje zelf is beperkt te bezichtigen. Voor uitgebreide informatie wil ik jou verwijzen naar hun website : www.dewiersse.com en m.n. de geschiedenis van het ontstaan van de tuinen met Engelse invloeden is buitengewoon interessant.

Op het landgoed is een B&B boerderij "De Beren Pas", die in zijn geheel ook als een vakantiehuis wordt verhuurd. Dus je hebt de hele B&B geheel voor jezelf. Het heeft de beschikking over 3 twee persoons slaapkamers, woonkamer, keuken, open haard en 2 fietsen. Een minpunt is dat honden niet zijn toegelaten. Maar als het zover is kunnen jullie Rasta bij ons achterlaten.



Van uit Vorden kunnen jullie leuke tripjes maken naar bv Neede. Als je nog geen genoeg kan krijgen van tuinen is er in de omgeving de buitenplaats Twickel met kwekerij "De Border". Of museum MORE in Gorssel (mooie moderne architectuur) met zijn nieuwe dependance in Kasteel Ruurloo. Wanneer je geen fan bent van Carel Willink, dan kan jij jouw hart ophalen aan de Engelse landschapstuin. Kortom, jullie hoeven niet ver te reizen en het voorstel is makkelijk uitvoerbaar. Zelf deel ik Kees zijn zorgen niet, dat jij na jouw werkzame leven in een zwart gat zal vallen. Daarvoor heb jij brede interesses en kom je wellicht zelfs tijd te kort om al die leuke dingen te gaan doen, waar jij nooit eerder de tijd voor had. Geen "bucket list", maar geniet van deze nieuwe levensfase samen met Kees. Het komt jou toe.

Lieve groetjes,
Barbara

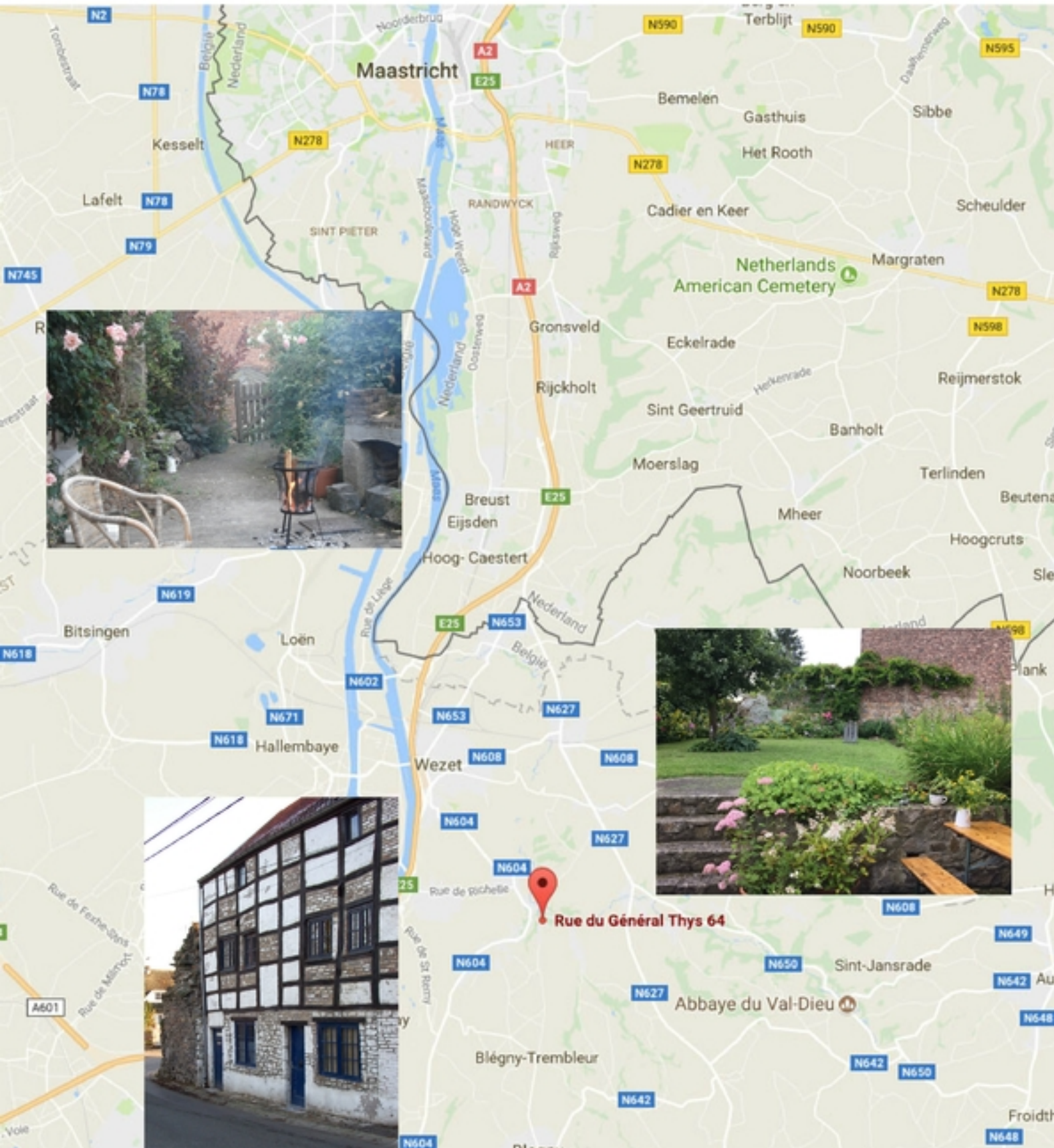
Carolien Gevers en Frits Boer

Het land van Herve

Twintig minuten rijden van Maastricht ligt, in het land van Herve, het Waalse plaatsje Dalhem. Daar is het altijd warm! Kom maar (weer) eens kijken.

Liefs,

Carolien & Frits



Caroline Godfried

Een zwerftocht door het Museumkwartier van Utrecht

Lieve Mieke,

Ik weet helemaal niet hoe goed jij Utrecht kent, in ieder geval veel beter dan ik, omdat je er zo vaak voor je werk moest zijn. Maar dat was dan, neem ik aan, doorgaans snel met de auto heen en weer, dus misschien heb je veel van wat ik heel bijzonder aan Utrecht vind toch gemist.

Een tijdje geleden nam een kennis me mee op een wandeling door het Museumkwartier van Utrecht. Wat een openbaring! Allerlei doorgangen die naar hofjes leiden, steegjes, kleine straatje, overal heel mooi gerestaureerde huisjes. Utrecht heeft heel veel kloosters gehad en veel hofjes en grote delen van de bebouwing zijn daarvan het zichtbare resultaat. Zoals de naam Museumkwartier al zegt gaat het om het gebied waar een groot aantal musea te vinden is. Je kunt je wandeling natuurlijk best beginnen of besluiten in het Centraal Museum of het Catharijneconvent, maar ik heb dat destijds niet gedaan. Er is zoveel te zien aan vijftiende, zestiende of zeventiende-eeuwse gebouwen, overal hangen ook toelichtende teksten, ik had die dag geen museum meer nodig!

Hier volgen dus mijn suggesties voor een heerlijke zwerftocht door het Utrechtse Museumkwartier. Neem de trein naar Utrecht Centraal, loop richting Mariaplaats, steek ergens het water van de Oudegracht over en je bent in het gebied tussen de Oudegracht en de Nieuwegracht.



Loop min of meer willekeurig verder naar het zuiden en zorg dat je bijvoorbeeld het Abraham Dolehof niet mist, te bereiken vanuit de Lange Nieuwstraat. Dit is zo'n hofje dat een overblijfsel is van een van de middeleeuwse kloosters, in dit geval gewijd aan St. Ursula en haar 11.000 maagden.

Wandel door de Lange Nieuwstraat, bekijk eventueel de Oude Hortus en vervolg je weg in ieder geval via de Agnietenstraat. Daar passeer je een rijtje van twaalf "vrijwoningen" (woningen vrij van huur: voor armen), die in 1651 gebouwd zijn in opdracht van Maria van Pallaes (1587-1664), de zgn. Kameren Maria van Pallaes. Uit Wikipedia knip ik:

"De huisjes sluiten aan de westzijde aan op de Beyerskameren door middel van een poort die toegang geeft tot de tuinen. Het refectiehuis (de eetzaal) staat op de hoek aan de oostzijde van de straat met de ingang aan de Nieuwegracht. Boven de monumentale classicistische toegang bevindt zich een gevelsteen met de volgende tekst:

Maria van Pallaes door liefde / Goodts gedreven / Heeft doen sy weduw' was van / d'Heere Schroyestyn / Dees Cameren gesticht eenich / onderhoud gegeven / Niet achtend swerels gonst maer / Plaets in chemels Pleyn"

Ter toelichting: de hierboven genoemde Beyerskameren zijn ook al twaalf vrijwoningen, gesticht in 1597 aan de Lange Nieuwstraat door Adriaen Beyer en zijn vrouw Aleydt Jansdochter. En de Beyerskameren en de Kameren Maria van Pallaes sluiten in de Agnietenstraat weer aan bij het schitterende gebouw uit 1756 van de Fundatie van Renswoude (naast het Centraal Museum). Dit gebouw kun je, als je wilt, ook van binnen bekijken. Prachtig vond ik ook de tuinen en het gebouw van het Sint-Nicolaasklooster aan de Doelenstraat, oorspronkelijk gesticht in 1337 en in 1996 gerestaureerd.

Wandel weer wat naar het noorden door de Twijnstraat en steek het water van de Oudegracht over naar de "Zeven Steegjes". Ik vond ze geweldig leuk: piepkleine negentiende-eeuwse huisjes in - eigenlijk acht - gangen, straatjes en steegjes. Op weg terug naar het station kun je dan nog wat rondwalen tussen de Springweg en de Oudegracht. Ga eventueel een poort in de Springweg in, bekijk de Jacobsgasthuissteeg. En tot slot: op de Springweg, bij de hoek van de Haverstraat, vind je het Springhavertheater waar je wat kunt drinken.

Veel plezier en als je wilt wandel ik graag met je mee! Caroline

Cora Jonkers en Niki Doornink

Routebeschrijving van een wandeling uit de streek (Twente) waar wij vandaan komen.

bron: De mooiste bergwandelingen / Sietske de Vet, Rutger Burgers en Rob Wolfs

Afstand: 10 km

(= 120 minuten wandelen, goed voor 1,5 punt taart!)

Startplaats: De Lutte bij bushalte RK Kerk



De Wandeling De Lutte

De Lutte is 's zomers een echt toeristendorp, waar het vóór of na de wandeling goed toeven is op een van de terrassen. Vanaf het kerkplein loop je via kerkenpaden het dorp uit.

Smalle voetpaadjes slingeren door weilanden en akkers. Brede bospaden en

bomenlanen brengen je over oude landgoederen met rododendronstruiken, houtwallen

en pittoreske beekdalletjes. De aanloop naar de Tankenberg is relaxed. Op de top en bij de Koepel heb je mooie uitzichten over Salland en richting Duitsland. Afwisseling, rust en hoogteverschillen staan borg voor een bijzondere wandeltocht.

Routebeschrijving

1. Naast de RK kerk tussen picknickbank en standbeeld klinkerpad inlopen. Vóór begraafplaats bij P-20668 RA, Fleerderhoekpad. Op kruising RD. Grindpad met bochten blijven volgen. Op kruising RD, fietspad volgen. Pad komt bij P-24492 uit op asfaltweg, hier LA nog steeds Fleerderhoekpad. Bij P-20667 en R64 RA, Lutterkerkpad. Op kruising bij R65 weg met bocht mee naar R volgen. Op kruising RA, asfaltweg. Deze weg blijven volgen tot het eind.
2. Hier bij R66 RA. Je komt uit bij een drukke voorrangsweg, de Bentheimerstraat. Schuin R oversteken naar parallelweg en LA. Bij bord van Natuurmonumenten schuin RA, brede halfverharde weg. Je passeert een bordje 'Egheria'. Bij R35 LA. Nu doorlopen tot de rand van het bos. Door twee wandelsluizen en pad volgen langs het hek. Planken bruggetje over en je volgt RD een pad tussen hoge bomen. Dit komt uit via klaphekje uit op asfaltweg bij R34. Hier LA.
3. Nu bij R30 de eerste onverharde weg RA. De weg gaat over in een smaller pad. Je loopt langs een hek. Op kruising met asfaltweg en toegangshek naar landhuis RD, breed pad. Op driesprong bij R31 RA, halfverhard pad. Aan je linkerhand open veld. Het pad wordt smaller, gaat dalen en het bos in. Op asfaltweg RA omhoog. Op splitsing bij R33 LA, halfverharde Brandsweg.
4. Aan het eind bij R36 RA, asfaltweg. In het bos eerste bospad LA langs houten hek bij R37. Op kruising van paden bij R40 RD. Op asfaltweg RA en direct tweede brede halfverharde weg links richting bordje Belvédèreweg 1 en 4. Op kruising bij R45 RD. Weg bij boerderij met de bocht mee naar R volgen. Op driesprong R, weg gaat omhoog. Na huis aan je linkerhand op Y-splitsing schuin R aanhouden over een stenen voorde en langs een houten hek, bospad omhoog.
5. Aan het eind bij R46 LA, (RA voor uitzichtspunt). Je passeert een voetgangerssluis en gaat RD, brede halfverharde weg. Je passeert een boerderij aan je rechterhand. Even daarna op driesprong met Ophuisweg bij R49 RD. Kort daarna bij R50 RA, Steipad. Op splitsing LA naar beneden en op bredere halfverharde weg RA. Over het erf van boerderij en daarna verder als klinkerweg. Op driesprong RD, nu weg met twee banen van beton. Je komt bij een driesprong en gaat RD, Hanhofweg. Je passeert het bord 'De Lutte'.
6. Bij huisnummer 7 schuin L een smal pad in, Beankepad. Onverharde weg oversteken en RD, smalle pad vervolgen. Dit pad buigt naar R en gaat na huisnummer 49 verder als een bredere halfverharde weg. Bij voorrangsweg oversteken en LA over fietspad. Na Chinees restaurant RA, klinkerpad en tussen houten paaltjes door. Gaat over in grindpad. Op driesprong RD. Op volgende driesprong RD, Past. Geerdinkstraat. Hierna op volgende driesprong LA, Boerrichterstraat. Aan het eind RA. Even verder ben je weer terug bij de kerk in De Lutte.

Els Weersink en Niek de Vries



Onder de rook van Amsterdam in het **oude gemaal De Lynden** zit restaurant bij Qunis, een industrieel rijksmonument.

Dit gemaal werd in de 19de eeuw gebruikt om het Haarlemmermeer leeg te pompen. Een unieke plaats waar het Hollandse poldergevoel gecombineerd wordt met een verfijnde keuken.

Beste Mieke,

Dank voor je inzet, in onderwijs en opleiding, maar ook voor Je zorg voor patienten met reumatische en pulmonale ziekten.

We wensen je veel plezier bij alle etentjes in dit boek.

Els Weersink en Niek de Vries



Ernest Briët

Lieve Mieke,

Het zwarte gat dreigt. Om dat te voorkomen moet je actief blijven als pensionista, en niet vervallen tot een passieve pensionada. Woordkeus is belangrijk. Hier een paar suggesties voor uitstapjes.

1. Dichtbij.

Groene Wissel 238 Amstelland, 17 km wandelen ten zuiden van Amsterdam.

<https://www.wandelzoekpagina.nl/wandeling/groene-wissel-amsterdam-amstel/12506/>

2. Minder dichtbij.

Bezoek Dordrecht en logeer een nachtje in Villa Augustus. Bijzonder hotel met prachtige tuinen. Personeel is chaotisch. Dineren niet aanbevolen, maar Dordrecht heeft daarvoor genoeg alternatieven.

3. Verder weg.

SNP wandeltochtje van 5 dagen langs de Semois. Hebben wij recent voor de tweede keer gedaan.

De herfst is een goede periode hiervoor.

<https://www.snp.nl/reis/belgie/semois>

Veel plezier en tot spoedig ziens.

Ernest



Reizen Italië



Fly-drives



Autorondreizen



Themareizen



Hotels & Agriturismo



Appartementen & Huizen

Lieve Mieke,

En dan nu tijd voor ontspanning en reizen! Ik zie jou en Kees al heerlijk rondrijden in een Fiat 500 in Italië, neem dan wel eentje met een krachtige motor, dat scheelt in de bergen en de heuvels. Heerlijk eten en genieten van al het moois. Fundadore kreeg ik aanbevolen en heb er hele enthousiaste verhalen over gehoord. Dus wie weet lijkt het jullie ook wat.

Ik zal je zeker missen bij het wekelijkse HIV-zwangeren overleg. Jouw oplettende en wijze opmerkingen, recht uit het hart, maar ook jouw kennis en ervaring. En ook onze gezellige CROI reisjes. Ik wens je het allerbeste en ik hoop je te blijven zien!

Zoen

Henriette



Tip: bezoek Sicilië in de winter.

Juist in de winter is Sicilië de ideale bestemming. De temperaturen zijn aangenaam om in alle rust de vele bezienswaardigheden en mooie stadjes te bezoeken. Boek nu een Fly- drive vanaf €594,- p.p.

Jan Willem Mulder.

Lieve Mieke.

Reissuggestie: een weekje wandelen langs de **muur van Hadrianus**, in de Romeinse tijd de grens tussen Engeland en Schotland.
Het ga je goed!

Jan Willem Mulder.

PS:

Mochten jullie gaan, dan kan ik adviseren het via Hillwalks Tours te regelen.



Joost Hoekstra

Lieve Mieke,

Tja, voor welke rubriek zal ik me nu eens aanmelden? Reizen vind ik meestal stom, zeker als het lang duurt. Koken kan ik niet, vinden velen en ze hebben nog gelijk ook. Lezen doe ik veel te weinig en ook dat verveelt me vaak. Tuinieren vind ik irritant, afgezien van iets simpels als grasmaaien: dan zie je tenminste het resultaat wat meestal ook nog OK is. Hardlopen met vrienden vind ik leuk, maar jij schijnt accident prone te zijn en dus is oproepen tot hardlopen ongepast en ongewenst. Ik moet er niet aan denken dat je door mijn toedoen op een valpoli belandt: de grootste 2017-straf voor mensen > 65 jaar. Een muziek rubriek dan maar? Maar je weet allang wat voor muziek ik mooi vind en ook weten we van elkaar dat we vooral heel erg dezelfde muziek mooi vinden. Schiet eigenlijk ook niet op. Zou je ook een rubriek Werken mogen openen? Dat mag waarschijnlijk niet, maar dat vind ik nou zo leuk. En ik heb de indruk dat jij dat werken ook zo leuk hebt gevonden. Dat moet ook wel, want wie vindt iets nou niet leuk waar hij/zij mega-goed in is? Dit verhaal mag vast niet slijmerig worden, want dan wordt de bijdrage onmiddellijk geschrapt door Frits of Gabor, en terecht. Maar ik mag vast wel vermelden dat jouw ordelijkheid, jouw toewijding, jouw intelligentie, jouw kennis en jouw hartelijkheid voor talloze patiënten een blessing is geweest. Zal ik ook nog vermelden hoezeer AIOS en co's jouw uitstekende en terecht af en toe ook strenge supervisie gewaardeerd hebben? Misschien moeten ze dat zelf maar doen. Maar is dat werken voor jou nu voorbij? Ja, natuurlijk wel in het AMC. Maar het lijkt me voor jou leuker om je kennis en kunde opgedaan als internist en als lid-beroepsgeenoot bij het RTC niet weg te stoppen. Voorzitter van een klachtencommissie? Support geven aan dokters die tegen een klacht zijn opgelopen? Een Raad van Toezicht van een ziekenhuis? Ik noem maar eens wat...

Ik kom toch nog even terug op die vervelende rubrieken van Frits en Gabor. Ik kan er misschien toch wel wat mee, althans met twee.

Reizen: ben je wel vaak genoeg in **Hindeloopen** geweest?
Nee?

Dan moet je met Kees gaan eten en slapen bij de Hinde, aan de haven. Die haven en dat stadje: een juweeltje.



Lezen: heb je

Over het water van HM van den Brink
al gelezen?

Speelt o.a in de edelstenenbuurt in Amsterdam en is ook echt een juweeltje.

Mieke, het ga je goed!

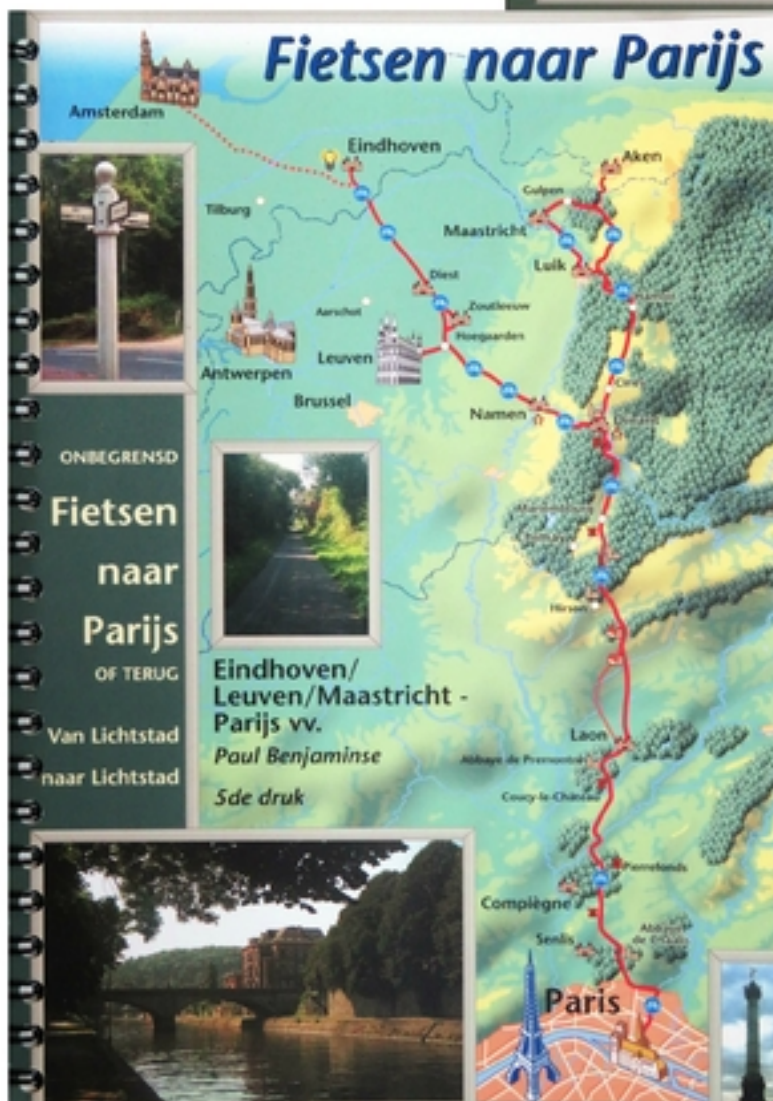
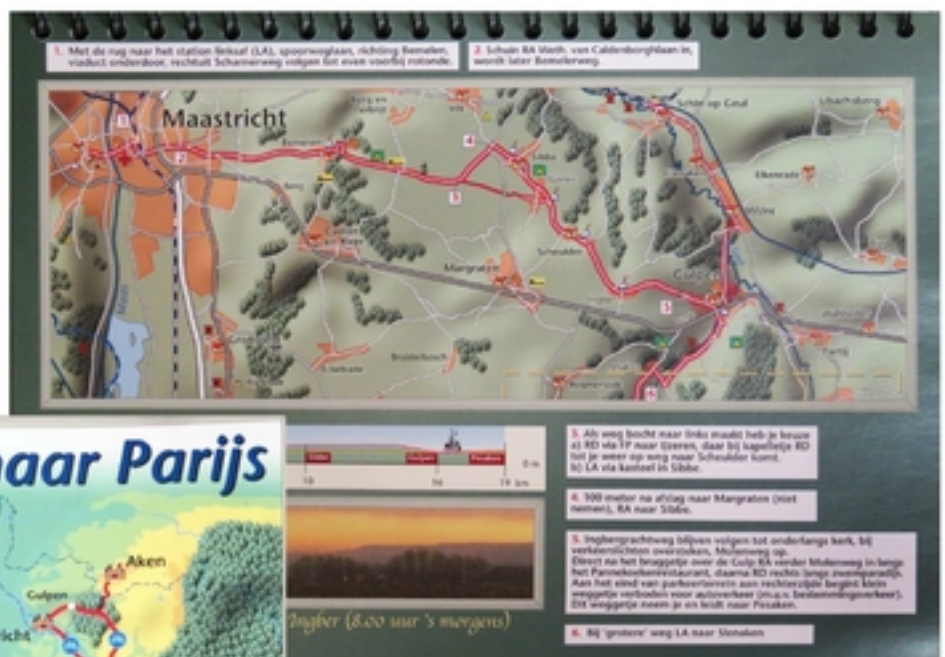
Joost
Zeist, 22-08-2017

Kees Boer

Lieve Mieke

Het is zo ver. Je mag eindelijk de computer laten voor wat hij is of gebruiken waarvoor hij beter geschikt is dan voor het completeren van patientendossiers met een verschrikkelijk programma. Van Epic naar Epiek. Daarnaast zou je als tijdverdrijf kunnen denken aan een fietstochtje van Eindhoven naar Parijs zoals Jeroen en Marianne den Hartog op jouw afscheidssymposium aan het doen zijn, weliswaar op een door jou niet gewenste elektrische fiets. Daartoe heeft ene Paul Benjaminse een overzichtelijk boekje samengesteld na jaren van verkennen met de fiets, zodat je alles via fietspaden kunt berijden. Toch is dat vooralsnog en misschien wel voor altijd te hoog gegrepen. We zijn nu eenmaal geen Kees Rodenburg. Maar in het boekje staan ook etappes die op zich gedeeltelijk wel te doen zijn. Ik heb er een geselecteerd die me wel wat leek. Wat zou je zeggen van het voorjaar 2018. Eerst naar Maastricht in een hotelletje en de volgende dag fietsen maar naar een ander hotelletje en dan weer terug naar Amsterdam Met de trein natuurlijk in de daluren.

Liefs en ik zie er naar uit



Kees Hovingh

Tip van Kees Hovingh

Parkeer de auto niet bij het wapen van Rijsenburg (toeristen doen dat...), maar op de Gooijerdijk 51 (en na 1-1-2018 wordt dit adres door de gemeente veranderd in Gooijer wetering 27. Aldaar wordt een koffie genuttigd in de tuin, eventueel aangevuld met een taartje. De wandelschoenen kunnen daarna worden vastgestrikt, en bij wat natter weer zouden de wandelschoenen vervangen moeten worden door waterdichte schoenen of laarzen. Langs de hondspol wordt de zwarte weg genomen. Links staan de paarden van de boerderij uit 1856 en rechts liggen de landerijen van de biologisch dynamische zorgboerderij. In de verte (richting Langbroek) wordt het coulisen landschap versierd door kasteel Sterkenburg. Op de Langbroekerdijk ga je rechts af en na ongeveer 1 km links de vaart over en dan meteen rechts langs het vrijstaande huis... enfin...; dit wordt te ingewikkeld. Voor deze wandeling door het onvervalste Nederlandse landschap kun je uiteraard vragen of de lokale gids (Kees) meegaat om de allermooiste plekken in tuin en omgeving te tonen... Thuisgekomen wordt de rust verder afgeblust met thee, wijn of soep....

Lieve Mieke, lijkt me leuk om de route met je te lopen. Zonder witte jas, in een omgeving waar ik me een ander mens voel en de hartslag per definitie daalt tot het ritme van de bijen, vogels, koeien en bloemen in de wind.



Marije ten Wolde

Het eeuwenoude cultuurlandschap in Noordoost-Groningen

Oost- Groningen is een prachtig stukje onontdekt Nederland waarin oude kerken en boerderijen gelegen zijn in een prachtige natuur met wierden en vergezichten waar de stilte nog te vinden is!

Bezienswaardigheden (dit zijn er een paar, zie <https://www.groningerkerken.nl> voor nog meer juweeltjes!):

Synagoge Appingedam



St Mauritiuskkerk Marsum



Kerk Eenum



Overnachten (zie voor <https://www.erfgoedlogies.nl/nl/nederland/groningen> voor nog meer tips)

Boerderij Hermans Dijkstra Midwolda

Hierbij mijn (reis) suggestie voor Mieke's glossy. Ik ben opgegroeid in Oost-Groningen en wilde daar op een gegeven moment snel weg, maar inmiddels begin ik de schoonheid steeds meer te waarderen. Ik heb het reisadvies maar niet uitgebreid naar de andere kant van de Dollard/Eems omdat ik niet weet of Mieke dat waardeert, maar anders kan ik nog de oversteek met als eindpunt de kunsthall in Emden adviseren, daar zijn met regelmaat prachtige tentoonstellingen.

Kijk maar of het geschikt is,

Groet Marije



Marion Koopman

Lieve mieke

Het is dus zover, je gaat er 12 oktober ook mee stoppen. Als inmiddels ervaringsdeskundige kan ik je zeggen dat een leven zonder EPIC heel goed bevalt, er valt veel stress van je weg.

De vraag is of ik ook nog wat kan bijdragen aan je afscheids e- book.

- Ik ben geen keukenprinses, dus van mij geen recepten.
- Ik kan niet tuinieren, dat is Lamberts afdeling.
- Ik ben ook weinig sportief dus ook geen life style adviezen van mijn kant ,al kan ik je een e-bike wel aanraden als je per fiets nog wat van Nederland wil zien en je je niet helemaal in het zweet wil trappen.

-Mijn grote hobby is toch wel REIZEN met wel enige lichaamsactiviteit gedurende de reis bv een wandeling van max een paar uur en niet teveel klimmen en klauteren daarbij.

REISTIP van mijn kant: ga een week of 2 weken naar de

Westkust van Ierland

en liefst niet in het hoogseizoen (juli-augustus). Wij hebben met ons reisclubje, waaronder Dick en Trudeke, struijk en Erik de Glas, van de zomer Ierland bezocht, waarbij vooral dus die westkust een erg goede indruk heeft achtergelaten.

Wij kunnen je adviseren bv een paar dagen op het eiland INISHBOFIN, voor de kust van Connemara, door te brengen. Het is een autovrij eiland dwz alleen de paar lokale bewoners mogen beroepshalve daar met een auto rondrijden, je gaat er met een ferry vanuit Cleggan (vaart 2 x per dag) naar toe en laat je huurauto op de pier staan. Je komt er vervolgens helemaal tot rust.

Het eiland heeft maar twee vrij eenvoudige hotels en verder kun je er vooral geweldig wandelen, diverse wandelingen ook op mijn matige inspanningsniveau en zonder gps etc uitstekend te volbrengen. Prachtige uitzichten, je loopt ook buiten de gebaande paden, over hekjes klimmen etc

Je kunt deze paar dagen combineren met verder bezoek aan Connemara (wandelen, kastelen, abbeys, leuke plaatsjes, mooie kusten) en evt met een paar dagen in het ook niet zo ver weg gelegen gebied van the Burren.:daar wandelen vanuit Carron bv

Natuurlijk dan ook de cliffs van Moher bezoeken, maar omdat dat wel een toptoeristenplek is, doe dat aan het einde van de dag.

Leuke BB plekken om te logeren: in de Burren(Lisdoonvarna) Wild Honey Inn met uitstekende kok, in Connemara(Clifden) bij Connemara country lodge bij de zingende en muziekmakende Mary als gastvrouw. Invliegen naar Galway mi en daar een auto huren om mee op pad te gaan, regenjas wel meenemen. Lieve Mieke, geniet van je pensioen, doe ook gezellige dingen met Kees. Ik ben 12 oktober al weer op reis, dus kan je niet persoonlijk goedendag komen zeggen. Stuur me je nieuwe email adres of 06 nummer. Wellicht kunnen we nog eens iets afspreken? Samen fietsen op een e-bike of naar een museum?

Het ga je goed! liefs, ook namens Lambert, Marion

koopmanmariongezina@gmail.com, tel 06-20422195, Kamperfoeliestraat 8 Bussum



Moniek Köhlen

Weekend Champagnestreek

Vrijdag

07.00 – 13.00	Amsterdam - Epernay
13.00 – 14.00	Eenvoudige lunch Epernay
14.00 – 16.00	Bezoek / rondleiding / proeverij Moët et Chandon Epernay
16.30 – 17.30	Bezoek Champagne Xavier Leconte Troissy
18.00 – 19.00	Inchecken hotel(letje) Epernay
19.30 – 21.30	Diner Brasserie de la Banque Epernay
22.00 -	Nachtelijke geneugten

Zaterdag

10.00 – 11.00	Proeverij Pierre Moncuit Le Mesnil
11.00 – 12.00	Proeverij Andre Jacquard Vertus
13.00 – 15.00	Lunch Champagne Jacques Selosse Avize
15.30 - 16.30	Proeverij Roger Brun (indien beschikbaar) Ay
17.00 – 19.00	Proeverij winkel Caves Cooperatives Epernay / shoppen Epernay
19.00 – 22.00	Diner (een Ster?, bijvoorbeeld le grand cerf in Montchenot of la briquetry in Vinay
22.00 -	Nachtelijke geneugten

Zondag

11.00 – 13.00	Bezoek Reims
13.00 – 14.00	Lunch Reims
14.00 -	Retour NL





Sentier du littoral 3 port argeles collioure
8.65 km



Ruig en liefelijk tegelijk, de Côte Vermeille. In de lente het allermooist om te wandelen. En als je het warm krijgt een lekker duikje in de zee. Want het is een prachtige duiklokatie ook 😊

Niek Urbanus

Beste Mieke,

Na een lange tijd van toewijding aan je patiënten- en die zijn je daar zeer dankbaar voor- is er nu gelegenheid om je te wijden aan persoonlijk plezier. Als het kan samen met Kees natuurlijk. Eindelijk!

In Friesland ligt het mooie natuurgebied
'het Earnewâld'.

Even noordoostelijk van Grouw. Het is daar werkelijk van een rustige pracht en je ontdekt altijd weer iets nieuws.



Als je niet met een boot bent dan neem je je intrek in hotel de Princenhof. De comfort-kamers hebben uitzicht op het water en een balkonnetje waar je met een glas in je hand kan genieten van wat er zich over het water beweegt. Huur een fluisterboot voor een dag en vaar over allerlei ondiepe vaarten van dit oorspronkelijke veengebied. Kaart en picknickmand mee. En de vogelgids met een verrekijker natuurlijk. Een wandel of fietstocht door dit gebied (Alde Feanen) is ook een belevenis.

Heb je wel een boot en dan liefst een motorboot met een kruiphoogte van max 3 meter dan bevaar je eerst vanuit Kampen het Ganzendiep. Door de Ganzensluis, over het Ganzendiep en de Goot kom je terecht in het Scheepvaartgat aan het Zwanendiep. Je kan je ogen niet geloven als je langs het wuivend riet aan stuurboord met aan bakboord een watervlakte over deze smalle vaarweg tenslotte uitkomt in het Zwarte Water.

Overnachten in Blokzijl en dineren bij Kaatje. Kees neemt je uit! Het zal je moeite kosten om de volgende dag op tijd te vetrekken om door de Weerribben naar het Tjeukermeer te gaan en dan naar Earnewâld. Nou ja, dan blijf je toch nog een dagje lekker in de havenkom van Blokzijl liggen? Alle tijd nietwaar! En met de auto naar Blokzijl? Kan ook natuurlijk. Maar logeer dan in het Hotel van Kaatje met bijpassend diner/ontbijt arrangement. Moet het ABP wel blijven leveren.....

Geniet van je welverdiende vrije tijd Mieke!!

Hartelijke groet,
Niek Urbanus



Pien en Kees Vlaanderen



Lieve Mieke,

Het zal best moeilijk zijn om afscheid te nemen van het drukke leven in het AMC, van je collega's en van je patiënten die je met zoveel toewijding, kennis en zorg begeleid en behandeld hebt. Maar je krijgt nu wel eindelijk tijd voor andere zaken. Tijd voor uitslapen en heel veel prettige en leuke andere dingen waar je tot nu toe simpelweg geen gelegenheid voor had. De suggestie die je van ons mee krijgt om die extra tijd mee te vullen komt wellicht uit een verwachte hoek:

Texell!

Lieve Mieke, wij willen Kees en jou (en Rasta natuurlijk) een weekje of weekendje ons huisje aanbieden. Geef maar aan wanneer je wil dan zorgen wij dat het geregeld wordt! En voor als je daar bent hebben we ook nog een paar korte tips:

- Ga voor heel lekker eten naar "De Eilandkeuken", Gravenstraat 7 in Den Burg. Kok Vincent runt zijn restaurant samen met zijn vrouw. Het eten is echt heel erg lekker en het restaurant is ook buiten seizoen open.
- Een mooie wandeling begint bij strandpaal 21 in De Koog. Van daar af loop je tegenover de parkeerplaats zo de duinen in, langs een kronkelig pad, helemaal richting de Slufter.
- Het beste strandpaviljoen vind je bij paal 17. Ook in de winter kan je daar (met hond!) prima terecht.
- Bij het vogelinformatiecentrum, Kikkertstraat 42 in de Cocksdorp kan je een excursie met gids boeken maar er is ook een speciale kaart verkrijgbaar waar je zelf mee op stap kan om vogels te spotten.
- Het museum Kaap Skil in Den Burg is ook zeker een bezoekje waard! Mooie nieuw opgezette tentoonstelling over de historie van het eiland.
- Voor lekker vis eten kan je goed terecht bij "Het Pakhuis" bij de vissershaven van Oudeschild.
- Bij de pluktuin tussen Den Burg en Oudeschild kan je bloemen maar- uiteraard alleen in het goede seizoen- ook heerlijke aardbeien plukken!
- Zeer de moeite waard is om (met pilletje op) met de vlielandexpress vanaf Texel naar Vlieland te varen. Onderweg zijn zeker zeehonden te zien en fietsen of wandelen op Vlieland is natuurlijk ook niet verkeerd (al gaat er niks boven Texel natuurlijk).

Lieve Mieke, wij denken dat je een hele mooie en fijne tijd tegemoet gaat, maar mocht je je toch gaan vervelen dan ben je bij ons thuis of op Texel altijd van harte welkom!!

Liefs,

Kees en Pien



Saskia Middeldorp

Lieve Mieke

Pensioen!! En je ziet het niet aan je! Echt niet!

Om het Beroemde Zwarte Gat te vermijden heb ik de volgende reis-suggesties; je moet er wel wat voor doen. Een recent, letterlijk hoogtepunt (ik gun je er vele!) van mijn reizen met mijn geliefde mannen. Hier zijn de reisinstructies

“Een authentiek jaren-zeventig paradijs in de heerlijk koele Sierra Nevada in Andalusia”

Vlieg naar Malaga, en huur een auto. Of nog beter, koop met Kees een hip VW busje en tuf op je dooie akkertje naar de Sierra Nevada (die in Spanje). Vooraf boek je Cortijo los Iberos (“Casa Ibero”) in het bergdorp Bubion op 1480 meter boven de zeespiegel (booking.com). Dit is een paradijselijk eenvoudig plekje waar je je onmiddellijk thuis zult voelen: lintjes voor in de aarde-boom, een gedeelde keuken, simpele maar warm ingerichte kamers, en in de tuin overal zitjes waar je kunt zitten, lezen, borrelen of mediteren, terwijl je mijmert over of je die massage zult regelen of niet. Als je het te warm hebt kun je je op de schaduwrijke hemelbedden aan het zwembad(je) neervleien en daar een tukje doen.

Het is geen overrated danwel overpriced would-be hippie-oord, maar het bestaat echt nog: een oprechte plek waar vrouwen hun okselhaar gewoon laten staan en toch charmant zijn, de mede-gasten (veel kunnen t er niet zijn want kleinschalig) sippen aan muntthee en zo af en toe jointjes roken. O sweet seventies. Blijf er minstens 3 dagen.

Boek ondertussen ook de licht spartaanse Refugio Poqueira in de daarboven gelegen bergen (2500 m) voor 2 nachten, en wandel de 10 km daarnaar toe, op gepast tempo, door het prachtige landschap, de waanzinnige vergezichten en lichten. Bereid je voor op een slaapplek in de dorm, aanschuiven voor authentiek drie-gangen bergvoer, en om 10 uur het licht uit.

De volgende dag wandel je in enkele uren naar de hoogste top van het Iberisch schiereiland, Mulhacen (3482 m). Mieke, ook al ben je accident prone (heb ik gehoord), dit zijn niet de Alpen of de Pyreneeën, het is hoog, maar niet ver, en niet eng. Wat een fantastisch gevoel zo hoog boven de wereld te staan! Maak een mooie rondwandeling en doe nog zo'n spartaans nachkje (heerlijk slapen!).

De volgende dag daal je af naar Capileira, en na een biertje of maaltijd weer naar Bubion. Daar begint de reis opnieuw...

IK ZOU ER VOOR TEKENEN!



de Suikerzusters



Lieve Mieke,

Landgoed Middachten, een bed and breakfast in de Steeg. Een mooie plek om samen met Kees een 'ommetje' te maken en een nachtje te vertoeven in 1 van de gastenverblijven in het koetshuis.

Geschiedenis: Middachten wordt voor het eerst genoemd in 1190 als vrij goed van Jacobus de Mithdac. Aan het begin van de 14e eeuw droeg Everardus van Steenre (1335-tussen 1392 en 1400) de bezitting (ter bescherming) over aan Reinald Graaf van Gelre. Everardus ontving het vervolgens in 1357 van de graaf in leen terug. Everardus van Middachten is stamvader van alle latere heren en vrouwen van Middachten; tot 1625 bleef het kasteel in deze familie. Het kasteel is dus van middeleeuwse oorsprong, maar werd herhaaldelijk verwoest en in gewijzigde vorm herbouwd.

De oudste bouwdelen gaan terug tot 1354-'57 toen Hendrik van Middachten een omgrachte en onderkelderde vierkante donjon liet bouwen met twee haakse vleugels aan een binnenplaats. Verder liet hij een forse voorburcht aanleggen. Na vernielingen in 1624 en 1629 volgde herstel in 1643. De huidige vorm kreeg het kasteel bij een ingrijpende verbouwing en vergroting in 1694-'97 in opdracht van Godard van Reede-Ginkel, graaf van Athlone, en zijn vrouw Ursula Philippota van Raesfelt. Naar plannen van Jacob Roman - en met Steven Vennecool als uitvoerend architect - werd het kasteel aan beide zijden vergroot met een uitbouw en kreeg de zuidzijde een smalle uitbouw. Aan de voorzijde verrees een nieuw middenrisaliet met een grotendeels in zandsteen uitgevoerde pronkgevel, vervaardigd door steenhouwer Jan Schrader uit Gildehaus. Onder de boogvormig verhoogde kroonlijst bevindt zich het alliantiewapen van de opdrachtgevers. De gevel heeft strak classicistische vormen en is voorzien van decoraties in Lodewijk XIV-stijl. De door siervazen in Lodewijk XIV-stijl geflankeerde brug dateert ook van deze bouwfase.[1]

Tuin: Nadat het kasteel in 1698 herbouwd was, is met de aanleg van de tuin begonnen. De tuinen van Versailles waren tussen 1700 - 1725 de inspiratiebron voor het grondplan (de muren, grachten en lanen) van de tuin. Binnen deze structuur werd een formele tuin gecreëerd met geschoren hagen, vormbomen en steile taluds. Aan het einde van de 18e eeuw raakt de Engelse landschapstuin in de mode en de tuin van Middachten werd op beperkte schaal aangepast aan deze mode. Hagen verdwenen en glooiende grasvelden en boomgroepen werden aangelegd. De invloed van Eduard Petzold laat zich terugvinden in de vele rododendrongroepen. Vervolgens hebben graaf en gravin Bentinck-Van Heeckeren van Wassenaer in 1900 Hugo Poortman (een leerling van de Franse tuinarchitect Édouard André) opdracht gegeven weer een formele tuin aan te leggen. Hierin moesten echter wel aspecten van de Engelse landschapstuin bewaard blijven. De tuin werd toen zoals deze nu nog wordt aangetroffen.

Het kasteel had vroeger uitgebreide landerijen. Hoewel deze niet meer in bezit zijn van de eigenaren van het kasteel (de erven van Graf zu Ortenburg), kunnen de gebouwen die vroeger tot het kasteel behoorden worden herkend aan de kleurstelling: rood en wit. Een treffend voorbeeld hiervan is het postkantoor van De Steeg. Ommetje Havikerwaard in de Steeg

Het ommetje Havikerwaard is meer een struinroute. De route voert je door de uiterwaarden van de IJssel en is weliswaar vlak maar gaat door weilanden en ongebaande paden met overstapjes en bruggetjes over watergangen. Een deel ervan gaat langs het water van de IJssel en door de populierenbossen waar het op sommige punten drassig kan zijn. De route is ongeveer 6.5 km. Met de verlenging 7.5. km. De android app is te downloaden in de Google Playstore: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mobzili.looplan&hl=nl> De iOS app is te downloaden via iTunes: <https://itunes.apple.com/nl/app/ommetjes-de-steeg/id541056797?mt=8>

Lieve Mieke,

De suikerzusters gaan je heel erg missen! We hebben erg fijn met je samengewerkt als arts maar zeker als mens met je persoonlijke aandacht naar ons. We wensen je samen met Kees nog hele mooie en gezonde jaren. Liefs, Lia, Marga, Nadifa, Peggy en Monique





uitgaan en lezen

Eva Boer

Lieve mama,

Nu je zeeën van tijd hebt, kun je lekker vaak naar een mooi concert. Hier onder alvast een
selectie van concerten

op jouw smaak toegespitst.

XXX Evie

Oktober

- 0 Zaterdag 14 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Polo de Haas: canto ostinato solo
- 0 Van zondag 15 t/m vrijdag 20 Mini Mozart Festival in Tivoli Vredenburg Utrecht – meerdere concerten
- 0 Woensdag 18 om 19.30 in Concertgebouw Amsterdam – Orkest van de achttiende eeuw: Mozarts feestelijke La Clemenza Di Tito
- 0 Zondag 22 om 15.30 in Doopsgezinde Kerk Haarlem – Concerto d' Amsterdam: Over vaders en een zoon-Bach, Telemann en Bach
- 0 Dinsdag 24 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Collegium Vocale Gent & Philippe Herreweghe in Monteverdi's Mariaverspers
- 0 Vrijdag 27 om 20.15 in Conservatorium van Amsterdam - Michael Form en Dirk Börner: Bach remixed
- 0 Zondag 29 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – KCOV Exselsior zingt Mozarts Requiem

November

- 0 Zondag 5 om 11.00 in Concertgebouw Amsterdam – Beethovens Zesde en Mischa Maisky in Saint-Saens
- 0 Vrijdag 10 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Jonge Nederlanders: Amatis Pianotrio.
- 0 Zondag 12 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Apollo Ensemble: Gigantisch Barok
- 0 Vrijdag 17 om 20.15 in Tivoli Vredenburg Utrecht - Amsterdam Sinfonietta & Lucas en Arthur Jussen: Piano's plus percussie
- 0 Woensdag 22 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Maxim Rysanov & friends met Bachs Golberg-varianties
- 0 Maandag 27 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Cecilia Bartoli en Sol Gabetta: Dolce Duello

December

- 0 Zondag 3 om 11.00 in Concertgebouw Amsterdam – Hannes Minnaar met Mozarts Pianoconcert nr. 22
- 0 Woensdag 6 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Liza Ferschtman & vrienden: Octetten Schubert & Fagerlund
- 0 Zaterdag 9 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Telemanns spektakelstuk: Der Tag des Gerichts
- 0 Zondag 10 om 15.30 in Waalse Kerk Amsterdam – Van Swieten Society: Jong Geleerd
- 0 Zondag 17 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam - András Schiff: Hongaarse meester van de klassieke pianistische vertelkunst
- 0 Maandag 18 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam - Holland Baroque: Kerst met de oude meesters
- 0 Vrijdag 22 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Willem Brons 80 jaar: Bach en Schubert
- 0 Zondag 24 om 11.00 in Concertgebouw Amsterdam – Barok kerstconcert: Musica Amphion speelt Corelli
- 0 Dinsdag 26 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Kerstrectal Regina Albrink: Bach, Beethoven, Chopin, Tsjaikovski en Sinding

Januari

- O Donderdag 11 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Pace, Ferschtman, Poltera en Kam: Messiaen
- O Zondag 14 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Lucas Jussen en Nederlands Kamerorkest: Chopin en Schubert
- O Woensdag 17 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Dover kwartet: Mozart, Haydn en Zemlinsky
- O Zondag 21 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Pieter Jan Leusink: Italiaanse Barok
- O Dinsdag 23 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Les Musiciens du Louvre met alle Brandenburgse concerten
- O Zaterdag 27 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Een staaltje ouderwetse meerstemmigheid: Vivaldi en Pergolesi
- O Zondag 28 om 14.15 in Concertgebouw Amsterdam – Bezuidenhout dirigeert en soleert bij het concertgebouworkest
- O Maandag 29 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Mark Padmore en Kristian Bezuidenhout: de Winterreise

Februari

- O Zaterdag 3 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Sitkovetsky Trio in Beethovens Tripelconcert en Mendelssohn
- O Zondag 4 om 15.00 in Van Houtenkerk Weesp – Erard Ensemble: Beethoven
- O Woensdag 7 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Rising Stars: zangeres Nora Fischer
- O Zondag 11 om 11.00 in Concertgebouw Amsterdam – naar het Italië van Respighi, Martucci en Enrico Pace
- O Donderdag 15 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Juilliard Kwartet speelt Dvorak, Haydn en Bartok
- O Dinsdag 20 om 20.15 in Concertgebouw Amsterdam – Sporaan Carolyn Sampson zingt de 'andere' Schubert
- O Zondag 25 om 11.00 in Concertgebouw Amsterdam – Isabelle Faust in Beethovens Vioolconcert.

Restaurant suggesties in de buurt ...

Concertgebouw Amsterdam

- Chang-i op de Jan Willembrouwerstraat 7 – Chinese Fusion
- Mana Mana op de Eerste Jan Steenstraat 85 – Israëliische mezzes
- Jaspers op de Ceintuurbaan 196 – Europees, Frans
- Pompa op de Willemsparkweg 6 – Italiaans, mediterraan
- ?

Waalse Kerk Amsterdam

- Ivy & Bro's op de Oudezijds Voorburgwal 96 – Europees
- Blauw aan de Wal op de Oudezijds Achterburgwal 99 – Frans
- ?

Doopsgezinde Kerk Haarlem

- Spektakel op de Spekstraat 4 – Europees, Internationaal
- Restaurant La Forza op de Frankestraat 19 – Italiaans, Mediterraan
- De Kale Pater op de Schagchelstraat 19 – Europees, Internationaal
- ?

Tivoli Utrecht

- Umami op de Oudegracht 74 – Japans, Fusion
- De Zwarte Vosch op de Oudegracht 48 – Mediterraan, Spaans

Dirk Jan Stenvers

Beste Mieke,

Tijdens de 8 maanden dat je mijn polis supervisor was, heb ik niet alleen veel van je geleerd over patiëntenzorg, communicatie en interne geneeskunde. Je wist de supervisiemomenten ook zo nu en dan te larderen met literaire en muzikale tips. Een van de auteurs die je me hebt aangeraden was Junichiro Tanizaki, en ik wist mijn boekenclub ervan te overtuigen om een werk van deze Japanse auteur uit de jaren '30 van de vorige eeuw te lezen. Dit bizarre seksuele dagboek van een Japanse hoogleraar met hypertensie gaan we volgende week bespreken, en ik vermoed dat het tot verhitte discussies zal leiden!

Maar nu is het dan mijn beurt om je een paar tips te geven om een zinvolle invulling te geven aan de volgende periode in je leven. Ik heb de 10 beste boeken die ik de laatste paar jaar gelezen heb voor je op een rij gezet. Ik weet hoe belesen je bent, dus ik hoop maar dat er iets tussen zit dat je nog niet kent!



Patrick Modiano: Om niet te verdwalen
Een surrealistische levensgeschiedenis.

James Salter: Light years
De tragische ontwikkeling van een huwelijk.

Ian McEwan: The children act
Over een kind dat uit geloofsovertuiging een behandelbeperking kiest.

John Williams: Butcher's crossing
Mooi verhaal over het keiharde bestaan van buffeljagers in Colorado.

Rachel Kushner: The flamethrowers
Fantastisch vergankelijkheidsverhaal over snelheid, kunst, en sociale ongelijkheid.

J.M. Coetzee: The childhood of Jesus
Ontroerend verhaal over een man en (zijn?) kind die een nieuw bestaan moeten opbouwen.

Chad Harbach: The art of fielding
Prachtige coming-of-age roman.

Karel Čapek: Oorlog met de salamanders
Het origineelste boek dat ik ooit heb gelezen, over de oorlog tussen mens en salamander.

Cormac McCarthy: The road
Nog steeds het beste post-apocalyptische boek dat ik ken.

Aravind Adiga: The white tiger
Ontroerend en tragisch verhaal over de Indiase klassenmaatschappij.

Ik ben heel benieuwd wat je ervan vindt. Laat je het nog eens horen als je iets hebt gelezen?
Groetjes, Dirk Jan

Jan van der Meer

Beste Mieke,

Ik kan helaas niet bij je afscheid zijn omdat ik aan het waarnemen ben op Aruba. Misschien kunnen we bij een andere gelegenheid onze pensionada/pensionado ervaringen met elkaar uitwisselen. Het schijnt dat het onthechten vrouwen makkelijker afgaat dan mannen. Ik verwacht daarom opnieuw veel van je te leren. Het was prettig samenwerken met je al keek ik soms met verbazing naar het optimisme waarmee je in mijn ogen onverbeterlijke patiënten bleef benaderen. Grenzeloze naïviteit in mijn ogen maar zo volhardend daarin dat ik er tegen mijn zin in ook respect voor had. Er is me gevraagd om een bijdrage aan een e-book voor je omdat anderen denken dat je aanwijzingen nodig hebt om het zwarte gat te vermijden. Ik denk dat dat wel mee zal vallen. Niettemin, ik kan van harte de bundel "Ik wou wel weer een beetje ziek zijn" aanraden om de zinnen te verzetten.

Als smaakmaker het gedicht "Het academisch" van Cees van Hoore:

Van hieruit kun je het zien liggen
Dat agentschap van de firma nooit meer terug.
Geruchten gaan dat ze er apparaten hebben, vreemde
neusfluiten, waarvan je zacht en diep in slaap daalt
ze er dingen uit je kunnen halen die je
bij jezelf nooit had vermoed, je hart kunnen verjongen
je er transparante zwanen mee naar bed krijgt
waar je hem vrijelijk in mag stoppen
en er staat, zegt men, nectar binnen handbereik.
Je eet er aanliggend als een Romein bedauwde druiven.
's Nachts fonkelt licht op omgekeerde flessen wijn.
Er komt een meisje als je bang mocht zijn.

Maar misschien is dit allemaal te medisch en verzet het de zinnen onvoldoende, het kan zijn dat de samenstellers van je e-book dit daarom censureren danwel het in een vergeten digitaal hoekje opbergen zodat je het niet vindt. Om de redactie wat te appaiseren daarom nog een andere suggestie: schrijf je in als toehoorder bij Culturele Antropologie en concentreer je op de medische antropologie. Daar weet je als stamlid veel van en de antropologen helpen je om afstand te nemen en naar dokters te kijken als ware het een vreemde verzameling wilden (of is dat woord ook in de ban gedaan?). Heel leerzaam én leuk, een gouden combinatie. Sterkte, veel plezier en ik spreek je!

Jan van der Meer



Kristien Tytgat

MUST SEE films:

Torch Song Trilogy
Le Concert
The Blind Side
A Beautiful Mind
Een Man Die Ove Heet
Eigen Kweek (Vlaamse serie)
La Famille Belier
All About My Mother
Billy Elliot
Alles is Liefde
Up
Notting Hill

Il Postino
August Rusch
De Surprise
Hidden Figures
Quiz me Quick (Vlaamse serie)
Van Vleesch en Bloed (Vlaamse serie)
As it is in Heaven
Intouchables
Love Actually
Babette's Feast
Moonstruck

Cinema Paradiso



Être et Avoir
Now You See Me
Little Miss Sunshine
Forrest Gump
Freedom Writers
Once
Slumdog Millionaire
Bon Dieu
Sliding Doors
Muriel's Wedding

You Will Meet a Dark Handsome Stranger
Blues Brothers
The Holiday
Good Will Hunting
The Hundred Foot Journey
Rain Man
Tous les Soleils
The curious case of Benjamin Button
La Vita è Bella
Mama Mia

Met hartelijke groet,
Kristien Tytgat

Liesbeth Hak



Leesrubriek

Lieve Mieke,
Voor de tijd die komen gaat wens ik je alle goeds! Ik hoop dat je deze kunt vullen blijven met veel moois en liefde voor jezelf en je naasten. Zoals je dat alle afgelopen jaren in je werk ook hebt gedaan. Voor je patiënten, AIOS, studenten en collega's. Maar misschien met nu wat meer ruimte voor jezelf.

Wellicht heb je daarbij tijd om te genieten van de boeken van Griet op de Beeck. In haar prachtige Vlaams verhaalt ze over het leven en durven te leven in alle opzichten. "Vele hemels boven de zevende", "Kom hier dat ik u kus" (die heb je in ieder geval all) en "Gij nu".

Alle goeds en liefs,
Liesbeth

Overgave

"Overgave is voor mij echt een sleutelwoord. Het gaat over intensiteit, over zo rijk mogelijk proberen te leven. Gesprekken echt ergens over laten gaan. De dingen uitspreken. Misschien is overgave ook wel door het wantrouwen heen duwen, dat niet te laten winnen. Ik vind het fantastisch om het positieve te durven zien, te benoemen, beet te pakken. Ja! Dat betekent ook dat je negatieve emoties niet uit de weg moet gaan. Geluk krijgt betekenis bij gratie van verdriet.



Marion Kreyenbroek

Lieve Mieke,

Tijd en ruimte krijgen voor al die dingen waar geen tijd voor was , Mieke het is een ongekende Weelde!
Van wat er moet naar wat er mag , het is een omslag van jewelste. Om te wennen zal ik nog een beetje moeten voorstellen , wat je vervolgens natuurlijk net zo gemakkelijk mag laten. In onze boekenclub hebben wij onlangs "the thousand autums van Jacob de Zoet " gelezen , mijn favoriet van het jaar. Plaats van handeling is Deshima alwaar de figuur van dr Marinus je ongetwijfeld zal aanspreken. Deze onwaarschijnlijk veelzijdige arts heeft ook niet stilgezeten in zijn leven. Zijn prachtige collectie is te aanschouwen in het Japanmuseum

SieboldHuis ,

Rapenburg 19 in Leiden.

Zelfs Kees is daar nog niet geweest , een tripje? Het verzamelen en rubriceren van planten was slechts 1 van zijn bezigheden. Wie weet vind je er inspiratie voor een aanvulling in je mooie tuin. Door Haruki Murakami is Japan je niet onbekend en de tentoonstellingen gekoppeld aan het Sieboldhuis zijn ook niet te versmaden. Aan Japanse Recepten ontbreekt het mij volledig , maar als je je ooit zou gaan vervelen dan is er nog een heel ingewikkelde en heerlijke keuken om je in te bekwamen. Natuurlijk is er in Leiden nog heel veel meer te zien. Bij het dwalen door de stad valt af en toe ook een mooi doosje te vinden. Kortom het leven is , ook zonder werk , zo ongelooflijk interessant en veelzijdig ! Voor je het weet zit je agenda weer voll

Liefs

Marion



Mary van Schooneveld

Amsterdam, september 2017

Lieve Mieke,

Een afscheidsgroet en goede wensen voor het verdere levenspad, dat hopelijk nog lang en afwisselend is, met van alles te ontdekken in de bermen, en daarbuiten tot aan de horizon....

Er is nog zoveel te ontdekken en te zien, daarbuiten het ziekenhuis, het centrum van ons ewustzijn, daar waar alles zich afspeelde. Het zal nog niet meevallen je los te scheuren, maar je hebt Kees als hoeder en metgezel, dus dat komt vast goed.

Hij opperde wat digitale tips tegen het Zwarte Gat, hopelijk bevalt mijn keuze je!

Maar ja, l'embarras du choix....

Zoveel te kiezen, dan weet je het niet meer.

Op culinair gebied wil ik graag www.biobudget.nl aan je kwijt: niet alleen heel erg verantwoord qua biologisch en anti-verspilling, maar ook erg lekkere en bijzondere recepten die toch niet te ingewikkeld zijn!

Je moet natuurlijk niet teveel achter je computer zitten, dus ga er vooral op uit en dan bijvoorbeeld naar Eye aan het IJ. Alleen al daar zijn, is een klein feestje. www.eyefilm.nl: daar vind je alle informatie. Je kunt er ook heerlijk naar buiten over het IJ kijken en iets gebruiken in het restaurant.

Verder hebben de boekhandels het moeilijk en wil ik graag reclame maken voor de Linnaeus Boekhandel aan de Middenweg 29 in Amsterdam (de boekhandels in Weesp en Abcoude zijn al vertrokken, nu kom ik daar helemaal terecht!). Het is een geweldige boekhandel met ongelooflijk veel keus en je kunt ook nog alles gratis laten bezorgen! Kijk op www.linnaeusboekhandel.nl.

Op muzikaal gebied wil ik een lans breken voor Combattimento Consort! In hun glorie tijd aangevuurd door Jan-Willem de Vriend, nu door bezuinigingen en tegenslag aardig uitgedund, maar gelukkig nog onverdroten verder gaand. Zie www.combattimento.nl

Lieve Mieke, ik weet zeker dat je je niet zult vervelen, maar misschien moet je wel "afkicken"....

En daarna hopelijk met volle teugen genieten van alles wat er op je pad komt. Heel veel dank voor je goede zorgen, je bent en was een voorbeeld voor velen.

Lieve groeten,

Mary van Schooneveld



28/APR/2015

Otto Bleker

Mieke, ...

In de jaren zeventig van de vorige eeuw, ontmoet ik Mieke voor het eerst. Zij is co-assistent in de Vrouwenkliniek van het Wilhelmina Gasthuis. Zij is jong, intelligent, leergierig, heeft een opvallend 'Caesar', nog meer uitgesproken dan op de foto van de uitnodiging voor het symposium. Zij wordt opgemerkt, ook door Kees. In mijn OLVG-tijd is er wat minder contact, maar sinds 1993 ken ik haar goed als een bevlogen, deskundige en empathische consulente interne geneeskunde en natuurlijk en heel belangrijk, als de rustgevende spil in het huishouden met Kees. Het is tegenwoordig steeds gewoner, dat je de chirurg, die je heeft geopereerd nooit meer ziet of dat de specialist, die je na een verblijf op de polikliniek terugziet, niet weet van die opname. De curatieve geneeskunde is duidelijk 'underpowered', of nog erger, heeft onvoldoende tijd en/of aandacht voor empathie; een vaardigheid, die bij Mieke in goede handen is. Willem Willink is een dichter van de gewone zaken van het leven. Hij dicht ook over empathie, het omzien naar de ander, in

God woont in de Fokke Simonszstraat (1):

God woont in de Fokke Simonszstraat

Tekst Willem Willink

Anne Vogel

Mezzo sopraan

Andante

Ik hoorde van een zeereerwaarde
en hoogbejaarde dominee:
de Here wou met onze aarde
niet één dag langer meer in zee.

Nu, als dank voor Mieke; chapeau !!

Ik hoorde van een zeereerwaarde
en hoogbejaarde dominee:
de Here wou met onze aarde
niet één dag langer meer in zee.

Al zouden wij hem overstelpen
met erediensden en dankgebed,
het zou geen ene moer meer helpen:
er werd een punt achter gezet.

Al zouden wij hem overstelpen
met erediensden en dankgebed,
het zou geen ene moer meer helpen:
er werd een punt achter gezet.

Maar zie: daar was diezelfde morgen
zo'n rotjoch in de grote stad
een doodziek duiffie aan 't verzorgen
dat-ie op straat gevonden had.

Maar zie: daar was diezelfde morgen
zo'n rotjoch in de grote stad
een doodziek duiffie aan 't verzorgen
dat-ie op straat gevonden had.

'Kristus, wat moet je dan? Wat wil je?
Ja, kijk me maar es effe an.
Godsallejeisis, beest, wat tril je.
Leg nou toch effe rustig, man.'

Toen heeft de Heer zijn toorn bedwongen,
want hij kreeg schik in het geval.
Hij spaarde dus de kleine jongen,
de zieke duif en het heelal.

Ook op muziek gezet

(1) Arend Fokke Simonszoon (1755-1812), schrijver.

Pieter van Thiel

Ik ben 2 dagen te laat én waarschijnlijk niet de juiste persoon om jou suggesties te geven hoe dat "zwarte gat" te vermijden.

Heb sinds mijn komst uit de tropen medio '85, eerst als beginnend assistent jou meegemaakt, later als zeer gewaardeerde collega, dus mag niet achterblijven.

"Niet de juiste persoon" omdat ik bij pensioen, 4 jaar geleden, in het vak verder ben gegaan (wellicht om goede reden, "eindigen" in Malawi waar ik een klein 40 jaar geleden begonnen ben, en heb deze jaarlijkse trip thuis wel moeten bevechten).

"Niet de juiste persoon", omdat van de aangegeven suggesties de kookrubriek mij bijzonder aanspreekt, maar ben i.t.t. Mieke ben een "alleseter", dus bijv. ook vlees!

In het lijstje van mijn favo kookboeken hieronder zie ik voldoende vis en vega:

(ik heb zo'n 150 kookboeken thuis, Suze kookt, ik ga graag naar de markt en de winkels, en ben het koksmaatje)

- "Vis", Philippe Emanuelli, Frédéric Raevens (2014; www.goodcook.nl; www.goodcook.nl; ISBN 9 789461 430007)

- "Rijksmuseum Kookboek". Jonah Freud (2016, ISBN 978 90 825437 0 4; publicaties@rijksmuseum.nl; wellicht te vinden in haar boekhandel in de Haarlemmerstraat, A'dam).

-- **Anthony Bourdain's Les Halles Kookboek**
(1e druk 2004 ISBN 9 789027 49 6058),
waarschijnlijk alleen nog te verkrijgen via 2e hands
boeken websites.



- "Mijn Franse Keuken", Alain Caron (2016 www.carreraculinaire.nl, ISBN 9 789048 829200)

- tot slot een stout kookboek en dat is meer ter attentie en inspiratie van Kees: "La Dégustation", Francois Gervais (2010, ISBN 90 77204 172)

Tot slot, in april zit ik weer zo'n 6 weken in Malawi, mochten jullie in die periode een trip door oost en zuidelijk Afrika plannen, laat weten, dan kunnen jullie enkele dagen te gast zijn.

hartelijke groet,

Pieter





verrassingsrubriek



Anniek Vlijm Kieviet

Lieve Mieke,

Vermijd het zwarte gat na je pensioen: start naast het Medisch Centrum voor Dieren op de Isolatorweg je eigen honden wellness!

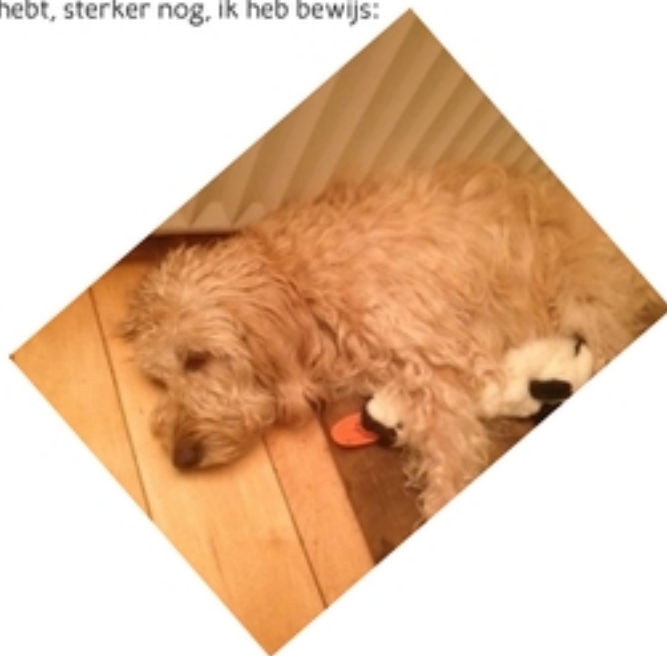
Jij staat bekend om de enorme rust die van jou uitgaat, patiënten weten gelijk dat ze bij jou in goede handen zijn. Ik durf zomaar te stellen dat je hetzelfde effect op honden hebt, sterker nog, ik heb bewijs:

Dus schrijf je in bij de KvK, bedenk een leuke naam (Rasta Wellness Center?), huur een ruimte met prachtige tuinier-mogelijkheden, en ga aan de slag!

Wat heb ik geboft: ik heb van je mogen leren als co-assistent, als arts-assistent en nu als internist en je bent een geweldig rolmodell

Geniet van je zeer welverdiende pensioen,

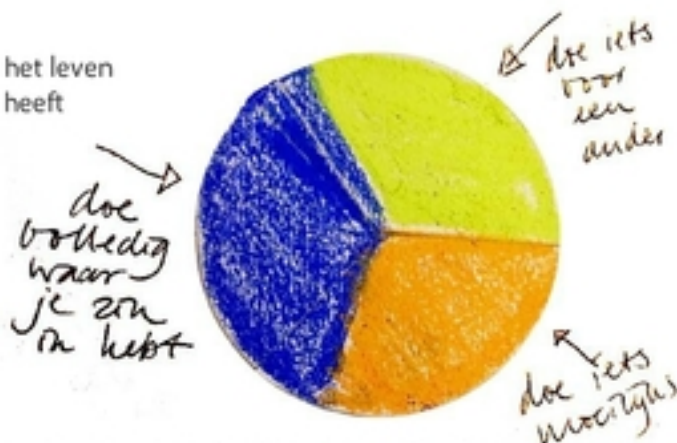
liefs
Anniek.



Djoeke Veeninga en Jaap Fransman

Lieve Mieke,

van ons krijg je een sobere maar erg nuttige tip hoe met het leven als pensionada om te gaan. Een beproefd recept dat zich heeft bewezen bij hen die je zijn voorgegaan.



Hou dit eenvoudige schema aan!

Als de structuur van het dagelijks werk wegvalt, hou dan in de gaten dat je je tijd in drie gelijke delen besteedt aan:

- | | |
|--------|--|
| Groen | Doe dingen voor andere mensen, die je daar een plezier mee doet. |
| Blauw | Doe dingen waar je nou eens totaal zin in hebt. Wat dan ook. Op welk tijdstip van de dag dan ook. Ongegeneerd. Alleen maar omdat je er gewoon zin in hebt. |
| Oranje | Doe dingen waar je je verstand bij moet gebruiken en die moeilijk en uitdagend zijn. |

Veel succes!

Met liefs van
Djoeke en Jaap

Els Nieveen van Dijkum



Houdt een Dagboek bij!

Een dagboek helpt je bij het stilstaan bij de dagelijkse lichtpuntjes en is ook nog eens bijzonder goed voor het humeur. Geniet ervan!

Schrijven in een dagboek werkt ontspannend

Wanneer je schrijft wat je leuk vindt, zul je de ontspannende werking ervaren. Het monotone geluid van je pen op het papier, de mooie zinnen die je schrijft, het rustmomentje... allemaal dingen die zorgen voor een ontspannen lichaam en geest.

Een dagboek werkt als je beste vriend(in)

Soms wil je je verhaal kwijt bij je beste vriend of vriendin. Helaas kun je niet altijd even makkelijk langsfietsen. Een dagboek is er altijd, in welke vorm dan ook. Schrijf je verhaal op, dan ben je de emotie voor nu even kwijt, en kun je er morgen over doorpraten met je beste maatje.

Je houdt jezelf een spiegel voor

Schrijven over jezelf werkt als een spiegel. Als je beschrijft wat je op een dag of een bepaald moment gedaan hebt, bied je jezelf de kans deze momenten nog eens te overzien. Je zult merken dat je jezelf beter leert kennen. Je leert de momenten inzien waarop je het meeste stress ervaart, of wat de momenten zijn die je leven zo leuk maken.

Je leert je dromen en doelen waar te maken

In een dagboek kun je opschrijven hoe je dag is verlopen. Maar je kunt ook kijken naar de toekomst. Wat zijn je dromen? Wat zijn je doelen? Schrijf deze op en houd in je dagboek bij op welke manier je bezig bent met het waarmaken van die dromen en doelen.

Klaar? Lees je eigen tekst hardop voor. Luister met aandacht.

Die eerste witte bladzij...

Wacht niet op zin of inspiratie.

Dat leidt tot uitstel en maakt de start steeds moeilijker.

Plan korte schrijftijd in.

Kort schrijven verlaagt de start drempel en versterkt de concentratie.

Kies een onderwerp.

Bijvoorbeeld iets van jezelf waar je nieuwsgierig naar bent: iets waarvan je droomt of juist iets waardoor je uit balans raakt.

Begin dan direct met schrijven.

Schenk aandacht aan je allereerste gedachten. Zo ga je associatief schrijven. Schrijf zo snel je kunt en blijf schrijven. Als je niets meer weet: herhaal het laatste woord.

Corrigeer niet;

dan ga je meer nadenken en dan kom je minder makkelijk in contact met je onbewuste inspiratiebron. Corrigeren kan altijd nog.

Jeannine Nellen

Lieve Mieke,

Ik geloof helemaal niet dat je je gaat vervelen! Maar mocht je thuis zitten en even niet weten wat te doen, zou ik zeggen alle afleveringen van de Great British Bake Off bekijken! En tussen de afleveringen door dan mijn favoriete recept maken: de American Key Lime Pie, te vinden op <https://kerrycooks.wordpress.com/2012/09/14/american-key-lime-pie-from-the-great-british-bake-off/>



Daarnaast ken je natuurlijk de adviezen voor beweging, dus je zult aan de kracht training moeten: 2 keer per week een half uur. Ik stel toch voor dat je je bij de sport school aanmeldt. Ik heb me even verdiept in de sportscholen om je heen en ik denk dat het fitnessclubgooimeer.nl gaat worden. Hierbij de link voor een gratis dagpas: <https://www.fitnessclubgooimeer.nl/gratis-dagpas-online/?gclid=CJqN7la4ndYCFQoz0wodUclIKQ>



Je hebt er vast al zin in! Al kan ik me ook zo voorstellen dat je denkt "Dat is niks voor mij!". Dan kun je ook naar senioren gym in Muiderberg. En hierbij dan de link naar de proefles: <http://www.zaalsportclub.nl/sportaanbod/senioren gym>



HAHAHA, ik ben benieuwd hoe het met je zal gaan. Ik zal je missen! Onthoud je alsjeblieft alles voor mij? Dat als ik aan mijn pensioen begin ik op jouw ervaring kan bouwen? Net als in mijn werkende leven tot nu toe.

Liefs
Jeannine

Joppe Hovius

Lieve Mieke,

Je hebt zo ontzettend veel betekend voor de interne geneeskunde, het AMC, de afdeling interne geneeskunde, je collegae, de arts-assistenten en de coassistenten. Dat is met geen pen te beschrijven. Ook ik heb veel van je kunnen leren en bewonder je kennis, inzet, en manier waarop je omgaat met collegae en patienten. Daarom is het ontzettend jammer dat je weggaat. Je partner wilde voorkomen dat je in een zwart gat zou vallen. Ik denk dat dat wel los loopt, maar hoe moet dat nu met ons?

Toch wilde ik je iets meegeven voor straks. Ik heb gehoord dat je dol bent op tuinieren en al een prachtige tuin hebt. Je wist vast en zeker nog niet dat tuinieren een van de gevaarlijkste hobby's is van Nederland? Ik durf zelfs te stellen gevaarlijker dan kite-surfen, wat ik zelf met enige regelmaat doe. Bijna één derde van alle tekenbeten – en dat zijn er meer dan 1 miljoen per jaar – worden opgelopen in de tuin. Tekenbeten kunnen leiden tot de ziekte van Lyme en sinds kort weten we ook dat ze, zelfs in Nederland, andere bacteriële, virale of parasitaire infecties kunnen overbrengen.

Daarom wil ik je ten eerste persoonlijk van harte uitnodigen voor mijn oratie 20 oktober, zodat je met de nodige achtergrondkennis voortaan je tuin kunt betreden. Ten tweede zou ik je willen aanraden om te overwegen, samen met je partner, een andere hobby, bijvoorbeeld kite-surfen, op te pakken.

Mieke, het ga je goed en ik zal je missen als collega en persoon!

Liefs,

Joppe en Jacqueline



Julius Roos

Lieve Mieke,

De foto op de uitnodiging voor jouw afscheid heeft mij zeer getroffen. Uit dat beeld spreekt een intens menselijke verbondenheid tussen dokter en patiënt, een haast tedere verstandhouding, die met woorden moeilijk uit te drukken is. Je ziet de dokter, de witte jas, de bloeddrukmeter, en de patiënte, die de dokter aankijkt, ik denk verwachtingsvol, maar dat is niet te zien omdat de waarnemer haar op de rug ziet. En daartussen die twee handen die ineengestremgeld de verbondenheid en de warme wederkerige belangstelling bezegelen. De foto is kenmerkend voor jou, zoals ik mij je herinner uit het Binnengasthuis, waar de foto bijna zeker genomen is. Ineens wist ik weer waarom wij lang geleden - het moet zijn toen je net klaar was met je opleiding tot interniste - kortdurend hebben gefantaseerd over een associatie; het is die waarachtige oprechte belangstelling voor de patiënt die jou kenmerkt en die zo goed overeenkwam met mijn eigen opvattingen over de geneeskunst, die maakte dat ik die stap overwogen heb. Het zou vast succesvol geweest zijn, maar het is in een embryonaal stadium blijven steken. Maar niet getreurd, we gingen ieder ons eigen weg: jij hebt een fantastische academische carrière gehad, en ik had en heb ook niets te klagen.



Mijn eigen pensioen ligt al weer tien jaar achter mij, en ik kan je verzekeren dat er niets mis mee is. Een zwart gat ligt volgens mij niet in je karakter, en gezien je belangstelling, zullen er allerlei dingen op je weg komen die je voldoening zullen schenken. Je zult er van genieten en wie weet zullen onze paden elkaar nu vaker kruisen dan in de afgelopen dertig jaar.

Het ga je goed,

Julius Roos

Max Nieuwdorp

Nog wat leuk

Waarde Mieke,

Nu je pensionado leven nadert, lijkt het mij voor jou niet moeilijk een goede invulling te vinden. Jij en Kees hebben een rijk sociaal leven gehouden naast jullie drukke werk, kunnen geweldig genieten van lekker eten en gezellige avonden. Dus dat komt wel goed.

Een ding dat mij heel goed is bijgebleven, is dat toen je je enkel gebroken had je je dagen gevuld hebt met het kijken van voetbal. Die passie die toen is opgeleaid, is nooit meer weggegaan. Mijn advies zou dan ook zijn om een seizoenskaart voor Ajax aan te schaffen zodat we elkaar nog eens tegenkomen in Amsterdam Zuidoost!

Warme groet

Max



Suzanne Geerlings

Papieren definitie kwaliteit van zorg

- Veilig
- Effectief
- Doelmatig
- Tijdig
- Toegankelijk
- Toetsbaar
- Patiëntgericht



Mieke is in vivo definitie goed kwaliteit van zorg



Mireille Serlie

Lieve Mieke. Enkele suggesties voor na je pensioen. Ik kan ze allen uit persoonlijke ervaring aanbevelen.



In de wildernis
kamperen
(Insecten)



Kanotocht in de
Okavango Delta
nu het nog kan
(Indrukwekkend)



Orang Oetans op
Kalimantan
ontmoeten
(vertederend)



Helpen waar ze
je nodig hebben
(voldoening)



Gunung Rinjani op
Lombok
beklimmen
(fantastisch)

Liefs. Mireille.



Olfant en Rhino
encounters in
Zimbabwe
(prachtig)



Raften op de
Zambezi rivier
(spannend)

Mediteren in
een lemen hut
(vermoelend)



Hiken in de White
Mountains; winter
en zomer
(waanzinnig)

Weekend
Valencia (leuk)



Je eigen hotel in
een wildpark in
Afrika creëren
(relaxed)





www.jilster.nl



* 1 2 3 4 5 6 7 *