

Nº 34

8 DE MARZO

Kyoko, Rosa, Amalur, Naroa y Rocío. Cinco mujeres de San Martín Merkatua con pasado, presente y mucho futuro.

MARTINTXO SUKALDARI

Recetas de skrei, el bacalao fresco y salvaje que llega desde Noruega para alegrarnos el mes de marzo.

TALENTUZ

Entrevista con Peio García Amiano, de Zaporeak.



Martintxo



MUJERES TRABAJADORAS

Aprovechamos el Día Internacional de la Mujer para conocer de primera mano a algunas de las mujeres que forman parte del universo de San Martín Merkatua.

MUJERES TRABAJADORAS

“EN JAPÓN A LAS MUJERES NO NOS DEJAN PREPARAR SUSHI”

Kyoko Takahashi (Japón, 50 años) atiende siempre con una sonrisa a quienes se acercan a su puesto de sushi de San Martín Merkatua. “En mi país se valoran mucho las tradiciones y saludar es muy importante”, explica. Lleva doce años viviendo en San Sebastián, adonde vino a visitar a Kenji, su hermano, alma máter de Kenko Sushi. Kyoko dice que aquí es feliz y vive muy bien “porque Japón sigue siendo muy machista”.

CALIDAD DE VIDA. “En Japón era higienista dental. Trabajaba más de doce horas al día, sin descanso y sin vacaciones. Los japoneses trabajan muchas horas al día y lo contrario está mal visto. Esto hace que la mayoría de las mujeres dejen su trabajo cuando se casan, para poder dedicarse a la familia. Es un país muy tradicional, pero es cierto que los jóvenes empiezan a cambiar las cosas. En Donosti se vive muy bien. Tengo un horario que me permite ocuparme de mi hija y disfrutar de mi tiempo libre. Allí no podría hacerlo”.

VASCO-JAPONESA. “Estoy casada con un vasco casero. A pesar de las diferencias culturales, nos entendemos bien. Los vascos y los japoneses tenemos en común que somos trabajadores, maniáticos y cabezones. Tenemos una hija de diez años, Yubi, que estudia en la ikastola Ekintza. Yo le hablo en japonés y su padre en euskera”.

MERCADO. “De pequeña había muchos mercados en Kobe, donde yo vivía, pero luego, la mayoría se convirtió en centros comerciales. A mí me gusta mucho mi trabajo en San Martín Merkatua, es bonito y divertido. Sería feliz si nuestro trabajo se convirtiera en parte de la vida de la gente de aquí. A los donostiarras les gusta mucho la gastronomía y valoran muy bien el sushi”.

¿UNA MUJER PREPARANDO SUSHI? “En Japón a las mujeres no les dejan preparar sushi, la tradición dice que solo puede hacerlo el sushiman. Si viviera en Japón, no podría dedicarme a esto”.

**KYOKO
TAKAHASHI**

Kenko Sushi ←
Planta 0
San Martín Merkatua

TEXTOS ESTIBALITZ ORTEGA ARSUAGA
FOTOS ESTITXU ORTOLAIZ

“FALTA RECONOCER EL TRABAJO QUE LAS MUJERES HAN HECHO EN LA HOSTELERÍA”

Rocío Maeso (Madrid, 28 años) agradece haberse formado en el Basque Culinary Center, porque le permitió desarrollarse en otras culturas “que han sido clave para ser quien soy actualmente”. Tras trabajar en ciudades como Bruselas, Madrid y Copenhague, actualmente ejerce de encargada en Zuka Handburger y Helados y como jefa de sala en el restaurante Narru.

REIVINDICARSE. “Provengo de una familia matriarcal en la que las mujeres siempre han tenido importancia. Mi abuela es el corazón de la familia. Ella siempre nos ha inculcado la importancia de reivindicarnos, de luchar por lo que somos y por lo que queremos que las siguientes generaciones tengan oportunidad de ser. Si tengo la posibilidad de protestar por mis derechos y por un mundo más igualitario lo haré siempre. No obstante, sigo soñando con el día en que no sea necesario tener que protestar por ello”.

CADA VEZ MÁS. “Tradicionalmente, ellas han sido las encargadas de alimentar a las familias en casa, pero siempre ha habido mujeres trabajando profesionalmente en el sector de la hostelería y cada vez somos más”.

RECONOCIMIENTO. “Lo que hace falta es que se nos reconozca y eso, ahora mismo, está en manos de los medios de comunicación. Ellos son los que diseñan las listas de los mejores cocineros, de los libros más valorados... Crean el título de The Best Chef y solo aparecen dos mujeres entre las primeras... Por otro lado, los programas de cocina con más audiencia en televisión siempre son hombres los que los dirigen, y visten chaquetillas blancas. Empezando por lo que nos toca más de cerca: ¿cuántas mujeres participaron en La Nueva Cocina Vasca? Ninguna. Deberíamos reivindicar que todos esos cocineros no serían nada sin sus madres, tías y abuelas”.

“MI ABUELA SIEMPRE ME HA ENSEÑADO LA IMPORTANCIA DE REIVINDICARNOS”.



**ROCÍO
MAESO**

→ Encargada y socia de Zuka
Jefa de sala en
en restaurante Narru

NAROA GARCÍA ETA AMALUR ZABALEGI

→ Mimiku Loredenda
0 solairua
San Martín Merkatua



“EMAKUMEA LAN FISIKO BATEAN IKUSTEAK JENDEA HARRITU EGITEN DU”

Hamalau urte pasa dira merkatura iritsi zinetenetik. Nola aldatu da zuen lana eta nola zuen burua?

Naroa: Egonkortuta gaude. Ekipoa handitu egin da urte hauetan eta horri esker lanaz aparte kontziliatzeko denbora ere badugu. Duela hamalau urte lana zen ia dena, ordu asko sartzen genituen. Merkatuak daukan ordutegiak ez zigun ezer gehiagorako denborarik uzten. Gaur egun, aldiz, gure autua kontziliazioa ahalbidetzea izan da eta langileak kontratazeko erabakia hartu genuen gu lasaiago ibili ahal izateko. Hala ere kontziliazioa ezinezkoa izango litzateke gure bikoteek egiten duten lana egingo ez balute.

Amalur: Egia esan lan egiteko era ez da asko aldatu. Hasieratik oso garbi genuen zer lan mota egin nahi genuen eta nola. Aldatu dena lan karga da, orduak dira. Talde on bat osatu dugu eta horri esker denbora eta lana hobeto gestionatzen ikasi dugu. Eta gu noski aldatu gara!

Nolakoa da zuen arteko harremana?

Naroa: Oso ona, konplementarioa. Bikote harreman baten oso antzekoa. Ordu asko pasatzen ditugu elkarrekin, erabaki asko hartu behar izaten ditugu, baina ondo ulertzen dugu elkar eta ondo konpontzen gara.

Amalur: Oso ondo moldatzen gara. Naroak esan duen bezala elkarren osagarria gara. Gure gauza onak eta txarrak primeran ezagutzen ditugu eta beti errespetuz eta ahal bada umore onez harremanatzen gara. Negozioaz aparte gauza pertsonal asko bizi ete partekatzen ditugu.

Feministak zarete?

Naroa: Bai, ama feministatzat daukat nik neure burua. Nire semeak feminismoan eta berdintasunean hezten ahalegintzen naiz egunero. Pertsonak hezten alegia. Etxeko erreferenteak (aita etxean, ama lanean) ere gizarteak dituenetik oso urrun daude eta pentsatu nahi dut horrek gure semeak feministak izaten lagunduko duela.

Amalur: Bai, oraindik ikasteko asko daukadala uste dudan arren. Badakit feminismo asko daudela, niretzako pertsonen arteko berdintasuna lortzeko borrokatzea da.

Martxoak 8 egun berezia al da zuentzat?

Naroa: Berezia errebindikazio aldetik. Ez zait iruditzen ezer ospatzeko dagoenik, lan asko daukagu egiteko eta gure semeak feminismoan hezteko.

Amalur: Bai, kalera atera eta emakume askoren egoera salatze eta ikusarazteko eguna da.

Matxismo egoerarik bizitu al duzue inoiz zuen lanean?

Naroa: Hasi ginenean emakume eta gazteak izateagatik infantilizazioa bai eta mikromatxismo asko ere bai. Bezeroren baten komentario desegokiren bat ere bai.

Amalur: Lore eta landareekin lan egin arren lan fisikoa da gurea eta askotan emakumea lan fisiko batean ikusteak jendea harritu egiten du.



ROSA RUIZ JIMÉNEZ

→ Frutería La Supera
Planta 0
San Martín Merkatua

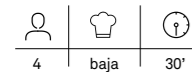
“SIEMPRE ME HA GUSTADO MUCHO MI TRABAJO”

“Soy de Donosti. Trabajo vendiendo fruta desde los 18 años y desde los 23 tengo mi propio negocio. Mi primera tienda la monté en Irun y me vine a San Martín cuando se abrió el nuevo mercado. He trabajado muchas horas a lo largo de mi vida, como todas las personas que somos autónomas. Y al tener un negocio pequeño tienes que estar muy pendiente de todo. La vida del autónomo es muy sacrificada. No me arrepiento. Me encanta mi trabajo, de lo contrario, ya estaría jubilada. No creo que por ser mujer haya tenido las cosas más difíciles. La inteligencia no se escribe ni en masculino ni en femenino”.

El skrei es un tipo de bacalao adulto que solo puede consumirse entre los meses de enero y marzo. Fresco y salvaje, su jugosa carne es una auténtica delicia.

UNA JOYA DE BACALAO

REALIZACIÓN Y FOTOS SARA LUENGO



Ingredientes:

- 1 cola de bacalao skrei limpia de espinas
- 1 boniato
- Sal
- Aceite de oliva virgen extra

Para la costra de pistachos:

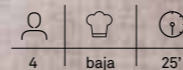
- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 1/2 cucharadita de sal
- 1/2 cucharadita de pimienta molida
- 1 cucharada de mostaza antigua
- 1 cucharada de miel
- 1/2 taza de pistachos pelados y picados
- 1/2 taza de pan rallado grueso (panko)
- El zumo de medio limón

Elaboración

- 1 Encender el horno a 200°.
- 2 Pelar el boniato y cortarlo en rodajas finas.
- 3 Colocarlas sobre una fuente de horno cubriendo el fondo, añadir sal y un poco de aceite de oliva y hornear 10 minutos.
- 4 Mientras mezclar bien en un bol todos los ingredientes de la costra.
- 5 Sacar la fuente con los boniatos del horno, colocar encima la cola de bacalao con la piel hacia abajo y cubrir con la costra.
- 6 Hornear unos 15 minutos.
- 7 Servir caliente.



LOMOS DE BACALAO SKREI A LA PLANCHA CON PURÉ DE HABITAS FRESCAS



Ingredientes:

- 4 lomos de bacalao skrei
- 1 cebolleta
- 300gr de habitas frescas
- 100 ml de caldo de verduras
- 1 rama de menta fresca
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal en escamas

Elaboración

- 1 Picar la parte blanca de la cebolleta y reservar la parte verde.
- 2 Poner en una sartén un buen chorro de aceite de oliva, añadir la cebolleta y las habas y saltear unos 8 a 10 minutos hasta que la verdura esté tierna.
- 3 Separar unas pocas habas para adornar y el resto pasarlo al vaso de la batidora, añadir el caldo de verduras, unas hojas de menta fresca y triturar.
- 4 Rectificar de sal y reservar.

- 5 Cortar en juliana la parte verde de la cebolleta y saltear. Reservar.
- 6 Untar los lomos de bacalao con aceite y colocar sobre una plancha caliente por la parte de la piel.
- 7 Cocinar unos minutos y darle la vuelta.
- 8 Servir caliente con el puré de habas, unas habitas enteras y la juliana de cebolleta. Terminar con sal en escamas.

NUEVOS LOGROS SOSTENIBLES

Alineados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la ONU, en San Martin Merkatua trabajamos día a día para cuidar el planeta y disminuir nuestras emisiones de dióxido de carbono. Miren Celaya, directora de San Martin Merkatua, subraya la importancia del comportamiento responsable de cada uno de nosotros en el día a día.

Los datos aportados por Tratamientos Geuria confirman que cada año reciclamos más toneladas de residuos. "Es una excelente noticia y parte de estos buenos resultados es posible gracias a la colaboración de nuestros asentadores, que están muy concienciados con la recogida selectiva de los residuos", apunta Miren Celaya.

Por otro lado, a través de la compra de papel higiénico y de toallitas para el secado de las manos de origen reciclado San Martin Merkatua ha contribuido a:

RECOGIDA SELECTIVA SAN MARTÍN 2022

RESIDUOS	TONELADAS
Papel y cartón	139,76
Plástico film	16,8
Porex	5,1
TOTAL	161,1



RECUPERAR 180.019 ENVASES DE CARTÓN para bebidas.



SALVAR 74 ARBOLES de tamaño medio.



EVITAR LA EMISIÓN en atmósfera de 4.708 Kg de CO2.



EL DÍA DE LA PERSONA CONSUMIDORA SORTEAREMOS 200 EUROS EN CHEQUES-REGALO EN CHEQUES-REGALO

El 15 de marzo es el Día Mundial de los Derechos de la Persona Consumidora y, de la mano de Kontsumobide, se sortearán en San Martin Merkatua 10 cheques de 20 euros para hacer la compra en determinados puestos del mercado.

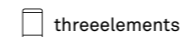
Cómo participar en el sorteo:

- 1_ Acércate a la carpa que Kontsumobide instalará en el mercado el miércoles 15 de marzo.
- 2_ Pide un tarjetón, date una vuelta por los puestos del mercado y apunta el número de puesto en el que has visto, como mínimo, tres mensajes sobre consumo responsable.
- 3_ Entrega el tarjetón en la carpa.

Cada hora se harán dos sorteos y se darán a conocer los nombres y apellidos de las personas agraciadas con el bono de 20€ y el puesto donde debe realizar la compra en el plazo de dos semanas.



THREE ELEMENTS
Andia Kalea, 4. Donostia.



EL DONOSTIA DE THREE ELEMENTS

Una ruta para caminar en Donosti. Desde Sagüés al Peine del Viento. Es una alegría para la vista disfrutar de unas vistas tan privilegiadas.

Un txoko para relajarse. Sagüés y sus

atardeceres. También la bahía desde el Palacio de Miramar.

Una prenda de Three Elements para esta primavera. Una camisa divertida con estampado.

Vuestra relación con Mercado San Martin. Es un sitio de

referencia en cuanto a lo culinario, puesto que están los mejores establecimientos de comida. Además, yo trabajé en el Gastropote durante cuatro años todos los jueves. Fueron los mejores y los más marchosos.

THREE ELEMENTS

PARA IR A LA ÚLTIMA

Zapatillas perfectas para cualquier look, camisetas que marcan tendencia, accesorios que hacen únicos tus estilismo... En esta tienda de la calle Andia encontrarás una selección de las mejores marcas de ropa, calzado y accesorios para mujer, hombre e infantil con una cuidada atención y asesoramiento. Hablamos con Vanesa Morales.

TIERRA, MAR Y AIRE. "Three Elements significa la unión entre la tierra, mar y aire, pero también la ilusión de tres personas por formar un proyecto en común que ha ido actualizándose según la demanda, por eso parece una tienda nueva, pero lleva 15 años de andadura. Se cambió el estilo a más urbano en vez de tan deportivo como fueron sus orígenes. Hoy es lo que veis, la tienda con más zapatillas del universo y no lo digo solo yo".

EMPRESA FAMILIAR. "Three Elements es una empresa familiar en la que estamos continuamente renovando el producto y las marcas para seguir las tendencias y que nuestros clientes vayan a la última. Para nosotros siempre ha sido muy importante realizar la mejor selección en patronajes y tejidos, abarcando varios estilos. De esta manera conseguimos que el cliente elija según le convenga o aquello con lo que se siente más identificado".

ENTUSIASMO. "Detrás de Three Elements estamos un grupo de personas entusiastas que siempre buscamos la satisfacción del cliente. Queremos que se sienta como en casa cuando viene a nuestra tienda, para que siga confiando en nosotros. Cada miembro del equipo destacamos en algo y todos trabajamos para seguir siendo una empresa de referencia en cuanto al producto y la atención".

AGENDA

MARTXOA
2023MARTXOA
17

KURSAAL Γ 19:30etan

ZAZ
Dentro de su gira Organique Tour, la cantante francesa Zaz presentará su quinto disco, Isa.

DANTZA	
	MARTXOA 14 YARIN: JON MAYA + ANDRÉS MARÍN
	MARTXOA 16 BURGOS NEW YORK DANTZ Hiru dantza piezak osatutako emanaldia. Continuum (Cuba), The conversation (Italia) eta Raiz (Espainia).

MUSIKA	
	MARTXOA 3 KRISTONAK + NEVADAH DOKA Γ 2:30etan
	MARTXOA 4 VALVERDINA + LAS PETUNIAS Pop, punkpop, freskotasuna. DABADABA Γ 21:00etan
	MARTXOA 5 LA BIEN QUERIDA Azken urteotako erreferente nabarmena espainiar popetan. VICTORIA EUGENIA Γ 19:00etan
	MARTXOA 17 GHAU + ODEI New wave pop errebelazioa & mugetan sinisten ez duten hitzak. DABADABA Γ 20:30etan
	MARTXOA 10 HIRUKI TRIO COSMIC JAZZ, FUTURE JAZZ ALTXERRI Γ 20:30etan
	MARTXOA 21 GONDHAWA PROG, PSICODELIA, AFROBEAT, SCI-FI... DABADABA Γ 20:30etan

Si quieres que comuniquemos tu evento envíanos la información: prensa@msanmartin.es

PEIO GARCÍA AMIANO

Fundador de la ONG ZAPOREAK

“Durante más de tres décadas me he dedicado profesionalmente al mundo de la gastronomía. Hace siete años, junto con un grupo de voluntarios, creé Zaporeak para ayudar a los refugiados sirios que llegan a la isla griega de Lesbos. En la actualidad damos de comer diariamente a 1600 personas. Es una gran satisfacción poder ayudar a quien lo necesita tanto. Tengo que dar las gracias a los vascos, porque son muy solidarios”.

¿Somos conscientes, desde la comodidad de nuestro sofá, de lo dura que es la vida de las personas refugiadas? En estos momentos, las imágenes de televisión ayudan a que seamos conocedores de su situación. Es una suerte tener testimonios gráficos. Siempre hay borregos, pero la gente está concienciada. Además, muchos vascos en la guerra civil tuvieron que escapar y vivir refugiados. Tenemos una sensibilidad especial.

¿Pero la exposición a tantas imágenes no provoca una cierta desensibilización en el espectador? No. Si fuera así, la gente no respondería a las llamadas de ayuda como lo hace. En cuanto Zaporeak da toque de alarma, la gente ayuda con lo que puede, porque está muy concienciada. Sin la ayuda de los ciudadanos y de las instituciones, no podríamos llevar tantos años dando de comer a la gente.

¿Cómo es la vida en Lesbos? La vida en los campos es muy dura. Las mafias de Turquía engañan, a los refugiados, les cobran 1000 euros prometiéndoles una mejor vida y terminan en Lesbos. Las mujeres llegan violadas varias veces. Te cuentan cada caso... La isla es una cárcel, porque al estar rodeada de mar es prácticamente imposible escapar de allí. Además, los controles que hacen a los ferries y a los camiones son impresionantes, para evitar que nadie salga de allí.

¿Entonces, sin poder salir de Lesbos, qué futuro le depara a esta gente? Ninguno. No tienen nada. Y los críos ni te cuento. El Grupo de Amigos del pueblo Sirio, con los que colaboramos para enviar el material para Siria, nos comentaban hace poco que ya hay dos tres generaciones de niños sin escolarizar en Siria. Y en los campos de refugiados nadie les da clases de nada. Además, ahora se están cronificando todas las enfermedades y hay diabetes, hipertensión... Y la salud mental... Todos tienen la cabeza tocada. Vienen mal ya de la guerra, piensan que van a tener una mejor vida y no es así. Llegan totalmente engañados.

FOTO ESTITXU ORTOLAIZ



“SERÍA INCAPAZ DE DEJAR DE AYUDAR A LOS REFUGIADOS”

¿Te ha pasado algo bonito entre tanta dureza? Los refugiados llegan en unas balsas que son apenas un poco más grandes que las de los socorristas. Unas 60 personas a la vez. Los hombres se colocan en los extremos y las mujeres y los niños en el centro, para evitar que caigan al mar, pero llegan empapados porque toda el agua va acumulándose en el interior. Un desastre. Cuando te avisan de que llega una balsa vas a ayudarles a la playa. El mafioso les tira y van saliendo los padres, las madres y los niños. Y te dan un crío pequeño para que lo cojas en brazos. Es un momento inolvidable. La película *Las nadadoras* es el reflejo de cómo llegan. Cuando vi esa película me dio un vuelco.

¿A nivel personal qué te aporta el trabajo que hacéis en Zaporeak? Una satisfacción total. Y es una terapia para mí. Hace diez años me diagnosticaron cáncer y muchas veces estoy en Grecia y se me ha olvidado que ese día tenía que haber ido al médico. Es una gratificación y una alegría. Sería incapaz de dejarlo. Me tendría que pasar algo muy gordo para no seguir. Te engancha. Ver sus caras de alegría cuando les das de comer es impresionante.

Para colaborar con Zaporeak: 1 comida digna por 1 euro. Entra en www.zaporeak.eus y hazte socio/a.

Tilin Talan

Taller Semana Santa

Fecha: 1 de abril de 11:00 13:00 horas

Edad: de 3 a 9 años

Lugar: Mercado de San Martín

Inscripciones en www.tilintalan.es



Tilin Talan Lorea

Tilin Talan Amara

943 535 679