



fan!

San Martín

N 4 / JULIO 12



4

Club Fan!
SM
Eskaintzarik onenak zuretzat

5

Eman izena gure
SUKAL-
DARITZA
TAILE-
RRETAN

10

SUPER
AMARA
Azala udan zaintzeko aholkuak

12

Ezagutu
CUPCAKE
LEHIAKETA-
REN
irabazlea

David de Jorge es nuestra portada Fan! San Martín

¿Antojo de una nueva revista para el verano? Estábamos deseando publicar este n.º 4 para sorprenderte con nuevos contenidos y curiosas historias sobre San Martín y su gente; clientes variopintos, con vidas muy diferentes que, sin embargo, parecen diluirse al entrar al mercado. En una sola mañana hemos coincidido con unas simpáticas estudiantes, una ama de casa, un pintor japonés que acaba de exponer en San Sebastián, un publicista e incluso con el mediático cocinero David de Jorge, más conocido como Robin Food. Visitó nuestro mercado un sábado por la mañana para grabar parte de su programa especial número 500.

También robó sonrisas a otras muchas caras habituales del mercado. Las hermanas Fernández y su padre, por ejemplo, se han dejado fotografiar en su frutería y nos han confesado el frío que pasaban en el antiguo mercado; mientras que la ganadora del concurso de Cupcakes nos ha contado de dónde le viene esta afición por la pastelería creativa.

¿Y el Club Fan! San Martín? Suma más de 1000 socios y el número no para de crecer. ¿Quieres saber lo que opinan algunos fans? No te pierdas las fotos y opiniones de los participantes en los talleres de cocina y ponle cara a la ganadora del jamón ibérico que se ha sorteado entre todos los socios.

Descubre el alma del mercado en esta nueva entrega de Fan! San Martín.

Nahi al duzu agertu geure aldizkariko azalean?

Ez zaigu axola zure adina, zure lanbidea edo zure begien kolorea. Berdin zaigu zure garaiera edo zuen praken neurria. Ez gabiltza modelo profesionalen bila.

Pertsona errealak nahi ditugu, San Martín Merkatuaren izpiritua ordezkatzen dutenak. Izan ere, guretzat zuek zarete garrantzitsuenak, Donostiako merkatu biziaren bisitatza eta bertan erosketak egitera etortzen zaretenak.

Informazio gehiago www.msanmartin.es

¡Tenemos WIFI!

Conéctate con tus amigos, familia..., en la calle central del mercado.



El Mercado San Martín llega hasta la puerta de tu hogar.

Si no tienes tiempo, te da pereza salir o no quieres cargar con peso, puedes llamar tranquilamente al mercado. El producto te llegará rápido y fresco.

Estos son los comercios que ofrecen servicio a domicilio: Tomás, del caserío **Etxeberri Txiki**; pescaderías **Sola, Sotero y Miren**; **Lurlan**; carnicerías **Iñaki & Jenny, Muñoa, Juan Etxeberria, Nicasio**; Charcutería **Maribel**; Frutería **La Repera**; Floristería **Mimiku** y **Super Amara**.

En nuestra nueva página web contactarás fácilmente con ellos:

www.msanmartin.es

No te cortes, idescuelga el teléfono y llama!

San Martín

CLUB FAN! SAN MARTIN

¡YA SOMOS 1.000 SOCIOS!

¿Quieres obtener descuentos y ofertas exclusivas en los establecimientos de San Martín?. Ahora puedes conseguirlo uniéndote al Club Fan! San Martín. Hacerte socio es gratuito y accederás a numerosas ventajas. También podrás participar en sorteos e inscribirte en interesantes talleres.

¿Cómo puedo hacerme socio?

Es muy sencillo. Tienes dos maneras de hacerte socio:

- Por internet, en la página web www.msanmartin.es/club
- En el mismo **mercado**, rellenando el formulario que encontrarás en los establecimientos adheridos al club. Debes depositarlo en las urnas habilitadas para este fin.

En pocos días recibirás la tarjeta en tu domicilio. Recuerda llevarla siempre encima cuando vayas al mercado, porque tendrás que enseñarla si quieres acceder a la oferta.

¿Cómo me informo de las ofertas y actividades?

En el mismo mercado encontrarás información sobre las promociones, y también en nuestra web www.msanmartin.es/club



HAZTE SOCIO,
ES GRATUITO



¡Próximos sorteos!

PESCADERÍA ROSA MARI

Sorteo de una noche en Agroturismo Maddiola (Igeldo)

Incluye desayuno+sorpresa
Finaliza el 31 de julio



ZOKKETA
GAU 1
NEKAZAL-
ETXEAN

ZOKKETA
AFARIA
PANTXIKA
JATETXEAN



PESCADERÍAS MIREN, SOLA, NATI, NELI y GARRIDO SAN MATÍN

Sorteo semanal de una cena para dos personas en el restaurante Pantxika (ubicado en el muelle de San Sebastián)

Del 1 de julio al 18 de agosto

!Conoce a los afortunados!

Manuela Hernández Maillo

Socia nº 1458



Manuela es cliente de Mercado San Martín desde pequeña. Se hizo socia del club Fan! San Martín para obtener ventajas con muchas de sus compras. No imaginaba que entre los más de 600 socios aspirantes a llevarse el exquisito jamón ibérico **Diego López** sorteado por **Iñaki y Jenny**, la suerte recaería en ella.

Iñaki Moroa

Socio nº 1207



Cliente de la pescadería Rosa Mari, Iñaki se he llevado una deliciosa cesta de marisco preparada con muchísimo cariño.

Las ofertas del club Válidas hasta el 31 de julio de 2012

GYM SAN MARTIN

Matrícula gratuita para todos los socios del club Fan! SM

Todos los socios del club Fan! SM que se apunten al gimnasio antes del 31 de julio, **1 mes gratis.**



JUAN ETXEBERRIA

Descuento del 5% en todos los productos cocinados



PESCADERÍA ROSA MARI

Todos los días, langostino cocido:

Antes: 9,90€ | Ahora: 6,99€

Finaliza el 31 de julio

Ofertón viernes y sábado:

caja de 1/2 kg de gamba fresca: 5,5€.



FLORISTERÍA MIMIKU

10% de descuento en todas las plantas de raíz.



QUESERÍA ADARRAZPI

Queso semi curado de oveja

Antes: 15€ | Ahora: 13,5€



ERREKALDE BASERRIA

2 lechugas por 1 €



Fnac

50% de descuento al hacerte la **tarjeta de socio de la Fnac.** Ahorro de 7,5€.



PANADERIA TALO

Todos los lunes, **2x1 en napolitanas de chocolate**



Recuerda que para participar en todas las ofertas es imprescindible hacerte socio del club fan! San Martín. Infórmate en www.msanmartin.es/club

Próximos talleres



COCINA ITALIANA

Es la comida 'universal' por excelencia, que a todo el mundo atrapa. Pizzas caseras, pasta fresca, canelones, tiramisú....

¿Te imaginas poder hacer todo esto en casa? Hazte socio del club Fan! San Martín e insíbete en este taller en la web www.msanmartin.es/club

CUÁNDO : A partir del 1 de julio, lunes, martes y miércoles de 18:30 a 20:30

DÓNDE: Casa de la Rioja, calle Soraluze (Parte Vieja).

DURACIÓN: 6 horas.

Máximo 10 personas.

PRECIO SOCIOS

42€

PRECIO NO SOCIOS

50€



CÓMO COCINAR PARA NIÑOS

¿No sabes qué preparar a tus hijos o nietos para que coman de todo?

¿Quieres que se alimenten bien y disfruten comiendo? En este taller te enseñaremos a cocinar varios menús saludables y variados de forma divertida. Para que los más pequeños disfruten de la comida y siempre quieran repetir.

Hazte socio del club Fan! San Martín e insíbete en este taller en la web www.msanmartin.es/club

CUÁNDO: A partir del 1 de julio, lunes, martes y miércoles de 18:30 a 20:30 horas

DÓNDE: Casa de la Rioja, calle Soraluze (Parte Vieja).

DURACIÓN: 6 horas.

Máximo 10 personas.

PRECIO SOCIOS

42€

PRECIO NO SOCIOS

50€

Con las manos en la masa

Los **talleres de cocina** del Club Fan! San Martín ya están en marcha. El pasado mes de junio nos estrenamos con un taller de '**Aperitivos y Canapés**' y otro de '**Repostería**' en la Casa de La Rioja y el ambiente no pudo ser mejor. Nuestras socias aprendieron muchos trucos y, como bien reflejan sus caras, lo pasaron en grande.



María Villoch, Ana Juanco, María Jesús Oyarbide, Jon Kepa Barranco, Lourdes Iturralde, Karmele Mendia y Esther Ansoalde.

El taller de aperitivos y canapés, de seis horas de duración, se celebró de lunes a miércoles en la **Casa de La Rioja** (Parte Vieja). Fue un curso muy variado y las alumnas aprendieron a elaborar sushi, tempura, brick crujiente de hongos con salsa de setas, hojaldre de puerros con salsa de espinacas, pudding de pescado, crema de marisco...

Lourdes Iturralde, por ejemplo, acudió muy interesada en la cocina japonesa, "para aprender a cocinar sushi, tempura..." y **Karmele Mendia**, en cambio, prefiere la cocina de aquí. "Aunque no cocino a diario, sí me gusta preparar platos los fines de semana o para alguna cena especial con invitados. Pero el shushi aún no lo he incluido en mis menús", asegura. "En la próxima cena, sorprenderé a mis amigos con lo que he aprendido en este curso" cuenta **Ana Juanco**.

El curso de repostería fácil tuvo lugar una semana después en la misma sociedad. Karmele, ya veterana, repitió la experiencia con **Jon Kepa Barranco** y recuperó esas recetas de postres que todos hemos hecho alguna vez pero que se olvidan con el paso del tiempo. "Hicimos arroz con leche, rosquillas, natillas, un soufflé de chocolate buenísimo y trufas que luego llevé a casa para repartir".

Nuestras socias colaboraron en todo con Jon, ayudándole a cortar y a cocinar todos los platos, pero sobre todo degustándolos. Entonces sí que fueron agradecidas, porque se lo comieron todo. **¡Gracias por vuestra simpatía chicas, y hasta pronto!**

"Jon nos hizo sentir muy cómodas", nos comentaron las socias del club.





LIMA LIMOIA

Pitxerra ur fresko-freskoarekin betetzea eta lima- eta limoi-zati batzuk moztea proposatzen dizugu. Ikusiko duzu zer erraza den edari freskagarri, osasungarri eta % 100 hidratatzaile bat egitea minutu gutxi batzuetan.



AGUA DE COLONIA

¡Atentos todos los hombres! Hemos descubierto en **The Body Shop** una colonia fresca pero permanente con mucho magnetismo. Con notas de madera de sándalo, almizcle y vétiver, el olor que queda en el cuerpo es irresistible.

COCO LOCO

El agua del coco contiene vitamina B y otros minerales, que la convierten en una fruta ideal para recuperar los electrolitos del cuerpo que perdemos al sudar. En la Frutería **La Repera** están exquisitos.



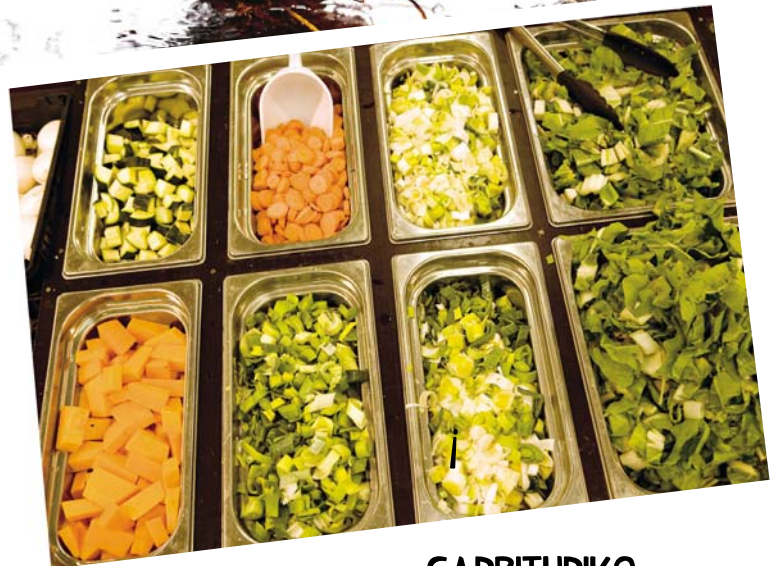
SPLASH!

Aproximadamente el 75% de nuestro cuerpo es agua, pero en los meses estivales nos deshidratamos fácilmente. Este verano, ¡ponte una inyección extra de H2O!



AGUA DE NORUEGA

Sobre aguas no hay nada escrito. Hay quien la prefiere del grifo, otros no soportan una marca concreta, hay quien es capaz de catar varias y diferenciarlas con precisión.... A nosotros nos ha cautivado el agua artesanal de Noruega Voss, embotellada en el desierto prístino al sur de Noruega. La encontrarás en **Super Amara**.



GARBITURIKO BARAZKIAK!

Barazki freskoak jan nahi dituzu, baina ez duzu garbitzeko gogorik? **Etxeberrri Txikiko Tomasek** ideia paregabea izan du. Ontzietan barazkiak garbituta eta moztuta aurkituko dituzu, kozinatzeko prest, eta zure gustuaren arabera aukeratu ahal izango dituzu.



GAZPACHO Y OLE

Fresquito, elaborado con las hortalizas de nuestros baserritarras, los mejores tomates de **Errekalde baserria**... Este gazpacho va a durar en el picnic un suspiro... Es igual, seguiremos disfrutándolo todo el verano, que por algo pasamos el invierno comiendo potajes.

GOIBURUKO FOIEA

Goiburu Etxaldeak merkatuan du postua, arrandegien ondoan. Bertan, ahate-produktu oso gozoak saltzen dituzte. Produktu horiek guztiak primerakoak dira piknik batera eramateko. Foie-blok honekin geratuko gara, horren ontzi praktikoa eta eroso gustuko baitugu.



VERDURA CON MUCHO ARTE

Da pena comérselo de lo bonito que es. Le hemos dado un mordisco y el sabor es insuperable. En la Carnicería **Juan Etxeberria** son unos artistas con los platos cocinados, y esta receta es una manera divertida y veraniega de comer la verdura. ¡A los niños les encanta!

PICNIC

¿Se te ocurre un plan mejor para este verano? Comer en plena naturaleza, sin preocupaciones... Te damos algunas ideas para llevar en la tartera.

SANDIA

Udako eta pikniketako fruta izarra da. Horren zaporea erakargarria da eta eguzkiak gogor jotzen duenean ez dago hori baino freskagarriagoa denik. Hori bai, azkar jan behar da ez zimeltzeko. **La Repera** frutategian primerako sandiak dituzu.



MUAAA!

No olvides llevarte el bálsamo labial Born Lippy de **Body Shop** con un sabor a fruta que crea adicción. Además, la barra hidrata tus labios y les da un brillo muy sutil, perfecto para lucir un look natural en el campo.



POSTRERAKO GAZTA

Adarrazpi Artzai Gaztan, Inmak hainbat eratako gaztak ditu salgai. Gaztak berak eta bere senar Mikelek egiten dituzte, Aralarreko gainetan. Postrerako Idiazabal gazta zati handi bat gordeko dugu, intxaur batzuekin lagunduta jateko.

VAINICA DOBLE

Este es un pequeño homenaje a Vainica Doble y a sus inolvidables canciones. La sección de música de la **Fnac** tiene a la venta interesantes discos reeditados como el que hemos seleccionado, 'Heliotropo', que os invitamos a escuchar.



“¡En el antiguo mercado se nos congelaban las lechugas por el frío!”

GEMMA, LOURDES Y GURUTZE FRUTERÍA FERNÁNDEZ

Mirándoles a los ojos, una enseguida cae en la cuenta de que corren los mismos genes por la sangre de Gemma, Lourdes y Gurutze. Estas tres hermanas no pasaron su infancia correteando entre fruta o escuchando el griterío del mercado. Llegaron siendo adolescentes, en 1979, a echar una mano en la frutería que su padre, Juan Fernández, acababa de abrir tras quedarse sin trabajo, a los 46 años, en la fábrica donde estaba empleado. Ahora, 33 años después, recuerdan con cariño y buena dosis de humor “lo que nos hemos reído y el frío que hemos pasado”.

-¿En qué año abrieron la frutería?

El 19 de abril de 1979, lo tengo bien grabado en la memoria (recuerda Lourdes). Mi padre se quedó en el paro y se decidió a abrir la frutería. Nosotras, al no querer estudiar, empezamos a trabajar con él y con mi tía, M^a Cruz, que también está jubilada. Todas las clientas pensaban que era mi madre.

-¿Su madre no se sumó a la aventura?

No, ella nunca ha venido mucho por aquí. También tenemos otras tres hermanas, pero ellas tienen sus profesiones. Una es peluquera, otra arquitecta y la sexta, bióloga.

-La pregunta del millón, ¿les gusta la fruta?

No creas que somos de comer mucha fruta, nunca lo hemos sido. En casa no tenemos fruta generalmente. Solo la comemos aquí. En casa solo tengo



Los Fernández tienen claro cuál es su fruta favorita: Gemma, el melón; Lourdes, el briñón; Gurutze, la manzana y Juan, la sandía.

LA FRUTERÍA FERNÁNDEZ ESTÁ EN SAN MARTÍN DESDE 1979

manzanas que toma mi marido, y mis hermanas Gurutze y Gemma, parecido. De cría solo recuerdo haber comido plátanos y granadas.

-¿La calidad de la fruta es la misma que la de antes?

Siempre dicen que no es como la de antes, pero a mí me parece que tiene el mismo sabor. La fruta en verano da mucho trabajo. La de invierno, naranjas, manzanas, aguantan mucho... Ahora hay que moverla, madura enseguida. Moverla de abajo arriba.

-Hay mucha diferencia de precios en la fruta, ¿se nota en el sabor?

Cuando hemos traído fruta barata no la hemos vendido. La hemos acabado tirando. Las veces que hemos traído manzanas de oferta, por ejemplo, hemos acabado tirándolas. ¿Por qué? Ni idea.

-¿Quiénes comen más fruta, los jóvenes o los mayores?

La gente mayor, sin duda. Los jóvenes te compran la pieza, mientras que la persona mayor viene a por el kilo de naranjas, de manzanas, cerezas...

-La misma fruta varía de nombre en algunos países o regiones. ¿Qué es lo más raro que les han pedido?

Peladillas y nectarinas, que es como se llama a los briñones en otros sitios. Hace no mucho también vinieron a por duraznos, melocotones de toda la vida, o a por toronjas cuando lo que querían eran unos pomelos...

¡Ah! también nos hizo mucha gracia lo de las habichuelas por las vainas.

-¿Qué recuerdos tienen del antiguo mercado?

El frío que pasábamos. Se nos congelaban las lechugas, del frío que hacía. Teníamos sabañones y nos envolvíamos en papel de periódico para no pasar tanto frío. Trabajábamos con plumífero, gorro y guantes... Imagínate la humedad que había, con las pescaderías al lado. De hecho, el agua de las pescaderías se congelaba y no podíamos ni bajar abajo, porque entonces estábamos en la planta de abajo. Aquello era tercermundista. Eso sí, no pillábamos ni un catarro.

-De no haber sido fruterías, ¿qué profesión habrían elegido?

Gurutze: A mí dependiente en una droguería, con perfumes... Desde niña me encanta hacer paquetitos y trabajar de cara al

público. También me encantan las tiendas de ropa y decoración. Siempre que puedo, la hora que libro por la tarde me escapo a ver alguna tienda. Lourdes: Yo he vuelto a la frutería hace poco, porque he trabajado de ama de casa cuidando a los hijos... Pero elegiría una profesión que no fuera de cara al público. Gemma: A mí me habría gustado ser enfermera. Y en caso de tener que estar de cara al público, trabajaría en una farmacia. La rama sanitaria es la que más me tira.

¿Qué hace un pintor japonés en el mercado tradicional? ¿Por qué dos guapas adolescentes quedan con sus amiguitas aquí? ¿Cuáles son los productos preferidos de un moderno publicista? **Nos los hemos encontrado a todos en San Martín y nos han contado por qué hacen sus compras en el mercado con más vida de San Sebastián.**

PROTAGONISTAS

SAN MARTIN



ANA
ASTIAZARÁN

BLANCA
ALVAREZ

EDAD: 17 años
PROFESIÓN: estudiantes

“Vivimos en Gros, pero nos pasamos todo el día en San Martín”

El Mercado San Martín es el punto neurálgico de Donostia para muchos jóvenes. Tienen la Fnac, tiendas de ropa, golosinas, cafetería, gimnasio, fruterías... Precisamente de la frutería La Repera venían Ana y Blanca. “He salido de casa sin desayunar y me he comprado algo de fruta”, explica Ana con la bolsa en la mano. A estas dos jóvenes estudiantes les encanta venir al Mercado a comprar ropa o echar un vistazo en la sección de música de la Fnac. “Vivimos en Gros pero quedamos habitualmente aquí porque tenemos de todo”.



GUILLE
VIGLIONE

EDAD: 46 años
PROFESIÓN: publicista

“En los tiempos que corren, es un lujo poder disponer de una revista como ésta”

Llama la atención por su estatura, bueno, y porque ver a un hombre joven un día entre semana comprando rosas blancas no es la estampa habitual del mercado. “Acabo de tener una reunión aquí cerca y he aprovechado para comprar el pan, el periódico, unas rosas y unas lilium, que están preciosas”, nos dice este publicista irunés afincado desde hace años en Donostia. Guille visita el mercado todas las semanas; compra verdura a las caseras, pescado en Coro Sotero, carne en Iñaki & Jenny y flores en Mimiku, que le encantan. “En San Sebastián no hay muchos puestos de flores, debería haber más cultura floral, como en Francia. Allí muchos pueblos se puntúan en función de sus ornamentos florales”. Viglione es un observador nato, le encanta visitar los mercados allí donde va y, no puede evitar decirlo, “soy un nostálgico militante” del antiguo mercado. “Me encantaba el edificio”. Su remodelación no le ha impedido seguir viniendo a por productos de alta calidad. Porque si en algo invierte, es en alimentación. “No me importa gastarme un poco más en comida, me compensa”.



ANA

EDAD: 50 años
PROFESIÓN: psicóloga

MASAZUMI
YAMAMOTO

EDAD: 64 años
PROFESIÓN: pintor

Un martes a las 10 de la mañana nos encontramos con esta simpática pareja, estudiando al detalle cada puesto del mercado. Masazumi, un conocido artista plástico japonés, ha venido a Donostia acompañado de su mujer, Ana, para recoger el trabajo que acaba de exponer en Koldo Mitxelena. Antes de volverse a Barcelona, ciudad donde residen, tienen una cita pendiente con San Martín. “Nos encanta el mercado. Siempre que venimos a San Sebastián pasamos por aquí. Fíjate qué carne, Masazumi dice que parece de Kobe”, comenta Ana señalando las sabrosas chuletas

expuestas en la Carnicería Muñoa. Masazumi sigue mirándolas fijamente porque esa carne le recuerda a la que, dicen, es la mejor del mundo: la carne de buey de Kobe, originaria de la región nipona de Kobe. “Ahora vamos a comprar guindilla fresca, que nos encanta. La que hay en Barcelona no se puede comer de lo que pica”. La singular pareja se aleja, en busca de las ‘piparras’... Ha sido un placer encontrarse con ellos. ¡Hasta la vuelta!

“Siempre que visitamos San Sebastián hacemos una visita al mercado”

SUPER AMARA

Cuida tu piel en verano

La piel requiere unos cuidados diferentes en cada época del año. En verano, el cutis pierde agua y necesita calmar su sed. **Miren Merideño**, asesora en la parafarmacia y perfumería de SUPER AMARA, te recomienda algunos productos para mimar tu piel antes y después de exponerte al sol.

ANTES

Protector solar para el rostro, pieles sensibles. **Vichy Capitaill Soleil, SPF 50.**

Triple protección solar corporal para todo tipo de pieles **Anne Möller Defens (3).**

Protección facial y corporal alta para niños. **Anthelios dermo-pediatrics SPF 30+ leche de La Roche-Posay.**

Protector Solar **Lait SPF 50+ Avène.**



Me encanta tumbarme al sol, pero mi piel es muy sensible. ¿Qué crema me recomienda?

Afortunadamente ahora existen protectores para todo tipo de pieles, así que nadie tiene por qué quedarse sin su pequeña dosis de vitamina D. Te recomiendo la crema **Vichy Capitaill soleil** con protección 50. Es específica para pieles sensibles y la gente que la usa está encantada. El protector solar de Avène con protección 50 también te irá genial,

es una marca que funciona muy bien en las pieles con problemas. Y como producto muy especial te quiero mostrar la gama solar **Anne Möller** con triple protección frente al sol. Gracias a un pionero sistema de microencapsulación no solo te protege de los rayos ultravioleta, sino que además activa las defensas naturales de la piel y evita los daños cutáneos provocados por el calor.

-¿Y para los más pequeños? ¿Qué protección garantiza un cuidado de su delicada piel?

A todos los padres que vienen les recomiendo la misma crema, **Anthelios dermo-pediatrics SPF 30 de La Roche-Posay**, que les sirve tanto para la cara como para el cuerpo. La piel de los niños hay que cuidarla especialmente, es frágil y un cuidado temprano puede evitarles muchos problemas en la piel cuando crezcan.

-Una ducha después de la playa es vital. ¿Debo aplicarme algo? Tengo miedo de que se me vaya el bronceado...

Después de tomar el sol sí es recomendable exfoliar la piel, no

todos los días, pero sí una vez entre semana. De esta forma eliminamos las células muertas de la piel y no solo no perdemos el bronceado, sino que éste lucirá más bonito. Aquí vendemos un gel exfoliante que es maravilloso, **Gatineau Vital**



Miren Merideño, asesora en la parafarmacia y perfumería de SUPER AMARA

Feeling, y deja la piel suave, suave.

-Después de la ducha, mi piel queda seca. ¿Me recomienda una buena hidratante corporal?

Antes de nada recuerda que tienes que esperar a que tu piel esté bien seca. Después, prueba a aplicarte la **espuma de crema hidratante corporal de Ducray** para pieles secas, verás cómo enseguida sientes que tu piel recupera toda su elasticidad.

-¿Y antes de acostarme? ¿Qué producto conviene aplicarse?

Yo recomiendo siempre una crema hidratante corporal, cada uno, la que más le guste. También, las personas que quieren reducir su volumen corporal, aprovechan la noche para aplicarse este producto. En este caso, les recomiendo el **reductor Roc Body sculpt serum**. Hay que ser constante pero, al cabo de unas semanas, se nota una importante mejoría de la piel.

DESPUES

Loción **Post-solar ISDIN**

Reductor del volumen de la silueta **Roc Body sculpt serum**

Gel Corporal Exfoliante **Gatineau Vital Feeling**

Espuma de crema hidratante corporal **Ducray.**





fnac

RECOMIENDA ▶

ALTAVOZ IPOD YAMAHA PDX 13

¡Llévatelo de vacaciones este verano! Pesa poco (900 gramos) y no ocupa mucho (16 x 9'9 x 12'5), así que lo puedes meter en la maleta, en la mochila o incluso llevártelo a la playa... Su función despertador te permite elegir la canción con la que levantarte. También cuenta con temporizador para su apagado y entrada de línea auxiliar para la fuente que escojas. Su diseño retro nos encanta y puedes elegir entre varios colores.



EL CRISTIANO MAGICO

Terry Southern

Estamos ante uno de los libros más extravagantes, crueles y salvajes jamás escritos sobre América, y probablemente ante la obra maestra de Terry Southern. El cristiano mágico, jamás hasta hoy traducida al castellano, es una sátira sobre la obsesión americana por la grandeza, el poder, el dinero, la televisión, las armas y el sexo. Una novela hilarante, original y perversa, firmada por un auténtico genio de la comedia.



EL ROTO. VIÑETAS PARA UNA CRISIS'

Marrazkilari madrildarrak eginiko 26 jatorrizko marrazkik osatzen dute erakusketa.

Uztailaren 1tik, irailaren 4ra.

DIGITALEZKO ARTE URBANOA



Zenbait marrazkilarik eta karikaturistak parte hartuko dute tailer honetan Wacom tableta digitalizatzaileak erabiliz.

Uztailak 14
11.30-13.30/17.30-20.00



GRACELAND, DE PAUL SIMON

Uno de los álbumes más emblemáticos del artista de New Jersey se reedita con motivo de su 25 aniversario. Sony ha lanzado una edición de lujo y una caja con dos discos con el álbum original, bonus tracks y el documental *Under African Skies*. **Graceland** en solo un año vendió más de 14 millones de copias en todo el mundo.



CÁMARA SUMERGIBLE FUJI XP 50

Esta cámara es ideal para que hagas fotos submarinas este verano. Está diseñada para soportar las condiciones más adversas: es sumergible a 5 metros, resiste caídas de 1,5 metros, soporta temperaturas de hasta -10° y su construcción impide la entrada de polvo y arena en el cuerpo de la cámara. Tiene objetivo Fujinon óptico 5x, 14 megapíxeles y estabilizador de imagen.

zuzenean



JOE LA REINA "CHANGE OF MASKS"

Gipuzkoarrak dira, baina Iruñean bizi dira. Adituek diote etorkizun oparoa izan dezaketela folk musikan.

Uztailak 27 / 19.00etan

www.msanmartin.es



De chocolate con frambuesa, rellenas de confitura de cereza, con forma de hada, de mojito... **Las cupcakes que nos habéis enviado para el concurso nos han sorprendido por su calidad, diseños y presentaciones.** Nos ha costado muchísimo elegir la receta ganadora y, finalmente, nos hemos decidido por estas entrañables y deliciosas cupcakes-bebés de María Jimena Bassagaisteguy.

¡Estos bebés están para comérselos!



“ En mi Argentina natal, las tartas de cumpleaños se decoran mucho, es una tradición. Para el primer cumpleaños de mi hijo Adur pensé en hacer algo especial y como aquí no encontraba lo que quería lo hice yo. Así me introduje en el mundo de la repostería”, nos cuenta esta ingeniero, madre de Adur (4 años) y Arhiane (2 años).

Hace dos veranos María Jimena se inició con los cupcakes. “Me gusta mucho. Es un hobby muy agradable”. Cuando leyó en nuestra revista la convocatoria del concurso, se puso

manos a la obra y envió varias recetas. “Es el primer concurso al que me presento. Estoy muy contenta, porque supone un reconocimiento a lo que hago. Mi familia y amigos me dicen que lo hago muy bien, pero vosotros sois imparciales”.

Con sus cupcakes-bebés Jimena se ha llevado un premio de 300 € para consumir en Mercado San Martín. “Todo está buenísimo, así que no me va a costar nada gastarme el dinero”.

Podeis conocer las obras de arte de Jimena en este blog: lascoqueteriasdejime.blogspot.com



Cupcakes de chocolate blanco rellenos de buttercream de frambuesa

Unos bebés muy simpáticos y otros... no tanto!!!

Ingredientes:

- * 365 gr de chocolate blanco
- * 400 ml de leche entera
- * 250 gr de mantequilla
- * 400 gr de azúcar
- * 5 huevos medianos
- * 485 gr de harina común
- * 2 1/2 cucharaditas polvo para hornear (Royal)

Elaboración:

- * Pre calentamos el horno a 200°C
- * Cortamos el chocolate en trozos y lo ponemos en una cacerola junto con la leche, calentar lentamente hasta llegar a hervir removiendo constantemente hasta que el chocolate esté completamente derretido, retirar y dejar enfriar.
- * En el bol de la batidora, batir la mantequilla con el azúcar hasta lograr una mezcla esponjosa y blanquecina. Mientras tanto romper los huevos en un recipiente.
- * Agregar los huevos a la mezcla uno por uno, batiendo entre cada adición.
- * Mezclar la harina con el polvo para hornear y agregar a la mezcla hasta que esté bien incorporada.
- * Agregar la mezcla de chocolate blanco en dos o tres pasos.
- * Verter la mezcla en las cápsulas de cupcakes (a dos tercios de su volumen) y llevar al horno durante 10´ aproximadamente (esto suele variar en función del tipo de horno, función, etc). para saber si están listos sólo necesitamos introducir un palillo de los de tipo brocheta y si sale limpio es que nuestros cupcakes están a punto!

Relleno:

- * 170 gr de mantequilla temperatura ambiente
- * 340 gr de azúcar glass
- * 2 cucharadas de leche o agua
- * 1 cucharadita de esencia de frambuesa

Elaboración :

- * Batir todos los ingredientes hasta obtener una crema suave, para que el resultado sea perfecto agregad unas gotitas de colorante rosa o rojo.

Decoración:

- * Necesitaremos diferentes colores de fondant o sugarpaste y un marcador negro de tinta comestible.
 - * Ahuecamos un poco el centro del cupcake e introducimos una cucharadita de crema de frambuesa, untamos la base con la misa crema y pegamos un círculo del mismo diámetro del cupcake en fondant color piel y sobre esta base, y con los colores que tengamos iremos creando detalles de nuestros bebés: un gorro, un chupete, un poco de pelo, etc.
 - * Para la boca abierta de los bebés llorones superponemos un ovalo rojo a uno negro para simular la lengua. Los ojitos son dos líneas con marcador.
- ¡Espero que disfruten de esta idea!

Jimena

CUPCAKES FINALISTAS:



BANANA SPLIT,
DE YOKO ABE

Un postre clásico convertido en una deliciosa cupcake. La buttercream es de merengue suizo.



COOKIE MONSTER,
DE NURIA DORRONSORO

Divertidísima receta especialmente pensada para los más pequeños.



BELLA EASO,
DE LUR USABIAGA

Una mezcla de sabores florales, elegantes y chic. Inspiradas en la belleza de San Sebastián.



San Martín
www.msanmartin.es

Jarraitu



www.facebook.com/mercadosanmartin



@mercado_sm

Gure tweet gustukuena:

RT [#365donostia] "Joyería Coro Sotero" by Ana Alcover y Guille Viglione
<http://fb.me/1AB13LVPh>

Wifi dugu!

Konekta zaitetz zure lagunekin, zure familiarekin.

Proposamenak bidaltzeko:



prensa@msanmartin.es

