

Martintxo

¿QUÉ SE CUECE ESTE MES EN SAN MARTIN MERKATUA?

Nº 26

MARTINTXO SUKALDARI

Recetas con guindillas de Ibarra

JAZZ BRUNCH

22 y 23 de julio en San Martin Merkatua

BASERRITARRAK

Visita al caserío Balantxa



PIPARRAK
UDAKO KUTIXIAK

DE TEMPORADA: PIPARRAK

TATAKI DE BONITO CON TEMPURA DE GUINDILLAS DE IBARRA



2



fácil



40'

Ingredientes:

- 4 lomos de Bonito del Norte
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta
- 2 cucharadas de sésamo
- 2 cucharadas de sésamo negro

Para la salsa:

- 1 cucharada de salsa de soja
- 1 cucharada de zumo de lima
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Cebolleta fresca
- Sésamo

Para la tempura:

- Guindillas de Ibarra
- 1 huevo
- 100 gr de harina
- 30 gr de maicena
- 180 ml de agua fría con un hielo
- Aceite de girasol

Elaboración

Para las guindillas en tempura:

- 1 Poner en un cuenco el huevo y batirlo.
- 2 Añadir la harina, la maicena y el agua con el hielo.
- 3 Mezclar bien hasta formar una masa ligera.
- 4 Calentar el aceite en una olla profunda.
- 5 Bañar las guindillas una a una en la masa y freír.
- 6 Colocar sobre un papel de cocina.

Para los lomos de bonito:

- 1 Hacer la salsa mezclando todos los ingredientes en un bowl y reservar.
- 2 Sazonar los lomos de bonito con sal y pimienta.
- 3 Poner en un plato aceite de oliva y en otro los dos tipos de sésamo mezclados.
- 4 Pasar los lomos de bonito por el aceite y luego por el sésamo.
- 5 Poner una sartén de fondo grueso al fuego y cuando esté caliente poner los lomos de bonito y cocinarlos unos 30 segundos por cada lado incluyendo los bordes.
- 6 Servir los lomos de bonito cortados en tiras acompañados de la tempura de guindillas y la salsa.

“TACOS” DE COGOLLOS, LANGOSTINOS Y GUINDILLAS DE IBARRA.



2



baja



20'

Ingredientes:

- 1 cogollo de lechuga
- 8 langostinos
- Tomates cherry
- Guindillas de Ibarra
- 1 diente de ajo
- Aceite de oliva
- Sal
- Vinagre balsámico

Elaboración

- 1 Separamos 4 hojas del cogollo que nos van a servir como base, las lavamos y las secamos bien.
- 2 Pelar los langostinos.
- 3 Pelar y picar el diente de ajo.
- 4 Quitar el rabito a las guindillas, lavarlas y secarlas bien.
- 5 Poner en una sartén un chorretón de aceite de oliva y freír las guindillas; retirar del aceite y reservar.
- 6 En el mismo aceite, añadir el ajo y los langostinos y saltar.
- 7 Montar los “tacos” con una hoja de cogollo sobre la que colocaremos los tomates troceados, los langostinos con un poco de su aceite y las guindillas.
- 8 Añadir un poco de vinagre balsámico por encima.
- 9 Comer con la mano.



GOUR- MET



CAPRICO DE VERANO

La carta se amplía y a sus excelentes hamburguesas de Wagyu se les suman los perritos calientes. Ideales para llevar a la playa o comer mientras haces la compra en el mercado. Abierto todos los días entre las 12:00 y las 23:00.

→ Zuka Handburger y Helados.
Planta 0.
San Martin Merkatua



EL REY DEL CANTÁ- BRICO

A la parrilla, frito, en marmitako, con piperrada... El Bonito del Norte nos gusta de cualquiera de las maneras. Las pescaderías de nuestro mercado lucen las mejores piezas. Pásate y disfruta.

→ En las pescaderías
Planta -1.
San Martin Merkatua

LEGUMBRES: TAMBIÉN EN VERANO.

Las pochas son una variedad de la alubia blanca que se consumen antes de que alcancen su madurez. Su temporada es corta, así que tienes que aprovechar los meses de verano para comerla. ¡Que aproveche!

→ En los baserritarras
San Martin Merkatua



MAUN GRILL BAR MAESTROS DE LA COCINA DE TEMPORADA

Mateus Mendes y Unai Paulis elevan a los altares el producto que diariamente llega a su cocina desde los puestos de baserritarras y pescateros de San Martín Merkatua. Su excelente atención en sala y el dominio de la parrilla y de otras innovadoras técnicas de cocina, le han convertido en referencia en la ciudad. Por delante les esperan varios meses de trabajo atendiendo tanto a público local como extranjero, a quienes llama la atención su ubicación en un mercado tradicional de abastos.

De la huerta. “El producto de temporada es la base de nuestra cocina. Acaba de terminar la temporada de habitas, espárragos y guisantes pero la huerta ahora está en un buen momento y nos centraremos en la ensalada de tomate y las piparrak. Ambos platos los preparamos con soplete y el toque que da es espectacular. Los dos pueden tomarse como plato principal o mientras picoteas tomando una rica copita de vino”.

Del mar. “Por supuesto, el pescado rey del verano es el Bonito del Norte. Lo preparamos a la parrilla y es un plato que nos lo piden mucho. Fuera de carta tenemos también joyas como las ya clásicas zamburiñas a la parrilla que siempre triunfan. Recientemente hemos instalado un expositor sobre la barra para que la gente vea lo frescos que son los productos que se pueden comer”.



LAN- GOSTI- NOS DE LA HUERTA

El verano sabe a tomate de caserío, a Bonito del Norte y... ¡a piparrak! Si eres de las personas que disfrutan comiendo guindillas de Ibarra, tienes que pasarte por Maun Grill Bar a pedirte una ración. Preparadas a soplete por las manos de Mateus, son una delicia. Te van a sorprender por su sabor y textura. Una vez allí, echa un vistazo a su cuidada carta a base de productos de temporada del mercado. Elige lo que más te apetezca y prepárate para gozar. Te lo preparan al momento, mientras tú eres testigo de la actividad diaria de San Martín Merkatua.

→ En MAUN Grill Bar.
Planta 0
San Martín Merkatua



23 de julio

MAR ANDINO
saxofonista

POR QUÉ EL JAZZ TAMBIÉN ES COSA DE MUJERES

POR ESTIBALITZ ORTEGA ARSUAGA

Los próximos 22 y 23 de julio San Martín Merkatua vibrará a ritmo de jazz de la mano de una generación de mujeres que se dedican profesionalmente a la música y que están consiguiendo derribar muros en un mundo tradicionalmente masculinizado como es el jazz.

“EL FUTURO DEL JAZZ ES ESPERANZADOR PORQUE CADA VEZ SOMOS MÁS MUJERES”

Dedicada a la música desde pequeña, actualmente estudia Saxo Jazz en Musikene. La podremos ver y escuchar el sábado 23 de julio junto con la guitarrista Eva Alcaide.

¿Las mujeres son minoría también en el mundo de jazz? ¿Por qué? Por lo que a mi entorno respecta, al menos, sí. Es difícil que una niña quiera ser músico de jazz si no tiene referentes con los que sentirse identificada, así que como hay pocas mujeres que hacen jazz, pocas se sienten inspiradas para intentarlo. Es un poco la pescadilla que se muerde la cola, aunque el futuro es esperanzador porque cada vez somos más.

¿El mundo de la música se sigue rigiendo bajo parámetros patriarcales? Como todo lo que tiene que ver con los cambios socioculturales, aunque parezca que en diez años se dan pasos enormes, se necesita mucho más tiempo. A veces me da la sensación de que pensamos que hemos avanzado más de lo que realmente es.

¿Hay alguna manera de revertir la situación? Maneras habrá muchas. En mi opinión es importante fomentar en las nuevas generaciones de mujeres el interés por la música jazz y crear un espacio en el que se sientan cómodas.

¿Qué mujeres destacarías dentro de la historia del jazz? Antiguamente era incluso más raro ver a mujeres instrumentistas, así que la mayoría de la época que más me han marcado son vocalistas, como pueden ser Ella Fitzgerald o Billie Holiday, por mentar a alguna. Más modernas, me encantan Melissa Aldana y Elena Pinderhughes.

JAZZ
Morning
BRUNCH



22
Julio / viernes
10:30>12:30h

Ledian
y Maite Arregi Díaz
(pianista)

23
Julio / sábado
10:30>12:30h

Mar Andino (saxofonista)
y Eva Alcaide (guitarra)

Colaboran:



23 de julio

EVA ALCAIDE

guitarrista

“EN UN MUNDO DE HOMBRES, COMO EL DE LA MÚSICA, UNA TIENE QUE APRENDER A MOVERSE”



¿Qué tipo de actuación estáis preparando Mar y tú? Un dúo de guitarra y saxo compuesto mayormente por standards. La intención es hacer un jazz agradable que aporte a la experiencia de las personas que decidan pasarse por San Martín Merkatua durante esa mañana.

¿Ser mujer, en tu caso, es una barrera para dedicarse profesionalmente a la música? Creo que esa barrera tiene que ver con el género, pero también mucho con la personalidad de cada una. La música es un mundo en el que conocer gente es lo más importante para poder trabajar y, al estar dominado mayormente por hombres, tienes que saber moverte en este tipo de círculos.

¿A qué tipo de obstáculos has tenido que enfrentarte? Hay obstáculos que son comunes a otras profesiones (aunque se acentúan en el jazz al haber un porcentaje tan alto de hombres), como el tener que lidiar con comentarios misóginos de compañeros y superiores, en algunas ocasiones incluso con incidentes graves de acoso y, en general, el asumir el papel que la sociedad sutilmente nos atribuye, que es el de cuidar a los demás antes que a nosotras mismas.

¿Por qué las mujeres son minoría también en el mundo de jazz?

En el mundo del jazz instrumental somos sin duda una minoría. Yo era la única mujer instrumentista de mi curso, como era el caso de otras compañeras, y fui la primera mujer (y única, de momento) en titularme en Interpretación de Guitarra de Jazz en Musikene, un centro que lleva dos décadas ofreciendo las especialidades de jazz. Creo que la razón puede tener que ver con que en el jazz se le da importancia a cualidades históricamente relacionadas con el género masculino.

22 de julio

MAITE ARREGI DÍAZ

pianista

“MUCHAS VECES, ENTRE HOMBRES, NO ME SIENTO UNA IGUAL”

¿Ser mujer cierra puertas en el mundo del jazz? Yo no he sufrido ningún desprecio directo por parte de compañeros músicos. Lo que sí es cierto es que, por el simple hecho de no ser hombre, en muchas situaciones no me siento una igual. Aunque no me agrada, entiendo que se me vea diferente; de hecho, cuando entro a un club de jazz y veo a una instrumentista también me viene un primer pensamiento de extrañeza. Simplemente espero que poco a poco desaparezca esta separación de jazzistas y mujeres jazzistas, y que todos formemos parte de un mismo colectivo.

¿Hay alguna manera de revertir la situación? Pienso que cada uno debe reflexionar y

cuestionarse de qué manera puede ayudar a mejorar la situación. Yo procuro mostrarme como profesional, trabajando para crear música de la mayor calidad posible y ser infalible en mi trabajo. Espero que de esta manera cualquiera que me cuestione o me obstaculice por el simple hecho de ser mujer no tenga otra opción que darse cuenta de que soy una profesional más.

¿Por qué te gusta el jazz? Porque es una música en la que no se juzga y los fallos y las imperfecciones son bienvenidas. A través de la improvisación he desarrollado seguridad en mí misma, a pesar de que al principio me costara exponerme de esa manera. Y es que,



al fin y al cabo, pienso que improvisar es algo que tiene mucho que ver con la intimidad. El hecho de poder hacerlo sintiéndome libre y disfrutando me parece un logro muy importante, también en lo personal.

TXIKITXEF

Haurrak sukaldaritzaz goza dezaten errezeta erreza bezain gozóa proposatzen dizuegu.

REALIZACIÓN Y FOTOS SARA LUENGO

FALSA PIZZA DE SANDÍA



Ingredientes

Una rodaja grande de sandía / Melón piel de sapo / Melón cantaloup / Plátano / Cerezas / Hojas de menta fresca / Chocolate blanco.

Elaboración

- 1 Colocamos la sandía en un plato y la cortamos en porciones.
- 2 Cortamos el resto de la fruta en rodajas y la troceamos. Podemos utilizar cortadores de galletas para darles formas divertidas.
- 3 Colocamos la fruta cortada y la menta sobre la sandía, y terminamos rallando chocolate blanco por encima.
- 4 Servir fría.



Haurrentzako sukaldaritza tailerrak

Seme-alabak edo bilobak sukaldatzen ikas dezaten nahi baduzu, aukera paregabea duzue. **San Martin Merkaturia** eta **Sukaldaritza Sortzenen** artean, 8 eta 11 urte bitarteko haurrei zuzendutako doako ikastaroak antolatu ditugu ondorengo larunbatetan goizeko 10.30etan:

- _ Irailaren 17an
- _ Urriaren 1ean
- _ Azaroaren 5an
- _ Abenduaren 17an

Izena eman:
sukaldaritzasortzen@gmail.com
 Plaza bat lortzen baduzu, baieztapena jasoko duzu.
 *18 haur tailer bakoitzeko



Sukaldaritza Sortzen

BALANTXA BASERRIA

“60 URTE BAINO GEHIAGO DARAMATZAGU SAN MARTIN MERKATUAN”

Unibertsitatean Arkitektura ikasketak burutu arren, Xabier Ezeiza Mendinueta Hernanin dagoen Balantxa Baserriko baratzean jardutea erabaki zuen, familieren ohiturari jarraituz. Emi Mendinueta amarekin aritzen da eta produktuak gure merkatuan saltzen dituzte. Haien baratzean izan gara gertuagotik ezagutzeko.

Gazte gutxik aukeratzen dute baserrian aritzea? Zuk bai, ordea. Zergatik? Nik unibertsitateko ikasketak ditut eta hamar urte inguru egin dut lan arkitekto bezala. Esperientzia horrek erakutsi dit gainontzeko lan aukerek bere alde onak eta txarrak dituztela. Baserriak esfortzu handia eskatzen du eta gehienbat, lotura. Egunero edo ia egunero egin behar izaten dugu lan, urtaroaren arabera, eta ez da erraza hau familiarekin uztertzea. Baina ongi antolatuta, hau eramangarria izan daiteke eta orduan, baserriko lanaren alde ona nagusitzen da. Nire erritmora, familiarik gertu eta gustuko dudan horretan lan egitea ezin hobea da. Gainera, baserriak etorkizuna izan dezan, lagungarri izan naitekela iruditzen zait.

Egungo bizimoduarekin baserriko bizitza zaila izango da, ezta? Egia da gizartean gero eta denbora gutxiago dagoela etxean kozinatzeko eta guk saltzen ditugun produktuen gehiengoak, horretarako denbora pixka bat eskatzen duela, baina ez nuke zaila bezala definituko. Egungo bizitzan, gero eta gehiago zaintzen da gure elikadura eta honen jatorria. Ezagunak diren produktu ekologikoen gain, gero eta gehiago dira produktu industrialen aurrean, bertako nekazari txikien alde egiten dutenak. Eta ikuspuntu horretan, baserriarrok badugu gure toki.

Nola ikusten duzu baserri munduaren etorkizuna? Azken urteetan eta bereziki azken hilabeteetan asko okertu da nekazaritza eta abeltzaintzatik bizi garen egoera. Gure produktuen ekoizpenerako behar diren lehengaiak asko garestitu dira eta gure lanaren errentagarritasuna gero eta txikiagoa da. Hori, urtetik urtera beherantz doan baserri kopuruan islatzen da. Baina etorkizuna ikuspuntu positibo batetik ikusten dut. Tamalez, baserriko bizitza gure gutxi izango gara, baina gutxi horiek aukera asko edukiko ditugu, dudarik gabe.



ARGAZKIA E.ORTOLAIZ

Xabier, semea, eta Emi, ama, Balantxa baserriko baratzean.

“Tamalez, etorkizunean baserriko bizitza gure gutxi izango gara, baina gutxi horiek aukera asko edukiko ditugu, dudarik gabe”.

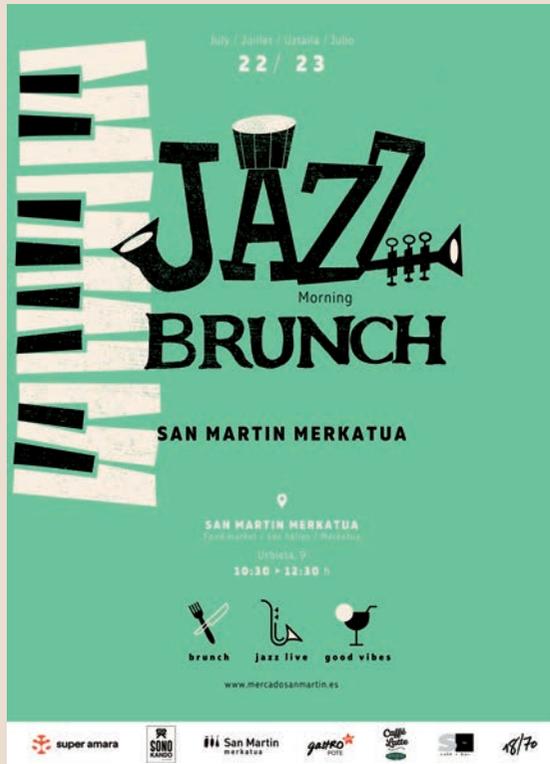
Zein da Balantxa Baserria eta San Martin Merkatuaren arteko harremanaren historia? Noiztik saltzen dituzte zuek produktuak merkatuan? Zehazki zenbat urte diren jakitea zaila da, baina 60 urte baino gehiago daramatzagu San Martin Merkatuan saltzen. Aurreko baserriko arbasoen jardunari eutsiz, amona (Cecilia Urretavizcaya) hasi zen saltzen merkatu zaharrean, aitonak seme-alabekin batera baserrian ekoizitako barazki eta gainontzeko produktuak. Ondoren, nire amona erretiratu eta nire aitak hartu zuenean baratza lantzearen ardura, orain dela 30 urte inguru, nire ama (Emi Mendinueta) jarri zen barazkien salmentan merkatuan. Eta horrela jarraitzen dugu gaur egun.

Saltoki ona al da San Martin Merkatua? Beste bide batzuek ere baliatzen garen arren gure produktuak saltzeko, San Martin Merkatua beti izan da nagusia eta horrela jarraitzea espero dugu. Aukera bikaina da gure barazkiak Donostia inguruko jendeari iristaraztea. Horrelako hiriguneetara salmenta zabaltzea ez da erraza, are eta gutxiago gu bezalako nekazari txikiengatik. Merkatua kokapen ezin hobean egoteaz gain, instalazio aproposak eskaintzen dizkigu gure salmentetarako. Eta bai, San Martin merkatu ona dela esan daiteke, gehien bat, Donostiako biztanleen artean oraindik mantentzen delako baserriarren produktua erosteko joera; gure lana errespetatzen dute eta gure produktuak aintzat hartzen dira.

→ BALANTXA BASERRIA
0 Solairua
San Martin Merkatua

AGENDA

UZTAILAK
2022



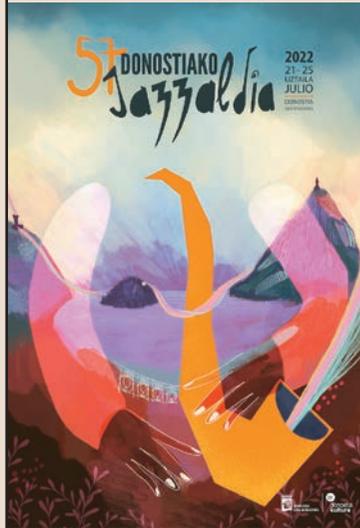
Γ 10:30etatik 12.30etara

SM BAR

Jazz kontzertu bat entzun nahi baduzu brunch zoragarri bat jaten duzun bitartean, zatorz San Martin Merkatura uztailaren 22an eta 23an 10.30etatik 12.30etara.

MUSIKA

UZTAILAREN
21 ETIK 25 ERA



JAZZALDIA
Simple Minds, Diana Krall,
Monophonics, León Benavente,
This Is The Kit, Vintage Trouble,
Pillow Queens...

Γ 20:00etan
DABADABA

UZTAILAK
16

**OVERLOUD +
KONTRABAND**

Hard rock Donostiatik.

Γ 20:30etan
DABADABA

UZTAILAK
27



LA PERLA

Kolonbiako Karibeko cumbia
eta folklorea.

ANTZERKIA

**THE HOLE X
LETS GO**

VICTORIA EUGENIA
The Hole saga Planletsgo-
ren klasikoa bihurtu da 10
urte betetzean, eta, hori
ospatzeko, show berria
dakarkigu: The Hole X,
inoiz baino X-go.



UZTAILAREN
14 TIK 17 RA

Γ 20:00etan
KURSAAL

DANTZA

**UKRAINIAKO
BALLET KLASIKOA**

Ballet klasikoaren
tradizioari eta espirituari
jarraituz, Ukrainako Ballet
Klasikoaren ekoizpen honek
ballet erromantikoaren
edertasun eta drama guztia
harrapatzen du.

UZTAILAK
15

Γ 20:00etan

**MARIE
ANTOINETTE
MALANDAIN
BALLET BIARRITZ**



VICTORIA EUGENIA

UZTAILAREN
28 TIK 31 RA



ÓPTICA ZURRIOLA

LAS GAFAS MÁS VANGUARDISTAS PARA TUS OJOS

Óptica Zurriola nació hace más de diez años con un concepto vanguardista respecto al de la óptica tradicional en el edificio Kursaal. En su interior encontrarás gafas vanguardistas *handmade* de diseñadores internacionales.

VANGUARDIA. “El universo de Óptica Zurriola tiene como origen una tradición familiar desde 1996 y, en 2010, Iban Pérez Telletxea se lanzó a crear su concepto en el edificio Kursaal. Desde entonces, y con una fuerte vinculación con la ciudad y su entorno, trabaja en continua evolución e investigación para disponer de las gafas más vanguardistas, creadas por diseñadores internacionales que cuidan y miman su producto haciendo colecciones únicas con altos estándares de calidad y diseño”.

HANDMADE. “Nos gusta de decir nos definen tres conceptos: calidad, diseño y moda. Trabajamos con marcas internacionales y gafas que llevan la etiqueta “handmade”, con colecciones provenientes de Japón, Australia, Francia, Italia o España y de ciudades emblemáticas como Berlín, New York, Paris o Milán. El diseño va de la mano de la calidad a la hora de elegir nuestras colecciones y por ello trabajamos con firmas que usan los mejores acetatos celulosa de origen vegetal o realizan sus monturas con la ligereza de materiales Premium como el titanio, además de la mejor tecnología en lentes, lentes progresivas, polarizadas e incluso fotocromáticas”.

CON PERSONALIDAD. “Los clientes buscan una gafa con personalidad y, en muchas ocasiones, una pieza que sea única y exclusiva. Aprecian los acabados, los materiales y los diseños. Para muchos, su gafa es una carta de presentación día tras día y, dado que en muchas ocasiones tenemos una, es importante que refleje bien su personalidad. En los últimos años hemos ampliado nuestra clientela en el ámbito internacional, con pedidos desde Australia, Brasil o Estados Unidos entre otros”.

EL DONOSTIA DE ÓPTICA ZURRIOLA

Una ruta para caminar en Donosti: Callejear por las calles y avenidas principales de Donosti levantando la vista y contemplando los edificios de la ciudad, su arquitectura y cómo no, disfrutando del color y la luz que aportan los escaparates del comercio local.

Un txoko para relajarse: La terraza del Kursaal durante la puesta de sol. Es mágico.

Vuestra relación con Mercado San Martín. Comprar en San Martín es parte de nuestra tradición familiar, ya sea para los productos del día a día o para una ocasión especial.

Además, sus valores y los de nuestro trabajo van de la mano, ambos apostamos por lo auténtico, lo artesano y, sobre todo, por la calidad.

ÓPTICA ZURRIOLA
Avda. de la Zurriola, 1,
20001 Donostia

 [opticzurriola](http://opticzurriola.com)

IBKBIKE RENTAL

ALQUILER BICICLETAS
ROAD / MTB / CITY / E-BIKES



San Sebastián

Un paraíso para descubrir
en bicicleta
Disfruta en las rutas por la
ciudad, costa, playas y montaña.

IBK Bike Rental
Gran Via 7 Kalea.
20002 San Sebastián
Gipuzkoa - España
f i @ibkbikecom



www.ibkbikerental.com

ORBEA  SPECIALIZED FOCUS  megamo