

Martintxo

¿QUÉ SE CUECE ESTE MES EN SAN MARTIN MERKATUA?

Nº 17

EN EL MERCADO

Hongos, niscalos, zizahoris... ¡el otoño es temporada de setas!

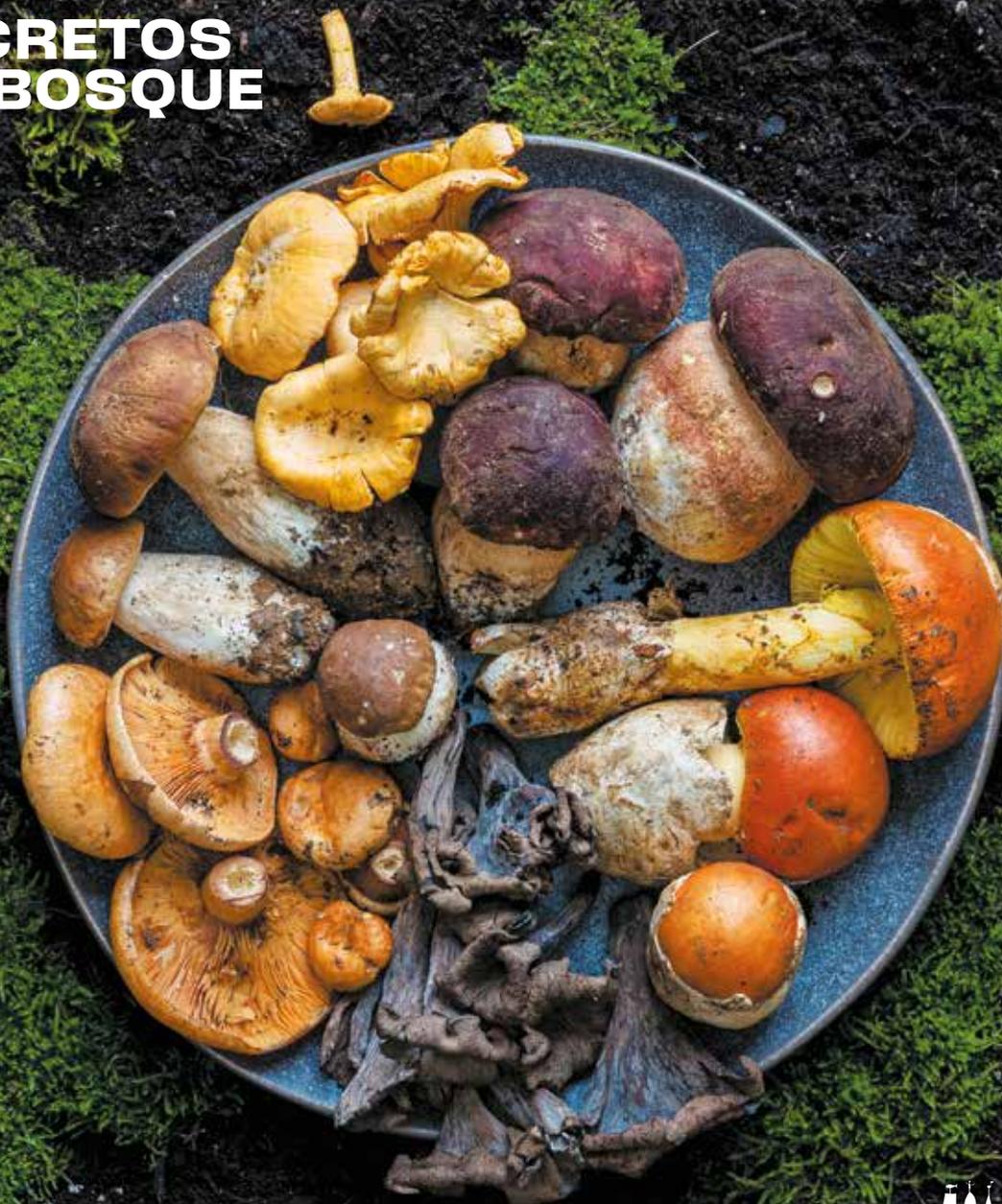
MARTINTXO SUKALDARI

Recetas diferentes para disfrutar de las setas

TALENTUZ

Maitane Ormazabal Larzabal, de TxukunTzen

**SECRETOS
DEL BOSQUE**



Nos encanta el otoño porque el mercado se llena de setas silvestres, un producto muy apreciado en nuestra gastronomía. Preguntamos a varios de nuestros asentadores sobre los gustos y costumbres entorno a este capricho de la naturaleza.

SECRETOS DEL

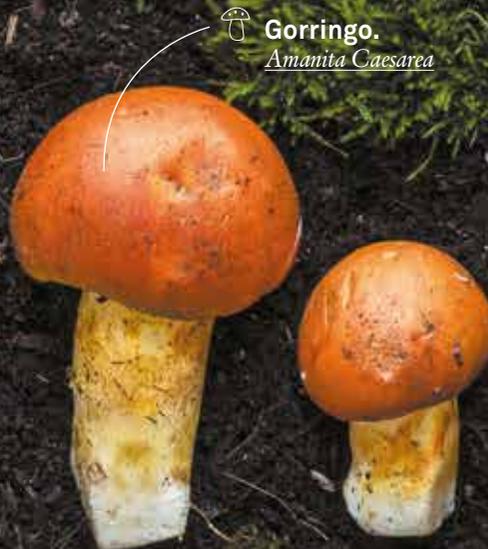
BOLETUS



 **Tronpeta beltza.**
Chantarellus Cornucopioides



 **Onddo zuria.**
Boletus Edulis



 **Goringo.**
Amanita Caesarea

TOMAS IMAZ

“Perretxikoetara ateratzen bazara, ez erabili plastikozko poltsarik, zumezko saski bat eraman ezazu. Horrela esporak lurrera eroriko dira eta denborarekin beste perretxiko batzuk aterako dira”.

→ AMERI-GOIKOA
San Martin Merkatua
-1. solairua

 **Niskaloa**
Lactarius Deliciosus

 **Onddo beltza.**
Boletus Aereus

 **Zizahoria.**
Chantarellus Cibarius

ARROSPIDE BANAKETAK**“TODAS NUESTRAS SETAS SON SILVESTRES”**

La familia Arrospide-Sarasola convirtió su pasión por las setas y las trufas silvestres en un pionero negocio que desde hace unos meses trae a San Martin Merkatua una amplia gama de variedades que destacan por su excelente calidad.

TEMPORADA

“El tiempo es el que manda, pero la temporada de setas de otoño suele comenzar en septiembre y termina en diciembre, aproximadamente. En primavera suele haber otra, entre mayo y junio”.

VARIEDADES. “Todas nuestras setas son silvestres y las que tenemos en otoño son las siguientes:

boletus pinicola, boletus edulis, boletus aereus, zizahoria (chantarellus cibarius), trompeta negra (chantarellus cornucopioides), amanita caesarea, niscaloa (lacatarius deliciosus) y gamuza (hyndum repandum”.

PROCEDENCIA. “Las traemos de donde haya. De Euskal Herria, Zamora, Soria, Galicia... Y si no hay, de Italia y de Francia”.

CONSEJO PARA

NOVATOS. “Comprar siempre las setas en establecimientos de confianza para evitar tener problemas. Y preguntar allí mismo cómo se limpian y cómo se preparan”.

→ San Martin Merkatua
0. solairua

IRUNE BERAOKETXEA

“Bezeroak oso zorrotzak izaten dira eta kalitate handiko perretxikoak eskatzen dizkigute. Udazkenean Boletus edulis, Amanita caesarea, zizahoriak eta gibelurdinak dira gehien eskatutakoak”.

→ ALTZUETA BARAZKIAK
San Martin Merkatua
-1. solairua

¡A POR SETAS!

Versátiles en la cocina, existen multitud de recetas con las que podemos disfrutar de este manjar. Aquí os proponemos dos fórmulas en las que son las absolutas protagonistas. ¡A por ellas!

REALIZACIÓN Y FOTOS SARA LUENGO

CREMA DE BOLETUS Y CASTAÑAS



4



fácil



30'

-300 gr de *boletus edulis*
 -300 gr de *champiñones*
 -12 castañas
 -1L de caldo de pollo
 -1 puerro
 -4 dientes de ajo
 -100 ml de nata líquida
 -Una rama de romero fresco.
 -Aceite de oliva virgen extra
 -Sal y pimienta

Elaboración

- 1 Limpiar bien los champiñones y los boletus, trocearlos y reservar. (Guardar algunos laminados para decorar el plato).
- 2 Hacer un corte longitudinal a la piel de las castañas, colocar en un recipiente apto y cocinarlas en el microondas 2 min a máxima potencia.
- 3 Pelarlas y reservarlas, dejando 4 aparte para la decoración final.
- 4 Picar el puerro y los ajos.
- 5 Poner un buen chorro de aceite en una cazuela, agregar el puerro y los ajos y rehogar unos 10 min.
- 6 Añadir la setas y las castañas y seguir cocinando otros 5 min.
- 7 Incorporar el caldo y la ramita de romero y dejar que hierva suavemente durante 15 min. Pasado ese tiempo, quitar la rama de romero y triturar hasta que quede una crema fina.
- 8 Añadir la nata y rectificar de sal y pimienta.
- 9 Saltear los boletus laminados que habíamos reservado en una sartén con un poco de aceite. Trocear las castañas que habíamos reservado.
- 10 Servir la crema con unas láminas de boletus, las castañas troceadas y unas hojitas de romero por encima.



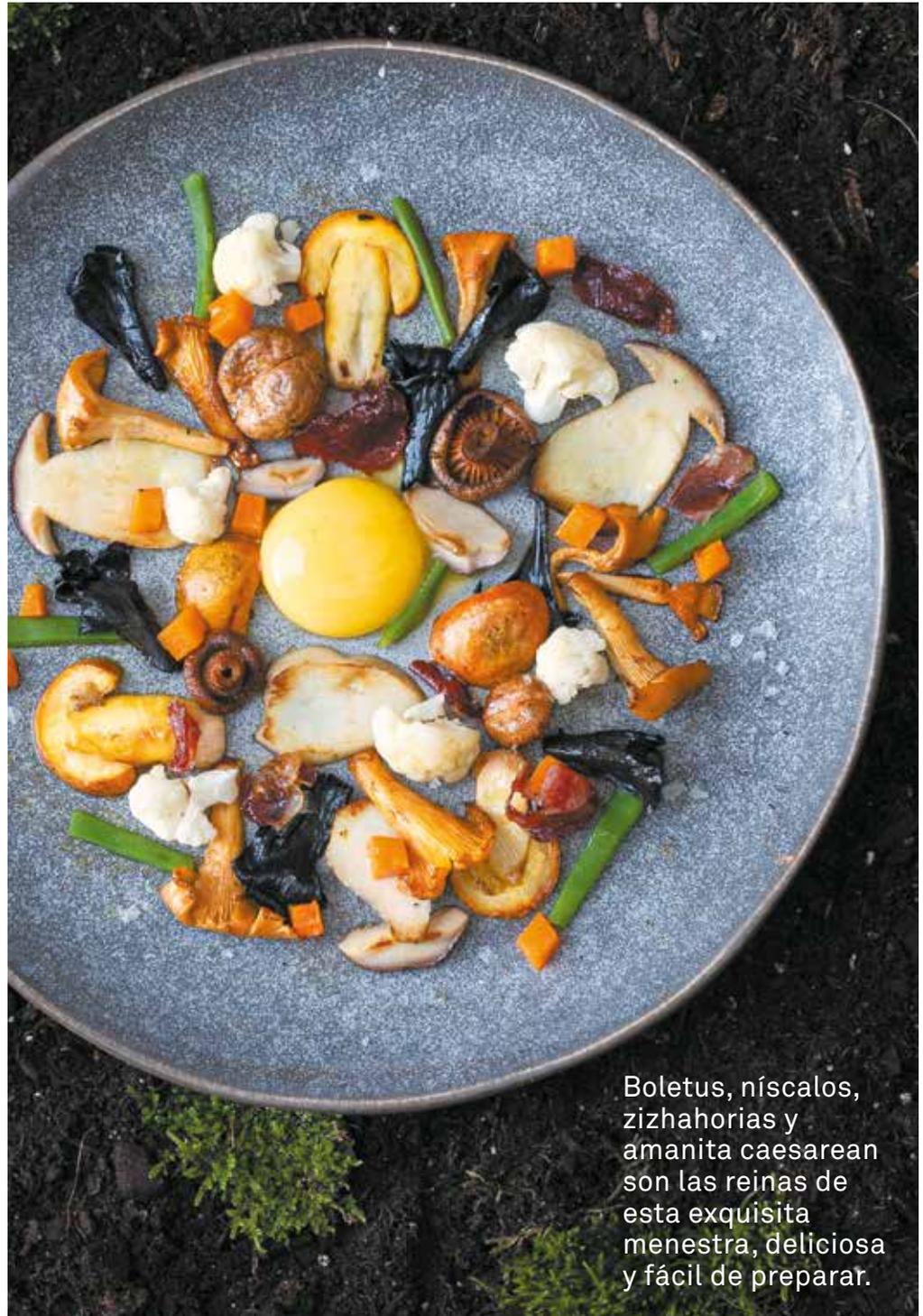


MENESTRA DE SETAS DE OTOÑO

- 2 boletus pínícolas
- 12 níscalos
- 12 zizaboria
- 3 amanita caesarea
- 12 trompetas de los muertos
- 4 ramilletes de coliflor
- Un trozo de calabaza
- 8 vainas
- 100 gr jamón ibérico
- 4 yemas de huevos de caserío
- Aceite de oliva virgen extra

Elaboración

- 1 Trocear la verdura y cocerla por separado, dejándola al dente. Reservar. Limpiar bien las setas, laminar las grandes y dejar las pequeñas enteras.
- 2 En una sartén con un poco de aceite de oliva, saltear las setas por separado e ir colocándolas en los platos dejando un hueco en el medio.
- 3 Escurrir bien las verduras y colocarlas junto a las setas.
- 4 Colocar la yema de huevo en el centro.
- 5 Trocear el jamón y saltearlo en una sartén con un buen chorro de aceite de oliva. Repartir el jamón y el aceite sobre las verduras y las setas.
- 6 Servir al momento.



Boletus, níscalos, zizahorias y amanita caesarea son las reinas de esta exquisita menestra, deliciosa y fácil de preparar.



CON GRANADA

En la frutería La Supera venden unas granadas espectaculares. Anímate a preparar una ensalada templada a base de setas, semillas de granada y nueces. En quince minutos tiene un plato de Estrella Michelin.

→ La Supera
Planta 0
San Martin Merkatua



CON UN BUEN VINO

Pásate por Maun Grill Bar y pídele una ración de hongos a la plancha con yema de huevo, acompañada de una copita de crianza. Tienen varias denominaciones: Somontano, Rioja, Toro, Castilla y León... ¡Un homenaje que te alegrará el paladar!

→ En Maun Grill Bar
Planta 0
San Martin Merkatua

GOURMET

MARIDAJES DE OTOÑO

Las setas combinan a la perfección con muchísimos productos que también podrás encontrar en los diferentes puestos de nuestro mercado.

CON UN QUESO GANADOR

¿Dónde si no es en Abatza podrías encontrar el queso ganador del último campeonato de Ordizia? Ioritz Imaz lo vende y es el único sitio en Donosti donde lo podrás comprar. Elaborado en la quesería Ondarre de Segura por Eneko Goiburu, lo tiene ahumado o sin ahumar. ¡Te va a encantar!

→ Abatza
Planta 0
San Martin Merkatua



CON JAMÓN IBÉRICO DE BELLOTA

Las setas y el jamón ibérico son una pareja con mucho glamour y elegancia. Si haces los perretxikos a la plancha y los combinas con un buen ibérico de bellota de Salamanca, en unos minutos tienes un plato delicioso.

→ Charcutería Maribel
Planta 0
San Martin Merkatua





RECETA

Setas de temporada con huevo de caserío y foie fresco

Fotos Ganbara

Ingredientes:

- Setas de temporada
- Aceite
- Cebolla
- Ajo
- Perejil
- Sal
- Huevo de caserío
- Foie fresco

Elaboración

- Saltear o hacer a la plancha las setas de temporada, por separado, con aceite cebolla, ajo, perejil y sal.
- Emplatar añadiendo yema de huevo de caserío y foie fresco a la plancha con pimienta y sal.

GANBARA JATETXEA

UN BAR QUE ES PATRIMONIO DONOSTIARRA

El Ganbara merece una visita cualquier día del año, pero ahora que es temporada de setas, la peregrinación a este templo de la Parte Vieja es más necesaria que nunca.



Desde 1984. “El Ganbara es un negocio familiar con estilo personal. Al frente estamos la segunda y la tercera generación de una familia de hosteleros de la Parte Vieja. Desde que abrimos, nos hemos especializado en pintxos, raciones, pescados y carnes a la brasa”.

Del país. “Nuestros referentes a la hora de cocinar son Arzak, Zuberoa, Elkano... Llevamos a cabo una cocina basada en el género de calidad y comprometida con los productos de la tierra y de temporada. Ahora, en otoño, las setas nunca faltan. Nuestros platos más conocidos son los hongos y las setas de temporada, la merluza rebozada, la trufa fresca, las angulas y el carpaccio de bonito y atún salvaje”.

San Martín Merkatua. “Tenemos una relación larga y estrecha con el mercado. Algunos de nuestros proveedores son de allí, como Arrospide, que nos trae las mejores setas y Muñoa Alimentación”.

GANBARA JATETXEA

San Jerónimo Kalea, 21, Donostia

TODOS LOS CAMINOS LLEVAN A SAN MARTIN MERKATUA

¡Que las obras del Paseo de La Concha no te impidan venir al mercado!



CÓMO LLEGAR AL PARKING DE SAN MARTIN MERKATUA

1. Desde Zubimusu parkea, pasando por Izostegi pasealekua hasta la calles Easo y Urbieta.
2. Desde Zubimusu parkea, pasando por Amara.
3. Desde la Avenida de Tolosa, pasando por Lugaritz pasealekua.
4. Desde Karlos Hiribidea, pasando por Hondarriba kalea.

POR TU COMPRA EN DONOSTIA
¡30 MINUTOS GRATIS!

Haz tus compras en los comercios asociados a San Sebastián Shops Donostia y por una cantidad superior a 60€, recibirás un ticket de 30 minutos gratis en el parking de San Martín Merkatua.



AINHOA ETXEBERRIA **THE SHOE BOUTIQUE**

ZAPATOS ÚNICOS PARA MUJERES CON ESTILO

La pasión por su trabajo hace especial a Ainhoa Etxeberria. Ella elige personalmente los zapatos, prendas y complementos que vende. Cuida a los clientes con atención personalizada y ofrece algo diferente en San Sebastián. Desde calzado para el día a día a zapatos para bodas.

Una zapatería diferente. “Después de trabajar catorce años para una importante firma española de calzado, hace siete decidí abrir mi propia zapatería en mi ciudad, con propuestas que ningún otro comercio tuviera. Todo lo hago con pasión y en este caso no podía ser de otra manera. Sigo con la misma ilusión, aunque he pasado por momentos difíciles. Soy positiva y confío mucho en mi trabajo”.

Universo Ainhoa Etxeberria. “Tenemos firmas diferentes, españolas e italianas, de gran calidad, que no pueden encontrarse en otras tiendas. Y también nuestra propia marca de calzado con la que nuestras clientas pueden diseñar su zapato ideal, eligiendo sobre una carta de colores y de materiales. Es una opción que gusta mucho. También tenemos prendas de vestir muy diferentes y espectaculares”.

¿Zapas o tacones? “Es increíble cómo han evolucionado las zapatillas de deporte. Hay infinitas versiones y las utilizamos con todo tipo de looks. Son una maravilla, pero tampoco hay que abusar. Lo ideal es variar de calzado, como aconsejan los podólogos, y que sea siempre de calidad”.

La clientela. “Nuestras clientas son mujeres que valoran ante todo la calidad y el cuidado de sus pies. Les gusta que les sorprendamos con las colecciones de cada temporada y demandan, sobre todo, calzado para el día a día”.

El Donostia de Ainhoa Etxeberria

UNA RUTA PARA CAMINAR EN DONOSTI.

Me encanta pasear con mi hijo por el puerto y, sobre todo, subir a Urgull y disfrutar de sus maravillosas vistas.

UN TXOKO PARA RELAJARSE.

Los jardines del palacio de Miramar.

UNOS ZAPATOS PARA LLEVAR ESTE OTOÑO.

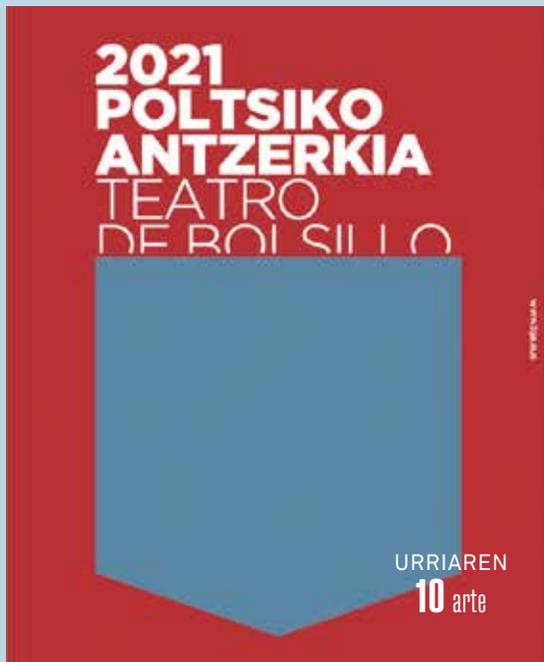
¡Los mocasines! En todos sus formatos. Es el zapato tendencia por excelencia para este otoño-invierno.

SAN MARTIN

MERKATUA. Es como mi segunda casa. Creo que no hay día que no pase por allí a comprar producto fresco y de temporada. Me parece un lujo de mercado.

AGENDA

URRIA
2021



Poltsiko Antzerkiaren Jaialdia formatu txiki eta ertaineko antzerki-ikuskizunen erakustaldia da, eta urtero egiten da Donostiako erdiguneko eta hainbat auzotako taberna eta lokaletan. Programak musika eta umorea, antzerkia, magia edota bakarriketak bateratzen dituzten proposamenak biltzen ditu, eta zaleei zein gune eszeniko tradizioletara joateko ohitura handirik ez duten ikusleei ere barietate antzerkia hurbiltzea du xede.

www.donostiakultura.eus

MUSIKA

BATAPLAN DISCO 19:00etan

URRIAK 8

HAVOC

Pedro Gracia Perez de Viñaspre abeslari eta konpositoreak eta Jon Vidaur gitarrista eta ekoizleak euren bizitzak aldatu beharko lituzkeen diskoa grabatu dute, pop independentearen lehen leerro nazionalen kokatuz.



DABADABA 19:30etan

AUDIENCE

Rock, country, glam, folk...

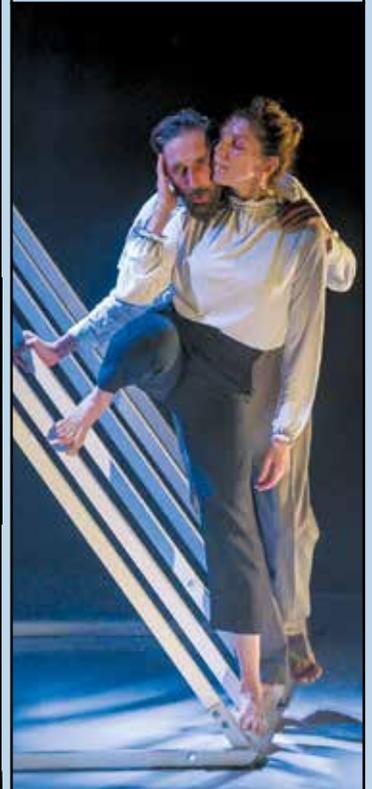


DABADABA 19:00etan

URRIAK 11

THE MYSTERY LIGHTS

DANTZA



VICTORIA EUGENIA ANTZOKIA 19:00etan

URRIAK 15

VIGOR MORTIS

Ikuskizun surrealista, non poesia, higidura eta narratiba sartzen baitira. OtraDanza konpainiaren beste bidaia aztoragarri bat, amesgaiztoaren eta amets irudiaren artean.

ANTZERKIA

23 F. ANATOMÍA DE UN INSTANTE

URRIAK 22 eta 23

Estatu kolpe baten kronika eta gure demokraziaren sorrerarako erabakigarriak izan ziren urte batzuen kronika.

VICTORIA EUGENIA ANTZOKIA 19:00etan

KURSAAL 19:00etan



URRIAK 12

NATHY PELUSO

Nathy Peluso argentinarrek oso bestelakoak diren doinuak ekarriko ditu Donostiara bere azken birari izena ematen dion *Calambre* diskoarekin.

KURSAAL 19:00etan

URRIAK 16

IVÁN FERREIRO

Cuentos y Canciones, Iván Ferreiroren ibilbide musikalean zehar, bidaia intimoa eta desordenatua da.

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

MAITANE ORMAZABAL LARZABAL

TxukunTzen, antolatzaile profesionala

“BETI PENTSATU
IZAN DUT
ANTOLATZAILEEN
BEHARRA
DAGOELA GURE
GIZARTEAN”

Zer da TxukuntZen? Pertsonak beraien txokoetan, etxean, logelan, lanean, komertzio txiki batean... erosoago, poztasun handiagoz eta lasaiago bizi daitezen, antolakuntza eta orden zerbitzu bat da TxukuntZen. Duela lau urte jakin nuen niretzat pasioa zen jarduera bat munduko leku ezberdinetan lanbide zela. Poza ikaragarria izan zen! Maite duzun eta hain erabilgarri zaizun zerbait zure lan bihurtzea.

Zergatik sortu zenuen? Beti pentsatu izan dut antolatzaileen beharra dagoela gure gizartean. Egunetik egunera bizkorrago bizi gara eta denbora gutxiago eskaintzen diogu gure etxeari. Eta non berreskuratu energia, nola egon goxo maite dituzun horiek, etxeratzean zure etxeak egonezina sortzen badizu? Eta zer esan lan eremuez. Bertan gure bizitzako parte oso handia igarotzen dugu eta maiz esaten didate lan espazio ugari desatseginak izateaz gain, antolaketa falta handiak izaten dituztela. Horrexegatik erabiltzen dut maiz: “non zure etxean/bulegoan baino hobea?”. Bi hauetan ondo bazaude, bizitza errazagoa da.

Euskal Herriko Marie Kondo esaten dizute zenbaitzuk, horrela al da? Baten batek izena ere aldatu zidan: Mai-Tane TxukuntZen. Itxuraz japoniarragoa omen zen. Bromak alde batetara, poza ematen dute horrelako loreek. Marie Kondoren metodoa ezagutzen dut eta abantaila ugari ditu. Baina nik nire toketxua ematen diot edozein antolaketa prozesuri.

Ordenak ongizatea sortzen du? Zalantzarik gabe, baina ordena subjektiboa da. Norberaren beharren arabera ordena bilatu behar dugu. Ezin kafesnea denentzat eskaini, nahiz eta basikoak beti izango diren basiko. Etxera sartu eta harrera txukun batek ematen dizun ongi etorria, goizean armairura joan eta behar eta nahi duzun arropa eskura eta txukun izatea, bapateko arazo bat dela eta etxeko edo laneko paper batzuk behar izan eta seguituan aurkitzea. Guzti hori dena lasaitasuna da eta lasai bizitzeak eskaintzen duen ongizateak ez du preziorik.

“Antolatzaile profesionala naiz. Antolatzea eta gauzak ordenean izatea oso gustuko dut betidanik.

Baina are eta gehiago maite dut pertsonak laguntzea, eta ordena erabiliz bada, zer esanik ez! Filosofia minimalistaren jarraitzaile, egunetik egunera argiago dut autoezagutza eta lehenetasunen garrantzia, hobe, lasaiago eta poztasun handiagoz bizitzeko! Bi mutil handiren amatxo naiz eta lasartearra banaiz ere, aspaldi da Hernanin bizi naizela”.

@txukuntzen



**Gure behitegiko
esnearekin landuak**

**%100 naturalak
Gehigarri edo kontserbatzailerik gabeak**

**Elaborados con leche
de nuestra ganadería**

**100% natural
Sin aditivos ni conservantes**

**A2A2 behien esnearekin eginiko yogurrak
Yogures elaborados con leche de vacas A2A2**

