

Martintxo

¿QUÉ SE CUECE ESTE MES EN SAN MARTIN MERKATUA?

Nº 3

AGENDA

Jazz Morning Brunch:
23 y 24 de julio
en San Martín

TALENTO LOCAL

Idoia Lizeaga,
joyera artesana y
maestra florista

MARTINTXO SUKALDARI

Cómo hacer
deliciosos helados
y polos en casa.



¡GANAS DE
VERANO!

JAZZ MORNING BRUNCH 2020

VUELVE LA MÚSICA A SAN MARTÍN

El jueves 23 y el viernes 24 de julio la galería central de San Martín Merkatua se volverá a llenar de música, ya que celebramos la tercera edición del Jazz Morning Brunch. Siéntate en la terraza de SM Bar, pide tu brunch y disfruta del mejor jazz instrumental.



“SE AGRADECE QUE SAN MARTÍN MERKATUA APUESTE POR RECUPERAR LA MÚSICA EN VIVO”

Freek Broere –promotor musical y organizador del Jazz Morning Brunch– nos cuenta en primera persona cómo ha afectado la crisis del Covid al sector de la música en directo y cómo el futuro del mismo pasa por la llegada de la vacuna.

La pandemia. “Hemos pasado prácticamente de 100 a 0 en el sector de la música en directo. Nuestro público suelen ser grupos grandes de personas, así que el covid nos ha afectado mucho. El escenario musical de San Sebastián está muy vivo, con muchas bandas, Musikene, las salas, los festivales, el Gastropote de San Martín... pero la mayoría está totalmente parada en estos momentos”.

Lo bueno. “La situación ha favorecido el desarrollo de los conciertos en streaming, aunque este tipo de actuación está más enfocada a mantener la visibilidad de los artistas que a una fuente de ingresos”.

El futuro. “Ahora deberíamos revisar y replantear cosas, aunque hacer planes y poner ideas en práctica aún está muy complicado con las inseguridades que hay. Con una vacuna ya tendríamos más seguridad para poder trabajar”.

LEDIÁN MOLA

Músico de jazz



Este joven músico cubano (La Habana, 1993) acaba de obtener la licenciatura en Jazz en Musikene, con especialidad en contrabajo. También es un virtuoso del violín, que de bien chiquito aprendió a tocar en la capital cubana, donde formó parte, entre otras, de la orquesta juvenil del Teatro Nacional de La Habana. Podremos disfrutar de su arte en el concierto de jazz instrumental que ofrecerá el día 23 de julio dentro del Jazz Morning Brunch, junto con el pianista Gonzalo Espinal.

“EL CONFINAMIENTO NOS HA HECHO VER LO NECESARIA QUE ES LA MÚSICA”

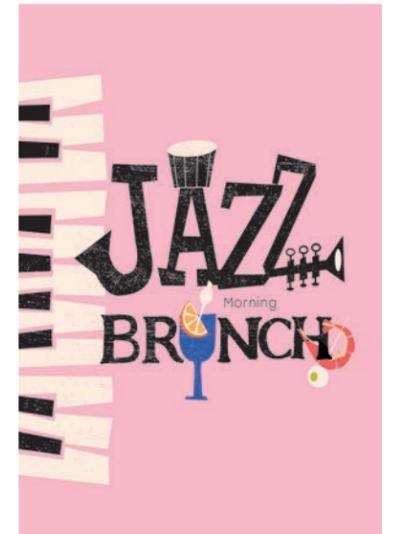
–Ya has tocado varias veces en San Martín. ¿Qué tipo de escenario es y cómo lo valoras? Es muy importante la aportación de Mercado San Martín a la infraestructura cultural de la ciudad. Es un escenario singular, en el que gracias a iniciativas como el Jazz Brunch, la gente puede escuchar música en directo mientras compra sushi, carne o fruta. Esto posibilita que el jazz pierda ese aspecto elitista que tiene y llegue a más gente.

–¿Cuál suele ser la respuesta del público? Muy buena, sobre todo la de los niños, a quienes llama mucho la atención ver tocar instrumentos en directo. Y, por otro lado, la gente mayor también agradece mucho ver música en directo.

–¿Qué repertorio vais a interpretar? Será un punto de encuentro de diferentes estilos de músicas. Habrá composiciones más basadas en el jazz norteamericano con influencias del blues, soul... y con el punto de improvisación que tiene el jazz.

–¿Qué tal vive un cubano entre donostiarras? Hay una parte importante de aceptación hacia lo nuevo, pero creo que es necesaria una labor para desarrollar la empatía hacia lo culturalmente diferente. Por poner un ejemplo, hay una desconexión entre lo que se gesta en Musikene y la actividad cultural de la ciudad. Para la gente joven no hay facilidades para acceder a las infraestructuras culturales y ofrecer conciertos. Quizá para quien tenga muchos followers en Instagram sea más fácil.

–¿Dirías que en Donosti se está escapando el talento musical? Sí. En Euskadi en general. El acceso al mundo laboral para un músico es muy difícil. Si la cultura no se cuida y se conserva, el resultado es la incultura. Y es más triste ser una persona inculta que culta.



📍
Mercado San Martín
SM BAR
23 y 24 de julio
10:30 > 12:30 H

La vuelta a la normalidad viene con una nueva edición del Jazz Morning Brunch. De 10.30 a 12.30, te ofrecemos una fórmula gastronómica perfecta: elige uno de nuestros brunch y disfruta de jazz en directo en la galería central de San Martín Merkatua. ¿Es imposible tener mejor plan!



AL RICO HELADO CASERO

REALIZACIÓN Y FOTOS MAITE PATERNAIN PARA SAN MARTIN MERKATUA



Cómo hacer helado cremoso con y sin heladera

6-8 | media | 30' + 8 h reposo en frío + 8 congelación

470 ml de nata para montar / 235 ml de leche entera / 135 gr de azúcar blanco / 6 yemas de huevo / 1 pizca de sal

1 _ Bate las yemas de huevo en un bol.
2 _ Por otro lado, calienta suavemente la nata, leche, azúcar y sal en una cazuela.
3 _ Incorpora poco a poco la mezcla templada a las yemas sin dejar de mezclar.
4 _ Caliéntalo todo suavemente en una cazuela mezclando con una cuchara de madera hasta obtener una natilla fina.
5 _ Cuela la mezcla con un colador muy fino y enfríala en una bandeja con hielos.

6 _ Deja reposar en el frigorífico durante 8 horas.
7 _ Manteca el helado en una heladera, viértelo en un recipiente hermético y llévalo al congelador.

*Nota: si no tienes heladera, puedes verter la mezcla en un recipiente hermético, introducirlo en el congelador y remover cada 45 minutos hasta que adquiera la consistencia deseada.

Podrás hacer helados de diferentes sabores añadiendo a la base de la natilla frutas e ingredientes variados. Por ejemplo, añade ralladura de limón a la mezcla para obtener helado de limón.



En verano tomar helado en la calle es una costumbre muy donostiarra. ¿Te animas a que prepararlo en casa? Es más sencillo de lo que parece, pero necesitarás algo de tiempo.



POLOS DE ALBARICOQUE Y CHOCOLATE NEGRO CON PISTACHOS Y ALMENDRAS

6-8 | media | 60' + 8 h reposo en frío + 8 congelación

- 750 gr de albaricoques sin hueso
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 chorrito de zumo de limón
- 2 cucharadas de yogur griego
- 100 ml de leche
- 470 ml de nata para montar
- 135 gr de azúcar
- 6 yemas de huevo
- Una pizca de sal
- Una cucharadita de vainilla
- 400 gr de chocolate negro
- 2 cucharadas de aceite de coco
- 2 puñados de almendras tostadas troceadas groseramente
- 2 puñados de pistachos tostados sin sal troceados groseramente

Elaboración

1 _ Cocina los albaricoques con 2 cucharadas de azúcar y un chorrito de zumo de limón durante 20 minutos.
2 _ Mientras tanto, prepara la base siguiendo las instrucciones de la receta base y el apartado de helado de frutas.
3 _ Tritura 2 tercios de los albaricoques cocinados, junto con el yogur y la leche. Mézclalos con los albaricoques que no has triturado y añádelo todo a la base de helado preparada.

4 _ Deja reposar en el frigorífico durante 8 horas.
5 _ Manteca el helado en una heladera y viértelo en los moldes para helado.*
6 _ Lleva los moldes al congelador durante al menos 8 horas.
7 _ Extrae los polos de los moldes y colócalos sobre una bandeja en el congelador.
8 _ Derrite el chocolate junto con el aceite de coco al baño maría.
9 _ Deja que se enfríe y viértelo en un vaso alto.

10 _ Baña los polos en el chocolate derretido introduciéndolos en el vaso.
11 _ Deja que escurra el excedente y espolvoréalos con las almendras y pistachos troceados.
12 _ Consérvalos en el frigorífico en un recipiente hermético.

*Nota: si no tienes heladera, puedes verter la mezcla en un recipiente hermético, introducirlo en el congelador y remover cada 45 minutos hasta que adquiera la consistencia deseada.

MARRUBI ERREEN IZOKIA

6-8 | ertaina | 60' + 8 ordu hozten utzi + 8 ordu izozten

- 750 g marrubi
- 2 koilarakada jogurt greko
- 100 ml esne
- 470 ml barrotzeko esne-gain
- 135 g azukre
- 6 arrautza-goringo
- Gatz apur bat
- Koilarakada txiki bat banilla

Nola egin

- 1 Erre marrubiak labean 160 °C-tan 40 minutuz.
- 2 Gorde erretako marrubien herena izozkia apaintzeko.
- 3 Bitartean, prestatu oinarria, oinarritzko errezetan eta fruta-izozkien atalean azaltzen diren jarraibideen arabera.
- 4 Txikitu apur bat marrubiak eta nahastu jogurtarekin eta esnearekin. Gomendagarria da izozkian nabarmena izatea marrubien testura.
- 5 Gehitu txikitutako marrubiak prestatutako izozki-oinarrira.
- 6 Utzi 8 orduz hozkailuan pausatzen.
- 7 Mantekatu izozkia izozki-makinan, gorde ontzi hermetiko batean eta sartu hozkailuan.

Obarra: izozki-makinarik ez baduzu, nahastura ontzi hermetiko batean gorde dezakezu, izozkailuan sartu eta 45 minutuan behin nahastu, nahi duzun loditasuna hartzen duen arte.



Fotos: Estitxu Ortolaiz

EL BAR ANTONIO EN EL MERCADO



La nueva normalidad llega con novedades gastronómicas a la galería central de San Martín. Y es que el mítico **bar Antonio** (calle Bergara, 3) abre una "sucursal" todas las tardes en el **SM Bar**. Ramón y Humberto, socios y propietarios de ambos establecimientos, han decidido unir sinergias y ofrecer a la clientela de San Martín parte de los pintxos y raciones del Antonio: carpaccio de atún rojo, crujiente de rabo de buey, ensaladilla rusa, patatas con jamón, carpaccio de Wagyu... También mantienen la carta de hamburguesas y sandwiches del Sm Bar. Como ves, tienes donde elegir. Acércate a su renovada terraza y disfruta.

↑ Marcos Lucena, cocinero del bar Antonio y ahora también de SM Bar por las tardes, posa junto con Sonia Gurruchaga.

→ Las nuevas generaciones llegan pisando fuerte. En la imagen, Ramón Elizalde junto con su hijo Javier, que está trabajando como camarero en SM Bar.

SM CAFÉ BAR
San Martín Merkatua,
Planta 0 / pasillo central



RECETA DE ARROZ DE TXIPIRÓN CON GAMBÓN

4 | 0



- 300 GRs. DE ARROZ REDONDO
- 2 DIENTES DE AJO
- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 CEBOLLA
- 1 PUERRO
- 400 GRs. DE TXIPIRÓN
- 150 GRs. DE SALSA DE TOMATE CASERA
- 900 ML. DE FUMET DE PESCADO
- 50 ML DE CONCENTRADO DE CABEZA DE GAMBAS
- 8 GAMBONES

- 1 Cortamos los txipirones y los salteamos.
- 2 Añadimos la cebolla y el puerro. Cuando hayan cogido color, añadimos el ajo y el pimiento verde hasta que se doren.
- 3 Añadimos la salsa de tomate casera y la dejamos reducir, hasta que se quede como una pasta. Añadimos arroz hasta que se mezcle bien. Luego verter el fumet y el concentrado de cabeza de gambas. Dejamos cocinar el arroz entre 16 y 18 minutos.
- 4 Marcamos los gambones en la plancha y los colocamos sobre el arroz.



POR UNA COMPRA SEGURA

TODOS CON MASCARILLA

Para que todos nos sintamos protegidos, clientes y trabajadores, el equipo de San Martín trabaja con estas nuevas mascarillas, homologadas según la UNE 0065. Cuando vengas al mercado a hacer la compra, no olvides de ponerte la tuya. Eskerrik asko!



LIMPIARSE LAS MANOS

Hemos instalado nuevos dispensadores de gel, para que te laves las manos cómodamente antes de hacer la compra. Por el bien de todos.



NOTA ALTA EN RECICLAJE

San Martín es un mercado comprometido con el cuidado del planeta y la sostenibilidad. Por eso, en 2019 diseñamos un plan de tratamiento de nuestros residuos de papel, cartón y plástico film con el fin reducir su impacto en el medio ambiente. Basándonos en los datos aportados por la empresa Tratamientos Geuria, podemos afirmar que vamos por el buen camino. Además, estas actuaciones nos han ayudado a evitar el consumo de petróleo, ahorrar el consumo de agua y disminuir el uso de sustancias químicas en nuestra actividad diaria.

CANTIDADES RECICLADAS EN 2019



87%

PAPEL
Y CARTÓN



12TH

PLÁSTICO
FILM



5TH

POLIESTIRENO
EXPANDIDO

GOUR- MET

PLAN ITZELA

AFARIAK MAUN GRILL BAR TABERNAN

Normaltasunera itzuli eta lagunekin leku paregabea afaldu nahi al duzu? MAUN Grill Bar taberna afariak antolatzen dituzte San Martín Merkatuaren barruan, beharrezko segurtasun-neurriekin, jaki gozoez eta giro cool batez lasai-lasai goza dezazun.

→ Maun
0. solairuan
San Martín
Merkatua

Erreserbak:
603 234 761



IPARRALDEKO GAZTA

NORTASUN HANDIKOA

Arrokia gazta artisauek eta modu ekologikoan ekoizten dute Nafarroa Beherean, Montbeliard arrazako behien esne gordinarekin eta pasta egosiarekin (alpetar estiloan; Gruyere, Comte...). Samurra da, atsegina, eta bereizgarri duen zaporea uzten du ahoan. Ezin hobea da sukaldean erabiltzeko, erraz urtzen baita. Gazta-pieza batek 25 kilo inguru pisatzen du. Heltze-denbora: 7 hilabete.

→ Abatza saltokian
0. solairuan
San Martín
Merkatua



IZARRA



GANADU ZAHARRAREN PREMIUM TXULETA

Muñoa Alimentación saltokiko haragien ataleko izarra da. Ganadu zaharraren txuleta hauen barruko eta kanpoko kolpeak mokofinenek eskatzen duten bikaintasuna ematen dio haragiari.

→ Muñoa
0. solairuan
San Martín
Merkatua

SASOIKOAK

IBARRAKO PIPERMINAK ETA ONDDOAK

A zelako afaria presta dezakezun bi osagai bikain horiekin! Altzueta Barazkiak saltokian aurkituko dituzu:

→ Altzueta Barazkiak
-1. solairuan
San Martín
Merkatua



EROSKETAK

EKOPOLTSA

Ez da beste poltsa bat gehiago. Plastikozko askoz poltsa gutxiago dira! Eskura ezazu zurea San Martín Merkatuko kioskoan 15 euroren truke. Lau eredu ezberdin egin ditugu.

→ Prezioa: 15€

UZTAILA
2020

Con la vuelta a la normalidad vuelven también las actividades culturales y los planes de ocio que tanto hemos echado de menos.

AUPA NESKAK!

Los entrenamientos ya han vuelto al mar y el 4 de julio dará comienzo la Eusko Label Liga en A Coruña, en la que participa la trainera femenina de La Donostiarra Kaiarriba, que por segundo año consecutivo patrocina San Martin Merkatua. ¡Estad atentos al calendario de regatas de este mes de julio y os queremos ver animando a nuestras chicas!

4 Y 5 DE JULIO. IV Bandeira A Coruña

11 DE JULIO. XIII Bandera Donostiarra Kaiarriba

12 DE JULIO. XXXVII Bandera Petronor

18 DE JULIO. Getxoko Estropaden XLII Ikurriña

19 DE JULIO. Orioko XXX Estropadak

25 DE JULIO. XI Bandera de Bilbao

26 DE JULIO. XXXV El Correo Ikurriña en Lekeitio



JAZZALDIA

DEL 22 AL 26 DE JULIO

Sílvia Pérez Cruz, Jorge Pardo, Chano Domínguez, Iñaki Salvador, Marco Mezquida, Carles Benavent, Javier Colina, Joachim Kühn, Josemi Carmona, Chicuelo, Oreka TX, Perico Sambeat y Antonio Serrano participarán en el Jazzaldia, que tendrá como escenario principal la plaza de la Trinidad.



3 AL 12
JULIO

DONOSTIAKO 45. LIBURU ETA DISKO AZOKA
45 Feria del libro y del disco de San Sebastián

GIPUZKOA PLAZA.
11:00-13:30 H. / 17:00-20:00 H.

8 AL 12
JULIO

TXANOGORRITXO-TIK OTSO EMERA (sei mutil medio), Aitziber Garmendia

VICTORIA EUGENIA ANTZOKIA
19:30 H.
(En euskera)

9 AL 12
JULIO

ERRITU & SHARON FRIDMAN
Kukai dantza

SAN TELMO MUSEOA
09, 10 > 20:00 H.
12 > 19:00 H.

16 AL 19
JULIO

LOS MOJIGATOS; Gabino Diego & Cecilia Solaguren

VICTORIA EUGENIA
20:00 H.

23 y 24
JULIO

JAZZ BRUNCH MORNING 2020

SAN MARTÍN MERKATUA
DE 10:30 A 12:30 H.

28
JULIO

EUSKAL HERRIKO GAZTE ORKESTRA

VICTORIA EUGENIA
20:00 H.

IDOIA LIZEAGA

POR ESTIBALITZ ORTEGA ARSUAGA

“LA BELLEZA Y LA NATURALEZA SON MIS HERRAMIENTAS PARA LA CORDURA”

—¿Quién es Idoia Lizeaga? Siempre he tenido dificultades para definirme en un único oficio, porque he alimentado varias inquietudes de forma simultánea. Puede decirse que soy joyera artesana y maestra florista. Me he dedicado sobre todo a formar a futuros profesionales del arte floral. Me encanta ayudar a otros a abrirse su propio camino.

—¿Cómo te describes en tres palabras? Auténtica, creativa y sensible. Persigo aquello en lo que creo sin descanso. Ser coherente con lo que de verdad siento para mí es algo imprescindible.

—¿Cómo son tus creaciones? En joyería tengo tres líneas de trabajo: textil, orgánica y mecánica. Realizo joyas tejidas en hilo de plata y combinadas con diferentes materiales. Otras tienen una clara inspiración natural con semillas, hojas, brotes... Y la línea mecánica homenajea el movimiento de las piezas, poleas, bielas y manivelas que hablan de mi infancia en una ferretería. Como florista soy una apasionada de los verdes. Con pocas flores me conformo y mejor si

son silvestres. Un prado lleno de hierbas, gramíneas y pequeñas flores es mi paisaje ideal. Me gustan mucho los trabajos monomateriales, los de acumulación en los que el color explota y un material es el absoluto protagonista.

—¿En qué etapa profesional te encuentras? Acabo de abrir un estudio-taller de joyería y arte floral en la parte vieja de Errenteria. Es la primera vez que tengo un espacio que me permite gestionar y construir mis proyectos libremente. Un espacio en el que puedo mostrar mi trabajo y el de otros autores, convocar y organizar actividades. Hasta ahora la joyería y el arte floral llevaban caminos aparentemente separados, pero ahora me hace especial ilusión poder combinarlos.

—¿Qué son para ti la belleza y la naturaleza? Mis herramientas para la cordura. Para mí es fundamental rodearme de cosas bellas, objetos cotidianos, palabras, espacios. El arte y todas sus expresiones son importantes, nos permiten trascender, no solo sobrevivir. Pero no hay nada que supere a la propia naturaleza. El milagro de la vida abriéndose en un brote, una flor o el más minúsculo de los insectos es algo infinito e inagotable que me sobrecoge.

—¿Qué relación tienes con San Martín Merkatua? Soy amiga y colaboradora de Naroa y Amalur de la floristería Mimiku. Nos conocemos de hace tiempo y hace un par de años, en un momento de bajas consecutivas, estuve sustituyéndolas unos tres meses. Así que conozco de primera mano el mercado y lo que significa trabajar ahí. Para mí fue una muy buena experiencia. Soy muy fan de 'las mimis'. Son un ejemplo de frescura y de cómo se puede satisfacer las necesidades de un mercado sin perderse. En mis talleres florales sus clientes tendrán un trato y descuentos especiales.

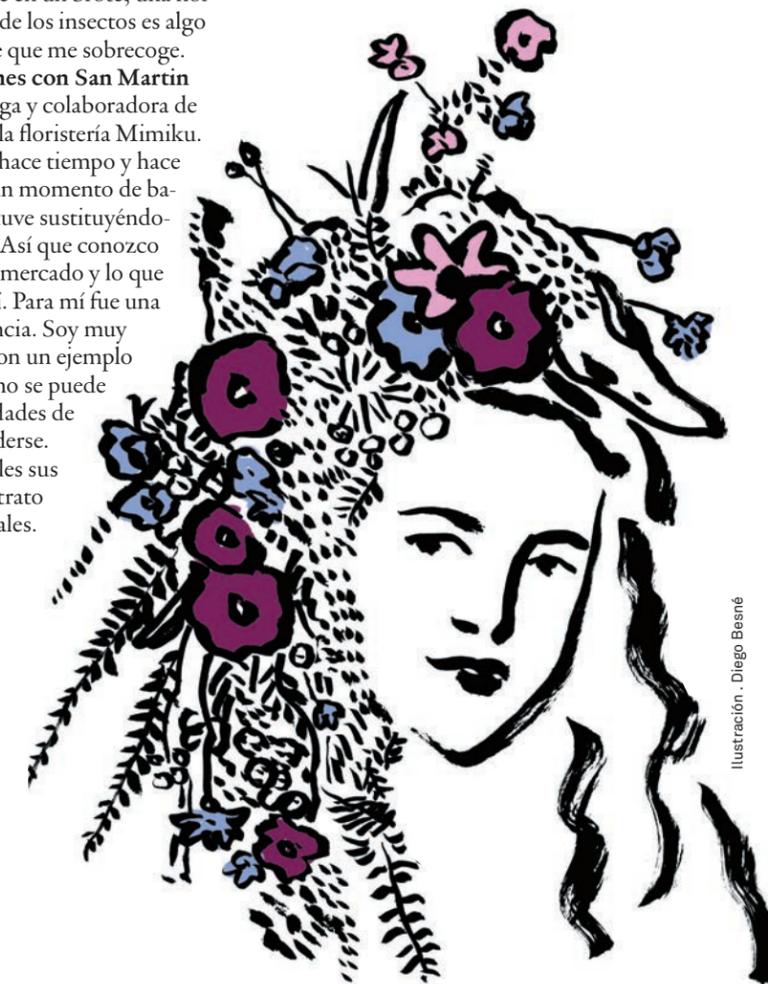


ERREZETA

Plater xumeak atsegin ditut. Entsaladak eta koloretako barazki-kremak. Zaitasunik gabeak. Lasaitu eta alaitu egiten naute. Koilarazalea naiz. Arrain-zopa on batek ez du parekorik... Ahuakatea egunero jango nuke; hori bai, cherry tomateez, atun apur batez eta mitxoleta-haziez lagunduta. Polita izan behar da. Italiako egonalditik ekarritako entsalada: udarea, errukula (maite dut), gazta eta Modenako ozipina. Eta pasta apur bat: penneak tomate-saltsarekin, kuiatxoekin eta antxoekin. Gehien prestatu dudana pasta-errezeta da, ziur.



INSTAGRAM
@idoializeaga





De aquí, de siempre
la esencia del lugar perfecto