

Nº 36

MARTINTXO SUKALDARI

Caprichos de primavera: nos entregamos a las zizas de primavera.

RADAR GOURMET

Para turófilos, es decir, para amantes del queso.

TALENTUZ

Judith Argomaniz, diez años dirigiendo la compañía Lasala.



Martintxo



SIN
SETAS
NO HAY PARAISO

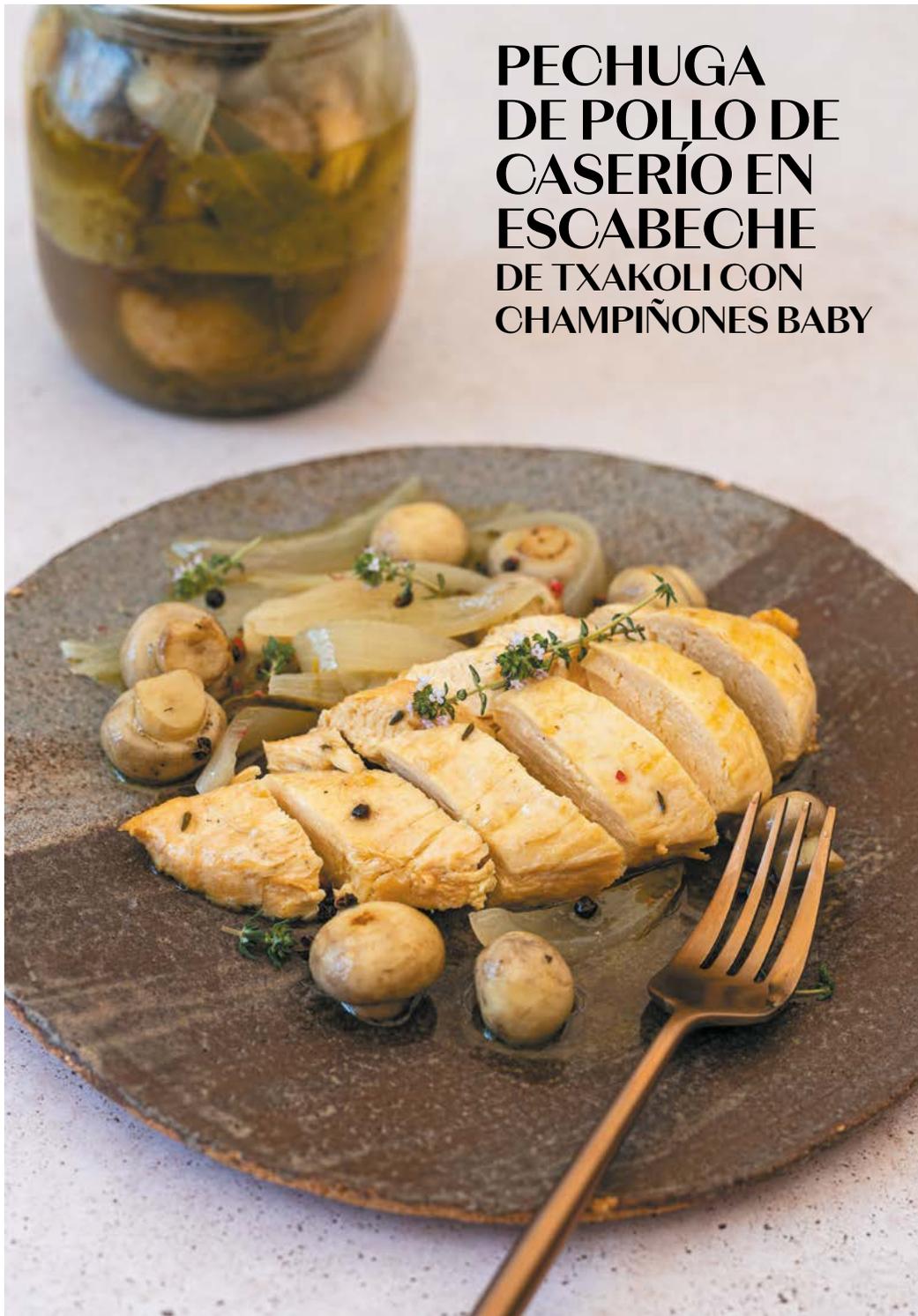


San Martín
merkatua

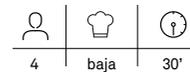
Con tesoros procedentes del bosque como las zizahoris, el resultado de estas recetas no podía ser menos que espectacular.

SETAS, REINAS DE LA PRIMAVERA

REALIZACIÓN Y FOTOS SARA LUENGO



PECHUGA DE POLLO DE CASERÍO EN ESCABECHE DE TXAKOLI CON CHAMPIÑONES BABY



Ingredientes:

- 2 pechugas de pollo de caserío enteras
- 250 gr de champiñones baby
- 1 cebolla dulce
- 3 dientes de ajo enteros
- 300 ml de aceite de oliva virgen
- 100 ml de vinagre de sidra
- 100 ml de txakoli
- 100 ml de agua
- 6 bolitas de pimienta
- 1 boja de laurel
- 1 ramita de tomillo

Elaboración

- 1 Cubrir el fondo de una cazuela con la cebolla cortada en plumas, los dientes de ajo y los champiñones limpios, todo en crudo.
- 2 Salpimentar las pechugas. Poner el aceite en una sartén honda y freír las pechugas por todos los lados para que queden bien selladas.
- 3 Incorporar las pechugas a la cazuela y echar el aceite caliente por encima.
- 4 Añadir el vinagre, el txakolí, el agua, el laurel, los granos de pimienta y la ramita de tomillo.
- 5 Cocinar a fuego suave unos 30 min.
- 6 Dejar reposar.
- 7 Se suele servir a temperatura ambiente o templado y queda más rico si se deja en el frigorífico de un día para otro o incluso 2 o 3 días. Es ideal para comer solo o como acompañamiento de ensaladas.



4 | baja | 25'

Ingredientes:

- 1 docena de zizahoris
- 4 espárragos trigueros gruesos
- 1 cucharada de salsa de soja
- 1 cucharadita de miel
- 1 cucharadita de maicena
- 60 ml de agua fría
- Aceite de oliva virgen
- Sésamo tostado

Elaboración

- 1 Limpiar y trocear las zizahoris para dejarlas de un tamaño parecido.
- 2 Con un pelador cortar los espárragos en tiras finas.

- 3 Poner un chorro de aceite en una sartén honda y saltear las setas hasta que empiecen a dorarse.

- 4 Añadir los espárragos y saltear un par de minutos más.

- 5 Añadir la salsa de soja, la miel y la maicena disuelta en el agua y cocinar hasta que se espese la salsa.

- 6 Servir inmediatamente con un poco de sésamo por encima.

ZIZAS DE PRIMAVERA SALTEADAS CON ESPÁRRAGOS TRIGUEROS ESTILO ORIENTAL



Habitual de la cesta de la compra y protagonista de algunas de las mejores experiencias gastronómicas, el queso es alimento para el alma. Hacemos una selección de los puestos de San Martín Merkatua en los que cualquier buen amante del queso debe hacer una parada.

FOTO ESTITXU ORTOLAIZ

Inma Iriondo en la quesería Adarrazpi con parte de su rebaño de ovejas latxa.

IDIAZABAL Y MUCHO MÁS

Tras la quesería Adarrazpi se encuentra un proyecto familiar que nació en 2005 en las faldas del monte Adarra, en el barrio Goiburu de Urnieta. Allí, las ovejas latxa son criadas en manejo extensivo, por lo que en invierno se alimentan en los pastos urnietarras y en verano suben a la sierra de Aralar. Con su leche elaboran lácteos (leche, cuajada, queso fresco, queso tierno, queso nata, crema de queso) entre los que destaca su queso con denominación de origen Idiazabal, de pasta prensada y maduración mínima de 60 días.

→ Adarrazpi Gaztandegia
Planta -1
San Martín Merkatua



GOIBURU

NO ARRUINES EL SABOR DE UN BUEN QUESO SIRVIÉNDOLO DIRECTAMENTE DE LA NEVERA, SÁCALO UNA HORA ANTES DE COMERLO.

UN QUESO FRANCÉS MUY APLAUDIDO

El Comté siempre ha ocupado un lugar privilegiado entre los quesos franceses. Elaborado en los Alpes exclusivamente con leche de vaca, destaca por su distintivo sabor y llama la atención su aspecto, ya que, aunque lo consumamos en trozo, sus enormes ruedas pueden llegar a pesar 40 kilos. La firma centenaria Rivoire-Jacquemin presume de su queso de 18 meses, uno de sus más añejados, que te va a sorprender.



→ **Muñoa
Planta 0
San Martin Merkatua
Compra online
www.sanmartinmerkatue.com**



UN MANCHEGO CON PERSONALIDAD ÚNICA

El queso curado de la D.O. Manchego Dehesa de los Llanos pertenece a un linaje familiar de quesos premiados mundialmente. Elaborado con leche de ovejas manchegas criadas en las tierras de la finca, este queso ganador de varias medallas de oro y plata en certámenes mundiales con gran prestigio en el sector, te gustará por su calidad y equilibrado sabor.



→ **Iñaki & Jenny
Planta -1
San Martin Merkatua
Compra online
www.sanmartinmerkatue.com**

EL TEMPLO DE LOS QUESOS VASCOS

Iritz Imaz es un apasionado defensor de las formas tradicionales de elaborar quesos y también del modo de vida de los pequeños productores, ya que "ellos son los guardianes de la sostenibilidad de nuestro entorno". En su puesto lucen joyas queseras de diferentes rincones de Euskal Herria que hacen las delicias de los paladares más agradecidos.

→ **Abatza
Planta 0
San Martin Merkatua
Compra online
www.sanmartinmerkatue.com**



“EDOZEIN MOMENTU ONA DA LOREAK OPARITZEKO”

Amalur eta Naroa bihotzeko lagunak izateaz gain Mimiku loradendaren kideak eta langileak ere badira. Amalur, baserrikoa. Naroa, kaletarra. Bata bestearen osagarri. Amalurren familiaren Martuteneko Olatxo baserrian egon gara biek, bertan dituzten lore eta zuhaixken artean solas egiten.



ARGAZKIAK ESTITXU ORTOLAIZ

MIMIKU LORADENDA

AMALUR ZABALEGI ETA
NAROA GARCÍA

Lorez inguratuta lan egiteak ederra dirudi. Oso inspiratzailea. Zergatik aukeratu zenuten ogibide hau? Lore eta landareekin lan egitea asko gustatzen zaigu. Gure ikasketek eta lehenengo lanek hona ekarri gaituztelako. Ez zen gure helburua, baina pozik gaude honaino iritsi garelako. Ikasketek elkartu gintuzten, Irungo Kunsthal eskolan “lorategien diseinua” ikasi genuen elkarrekin, denbora luzez, behar baina denbora gehiago pasa genuen bertan eta gure harremana asko estutu zen. Hori bukatu genuenean Naroak Arte floral ikasketak Bartzelonan egitea erabaki zuen eta Amalurrek Endanean hasi zuen bere ibilbide profesionala. Orduntxe San Martin Merkatuko loreen postua libratzen zela enteratu ginenean enkantean parte hartzera animatu ginen eta ordutik hemen gaude.

Zertan da berezia Mimikuren estiloa? Lore moztu kopuru handia eta barietate zabala dugu, 50 bat kubo lore dugu. Bezeroarekin batera aukeraketa egiten dugu eta lore sortak aurrez aurre egiten ditugu. Gure estiloa ere, nahiko gurea dela uste dugu. Berde asko erabiltzen dugu lore sortak egiteko eta gauzak nahiko argi izaten ditugu bezeroa aholkatzerakoan.

Nongoak dira saltzen dituzuen loreak eta landareak? Parte handi bat Bilboko banatzaile batek ekartzen digu. Berari Holandatik eta espainiar Estatutik iristen zaizkio. Eta beste parte bat hemen inguruan ditugun banatzaile eta produktoreetatik. Lizardik Astigarragatik, Baserriloreakeko Joey eta Koldok Azkoitiatik, Nievesek Uliatik eta Amalurrek ere, Olatxo bere baserrik ekartzen dizkigute



→ Mimiku San Martin Merkatua www.mimiku.eus
Martutenen dagoen Olatxo baserrian landatuta dituzten hainbat lore Mimikun saltzen dituzte Naroak eta Amalurrek.



“AURTEN 15
URTE BETEKO
DITUGU
SAN MARTIN
MERTATUAN”.

Lore-saltzaile ona izateko oso perfektionista izan behar al da? Pixka bat tikismikis izan behar da. Koloreak ondo ezagutzea beharrezkoa da, materialaren jokaera ere bai, gauza asko eduki behar dira kontutan florista on bat izateko. Egia esan, gure kasuan nahiko osagarriak gara. Naroa oso perfektionista da nahiz eta urteekin lasaiago dagoen. Eta Amalurrek gauzak erabakitzeke eta lanak burutzeko azkartasun handia dauka.

Ba al dago joerarik zuen sektorean? Bai, eta urteekin, arroparekin gertatzen den bezala, aldatzen doaz. Adibidez, duela 15 urte ez zen lore lehorrik saltzen eta orain oso modan dago. Lore sortak egiteko era ere aldatzen da. Gaur egun estetika naturalagoa erabiltzen dela esan dezakegu. Zelofanaren erabilera ere urteekin murriztu da, gurean behintzat!

Zeintzuk dira zuen lanaren zailtasun handienak? Ba gaur egun gastuei aurre egitea. Lorea egoera egokian edukitzea lan handia ematen digu merkatu barruan bero handia egiten duelako. Loreak asko sufritzen du eta buruhauste asko ematen dizkigu. Galerak ere bai. Eta horri aurre egitea zaila da.

Zer ematen dizue merkatuan lan egiteak? Oso dinamikoa da. Jende asko pasatzen da bertatik eta beti dago zeregina. Parean beste postu batzuk edukitzea ere oso polita da, azkenean harreman berezia sortzen da merkatuko beste langileekin.

Zergatik da beti ideia ona loreak eta landareak oparitzea? Bizipoza ematen dutelako gehienetan. Freskura dakarte. Kolorea ematen dute eta momentu zailetan ere alaitu dezakete. Egia esan edozein momentu da ona loreak edo landareak norbaiti edo norberaren buruari oparitzeke.



HONDARRIBIKO ZAPOREAK SAN MARTIN MERKATUAN

Arrain freskoaz gain San Martin Merkatura bertako arrain kontserbak iritsi zaizkigu Done Pedro Hondarribia markaren eskutik. Arrain kalitate gorenarekin eginda daude eta eskaintza handia dute: antxoa, hegalabur, hegaluzea, sardinak... Bikain-bikainak!

MUNDUKO KOFRADIA ZAHARRENETARIKO BAT.

"Hondarribiko Kofradiaren izena Done Pedro Itsas Gizonen Kofradia da, gaztelaniaz Cofradía de Mareantes de San Pedro izena du. Gure kofradia munduko zaharretariko bat da, 1361ean sortua baita. Done Pedro da, hain zuzen ere, Hondarribiko Kofradiak atzeman eta eskuz ontziraturako itsaski guztiek daramaten marka erregistratua".

MUNDU OSOAN.

"Done Pedrok eta Hondarribiko Kofradiak bezeroei bere produktu guztien trazabilitatea bermatzen die, eta bidea ematen die produktuak munduko edozein alderditara bidaltzeko".

ARRANTZA ARDURATSUA.

"Hondarribiko arrantza-ontziek erabiltzen dituzten teknikak ingurumenarekin arduratsuak dira, eta arrantza-baliabideen iraunkortasuna dute xede. Gainera, Done Pedrok sotck-ak aztertzen ditu une oro, jakiteko barren-barrendik zein egoeratan dauden kalak. Teknika horien bidez, atzemandako arrainaren kalitatea gorena izatea bermatu nahi du Done Pedrok".

MARKA FIDAGARRIA.

"Hartarako, bai arrantza teknika eta bai ontziratze sistema osoa bikaina izatea du xede, eta prozesu osoa egiaztatzeko trazabilitate sistema fidagarriak eskaintzen ditu. Eta horren guztiaren emaitza Done Pedro marka dugu".

ORAIN, SAN MARTIN MERKATUAN.

"2010 tik daramagu kontserba hauekin gure Hondarribiko Done Pedro dendan, baina San Martin Merkatuak postu bat irekitzeko aukera eman zigutenean, primerako erakusleihu bat iruditu zitzaigun gure produktuak ezagutarazteko. Momentuz behintzat, izan dugun harrerarekin oso pozik gaude".



ANTXOA, KUTTUNENA.

"Antxoak, hegaluzea eta hegalabur dira gure produktuetatik arrakasta gehien dutenak eta hauetatik antxoa bereziki".



ARGAZKIAK J.M. UBIRIA

**ARTEUPARTE**

Calle Nueva, 4

 arteuparte
EL DONOSTIA DE ARTEUPARTE

Una ruta para caminar en Donosti. Hace no mucho hicimos el paseo que sigue el curso del río Urumea hacia Martutene para terminar comiendo en el Mikel, un templo del bocadillo. Una caminata súper tranquila y muy agradable. Además, durante el recorrido hay murales de artistas como Udane Juaristi, de Azkoitia, o Lidia Cao, gallega, top en el panorama urbano actual.

Un txoko para relajarse.

Los barecitos alrededor de Arteuparte los viernes después del trabajo.

Vuestra relación con San Martín Merkatua.

Me gustaba mucho el Gastropote. Me parecía una iniciativa genial además con muchas posibilidades, porque esos entornos son propicios para disfrutar y consumir gastronomía, arte y cultura. También compramos buena carne de Muña y otros productos del mercado.

ARTEUPARTE**EL ARTE COMO ESTILO DE VIDA**

En el barrio de Gros, la galería de arte y tienda de ropa Arteuparte es un espacio vivo en el que “pasan cosas constantemente y donde se reúnen personas en torno a la cultura”. Exposiciones, charlas culturales, arte callejero, ropa sostenible... Si aun no la conoces, acércate y charla con su propietario, el donostiarra Paul Lataburu.

DE REVISTA A GALERÍA. “Arteuparte nace en 2009 como publicación en papel y algunas fiestas para presentar cada número que lanzábamos. El objetivo a largo plazo era tener nuestro espacio galería de arte, lugar donde pasarían cosas y donde se iba a reunir gente en torno a la cultura local. El proyecto fue evolucionando hasta lo que somos ahora”.

UNIVERSO ARTEUPARTE. “Arteuparte se sostiene sobre tres pilares. La galería de arte, el txoko textil y la plataforma cultural. Vendemos arte de aproximadamente 70 artistas (locales, nacionales e internacionales), marcas textiles de chica y de chico con esencia y comisariamos nuestra agenda de exposiciones y acciones culturales, además de proyectos murales, arte en la calle... Somos un espacio donde el arte y la cultura son placeres asumibles, una de las premisas de Arteuparte Gallery”

VIVIR DEL ARTE. “Conseguir que el arte sea tu estilo de vida es un trabajo duro, de muchos sacrificios y muchas veces muy frustrante. Hablo desde el plano personal. También te diré que poder vivir de un proyecto que nació de cero tiene su parte gratificante. El día a día es muy incierto y muy emocionante a la vez”.

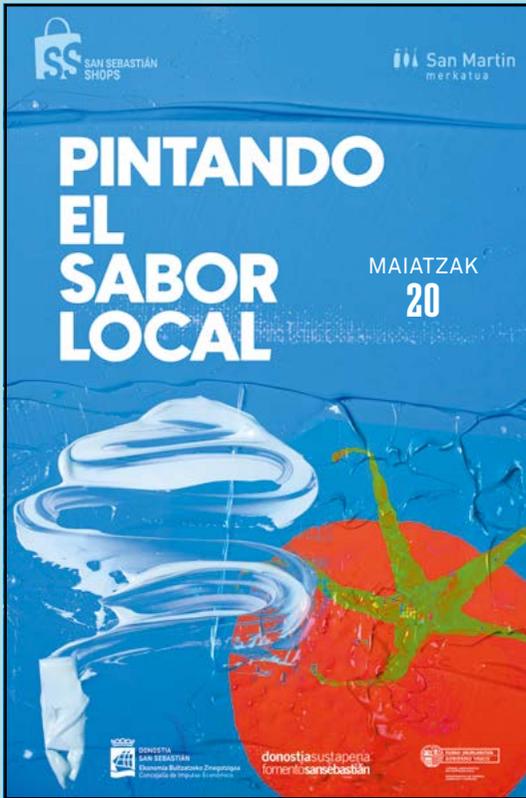
EVENTOS. “Estamos trabajando en nuestra agenda de exposiciones 2023 y estamos de curadores en varios proyectos: nuevas acciones de Colectiva Kalea Project, un proyecto de acciones artísticas en las calles de la ciudad y con artistas locales, donde vamos de la mano con SS Shops y San Martín Merkatua el 20 de mayo. Y estamos preparando el último y definitivo número 31 de Arteuparte, con el que cerramos para siempre esta etapa de revista”.

CONSUMO DE ARTE. “Arteuparte gusta mucho al público extranjero, que tiene una cultura de consumo de arte desarrollada: estadounidenses, nórdicos, británicos, holandeses... Entre el público donostiarra hay gente muy fiel y también quien sigue descubriéndose como un espacio singular y especial en la ciudad”.

AGENDA

MAIATZA
2023

SAN MARTIN MERKATUA
Γ 10:00etatik 20etara



PINTANDO EL SABOR LOCAL
Los artistas Josune García, Sarah Connors, Balu y Paul Lataburu pintarán paneles de madera para destacar la importancia de los productos locales.

SAN MARTIN MERKATUA	Γ 11.00etatik 13.00etara	<p>MAIATZAK 6</p> <p>UDABERRIKO TAILERRA</p> <p>Tilin-Talanekin.</p>	
	Γ 11.00etatik 13.00etara	<p>MAIATZAK 26</p> <p>TOMATE LANDAREEN BANAKETA Cristina Enea Fundazioaren eskutik.</p>	

MUSIKA	
KURSAAL Γ 19:30etan	<p>MAIATZAK 13</p> <p>OJETE CALOR</p>
DABADABA Γ 20:00etan	<p>MAIATZAK 18</p> <p>ELVIS PERKINS Folk pop indie Bob Dylanen estilora.</p>
ALTXERRI Γ 20:30etan	<p>MAIATZAK 19</p> <p>YUMI ITO Jazz boteretsua.</p>
DABADABA Γ 20:00etan	<p>NA NOISE Garage fuzz.</p>

ANTZERKIA	DANTZA
VICTORIA EUGENIA Γ 4 - 6; 19:30 / 7; 19:00	<p>MAITZAREN 4TIK 7RA</p> <p>NOÉ Malandain Ballet Biarritz.</p>
<p>MISERY CLASS Goyo Jiménez</p>	<p>MAITZAK 8ETIK 11RA</p>
	

JUDITH ARGOMANIZ

Directora de la compañía de danza contemporánea Lasala.

“Soy de Donostia. A los cuatro años empecé a recibir clases de danza para niños y a los ocho de ballet. Fundé la compañía Lasala de danza contemporánea hace diez años. Soy alegre, leal, generosa, sensible, perfeccionista e intuitiva. Me gusta ir al cine, a exposiciones de arte, al teatro, a ver el mar y estar rodeada de mi familia y amigas”.

Bailas desde muy pequeña. ¿Qué es la danza para ti? La danza me ha salvado muchísimas veces en mi vida, es lo que me ha rescatado. Cuando entro en el estudio, entro en una especie de meditación y se me olvida todo lo que hay fuera. Estoy presente aquí y ahora más que nunca. Ha sido mi pasión desde que era pequeña. Con cuatro años le decía a mi madre que iba a ser bailarina, lo tenía clarísimo, es algo con lo que disfruto muchísimo, me libero y también sufro, a veces. Mantener una compañía de danza es muchísimo trabajo.

¿Poder dedicarse profesionalmente a la danza contemporánea ha sido gracias a qué? Estudié danza contemporánea primero en Barcelona y luego en Madrid. Creé una pieza coreográfica como trabajo de fin de carrera que tuvo muy buena acogida en concursos coreográficos y festivales. Aquello me animó a crear una segunda pieza que también funcionó bien y se abrió un camino que me llevó a crear mi compañía de danza Lasala. Hemos cumplido diez años, algo que jamás me hubiese imaginado. Hay tres factores importantes que lo han hecho posible: la suerte, el trabajo y estar en el lugar adecuado en el momento adecuado, para que personas importantes apoyaran el proyecto.

¿Y el sacrificio que se le presupone a una disciplina artística como la danza qué papel ha jugado? Detrás de nuestros espectáculos hay muchísimo trabajo, disciplina y energía. El cuerpo es nuestra herramienta de trabajo y hay que tenerlo sano. Yo me cuido mucho físicamente y también mentalmente.

Afortunadamente, cada vez la sociedad es más consciente de la importancia de la salud mental. ¿Cómo te cuidas tú? Esta profesión es muy intermitente. Hay épocas en las que trabajas mucho, con giras en las que te das mucha tralla, pero luego vienen lo que llamo los desiertos. Meses en los que no tienes nada que hacer, ni siquiera mandar un correo electrónico. Navegar en esos desiertos es muy complicado. Tienes que seguir cuidando tu cuerpo, no puedes abandonarlo. Emocionalmente tienes que sostener ese vacío y pasar de tanta actividad a la nada. Y también económicamente, porque si no hay bolos, no hay ingresos. Para mí, esto ha sido un gran aprendizaje. Hace diez años cuando terminaba una gira lloraba muchísimo, con los años aprendes a gestionarlo. La terapia me ha ayudado mucho. Es súper importante.



“LA DANZA ME HA SALVADO MUCHÍSIMAS VECES EN MI VIDA”

FOTOGRAFÍA: ETANOWSKI

¿En qué te inspiras para crear tus espectáculos? Me gusta mucho el tipo de movimiento que tiene la compañía de Reino Unido Hofesh Shechter. También cómo trabaja el espacio escénico la compañía barcelonesa La Veronal. Me flipan las películas de Paolo Sorrentino. Las fotografías de David LaChapelle. Leer. Hay muchas disciplinas artísticas que me inspiran.

¿Cuál es la relación de la ciudadanía donostiarra con la danza contemporánea? Nando Piñeiro, el director de Gazteszena, ha hecho un trabajo muy importante para llevar a los escenarios espectáculos de danza contemporánea y en Donosti existe un público que la ve.

¿Dónde te ves dentro de diez años? No lo sé, pero segurísimo que seguiré vinculada a la danza.

www.sanmartinmerkatue.com

Haz tu compra online
en mayo y te la llevamos
gratis a casa.

o la recoges sin gastos en las
taquillas refrigeradas del mercado.

San Martin
merkatue
etxetik etxera!

Colaborador:

Orona
Fundazioa
Foundation

