



Chef-kok Peter van Overbeek (links) en voorzitter Eric Leenderts van het Maitreya Instituut in Loenen. Het zijn de mannen achter het boek *Geheimen uit een boeddhistische keuken*. © Rob Voss

Chef-kok Peter geeft vanuit Loenen geheimen uit een boeddhistische keuken prijs

Het is een mooi hart onder de riem. Conferentiecentrum Bosoord, van het Maitreya instituut in Loenen, wordt hard geraakt door de coronacrisis. Tegelijk vindt het kookboek dat Maitreya heeft uitgegeven zijn weg door Nederland. *Geheimen uit een boeddhistische keuken ging* in korte tijd een paar honderd keer over de toonbank. „Wanneer dit verkoopsucces zich doorzet is een Engelstalige versie een logische stap.”

Jeroen Pol 28-05-20, 14:00

Het Maitreya instituut omvat niet alleen het oudste boeddhistisch instituut van Nederland, maar ook conferentiecentrum Bosoord en een uitgeverij zijn loten aan de tak. Waar de activiteiten in Bosoord door corona zijn stil gevallen is er volop beweging binnen de uitgeverij. Peter van Overbeek, de chef-kok van Maitreya, zette in samenwerking met zijn voorganger Maarten de Vries 64 vegetarische gerechten op papier. Marije van de Vlekkert deed de fotografie, met een boek 167 pagina's als resultaat.

„In Bosoord verzorgen we normaal gesproken retraites en geven we lessen op boeddhistische grondslag”, legt Eric Leenderts, voorzitter van het Maitreya instituut uit. „Verhuur van ruimtes is daar een andere tak. Beide zijn helemaal weggefallen. Bij ons zijn de gebouwen de grootste kostenpost. Dat krijgen we dit jaar financieel niet meer recht.”

Tempel

Langzaam ontstaat een nieuwe werkelijkheid. „Het gebouw is in veel ruimtes te verdelen. Groepen zijn er op zichzelf. Er kunnen tot dertig mensen in de centrale tempel. We kunnen duidelijke looprichtingen aanbrengen. De vraag is nu hoe het na de zomer zal gaan. Of mensen weer bij ons mogen zijn én of mensen weer bij ons willen zijn.”

Het eten uit de keuken van Maitreya hoeft ondertussen niemand te missen. „Er werd al jaren naar een receptenboek gevraagd”, legt Leenderts uit. „Onze kookcursussen zijn populair. ‘Als je zo kan koken mis ik het vlees niet’, zei iemand. Vorig jaar bestonden we veertig jaar. Dat zagen we als een mooie gelegenheid om met een kookboek te komen. Het kostte een half jaar, maar we zijn heel tevreden met het resultaat. Ik zag bij het centraal boekhuis dat er in de eerste weken al een paar honderd zijn verkocht, zonder veel ruchtbaarheid.”

Wat uniek is aan dit boek? „De portie grootte staat er in. Want wat zegt dat nu: een recept voor 4 personen? Zijn dat mensen die veel of weinig opscheppen? Dat is in dit boek veel praktischer. Wat dit boek ook bijzonder maakt is dat er uitleg wordt gegeven over boeddhisme en voeding. Zoals de traditionele boeddhistische indeling van ingrediënten. Die worden verdeeld in wit en zwart voedsel. Om zo aan te geven of ze de concentratie tijdens mediteren versterken of verzwakken.”

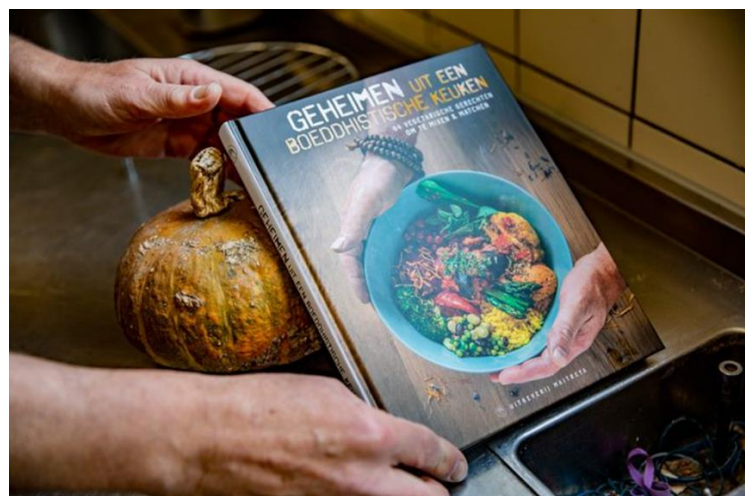
Simpele ingrediënten

Leenderts noemt Peter van Overbeek een ‘no-nonsense kok’. „Het zijn allemaal recepten met simpele ingrediënten waar je niet stad en land voor af hoeft. Dat is de kracht. Peter heeft ook gekookt in boeddhistische centra in Spanje, Frankrijk en Amerika. Zijn gerechten vallen ook daar in de smaak. De meeste recepten zijn veganistisch of glutenvrij te bereiden. Wanneer het verkoopsucces zich doorzet is een Engelstalige versie een logische stap.”

„In het boek”, zegt Leenderts, „leggen we op een paar pagina’s ook uit wie wij zijn. Het is een mooie bijkomstigheid dat mensen ons zo ook kennen. We bereiken een veel groter doelgroep dan binnen onze eigen cirkel. Wie weet, meldt iemand zich voor een cursus. Of denkt aan ons als conferentie-locatie. Het succes zit hem niet alleen in de verkoopcijfers.”



Tortellini met pompoen, salie en truffelroom.
Het gerecht staat binnen 60 minuten op tafel.
© Marije van de Vlekkert



Geheimen uit een boeddhistische keuken kost 21,95 euro
Hardcover, 168 blz., 64 recepten
© Rob Voss