

Wat doet de acteur Thom Hoffman als hij voor de opnamen van Zwartboek kilo's moet afvallen? Hij beult zijn lijf maandenlang af, raakt geen muffin meer aan en overleeft op louter groente en één ons vlees of vis per dag.

NIET TE CLEAN ALS JE BLIEFT

Het eten op de filmset is in de loop der jaren flink vooruitgegaan. “Vroeger kon je patat met een frikadel krijgen en liepen alle acteurs en actrices met grote pukkels rond, die dan weer moesten worden weggeschminkt. Tegenwoordig krijgen we gezonder te eten. De jongens van het licht, die de hele dag met zware lampen rondsjuwen, eten bergen pasta, de actrices nemen een zuinig boterhammetje, salade en kwark en ik hang daar een beetje tussenin.”

Thom heeft zich zijn hele leven onlangs gegeten aan koekjes maar kan zich tegenwoordig beter beheersen. “Maar Bastognekoeken blijven absolute killers. Ik zorg dat ik ze niet te vaak in huis heb. Je kent het gezegde: zes seconden in de mond, zes uur in de maag en zes weken op de heupen. Supertruttig, maar na je veertigste moet je daar gewoon rekening

3 FAVORIETEN van Thom Hoffman



KOKOSBROOD

“Omdat het me aan mijn jeugd herinnert.
En omdat het gewoon erg lekker is.”



JUS D'ORANGE

“Elke ochtend een paar
glazen vruchtensap om
wakker te worden. Het
verse sap van Albert Heijn
is favoriet.”



RODE WIJN

“Liever één keer in
de week een
mooie wijn dan
elke dag een
Chateâu Migraine.”



mee houden. Daarom probeer ik zo min mogelijk te snoepen. Alleen een toetje laat ik me niet ontzeggen. Dat kan variëren van een stom vanillevlaatje tot tiramisu of Indische spekkoek. Bij *Wagamama* haal ik zo nu en dan een Japans ijsje van groene thee dat bijna niemand lekker vindt. En als ik in restaurant *Kob-i-Noor* eet, ga ik voor Kulfī, een Indiaas amandelijsje. Onwijs lekker als je een beetje spicy hebt gegeten.”

Thom is blij dat we steeds internationaler gaan eten. “Als Nederland niet multicultureel was, zaten we nog steeds met z'n allen aan de bloemkool.

Ik woon in het centrum van Amsterdam en daar vind je op elke honderd meter vijf restaurants uit vijf verschillende landen. Hoog op mijn lijstje staat Japans restaurant *Yamazato* in het Okura-hotel. Ze hebben twee sterren en dat proef je. Heerlijke sashimi, sushi en niet te vergeten: miso-soep. Een beetje saké erbij en je voelt dat je lichaam van binnen langzaam wordt gereinigd. De puurheid van het Japanse eten spreekt me erg aan.”

Zelf is hij een waardeloze kok. “Van het eten dat ik maak, ga je nog net niet dood, maar daar is ook alles mee gezegd. Vlees bakken, nasi maken, een pasta in elkaar draaien; het lukt me, maar verwacht niks verrijnds. Ik ben al zo creatief op andere vlakken, moet ik dan óók nog goed kunnen koken? Ik ga gewoon uit eten als ik lekker wil eten. Dat heb ik ook van huis uit meegekregen. Mijn moeder stond zes dagen in de week in de keuken voor vier mannen die het liefst aardappelen, vlees en appelmoes wilden eten. De zevende dag aten we in een Chinees-Indisch restaurant. Dat was het culinaire hoogtepunt van de week.

In de jaren tachtig en negentig kwam ik vaak ik bij *Tartufo*, een restaurant aan het Singel in Amsterdam. Een clubhuis voor kunstenaars als Rob Scholte, Peter Donkersloot en Joost Zwagerman. Ik at daar wel drie, vier keer in de week. Als ik even niet wist wat ik moest doen, na een filmopname of als het weer eens uit was met één of ander half vriendinnetje ging ik erlangs voor een carpaccio of lamskoteletjes met rozemarijn. Er zaten altijd wel bekenden. Na het eten gingen we naar de kroeg, daarna naar een discotheek en om een uur of zeven 's ochtends weer terug naar *Tartufo* om nog even met de eigenaar na te tafelen.”

Tegenwoordig kiest Thom voor kwaliteit en gezondheid en begint hij elke dag met grote glazen vruchtensap om wakker te worden, muesli en lekker stevig bruin brood. “Ik bewaar het brood in de koelkast omdat het dan langer vers blijft, een vrijgezelligengewoonte. Verder eet ik een paar keer in de week verse groenten en koop ik biologisch rundvlees in plaats van varkensvlees. Daarnaast sport ik veel: squashen, hardlopen, voetbal. Al met al een redelijk gezonde leefstijl. Toch kom ik één keer per week op een punt dat ik zo *clean* ben, dat ik snak naar een bak patat of vette hamburger. Dan zit er niets anders op dan even door de McDrive te rijden.” ●

Hotel Okura Amsterdam, Ferdinand Bolstraat 333 in Amsterdam (www.okura.nl)

Thom

DE PROFESSOR

Thom Hoffman is een van de hoofdrolspelers in *Zwartboek*, de film van Paul Verhoeven. Vanaf 13 oktober reist hij door het land met de musical *My Fair Lady* waarin hij Professor Higgins speelt.