

‘ZELF BAK IK ALLEEN PANNENKOEKEN’

Hij is verslaafd aan Autodrop en vindt kaas ‘vreselijk’. Toptennisser Jesse Huta Galung over eten.

Lengte, gewicht, vetpercentage

“1.88 meter, 90 kilo, 11,4%.”

Gewicht is belangrijk

“Ja, ik let op dat ik niet te zwaar word. Niet van voeding; ik sport genoeg. Ik word juist snel zwaar in het krachthok. Als ik te veel krachttraining voor mijn benen doe, kan ik mijn spijkerbroeken niet meer aan. Het is voor een tennisser niet handig te gespierd te zijn. Ik moet flexibel blijven.”

Altijd in de koelkast

“Niet veel. De meeste producten hebben een houdbaarheidsdatum en ik ben weinig thuis. Op dit moment staan er magere kwark, magere melk, Cola Zero en een vegetarische hamburger voor mijn vrouw in.”

Zelf koken

“Nee, ik bak alleen de pannenkoeken. Na een training heb ik vaak erge honger en dan zorgt mijn vrouw dat het eten klaar staat.”

Favoriet gerecht

“Japans. Tempura-achtige sushi met gefrituurde gamba's.”

Grootste zonde

“Ik vind winegums lekker en in mijn auto eet ik altijd Autodrop. Ik ben verslaafd aan de Cadillacs.”

Altijd

“Ik heb altijd Red Bull bij me. Mocht ik tijdens een wedstrijd een dip krijgen, dan is dat een snelle opkikker. Niet alle toernooien voorzien in sportdrink. Sommige hebben alleen water en dat is niet genoeg voor mij tijdens een wedstrijd.”

Nooit

“Alle soorten kaas. Het is zelfs zo erg dat ik de kaas van een pizza haal, anders eet ik 'm niet. Een tosti maak ik alleen met ham en in de supermarkt loop ik met een grote boog om de kaasafdeling heen. Vreselijk, die geur alleen al!”

Eetic

“De Cadillacs. Ik ga er speciaal voor naar de supermarkt.”

Mee naar het buitenland

“Mijn voedingssupplementen van Plantina; ik sport vier tot zes uur per dag en heb die nodig om sneller te herstellen. Red Bull, Cadillacs en meergranenboekjes van Lu voor de kleine trek.”

Eten om nooit te vergeten

“Onderweg naar een Davis Cupwedstrijd in Londen at ik negen chickennuggets bij de McDonald's. Ik ben een week lang ziek geweest. Het kwam er aan alle kanten uit. Op een gegeven moment zijn we om twee uur 's nachts naar het ziekenhuis gegaan, omdat we dachten dat ik blindedarmontsteking had. Het bleken die nuggets te zijn. De Davis Cupwedstrijd heb ik niet kunnen spelen.”