

PUUR

De wereld van Pascale Naessens

Lannoo

Hartelijk welkom in mijn wereld

Dit boek is een weergave van mijn leven als auteur van kookboeken, als keramiste en als romanticus. Tien jaar geleden schreef ik mijn eerste kookboek. Het veranderde mijn leven. Om dat te vieren en te delen met mijn lezers heb ik samen met mijn man dit fotoboek gemaakt. We willen even wegdromen. Het is geen werkboek, geen kookboek. Wel een boek vol sfeer, een liefdesverklaring aan het leven. Er staat wel een beperkt aantal recepten in: geen nieuwe recepten, maar recepten die horen bij mijn verhaal. Maar ik wil je niet aan het werk zetten. Ik zou zeggen: kijk en geniet.

Pascale







*And after April, when May follows,
And the whitethroat builds, and all the swallows!
Hark, where my blossom'd pear-tree in the hedge
Leans to the field and scatters on the clover
Blossoms and dewdrops ...*

Robert Browning (1812-1889)

Uit: *Home-Thoughts, from Abroad*







Natuurlijke voeding

Noem me vooral geen gezondheidsfreak. Ik ben een levensgenieter.
Gezondheid betekent voor mij leven in harmonie met de natuur.
Onze natuur. Als je de kracht van natuurlijke voeding hebt ontdekt,
wil of kun je niet meer terug. Je beseft dat deze waardevolle onbewerkte
producten een geschenk zijn van de aarde en dat ze je lichaam op
een natuurlijke manier voeden. Je ziel en je geest komen ervan tot rust.
Mijn gezondheidsadvies komt dus hierop neer: eet natuurlijke voeding.





Spade

Zij bijt het eten uit de grond. Haar snede
keert het bestaansrecht om, vlak bij
de aarde. Wie haar schaafde, smeedde,
wil geen gras, wil knol, verteerbaar blad.

Geert van Istendael

The background of the entire page is a close-up photograph of dark, rich brown soil that has cracked into a complex, irregular pattern of polygonal shapes. The cracks are deep and dark, creating a stark contrast with the lighter, textured surface of the soil. The lighting is somewhat uneven, highlighting the rough, granular texture of the earth.

Handen.
Je kunt er
zo veel
aan zien.











STERIL





Zeeduivel met gebakken asperges
en dikke saus van waterkers

Recept uit *Puur Pascale* en achteraan dit boek op p. 233.



Alle titels van mijn boeken op een rijtje
vormen een samenvatting van mijn visie
op voeding:

Mijn Pure Keuken

Volop genieten en toch gezond en slank

Puur Genieten

en toch gezond en slank

Puur Eten

dat je gelukkig maakt

Puur Pascale

Beter eten is beter leven

Nog eenvoudiger

met 4 ingrediënten

Echt eten

Maak jezelf sterker, gezonder
en gelukkiger

Dankwoord

Dit boek draagt wel de ondertitel ‘De wereld van Pascale Naessens’, maar niemand leeft alleen op de wereld. Zonder mijn lieve medemensen, zonder mijn vrienden, familie, burens en medewerkers zou mijn wereld niet kunnen bestaan. Bovendien is mijn wereld er bij uitstek een die naar buiten is gekeerd, die anderen uitnodigt om er deel van uit te maken, hoewel mijn eigen intieme wereld de inspiratiebron en de motor ervan is.

Omdat dit in grote mate een fotoboek is, wil ik alle fotografen bedanken die hebben meegewerkt aan de creatie van mijn boeken. Het zijn stuk voor stuk creatieve, getalenteerde mensen. Bedankt, fotografen Roos Mestdagh, Diego Franssens, Heikki Verdurme, Wout Hendrickx, Ramon de Llano. En Leen Depooter voor de layout van dit boek. Ten slotte wil ik ook nog alle medewerkers van Uitgeverij Lannoo bedanken voor de jarenlange samenwerking. Het is een plezier om met jullie samen te werken.

www.purepascale.com

www.lannoo.com

TEKSTEN, RECEPTEN, STYLING EN CONCEPT
Pascale Naessens en Paul Jambers

FOTOGRAFIE

Roos Mestdagh: p. 3, 4, 7, 9, 12, 24 -27, 30, 31, 49, 58, 59, 66, 79, 107, 110, 111, 123, 141, 149, 155, 228, 230, 232, 239, foto Pascale schutblad achteraan

Diego Franssens: foto Pascale schutblad vooraan, 15, 32-36, 38, 39, 51, 56, 57, 62, 82-90, 124-132, 166-175, 198-220, achterplat

Ramon de Llano: cover, p. 8, 22, 37, 40-44, 46-48, 52, 53, 65, 68-77, 80, 92-105, 108, 112-122, 134-140, 143-148, 150-154, 156-165, 184-189, 242

Wout Hendrickx: p. 11, 16, 18, 19, 20, 21

Heikki Verdurme: p. 28, 45, 54, 55, 61, 176-181, 190-197, 222-226

Lichtwaas: p. 60

Ludo Goossens: p. 182

VORMGEVING

Leen Depooter – quod. voor de vorm.

Als je opmerkingen of vragen hebt,
dan kun je contact opnemen met de uitgeverij:
redactielifestyle@lannoo.be

© Pascale Naessens en Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2020

D/2020/45/527 – NUR 440-450

ISBN: 978 94 014 7176 3

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