

Nº 37

MARTINTXO SUKALDARI

Devoción por el txipiron,  
versátil y sabroso.

ORQUESTA REUSONICA TRIO

Taller infantil y concierto  
para todos los públicos el  
sábado 3 de junio.

REAL SOCIEDAD

La cantera de las escuelas  
de hockey y de atletismo.



# Martintxo

EN EL NOMBRE DEL  
TXIPIRON





# TXIPIRONMANIA

Dos recetas que son dos obras de arte, para disfrutar de uno de nuestros moluscos favoritos.

REALIZACIÓN Y FOTOS SARA LUENGO

## ARROZ NEGRO DE BEGIHAUNDI Y PIMIENTOS

		
4	media	60'

### Ingredientes:

- 300 gr de arroz bomba
- 1 begibaundi de unos 750 gr aprox
- 2 cebolletas
- 1 pimiento verde
- 1 pimiento rojo
- 1 tomate grande maduro
- 4 sobres de tinta
- 1 litro de caldo de pescado
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Alioli

### Elaboración

- 1 Limpiar el begibaundi y trocear, conservando la tinta.
- 2 Cortar las cebolletas y los pimientos en dados.
- 3 Pelar el tomate y cortar en dados.
- 4 Poner en una cazuela grande un buen chorretón de aceite de oliva.
- 5 Añadir las cebolletas y los pimientos, y sofreír hasta que estén dorados.
- 6 Incorporar el begibaundi y rehogar hasta que se le quite el color de crudo.
- 7 Añadir el tomate y cocinar unos minutos sin dejar de remover.
- 8 Incorporar el arroz y dorarlo ligeramente.
- 9 Añadir el caldo de pescado y las tintas.
- 10 Remover bien y rectificar de sal.
- 11 Cocinar unos 20 minutos.
- 12 Retirar del fuego y dejar reposar 5 minutos más.
- 13 Servir acompañado de alioli.







## TXIPIRONES A LA PLANCHA CON PIPARRAS, CEBOLLETAS Y SALSA DE TINTA.



4 | baja | 25'

### Ingredientes:

- 8-12 txipirones
- 8 cebolletas tiernas
- Piparras frescas
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1/2 vaso de tomate frito
- 4 sobres de tinta
- 1 vaso de caldo de pescado
- Aceite de oliva virgen extra

### Elaboración

Preparar la salsa de tinta:

- 1 Poner en una cazuela un chorretón de aceite de oliva, añadir la cebolla troceada y el ajo y rehogar hasta que esté bien hecho.
- 2 Añadir la salsa de tomate, el caldo de pescado y las tintas.
- 3 Cocinar unos 10 minutos.

4 Triturar y reservar. Puede hacerse con antelación, incluso mejor de víspera.

5 Limpiar bien los txipirones dejando los cuerpos enteros.

6 Echar un poco de aceite en una plancha y saltar las cebolletas cortadas longitudinalmente y las piparras. Reservar.

7 Secar los txipirones con papel de cocina, colocar sobre un plato y embadurnarlos con aceite de oliva.

8 Cocinar sobre la plancha caliente por ambos lados hasta que estén hechos.

9 Poner un poco de salsa de tinta sobre un plato, colocar los txipirones y acompañar con las cebolletas y las piparras.



San Martin Merkatua y Real Sociedad

# UNIDOS PARA LA PROMOCIÓN DEL DEPORTE Y LOS HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

En julio de 2021 San Martin Merkatua y las escuelas de hockey y atletismo de la Real Sociedad llegaron a un acuerdo de patrocinio que permite a las dos marcas promocionar entre 700 jóvenes deportistas la importancia de una alimentación basada en los productos de temporada, así como la práctica del deporte desde la infancia.

## ESCUELA DE ATLETISMO

**“La colaboración con San Martin Merkatua es un pilar para nosotros”**

Echó a andar hace diez años y su crecimiento ha sido imparable. Actualmente cuenta con 350 deportistas de edades comprendidas entre los 8 y los 14 años. “Tanto San Martin Merkatua como la Real Sociedad tienen más de cien años de historia y han evolucionado y sabido adaptarse a los tiempos y a sus gentes convirtiéndose en referentes sociales, económicos y culturales de la ciudad y cuyo impacto traspasa las propias fronteras de Donostia y Gipuzkoa. Compartimos el espíritu de pertenencia de algo que es de casa, que se trabaja con mimo, en equipo y con visión de largo plazo. Compartimos también la visión de servicio para una vida más saludable: integración social, cultura-deporte, oferta sana y variada... La colaboración con San Martin Merkatua es un pilar para el desarrollo del trabajo de las secciones que llevamos con orgullo”, afirman desde el club.

**LIBE GARCIA, 14 años**

“Me dedico al atletismo desde hace cuatro años. Empecé de alevín y ahora soy infantil de segundo año. Me gusta mucho entrenar, porque me ayuda a estar sana, así como a estar con mis amigas a las que he conocido gracias a la escuela. Me gustaría seguir el máximo tiempo posible”.

**AITOR LARREA, 13 años**

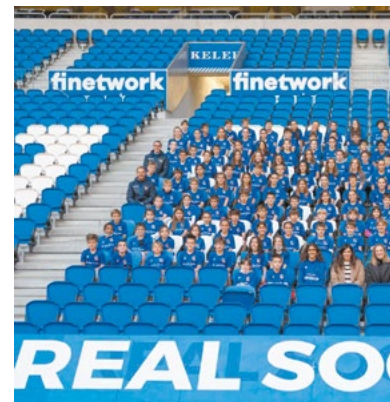
“Este es mi primer curso haciendo atletismo y me gusta mucho. Lo que más le gusta de practicar atletismo es entrenar con mis amigos y competir en las diferentes competiciones que tenemos los fines de semana. Practicar deporte es importante para cuidar nuestro cuerpo y mantener unos hábitos saludables”.

**ANE ILLARRAMENDI, 12 años.**

“Soy infantil de primer año. El atletismo me parece una actividad muy entretenida y lo paso muy bien en los entrenamientos. Creo que practicar deporte es importante para mantenerse saludable y a la vez, es un sitio donde puedes hacer nuevas amistades. Espero seguir practicándolo mucho tiempo”.

**MIKEL ARMENTEROS, 14 años.**

“Me dedico al atletismo desde hace 4 años. Me gustan mucho tanto los entrenamientos como las competiciones. Me divierto en ellos y a la vez estoy con mis amigos. El deporte es necesario para estar sanos y también para desconectar del colegio y del día a día. Me gustaría seguir porque es un deporte muy completo y te da la oportunidad de hacer muchas cosas diferentes”.



2011. Representantes de San Martin Merkatua en la firma del acuerdo de colaboración con la Real Sociedad.



Pie de foto. Aitor Larrea, Mikel Armenteros, Ane Illarramendi y Libe García, alumnos de la escuela de atletismo de la Real Sociedad.



## ESCUELA FEMENINA DE HOCKEY

“Es una colaboración que ahonda en el crecimiento saludable de los más pequeños”

La escuela de hockey de la Real Sociedad se compone de las categorías benjamín, alevín e infantil. Actualmente cuenta con más de 140 niñas ilusionadas por el hockey “que está creando una maravillosa cantera para el club TxuriUrdin”.

**JUNE MENDIZABAL YARZA, 11 años**

“Me dedico hockey desde los 8 años. Me lo paso muy bien entrenando y además conozco a niñas y niños de otros centros. A veces estoy cansada antes de entrenar, pero luego estoy de mejor humor y duermo mejor. De mayor me gustaría jugar en la Real de Hockey”.

“LAS BONDADES DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA SON INDUDABLES. AYUDA A FORMAR PERSONAS MÁS SANAS Y FUERTES, ASÍ COMO A INTERIORIZAR UNAS CAPACIDADES Y VALORES QUE LES ACOMPAÑARÁN A LO LARGO DE SU VIDA”.

**MIREN CELAYA,**  
San Martin Merkatuko zuzendaria

“San Martin Merkatuan balio asko partekatzen ditugu Realarekin, hala nola bizitza aktiboa eta osasungarria sustatzea”.

“Iraunkortasuna, berdintasuna, euskararen hedapena eta talentu gazteen garapena bultzatzea dira gure merkatuan Realarekin partekatzen ditugun balioetako batzuk. Guretzat ohore handia da atletismo eta hockey eskoletako haurrek gure izena kamisetan eramatea eta gure markaren erakusketa eta aintzatespen handiagoa sortzen laguntzea kirol arloan”.





# MUCHO TALENTO Y BUENAS VIBRAS

Un día entero dedicado al arte, la moda sostenible, la música y la buena gastronomía. El evento PINTANDO EL SABOR LOCAL reunió a diferentes generaciones de donostiarras que hicieron latir a nuestro mercado.



“Tuvimos la oportunidad de hacer nuevos amigos y compartirles nuestro arte de hacer cerveza. Fue un evento innovador”. **Kevin Patricio, Basqueland**

**MIREN CELAYA,**  
San Martin Merkatuko zuzendaria

“Beti lagundu izan diogu Donostiako gazte talentuari”  
“Ekitaldi honek marka berriak eta jasagarriak sortzen dituzten gazteei ikusgarritasuna eman die. Donostiarrren bizitzan egoteagatik dena ematen duten dj gazteak ere bertan izan genituen giro izugarria jarriaz eta Donostiako artista desberdinek ere beraien lekua izan zuten. Ekitaldi arrakastatsua izan zela esan dezakegu”.





**“Siempre me resulta positivo ser parte de acciones como ésta”**  
 “Comisarié la parte de intervención artística y también pinté un lienzo durante el día. Me pareció muy acertado reunir a gente de diferentes generaciones en torno al arte y la cultura”. **Paul Lataburu, Arteuparte**



**“Me pareció novedoso”**

“Al tener una tienda online, el evento nos vino muy bien para que la gente pudiera ver, tocar y probarse las prendas en presencial. Me pareció novedoso el hecho de poner al dj, los puestos de ropa, los artistas y a los puestos de comida juntos. Funcionó muy bien y atrajo a mucha gente”. **Jon Urcelay, Baxur**

“Me pareció un evento increíble, innovador y sobre todo fue mágico conseguir que en el centro de la ciudad se crease un ambiente tan humano y bonito. Unir música, puestos de ropa, comida y bebida ya la vez artistas creando obras es algo que no se ve todos los días”. **Txolas DJ**

“Creemos que necesitamos más eventos de estos en la ciudad para promover el emprendimiento joven y local. Estamos encantadas de haber podido dar a conocer nuestra marca en nuestra ciudad”. **Andrea Esnal, C'est Nous**



**“Conseguimos que la gente vibrara y fue mágico”**  
 “Nuestro objetivo como marca es crear momentos en los que la gente vibre y lo conseguimos con el evento Pintando El Sabor Local. El ambiente generado ese día gracias a todas las marcas participantes y los djs fue realmente mágico. Tenemos que crear más momentos en los que podamos juntarnos gente joven de la ciudad que estamos emprendiendo y desarrollando proyectos de todo tipo para fomentar el talento, emprendimiento y comercio local”. **Telmo Cobo, Vibra Donosti**



## “TRANSPORTAREMOS AL PÚBLICO EN UN VIAJE DE SONIDOS E HISTORIAS DEDICADO AL MAR”

Con motivo del Día Internacional de la Sostenibilidad, la Orquesta Reusónica Trio ofrecerá el espectáculo ‘Música de lo Insólito’ en San Martín el 3 de junio. La insólita formación musical catalana hará música con instrumentos musicales realizados con materiales de desecho, ofreciendo un espectáculo que sorprenderá a todos los públicos.

¿Qué tipo de actuación ofreceréis el 3 de junio en San Martín Merkatua? Un concierto de músicas del mundo y jazz donde composiciones originales se alternan con temas populares de la península ibérica, mediterráneo y Sudamérica transportando al público en un viaje de sonidos e historias.

¿Qué supone para vosotros actuar en un espacio tan singular como un mercado de abastos? ¡Será una experiencia muy interesante! Nosotros hacemos música con objetos cotidianos, materiales de desecho, en definitiva, sacamos sonidos de cualquier cosa y... ¡estaremos rodeados de un sinfín de instrumentos musicales en potencia!

Tenéis una relación bastante estrecha con San Sebastián. ¡El proyecto Orquesta Reusónica nació en San Sebastián! En 2019, de la mano de Diputación de Gipuzkoa, recogimos residuos en las playas para transformarlos en instrumentos musicales con el que dimos nuestro primer concierto. Para nosotros es un lugar importante al que tenemos mucho cariño y estamos muy contentos de volver a “sacar música del mar” ¡justo donde comenzó nuestra historia!



**ORQUESTA REUSÓNICA TRIO**  
Ekainak 3, larunbata  
San Martín Merkatua  
Haurrentzako tailerra: 10.00-12.00  
Kontzertua: 13.00



## EL MEJOR PLAN PARA EL SÁBADO POR LA MAÑANA

El primer sábado de cada mes, la guardería Tilin Talan organiza en San Martín Merkatua talleres para niñas y niños de 3 a 9 años.

Las hermanas donostiarres Ainhoa y Marta Elipe Urbizu crearon Tilin Talan en 2004 y hasta el momento son más de 300 familias las que han confiado el cuidado y educación de sus txikis de 0 a 3 años. En San Martín Merkatua, cada primer sábado de mes, realizan actividades lúdicas orientadas a niñas y niños de 3 a 9 años. “Valoramos la colaboración con San Martín Merkatua muy positivamente. Que dos empresas bien asentadas y con una larga trayectoria en la ciudad colaboren siempre es sumar consiguiendo en este caso unión social en favor de la conciliación”.

Miren Celaya, directora de San Martín Merkatua, cree que estos talleres son “una forma de atraer familias al mercado, de dar una vuelta por los diferentes puestos y hacer la compra mientras los txikis se entretienen”.

Izena emateko: [www.tilintalan.es](http://www.tilintalan.es)  
Hurrengo tailerra: Ekainak 10, 11.00 - 13.00





## USOA MODA INFANTIL

### PRENDAS SOSTENIBLES Y BUEN GUSTO

**Usoa Anza Garmendia creó Usoa Moda Infantil en 2019 para ofrecer ropa y complementos multimarca de origen sostenible y marcas reconocidas a precios razonables. Su otra seña de identidad es una exquisita atención personalizada. Te hará sentir como en casa.**

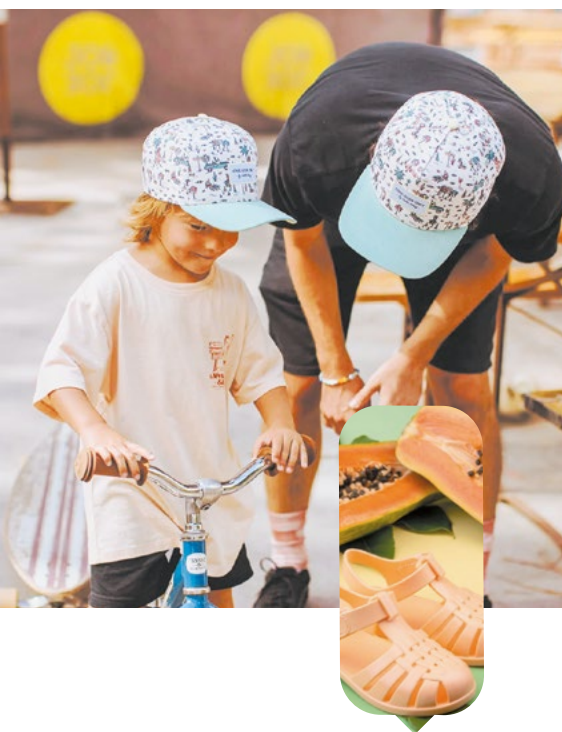
**MULTIMARCA.** “Con el apoyo incondicional de mi marido y de mis dos hijos, Jon y Adur, en 2019 creé Usoa Moda Infantil con el fin de ofrecer un espacio multimarca de moda sostenible y trato cercano”.

**UNIVERSO DE USOA.** “Está formado por ropa, calzado y complementos desde recién nacido hasta los 10-11 años, con una cuidada selección de firmas nacionales e internacionales de las cuales la mayoría de ellas desarrollan sus productos de manera sostenible y cuidando el medio ambiente (algodones orgánicos, materiales reciclados...) a precios razonables. También encontrarás prendas y objetos para un detalle especial, bonito y diferente y preparado con mucho mimo”.

**SOSTENIBILIDAD.** “Trabajamos con firmas que fabrican sus productos utilizando menos agua, tintes naturales y materiales reciclados. De esta manera, consiguen minimizar el impacto medioambiental para preservar y mejorar la salud del planeta. Sobre todo trabajamos prendas de algodón orgánico, como la firma portuguesa, Play Up”.

**COMO EN CASA.** “Nos diferenciamos, en especial, por un trato cercano con el cliente, intentamos que se sienta a gusto desde el primer momento que visita nuestra ‘casa’, asesorándole en todo momento dependiendo de sus necesidades”.

**CLIENTES.** “Tenemos desde amonas y aitonas a jóvenes que esperan familia y vienen emocionados buscando un caprichito, gente que quiere hacer un regalo especial o un detalle...Nuestra clientela más fiel es la de Donosti y alrededores y la provincia. Últimamente también hemos notado una gran afluencia de clientes internacionales que entran buscando “algo especial, diferente, original” para sorprender a sus seres más queridos”.



**EL DONOSTIA DE  
USOA MODA INFANTIL**

**Ruta para caminar.**  
Parque de Cristina Enea.

**Txoko para relajarse.**  
El muro de Sagüés.


**Prenda imprescindible para el verano.**

Las gorras de Hello Hossy y las cangrejeras de la firma Igor.

**Relación con San Martín Merkatua.**

Hasta que han cerrado, he pasado muchos buenos ratos en las dos terrazas con Ramón y compañía. Hacemos compra en Muñoa, La Supera, Mimiku y Zuka.

**USOA MODA INFANTIL**  
Hondarribi kalea, 26

 usoamodainfantil



# AGENDA

EKAINA  
2023

**ORKESTA REUSÓNICA TRÍO**

EKAINAK  
3

SAN MARTIN MERKATUAN  
Γ 13.00etan

ORQUESTA REUSÓNICA TRIO  
Musika, ekologia eta sormena.

SAN MARTIN MERKATUAN  
Γ 11.00etatik 13.00etara

EKAINAK  
10

Haurrentzako tailerra  
**TILIN  
TALAN-ekin**

SAN MARTIN MERKATUAN  
Γ 10.00etatik 20.00etara

EKAINAK  
17

Bertako 17  
artisans.

MUSIKA

DABADABA  
Γ 20:00etan

EKAINAK  
17

**ELVIS&FRIENDS**  
Elvis kantariari omenaldia.

DABADABA  
Γ 20:00etan

EKAINAK  
23

**MAITE ARREGI  
TRIO**

Jazz garaikidea super cool,  
Kiefer edo Robert Glasper  
bezalako artisten eraginpean.

ALTXERRI  
Γ 20.30etan

EKAINAK  
9

**AQUARAMA**  
Groove, funk eta psicodelia  
Italiatik!

DABADABA  
Γ 21:00etan

ANTZERKIA

EKAINAK  
1

**PUNTO PARA  
LOS LOCOS,  
ANGEL MARTIN**

VICTORIA EUGENIA  
Γ 19:30etan

EKAINAK  
10 ETA 11

**LA FLORIDA,  
SILVIA MARSÓ**

La Florida komedia  
beltzari egindako  
omenaldia da, baina  
baita aitzakia bat ere,  
gizarteko ustelkeriaz  
hitz egiteko.

VICTORIA EUGENIA  
Γ 19:00etan



# “EMAKUMEZKO KOMIKILARIEI ORAIN ARTE OSO ATE GUTXI IREKI ZAIZKIE”

Paula Estévez & Maite Caballero

“Donostiarrak eta 1984an jaiotakoak gara biak. Ilustrazioaren munduan lan egiten dugu. Dating Advices For Young Ladies aholkurik ematen ez duen aholku-komiki sortu dugu hitzorduen munduari buruz hitz egiteko. Oso harrera ona izaten ari da eta oso pozgarria da guretzat”.

**Aholkurik ematen ez duen aholku komiki bat omen da Dating Advices For Young Ladies. Zer da orduan?**

Paula Estévez: Tira, aholkuak zeharka ematen dituela esan daiteke. Komiki honetan zita ezberdinen kontakizunak irakurri daitezke non drama, umorea eta zientzia fikzioa nahasten diren.

Maite Caballero: Gertatu diren edo gerta daitezkeen egoerak erakusten ditugu komikian eta agian irakurlearen bat identifikatuta sentitu daiteke. Honek aholku bezala funtzionatu dezake edo hain bakarrik ez dagoela sentiarazteko behintzat.

**Nori zuzendua da zuen komikia?**

P.E.: Komikia irakurtzea gustuko duen irakurle orori dago zuzendua. Izenburua neskatila gazteei zuzentzen bazaie ere, kontzeptuarekin zerkusia daukan izenburua da, eta ez horrenbeste edukitzea espero ditugun irakurleekin.

M.C.: Bai, edonork irakurri dezake komikia.

**Komikiak egitetik bizitzea errealitate bat al da zuen kasuan? Edo nahi bat?**

P.E.: Komikia egitetik bakarrik bizitzea oso zaila da. Lehenik eta behin sektore grafikoan okerren ordainduta dagoen adarra delako, eta bestetik, emakumezko komikilariei orain arte oso ate gutxi ireki zaizkielako. Horregatik gure kasuan komikia ilustrazioarekin uztartu behar dugu bizimodua osatzeko.

M.C.: Komiki hau baino lehen beste komiki kolektibo batzuk egin izan ditugu. Tupust! komikilari taldeko partaideak gara biak eta dudarik gabe esan dezakegu komikiak egiten pasatzen dugula gure denboraren parte nahiko handi bat. Baina komikiak egitetik bizitzea, oraingoz eta gure kontestuan, errealitate bat ez da, nahi bat baizik.

**Nola sortu zen komikia egiteko ideia?**

P.E.: Liburu hau osatu dugun hiru komikilariak lagunak gara eta gure arteko elkarriketetan oinarritutako komiki bat sortu nahi izan dugu. Askotan ziten munduaz hitz egiterakoan elkarri komentatzen genion zein ongi etorriko litzagukien gazteetan, gaur egun, ia 40 urterekin, esperientziak erakutsi digun guztia jakitea.

M.C.: Askotan uste duzu zuri bakarrik gertatzen zaizkizula gauzak eta lagunekin hitz egiterakoan konturatzen zara jendeak jokaera nahiko antzekoak izaten ditugula, batez ere horrelako harreman motatan eta hortik atera zen ideia. Zahartzen ari gara eta uste dugu bidean gauzak ikasi ditugula, garai batean izan ginen gaztetxoeci zerbait aholkatu ahal izateko bezain beste!



**Nolako da zuen estiloa?**

P.E.: Egile bakoitzak du bere estiloa eta hortxe aurkitzen da liburuaren aberastasuna. Bakoitzak du berezko ahotsa: genero ezberdinak, kontatzeko era ezberdinak, marrazteko teknika ezberdinak...

M.C.: Paulak eta nik nahiko linea garbia erabiltzen dugu txuri beltzean, Ainizeren estiloa pikturikoagoa da. Eta kontatzeko garaian ere bakoitzak trataera desberdina eman dio bere kontakizunari. Nik elkarrizketa zuzenak erabili ditut, Paulak iraganean kontatzen duen narratzailea eta Ainizek bakarrikzeta.

**Komikiak osasun ona al du egun?**

P.E.: Komikia momentu onean dagoela esango nuke orokorrean. Gaur egun aurkitu dezakegun aniztasuna gai eta estilo aldetik izugarria da. Irakurle gehiagorengana ere iristen ari dela azpimarratuko nuke.

M.C.: Oso komiki onak irakurri ditut azkenaldian eta gertuko egileenak gainera asko, beraz, esango nuke baietz.

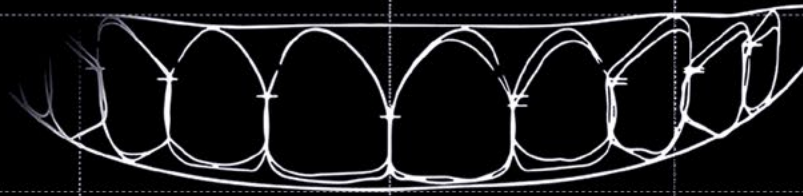
**Nolako izan da komikiaren harrera?**

P.E.: Oso ona! Aurreko astean aurkeztu genuen lehenengoz Donostian eta aste bukaeran Bartzelonako Gutter Festibalean ere liburu saltzen ibili gara. Bertan Apa - Apa argitaletxeok gure komikia jende askori gomendatu zioten, guretzat oso pozgarria izan dena.

M.C.: Bai, oso pozik gaude. Hemendik eskerrak bidali nahi dizkizuegu komikia erosi eta irakurri duzuen guztioi!



943<sup>a</sup> 428' 628."W



[www.echeverriadelvalle.com](http://www.echeverriadelvalle.com)

**e&dv**

**Echeverría & Del Valle**  
ORTODONCIA ESTÉTICA

[info@echeverriadelvalle.com](mailto:info@echeverriadelvalle.com)