

Loquillo




# fan

nº 25

LA REVISTA DEL MERCADO SAN MARTIN

En portada. LOQUILLO CELEBRA 40 AÑOS SOBRE EL ESCENARIO // ATÚN ROJO: OBJETO DE DESEO // Recetas FRESH PARA COCINAR ESTE VERANO //  
Diálogos: SAN SEBASTIÁN: EN BUSCA DEL ARTE PERDIDO // Entrevista a LUISA ETXENIKE // MARATOIA SAN MARTÍN // CÓMETE EL VERANO

 San Martín

**EDITA:**

Mercado San Martín

**DIRECCIÓN:**

ACC

**REDACCIÓN:**Estibalitz Ortega Arsuaga / Mikel  
G. Gurpegui / Jon Pagola / Aitor Azurki**DISEÑO:**

Majo Carreras / Fátima Garín

**FOTOGRAFÍAS:**Estitxu Ortolaz / Maite Paternain /  
Iban Egiguren / J.M Ubiria / Óscar  
Lafox / Juan Pérez Fajardo**ILUSTRACIONES:**

Marina Besné (PORTADA), Diego Besné

**IMPRESIÓN:**

Gráficas Orvy / SS- 1399/2011

30.000 ejemplares.

Todos los derechos reservados.  
Está prohibida cualquier reproducción,  
total o en parte sin el consentimiento  
por escrito del editor.  
Agradeceríamos que los errores u  
omisiones que puedas encontrar en esta  
revista los comuniques a:  
prensa@msanmartin.es

Mercado San Martín no se hace  
responsable de las opiniones vertidas  
por las personas que aparecen en las  
páginas de esta revista.

**¿DÓNDE ENCONTRAR LA REVISTA FAN?**

Aiete Biblioteca  
Alta Biblioteca Casares-Tomasene  
Alta Biblioteca Larratxo  
Amara Biblioteca Ernest Lluh  
Antiguo Biblioteca Lugaritz  
Asador Miralles  
Biblioteca Central Parte Vieja  
Biblioteca UPV  
Biblioteca Central Alderdi Eder  
Casino Kursaal  
Centrauto  
Centro Estética Jaime Campos  
Centro Médico Psicotecnico San Martin  
Clínica de Espalda Athlon  
Clínica Dental Trento  
Coss - Centro Oftalmológico de S. Sebastián  
Crossfit Donostia #igarabox  
Crossfit Donostia #pasaiabox  
Donna Estética  
Echeverria&del Valle  
Egia Biblioteca  
Escuela Triunfo Pilates  
Feel Free Rentals Donostia  
Fombellida Dental  
Gros Biblioteca Okendo  
Gym Easo  
Hotel Amara Plaza  
Hotel Aranzazu  
Hotel Arrizul Gros  
Hotel Arrizul Urumea  
Hotel Hesperia  
Hotel Monte Igueldo  
Hotel Palacio Ayete  
Intxaurreondo Biblioteca Larrotxene  
Intxaurreondo Biblioteca  
La Casita de Chocolate  
La Perla  
Loiola Biblioteca  
Martutene Amundarain Mediateka  
Mater Museoa  
Mercado San Martin  
Monte Urgull Biblioteca  
San Telmo Museoa  
Sweet Roma  
Tilia Deli & Café  
Tilin Talan  
Tréboli  
Uno a Uno estudio entrenamiento personal  
(Javier Arriaga)  
Untzi Museoa

Si te interesa distribuir la revista  
contacta con:  
prensa@msanmartin.es

**SUMARIO****nº 25**

**8**  
**Diálogos**  
**sobre San Sebastián**

En busca del arte (perdido)

**12**  
**Recetas de pescado para**  
**disfrutar del verano**

**20**  
**En profundidad**

El atún rojo: objeto de deseo

**24**  
**Deco**

Fetichismo gastro

**28**  
**Recién llegados**  
**a San Martín**

Aitziber Almandoz y  
Mikel Cabida,  
Goiatz Erribera baserria

**SÍGUENOS**  
www.facebook.com/  
mercadosanmartin  
@mercado\_sm  
Instagram:  
mercadosanmartin

**“Estoy en el mejor momento**  
**de mi carrera”**

En portada **Loquillo**

Ilustración Marina Besné



**POP UP**  
**en San Martín**

Pásate por nuestro espacio pop up, en la planta 0, donde hacemos el Gastropote. Los martes la nutricionista Amaia Fernández atiende tus necesidades de nutrición y dietética.

Los viernes y sábados los chicos de El Rincón Latino preparan los mejores tacos y arepas de Donosti.

Si te interesa alquilarlo para algún tipo de evento escribe a:  
administracion@mercadosanmartin.es



**32**  
**Martín Berasategui**

Recetas fáciles

**36**  
**Shopping en Donosti**

Valentina

**40**  
**Deporte**

Duathlon a la donostiarra

**42**  
**Club Fan**

Ofertas, talleres y sorteo

**48**  
**Lugares en los que**  
**detenerse**

Edificio La Equitativa

**50**  
**Fnac**

El último libro de  
Luisa Etxenike

# aperitivo



## ¡Qué gusto!

El verano es para muchos, nuestro paraíso particular. Tiempo de calma y de disfrute. También de deleite gastronómico. En el número 25 de Fan, la revista de Mercado San Martín, te damos ideas para disfrutar de Donosti. Recetas fresh con producto local y de temporada para que dispongas del máximo tiempo libre, propuestas para hacer deporte en La Concha, lecturas de verano, compras en la city... Te lo ponemos fácil, para que puedas vivir el verano a la donostiarra.



“Fan es una revista muy completa y accesible para todas las edades sobre alimentación, gastronomía y buen vivir. Me chiflan los reportajes sobre productos y productores, ya que son un pilar importante en mi profesión”.

**Martín Berasategui**  
chef y colaborador de Fan

**MUCHAS GRACIAS A QUIENES  
A LO LARGO DE ESTOS AÑOS,  
HABÉIS CONFIADO EN NUESTRA  
REVISTA. NOSOTROS SEGUIREMOS  
TRABAJANDO PARA QUE EL BUEN  
NOMBRE DEL MERCADO SAN  
MARTIN LLEGUE A TODOS LOS  
RINCONES DE SAN SEBASTIÁN.  
ESKERRIK ASKO Y A POR OTROS 25!**

**San Martín**

“Fan aldizkaria asko gustatzen zait, dudarik gabe. Oso interesgarria da eta guretzat, erakusleihu paregabea. Irakurleek gu hobeto ezagutzen gaituzte”.

**Tomas Imaz,**  
baserritarra  
Ameri -Goikoa (planta -1)

“Me encanta esta revista. Tiene una gran calidad tanto en contenidos como en diseño. Los personajes que se entrevistan son de primer nivel. Es una manera muy atractiva de conocer los productos del mercado y lo que se mueve en San Sebastián. Zorionak!”.

**Anne Zubeldía**  
compra en San Martín



**Quedamos en el hotel María Cristina. Aparece puntual y saluda dando dos besos. “No suelo conceder entrevistas, pero en Donosti estoy en casa. El nivel de la prensa ha caído a unos niveles de puro tweet”. Así empezamos a charlar.**

**¿CUÁNTAS VIDAS HA VIVIDO LOQUILLO EN 40 AÑOS DE CARRERA?**

Estoy en mi séptima vida y quizá va a ser definitiva, por eso de que ‘siete vidas tiene un gato’. Entro en un momento realmente excitante porque es un poco el resumen de esas seis vidas anteriores. Estoy celebrando que hace 40 años me subí a un escenario por primera vez. Fue en 1978, a los 17 años, en un cabaré de Las Ramblas, donde había señoras y marines americanos. Celebro también que este mes se publica mi tercera novela. El año que viene sale una biografía mía que escribe Felipe Cabrerizo, biógrafo de Johnny Hallyday y Serge Gainsbourg. Además, grabaré nuevo disco y el siguiente otro más dedicado a la poesía de Julio Martínez Mesanza.

**DISCO, GIRA Y NOVELA. ¿TÚ CUÁNDO DESCANSAS?**

Yo duermo mis siete horas diarias. Soy muy disciplinado y hago lo que me gusta. ¿Qué más quieres? No entiendo a la gente que tarda cuatro años en hacer un disco nuevo. Tengo aquí en Euskadi un lugar de retiro, que no pienso decir cuál es, en el que me refugio para aclararme las ideas, pero soy alma de ciudad. Entiendo a los artistas que se quedan en el campo, pero cuando haces eso, acabas haciendo canciones sobre los pajaritos y la luz del sol y yo soy urbano 100%. Estoy en movimiento continuo. Si no, no llevaría 40 años. Ni hubiera tenido tres números uno en los últimos cinco. El trabajo, la disciplina... Ser la mejor banda de rock en directo según las mejores revistas de rock del país tiene un prestigio que nadie tiene. Eso debes cuidarlo día a día. No puedes descansar.

## “Yo de mayor quiero ser Loquillo”

Tenía muchos boletos para ser delincuente, pero el baloncesto lo salvó y se convirtió en una estrella del rock & roll. Ahora celebra 40 años sobre el escenario viviendo uno de los mejores momentos de su carrera. “Con más de 50 años he conseguido tres números uno seguidos. Esto no lo ha hecho ni Dios en el mundo del rock en mi generación”.

POR ESTIBALITZ ORTEGA ARSUAGA

### ¿PERO NUNCA TE HAS SENTIDO CANSADO?

No. Para mí la paz es un infierno. Yo soy un hombre de guerra. Si paso más de un mes en casa, me echan. Tengo que estar en continuo movimiento.

### ¿Y QUÉ HACE UN CHICO COMO TÚ VIVIENDO EN UNA CIUDAD TAN TRANQUILA COMO DONOSTI?

A mí, en un momento de mi vida, Donosti me dio el equilibrio que necesitaba. Yo solía venir desde 1985. Mi relación con Jonan Fernández y Elkarri me terminó de convencer. Mi compañera [la actriz, escritora y directora de cine donostiarra Susana Koska] y yo decidimos en 2004 que el mejor sitio para educar a nuestro hijo era Donosti. Barcelona se había convertido en una ciudad inhóspita, con una invasión turística tremenda y un proceso político que había degenerado. Estoy muy agradecido a esta ciudad.

### ¿Y CÓMO HAS VIVIDO EL FIN DE ETA?

Sigo viendo con esperanza lo que ocurre. Yo soy una persona más bien de izquierdas, pero en esto, estoy de acuerdo con el lehendakari. Creo que hay que dar pasos tanto por un lado como por el otro. Las cosas van por la buena dirección y esperemos que el Estado escuche lo que se está diciendo desde aquí.

### NO SUELE SER HABITUAL QUE LAS ESTRELLAS DEL ROCK SE MOJEN EN POLÍTICA.

Yo vivo aquí. No me mojaría nunca con un partido de aquí porque yo soy barcelonés. Pero sí me mojo en acciones sociales. Me pidieron apoyar al Easo, que era donde mi hijo jugaba a baloncesto, y en los últimos 10 años he ayudado en lo que he podido para que

los equipos pudieran seguir adelante. Y me siento muy orgulloso de que haya dos jugadores que juegan en el GBC y que vienen del Easo. Cuando iba a los campeonatos junto con la gente del Easo, me sentía muy orgulloso de llevar un equipo de jugadores vascos.

### ¿A TI QUÉ TE HA APORTADO EL BALONCESTO?

Valores. Yo empecé a jugar al baloncesto en un momento muy difícil, que fue la Transición. Para mí la válvula de escape era el baloncesto o la delincuencia. Soy de un barrio obrero. El Vaquilla y El Torete vivían allí. Aprendí a trabajar en equipo, cada uno en una posición, a gestionar el talento... y a mí todo eso me ha servido para poder hacer mi carrera.

### ¿Y TÚ QUÉ POSICIÓN HAS OCUPADO EN EL ROCK?

Yo siempre he sido el entrenador. Me gusta combinar los talentos. En eso no me gana nadie. Y procuro ser siempre el peor de mi equipo. En este país la mayoría de los artistas suelen ser los mejores. Y nunca dejan que nadie esté por delante de ellos. A mí, sin embargo, me encanta. Yo no necesito ego. Si tú ves a un grupo de rock con mucha parafernalia... mal asunto. Necesita todo eso para vender.

### SEXO, DROGAS Y ROCK & ROLL NO PEGAN MUCHO CON EL BALONCESTO.

¡Lo que hemos llegado a hacer nosotros es un chiste si lo comparamos con lo que la gente se mete y bebe hoy en día! En los 80 destrozábamos hoteles y todas esas cosas, porque éramos chavales de 25 años. Eran cosas de la edad. Lo terrible es hacerlo con 40 años, que eso se convierte en un estilo de vida y creerte Peter Pan. Yo soy muy consciente de la edad que tengo y me gusta. He vivido y he hecho lo que tenía que hacer en cada momento y eso es perfecto. Poca gente puede decirlo en el mundo de la música. Además, he roto un molde muy importante, el de una persona de más de 50 años que ha conseguido tres números uno seguidos. Esto no lo ha hecho ni Dios en el mundo del rock en mi generación.

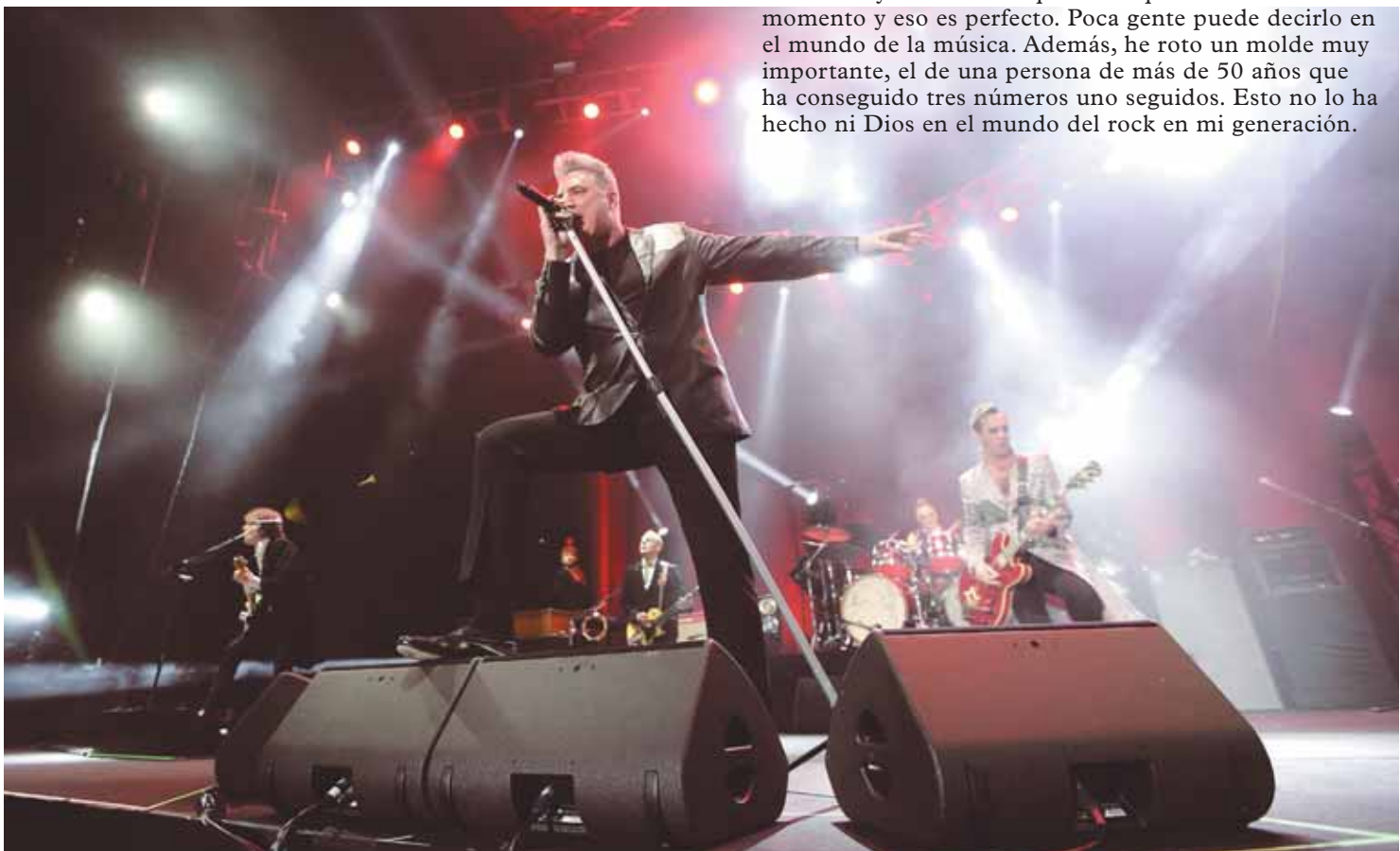


FOTO ÓSCAR LAFOX



FOTO JUAN PÉREZ FAJARDO

¿Y ESTO COMO SE LLEVA?

Yo siempre me he sentido un músico minoritario. Soy consciente de que el personaje de Loquillo es lo que mejor vende la música.

Hemos estado fuera de las radio fórmulas durante 20 años porque no cedíamos los derechos de autor y hemos pagado el precio. Pero hay que saber apostar. Si te fijas, los grupos que apostaron todo a la radio fórmula, en el momento que superaron los 40 años, ya no interesaron. Y han estado 10 años intentando volver y han acabado todos tocando en festivales nostálgicos de los 80. Qué mal lo hicieron ¿no? ¿No se dieron cuenta? Yo sí. Yo en mi caso, sabía que esto era mi oficio.

TÚ DICES QUE TE DIRIGES A UN PÚBLICO MINORITARIO, PERO A TI TE CONOCE TODO EL MUNDO.

Sí, claro. Pero porque soy una persona con un físico determinado. Alejandro Sanz podría pasar por delante de ti y no verlo. Esa es la diferencia entre un compositor y una estrella.

O SEA QUE TÚ ERES UNA ESTRELLA.

Sí. Me han dibujado así. Mido 1 metro 96. Se me ve. En Estados Unidos eso se entiende muy bien. Aquí, cuanto más humilde seas y más desapercibido pases, más normal eres y mejor caes.

PERO ESO A TI NO TE INTERESA MUCHO ¿NO?

Para mí una estrella del rock es excesivo en todo. Me gusta la gente que vive en filo, pero cuidado, no me gusta la gente que lo traspasa. Que toma decisiones arriesgadas, que se cae, que se levanta. No me gusta la gente perfecta que no comete errores. Eso es aburridísimo.

SE TE VE JUGANDO A BASKET CON SU HIJO EN LAS JAULAS DE GROS

Sí, cuando tengo tiempo. Para mí cuidar el físico es muy importante. Cuando doy un concierto me paso dos horas y cuarto en el escenario. El rock & roll es algo físico. Hago mucho deporte. Me gusta mucho correr en la playa. Y me mantengo en mi peso. Tengo 57 años y espero durar mucho. Me cuidan médicos que son profesionales del deporte de alto nivel y psicólogos adecuados para mantenerse en buen estado mental. Lo digo para gente

“En un momento de mi vida, Donosti me dio el equilibrio que necesitaba. Estoy muy agradecido a esta ciudad”.

neófito que se piensa que en el rock todos somos gente cojonuda, como pretenden demostrar Fito y Rosendo. Este trabajo es muy serio. Y esto es una empresa en el que todo el mundo es muy profesional. Esto no es un cachondeo. Si alguien vende que esto es una cuadrilla de amiguetes que hemos triunfado, nos tomamos unas birras y nos fumamos un porrito... no es verdad. Eso es que se han quedado en 1975. Estamos en el siglo XXI y esto va de otra cosa.

¿TÚ HAS GANADO MUCHO DINERO?

Gracias a Dios no me he hecho rico. Hubiese sido un problema porque me habría relajado. Yo es que soy hijo único. Las enfermedades han estado muy presentes en mi familia. He hipotecado mi casa dos veces y estuve a un tris de tener que venderla porque no me daba. Si quieres lo mejor para tu familia haces lo que haga falta. Soy de clase obrera así que no se me caen los anillos. Los peores momentos los pasé y he pagado casi todo lo que debo. Ahora lo único que deseo es poder seguir haciendo mi trabajo, que mi hijo tenga la mejor educación posible, que mi compañera pueda vivir con la mejor calidad de vida posible y el resto me importa bastante poco. Yo hago lo que me gusta que es subirme a un escenario y eso me da la vida. A diferencia de lo que muchos creen, la mayoría de artistas venden un personaje cuando están sobre el escenario. Yo soy yo cuando estoy arriba porque es el único sitio en el que se me permite ser yo. Cuando bajo del escenario actúo. Es mi forma de protegerme.

¿QUÉ ES, SOBRE TODO LO QUE MÁS HAS APRENDIDO EN 40 AÑOS?

Yo, viniendo, de donde vengo, el rock & roll para mí ha sido una escuela de vida. Sabino Méndez siempre dice que yo tengo un hambre atroz por conocer y por aprender. Mi padre ya me lo dijo una vez. Él estuvo en la cárcel y en campos de concentración. Allí aprendió a leer y hablar francés. Siempre tenía un libro en la mesita. Cuando tú ves a tu padre haciendo esas cosas, te marca. Hace poco leí a un músico español decir que él sólo lee el Marca... Siempre he sido contrario a esa imagen de artista de rock que dice que es muy auténtico porque es de barrio. Yo lo primero que aprendí era que tenía que salir del barrio y vivir la vida que no pudo vivir mi padre. Siempre he tenido capacidad de mejorar y de aprender. Para mí una charla con Luis Alberto de Cuenca es mucho más gratificante y aprendo más que los dos años de mi vida que perdí haciendo literatura y lengua español. Tengo muchos amigos escritores, articulistas enormes como Pérez de Andújar, Manuel Jabois, o David Gistau. Entonces, ¿qué más quiero? La música me ha facilitado aprender todo eso. Si me hubiera quedado en el barrio y no hubiese jugado al baloncesto ahora sería pasto de la reconversión industrial, de las drogas, del fracaso.

¿HAY ALGUIEN QUE SE ATREVA A LLAMARTE JOSÉ MARÍA?

A mí la única persona que me llamaba José María era mi madre.

¿QUÉ QUIERES SER DE MAYOR?

Loquillo. Es la bomba.

El artista plástico Iñaki G. Gurpegui (1956) y el galerista Gregorio Cibrián (1988) pertenecen a dos generaciones distintas, pero sus discursos coinciden. El primero apela al pasado como refugio inexpugnable y hace suya la canción “Where have all the good times gone” de los Kinks. El segundo trata de abrirse un hueco en el fluctuante mercado del arte. Lo que queda claro de este encuentro es que Donostia no es, precisamente, el efervescente París de los años 20. Ni Iñaki ni Gregorio pintan un panorama artístico demasiado alentador. Y con tantos nubarrones revoloteando sobre sus cabezas coinciden en señalar la luz al final del túnel: la de los espacios alternativos y las pequeñas propuestas.

POR JON PAGOLA FOTOS ESTITXU ORTOLAIZ

## San Sebastián en busca del arte (perdido)





**Iñaki González Gurpegui entra a la galería Vetus Art**, echa un vistazo a las obras y cuenta una vieja anécdota de Julio Iglesias que resume un poco su pensamiento: todo está inventado y lo que fue bueno hace 50 años lo sigue siendo hoy en día. “Tienes obras que yo ya he visto antes. Si consulto en mis catálogos de la feria de Arco de los años 88, 89 y 90 te saca media galería”. Gregorio Cibrián sonríe y le responde con otra frase que también define un pensamiento. “Sea en los 80 o en 2018, lo ideal es que vivas en un entorno que te ayude y en el que introducir cosas nuevas no suponga un problema”. Aquí están los dos cimientos con los que arranca la charla: capas y capas de nostalgia y la necesidad de construir un conocimiento previo para introducirse en el arte.

¿EN QUÉ MOMENTO ARTÍSTICO ESTAMOS EN DONOSTI? ¿EN UNO BUENO, MALO O REGULAR?

IÑAKI: Vivimos en la sociedad del espectáculo que deriva en un pensamiento débil, simple. La cultura se ha reducido al entretenimiento, que es un concepto efímero y superficial. En mi generación aún existía un ejercicio de análisis, crítica y reflexión en torno a las artes plásticas. Tú le pides algo así a una persona menor de 30 años y, con perdón, no sabe de lo que le estoy hablando.

GREGORIO: El primer ladrillo que pondría yo en este debate es el del interés. Y debe ser bidireccional, ojo: tanto por parte del receptor como del emisor. Como galerista tengo la obligación de generar algo que interese al público. Soy consciente de que no es fácil y también de que nadie nace sabiendo. El mío es un trabajo a largo plazo, en el que tengo que ir poco a poco, para lograr que lo que yo expongo acabe provocando una reacción.

A VECES PARECE QUE EN ESTA CIUDAD SOLO NOS IMPORTAN LOS PINTXOS

IÑAKI: La única apuesta de San Sebastián es la de la gastronomía. Primero se dijo que era arte, luego cultura y luego cualquier cosa, lo quieren abarcar todo. Eso y la barandilla de la Concha son los auténticos fenómenos culturales de la ciudad.

GREGORIO: No tengo nada en contra de los pintxos y la gastronomía. Pero esa no es la cuestión. Lo que no hay que dar es bandazos sin saber qué

es lo que se está haciendo. Colgarse medallas culturales puntualmente no conduce a ninguna parte, porque no genera un valor a largo plazo.

IÑAKI: Falta criterio. Un criterio que sí veo en las galerías Kurt, Arteko, Titiki-Tauki y esta misma. Estamos padeciendo una auténtica regresión.

¿QUÉ SE PUEDE HACER PARA REVERTIR LA SITUACIÓN Y PONER EL ARTE EN EL FOCO DE LA SOCIEDAD?

IÑAKI: Habría que rehacerlo todo y recuperar la línea de progreso y evolución que había en los años 70, 80 y 90.

GREGORIO: Se necesita un plan. Lo que no puedes hacer es traer 27 exposiciones audiovisuales a Tabakalera en una ciudad donde nadie tiene ni idea de arte audiovisual. Empieza por educar poco a poco a la sociedad, no de golpe, de tal forma que la gente se habitúe a visitar las exposiciones. Planta una primera semilla y después podrás meter cosas nuevas.

IÑAKI: ¡Encima lo audiovisual está muy pasado! La primera vez que fui a París en 1976 el centro George Pompidou estaba lleno de soportes audiovisuales. Lo poco que hace Tabakalera es malo y encima llegan tarde. ¿Eso es cultura contemporánea? Coincido contigo: hace falta que los expertos diseñen una programación cultural y artística que vaya abriendo diferentes líneas y propuestas en los que no falte el factor riesgo.

GREGORIO: Asumir riesgos es lo que más cuesta.

**“Donostian gastronomiaren alde bakarrik egin da apustu. Estatu-kolpe artistikoa behar dugu. Bere garaian punkak ekarri zuenaren antzekoa”.**

Iñaki G. Gurpegui,  
artista plastikoa eta Artearen Historiako irakaslea EHuko USAC programan.



IÑAKI: Pero para eso están las instituciones y para eso tienen tanto dinero.

¿CUÁL ES LA AUTOCRÍTICA QUE HACÉIS?

IÑAKI: Se hace lo que se puede. Bastante tenemos con habernos metido en el farragoso mundo del arte, en este barrizal.

GREGORIO: La autocrítica que yo hago es que no me interesan las propuestas que veo a mi alrededor. Se repiten los mismos patrones, es lo de siempre. La tarea que tenemos que hacer es llevar el arte vasco fuera y que los de fuera nos aporten cosas.

IÑAKI: En este sentido, hay una escultura de la artista navarra Dora Salazar en la Parte Vieja. En Pamplona no saben apenas quién es y cuando hizo aquí una exposición fue un éxito. Próximamente, la Casa Cultura de Egia acogerá la obra de 10 pintores navarros y yo he propuesto que otros 10 artistas donostiarras exponamos en Pamplona. Todo lo que sea transversal, poliédrico y colectivo es bueno.

¿QUÉ CIUDADES LO ESTÁN HACIENDO BIEN? ¿BARCELONA? ¿MADRID?

IÑAKI: Barcelona está muertísima, ya no es lo que era. En los dos mil hubo una parálisis y dura hasta hoy en día.

GREGORIO: Más que en Madrid y Barcelona, nos tendríamos que fijar en ciudades como Valencia o Málaga. Hay un montón de iniciativas interesantes, galerías que están destacando internacionalmente y artistas ante los que me quito el sombrero.

¿SE PUEDE SACAR ALGO POSITIVO DE TODO ESTO? ¿DÓNDE ESTÁ LA LUZ?

IÑAKI: En la cara B, en lo anónimo e independiente. Aunque es una luz muy condicionada y muy marginal. Necesitamos un golpe de estado artístico. Como lo que supuso el punk en su momento.

GREGORIO: La luz está en que seguimos pese a todas las dificultades.

GREGORIO CIBRIÁN  
(Zumarraga, 1988)

**ENPRESEN ADMINISTRAZIOA  
ETA ZUZENDARITZA  
IKASI OSTEAN, AITONAK  
FUNDATUTAKO TXATAR-  
ENPRESAN EGIN ZUEN ALDI  
BATEZ LAN. ARTEAK BETI  
SORTU IZAN DIO JAKIN-MINA.  
2016AZ GEROZTIK, VETUS  
ART GALERIA —HERNANI,  
21— ZUZENTZEN DU, ETA  
ARTISTA GARAIKIDEEN  
LANAK ERAKUSTEN DITU  
BERTAN.**

IÑAKI G. GURPEGUI  
(Donostia, 1956)

**EXP TALDE ARTISTIKOKO  
KIDE HAU, BERE HITZETAN,  
70EKO HAMARKADA  
«BIZIAN» PRESTATU  
ZEN, «PERTSONA NAHIZ  
ARTISTA MODUAN».  
1981ETIK, ARTEAREN  
HISTORIAKO IRAKASLE DA.  
HAINBAT PROIEKTUTAN  
HARTZEN DU PARTE,  
«ZEHARKAKOTASUNA  
ETA POLIEDRIKOTASUNA»  
BILATUZ BETI.**

**“Valentzia edo Malaga hiriei  
erreparatu beharko genieke,  
adibidez”.**

Gregorio Cibrián, galerista.



EKAINAK **15 | 16** JUNIO



# MARATOIA

## — SAN MARTIN —

### GOZATU • IKASI • ON EGIN

El producto local y de temporada es nuestra seña de identidad y por eso queremos homenajearlo. Con la colaboración de Fomento San Sebastián, para los días 15 y 16 de junio, desde que salga al sol hasta que se esconda, hemos organizado un montón de actividades divertidas, para que disfrutes y aprendas.

Showcookings, talleres infantiles y para adultos, yincana, ponencias, conciertos en directo, sorteo de productos locales...

Acércate a Mercado San Martín. En este maratón no hace falta correr, sólo disfrutar del producto local.

Más información en [www.msanmartin](http://www.msanmartin)



SABOR

A

**ESTE VERANO DEDÍCATE A DISFRUTAR Y NO TE COMPLIQUES EN LA COCINA. AQUÍ VAN VARIAS RECETAS SENCILLAS INSPIRADAS EN LAS LARGAS TARDES DE SOL FRENTE AL MUELLE DONOSTIARRA.**

REALIZACIÓN Y FOTOGRAFÍA

MAITE PATERNAIN

MAR

## KARRAKELAK: EZIN HOBETO PRESTATZEKO ERREZETAK

*Zailtasuna: Txikia*

*Denbora: 10 min*

2 PERTSONARENTZAKO OSAGAIAK:

// 600 gr karrakela fresko

// 70 gr gatz ur-litroko

NOLA EGIN

/ Garbitu karrakelak ondo-ondo, ur hotz zurrustaren azpian.

/ Ipini katilu handi batean, gatz-ur ugaritan, eta utzi 10 minutuan pausatzen.

/ Bien bitartean, irakin ura lapiko handi batean eta bota gatz behar den adina. / Irakiten hasten denean, garbitu berriro karrakelak eta bota lapikora. Egosi 5 minutuz. / Xukatu eta utzi hozten.



KARRAKELAS  
LAS PIPAS DONOSTIARRAS



# CAMARON O QUISQUILLA

## BUSCA LAS DIFERENCIAS

### **Izkira gorria ala izkira?**

Asko maite badugu ere, oso Donostiakoa delako, izkira kalitate txikiagokoa da, eta prezioan argi ikusten da hori, askozaz ere merkeagoa da eta. Argazkian ageri direnak San Martin Merkatuko Coro Sotero arrandegiko izkirak gorriak dira. Galiziako izkira gorria oso kotizatua da, zapore paregabea duelako. Beti asmatzeko eta zer zerbitzatu diguten jakiteko, buruari errepara diezaiokegu: triangeluarra eta zorrotza da izkira gorriarena eta angeluzuzena eta ia laukia izkirarena. Koloreak ere ematen ditu arrastoak: behin egosita dagoela, izkira gorriak gorri biziagoa hartzen du; baina, jakina, horretarako bi motak izan beharko ditugu gertu, alderatu ahal izateko. Izkirak ganbaren antz handiagoa du morfologian eta kolorean, baina askoz ere txikiagoa da tamainan.

## TACOS DE AGUACATE Y CAMARONES CON SALSA DE YOGUR, LIMA Y CILANTRO.

*Vér receta en pag. 19*



Tacos, arepas, nachos con guacamole, chilaquiles... **Todos los viernes y sábados, entre las 11.00 y las 20.00 en el puesto de Gastropote**, podrás conocer algunos de los platos más populares de la gastronomía latina.

Los **alumnos de Basque Culinary Center, Julio Lence Paredes, Roberto Zulaica Isidro y Ricardo Navarro** ha elegido nuestro mercado para dar a conocer sus creaciones y traer a San Martín los olores y sabores de América Latina.

¡Acércate y disfruta! También te lo pueden preparar para llevar.

### **EL RINCONCITO LATINO**

Planta 0 (puesto gastropote)

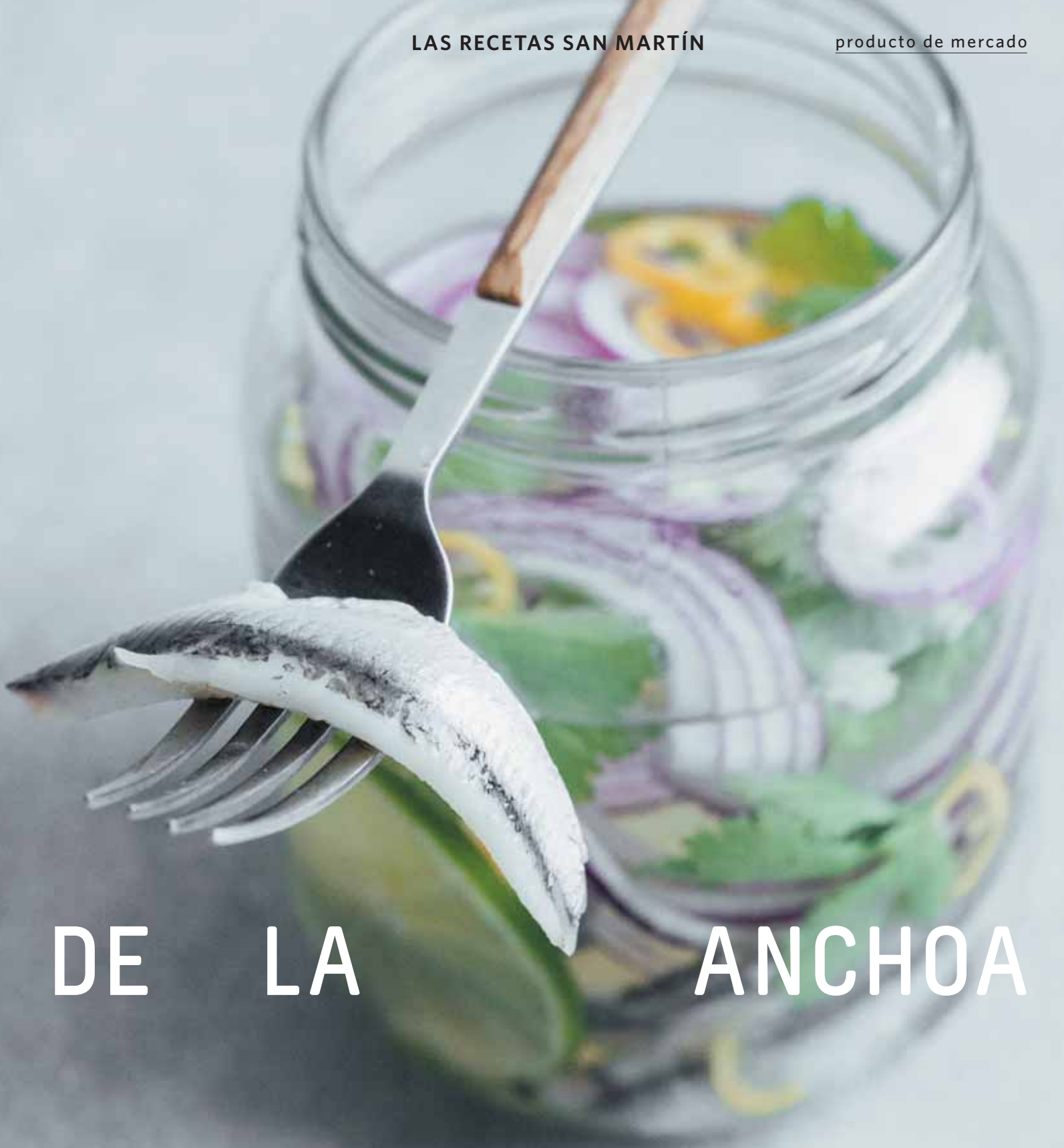
Viernes y sábado de 11.00 a 20.00



LA VIDA

SECRETATA





# DE LA ANCHOA

## **Antxoa edo bokarta, ez dago alderik**

*Engraulis encrasicolus* arrain espezieari antxoa esaten zaio, eta Kantauri itsasaldean baita bokarta ere. Halere, bi terminoak ez dira era berean erabiltzen. “Bokarta” hitzarekin freskoan kontsumitzen den Kantauriko antxoa adierazten da, “antxoa”, berriz, gatzetan ondutakoari esaten zaio, eta ozpinetan ondutakoari askok “bokeroi” deitzen diote. Beraz, antxoa eta bokarta arrain espezie bera dira, prestatzeko moduan dago aldea.

# PISSALADIÈRE DE ANCHOA Y OLIVA NEGRA.

*Vér receta en pag. 19*

Pissaladière Frantziako  
Kosta Urdineko eta Italiako  
Liguriako espezialitate bat  
da. Pizzaren antza du, baina  
ez darama tomaterik.



## TACOS DE AGUACATE Y QUISQUILLAS O CAMARONES CON SALSA DE YOGUR, LIMA Y CILANTRO



*Dificultad: Baja*  
*Tiempo: 20 min*

INGREDIENTES PARA  
4 TACOS (2 tacos por persona)

- // 250 gr de quisquillas o camarones cocidos y pelados
- // 4 tortillas de maíz para tacos
- // 4 hojas de lechuga grandes
- // 1 aguacate cortado en cuartos y en rodajas
- // 4 rabanitos cortados en rodajas
- // el zumo de 1/2 lima
- // 1 yogur natural
- // 1 puñado de hojas de cilantro
- // pepinillos cortados en rodajas (opcional)

### ELABORACIÓN.

/ Pre calentamos el horno a 140 grados e introducimos las tortillas envueltas en papel de aluminio. / Horneamos durante 10 minutos.

/ Mientras tanto, preparamos la salsa de yogur mezclando el zumo de lima, con la mitad de las hojas de cilantro picadas groseramente y el yogur. / Reservamos.

/ Montamos los tacos colocando en la mitad de cada tortilla una hoja de lechuga, seguida de un poco de aguacate, unas rodajas de rábano y las quisquillas. / Salpimentamos, añadimos la salsa de yogur y las rodajas de pepinillo y acabamos con un poco de cilantro picado. / Doblamos y servimos.

## PISSALADIÈRE DE ANCHOA Y OLIVA NEGRA



*Dificultad: Media*  
*Tiempo: 2 horas y media de levado para la masa + 90 minutos para pochar la cebolla + 20 minutos de formado y horneado*

INGREDIENTES PARA UNA PISSALADIÈRE (3/4 PERSONAS)

*Para el relleno de anchoa y cebolla pochada:*

- // 1 kg de cebollas blancas cortadas en juliana
- // 3 cucharadas de aceite de oliva
- // 1/2 cucharadita de sal
- // 8 anchoas en salazón

*Para la base:*

- // 350 gr de harina de fuerza
- // 235 gr de agua
- // 3,5 g de levadura de panadería seca
- // 7 gr de sal fina

*Para decorar:*

- // 12 filetes de anchoa en salazón
- // 12 aceitunas negras deshuesadas

### ELABORACIÓN.

*Del relleno de anchoa y cebolla pochada:*

/ En una sartén, calentamos el aceite de oliva y añadimos la cebolla en juliana. / Añadimos la sal y freímos a fuego suave removiendo de vez en cuando durante 1h30 más o menos. / Por otro lado, machacamos los filetes de anchoa en salazón en un mortero y añadimos la mitad de la cebolla pochada aun caliente. / Mezclamos bien y reservamos.

*De la base:*

/ Mezclamos bien todos los ingredientes en un bol y dejamos levar a temperatura ambiente hasta que doble su tamaño (esto puede tardar entre 2 y 3 horas, dependiendo de la temperatura ambiente). / Una vez levada la masa, colocamos papel de horno sobre la bandeja que vayamos a utilizar y espolvoreamos con una pizca de harina. / Colocamos la masa sobre el papel y sin amasar excesivamente, formamos una hogaza ovalada. / Espolvoreamos la masa con harina y vamos esparciéndola hasta darle la forma rectangular deseada.

*De la pissaladière:*

/ Pre calentamos el horno a 230 grados. / Esparcimos la mezcla de anchoas y cebolla pochada sobre la base. / Añadimos la cebolla pochada restante y horneamos durante unos 12-15 minutos. / Retiramos la pissaladière del horno y decoramos con las anchoas restantes y las aceitunas antes de servir.

## CEVICHE DE ANCHOAS Y LIMA

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- // 300 gr de anchoas frescas limpias \*
- // 1/2 cebolla morada cortada en juliana
- // el zumo de 5 limas
- // el zumo de 1 naranja
- // 2 ajís amarillos (o en su defecto, chiles) cortados en rodajas
- // un buen puñado de cilantro




*Dificultad: Media*  
*Tiempo: 8 horas*  
*(principalmente tiempo de marinado y reposo en el frigo)*

### ELABORACIÓN.

/ En un bol o fuente, colocamos las anchoas y vamos cubriéndolas de zumo de lima a medida que vamos formando capas. / Tapamos el bol, llevamos a la nevera y dejamos reposar durante al menos 6 horas.

/ Una vez transcurrido este tiempo, incorporamos la cebolla, el ají amarillo y el zumo de naranja, intercalando todos los ingredientes o incluso cambiando de recipiente si esto fuera necesario. / Llevamos a la nevera durante 1 o 2 horas más. / Servimos en boles individuales acompañado de abundante cilantro fresco picado.

\* para evitar intoxicaciones por anisakis, recomendamos congelar las anchoas limpias durante 48 horas antes de marinarlas.



**ESTAMOS EN TEMPORADA DE ATÚN ROJO. SIBARITAS Y MILLENNIALS PRESUMEN EN INSTAGRAM DE QUE LO COMEN. SI ADEMÁS ES DE ALMADRABA, HAY QUIEN LO ELEVA A LOS ALTARES EPICÚREOS. NO ES APTO PARA TODOS LOS BOLSILLOS, PERO QUIEN LO PRUEBA, REPITE Y NO ADMITE FALSIFICACIONES. PORQUE HABERLAS, HAYLAS. DESPIEZAMOS SU CONSUMO, SUS DIFERENTES CORTES Y LAS NUEVAS FORMAS DE COCINARLO.**

POR ESTIBALITZ ORTEGA ARSUAGA

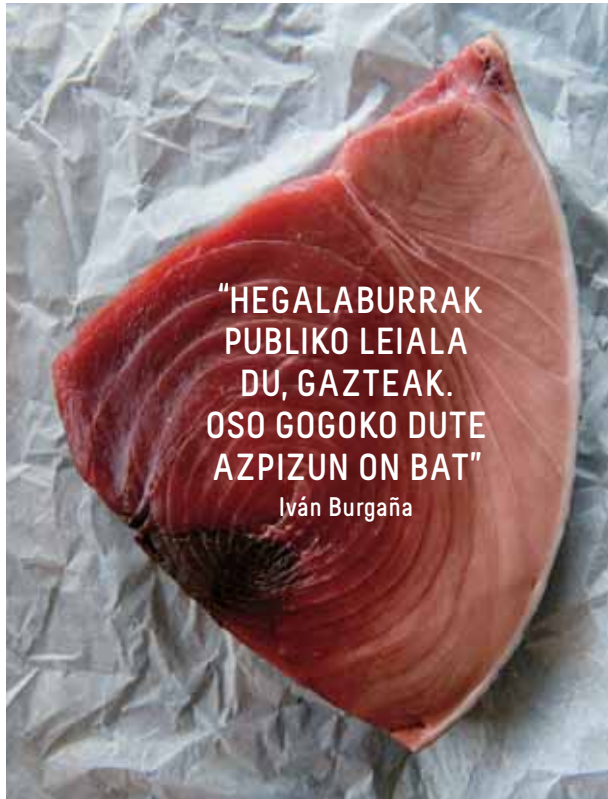
# ATÚN ROJO. OBJETO DE DESEO

**C**omer atún rojo es la última moda gastronómica en Gipuzkoa. Aunque su consumo se ha desestacionalizado y puede tomarse durante todo el año, es ahora cuando los solomillos llegados directamente de las almadrabas de Cádiz lucen resplandecientes como piezas de alta joyería y provocan la locura entre treintañeros y paladares exigentes.

Sin embargo, no ha sido hasta hace relativamente poco cuando su compra se ha disparado en estos lares en los que, tradicionalmente, el Bonito del Norte ha sido la estrella del verano. A su resurrección han contribuido el boom del sushi, las redes sociales y, sobre todo, que la cuota de pesca de la especie se ha recuperado después de años de restricciones.

Dan fe de que se ha convertido en objeto de deseo las miles de fotos que foodies y millennials comparten en redes sociales con el hashtag #atunrojo. También son testigos de este interés por el *Thunnus Thynnus* (nombre científico) los pescaderos de Mercado San Martín, quienes confirman que en los últimos dos años han experimentado un destacado incremento en las ventas, sobre todo, durante el fin de semana.

“El atún rojo tiene un público fiel, que es la gente joven”, cuenta **Iván Burgaña, de la pescadería Coro Sotero**. “Se pirran por un buen solomillo. Como entre semana no pueden venir al mercado porque están trabajando, nosotros utilizamos las redes sociales para contarles que nos ha llegado atún rojo. Y tenemos comprobado que funciona, porque el sábado por la mañana vienen, lo compran y se van encantados”. El Bonito del Norte sigue siendo muy demandado “sobre todo entre la gente más mayor, porque no les gusta ese sabor tan intenso del atún rojo. Es muy curioso”.



“HEGALABURRAK  
PUBLIKO LEIALA  
DU, GAZTEAK.  
OSO GOGOKO DUTE  
AZPIZUN ON BAT”

Iván Burgaña

**Ander Brit** es el típico millennial. Donostiarra nacido en 1985, es diseñador de páginas webs. No tiene cargas familiares, así que ahorra gran parte de su sueldo para poder viajar. El año pasado estuvo en Japón y volvió “enganchado” a la comida japonesa. “Vivo al lado de San Martín y a finales de semana me suelo dar una vuelta por las pescaderías. Si veo que ha entrado atún rojo, me compro un lomito”, nos cuenta mientras hace la compra en el mercado.

#### Adiós marmitako. Hola tatakí

La proliferación de restaurantes japoneses y los millones de vídeos de cocina que hay Internet han generado cambios en la manera de cocinar el atún rojo. Esto, a su vez, ha alterado la forma de vender. “Antes, lo cortábamos como el bonito: en rodajas. Ahora prácticamente todo se vende en lomos”, añade Iván Burgaña.

El típico marmitako o el atún encebollado han pasado a mejor vida. Para muchos, son recetas viejunas. Ahora, se llevan las fórmulas sencillas en las que el producto es el protagonista absoluto.

“Yo siempre digo que un solomillo de atún rojo es chuleta de mar y, por eso, no le hace falta nada más que un poco de sal Maldon, un buen aceite y vuelta y vuelta. Los jóvenes son más de platos frescos y menos elaborados. No tienen tiempo para cocinar”, explica **Rosa Mari Gil Luzarraga**, de la pescadería del mismo nombre.

Se muestra de acuerdo con esta tendencia el japonés **Kenji Takahasi**. Muchos de sus clientes le empezaron a encargar lomos de atún para preparar sushi y tatakí en casa y ahora es uno de los productos que más vende. “Yo trabajo con la marca Balfegó, que es garantía de calidad.

#### BILATU ALDEAK

Oraindik tunidoen munduan murgildu ez bazara, labur-labur azalduko dizkizugu batzuen eta besteen arteko aldeak:

##### **Atlantikoko atungorria:**

Hegalaburra ere esaten zaio. Atlantiko hotzetik Mediterraneoak ur epeletara jaisten da, arrautzak errutera. Hiru metroko luzera har dezake, eta bederatziehun kiloko pisua. Urte osoan arrantzatzen da. Atun-sarez harrapatua nahi baduzu, apiriletik uztailera izan beharko du. **Kantauri Itsasoan** ere badago atungorriak, baina mimatu egin behar dira. Kanaberaz harrapatzen dira, banan-banan, eta kopurua oso mugatua da. Ekainetik irailera bitartean aurki dezakegu arrandegian.

##### **Atun zuria:**

Hegaluzea ere esaten zaio. Udaberria amaitutakoan, Bizkaiko Golkoko uretarantz egiten du. Orduantxe hasten da atuneta, eta urrian amaitu ohi da. Banan-banan arrantzatzen dira, amuarekin, arrainak sufri ez dezan eta kalitate handiko haragia eskaini ahal izateko. 30 zentimetrotik metro betera bitarteko luzera izan dezake, eta 10 kilogramorainoko pisua. Erraza da ezagutzeko, erdiko hegala luzeagoa duelako atungorriak baino.

##### **Atun argia:**

Itsaso tropikal eta subtropikaletan bizi da. Hegal horia duenez, ingelesezko izen hau ere ezaguna du: Yellowfin Tuna. Kontserbetarako gehien erabiltzen dena da. Kolore arrosakara du. Tamainan eta pisuan, atunzuriaren antzekoa da. Bularraldeko hegalak hegaluzearnak baino laburragoak dira eta bizkaraldeko eta sabelaldeko hegalak horixkak.

Tras ser pescados en el Mediterráneo, sus atunes viven un tiempo en unas piscinas en el mar Mediterráneo, donde ganan peso y calidad. De esta manera obtienen una grasa muy buena que proporciona un sabor y una textura excepcionales. El atún de almadabra es muy bueno, pero en Japón preferimos el de ‘granja’ porque presenta porcentajes de grasa más estables”.

#### Cuidado: rechaza imitaciones

Haberse convertido en objeto de deseo ha provocado también que al *Thunnus Thynnus* le hayan surgido imitadores y hay lomos que se venden como si fueran de cimarrón, pero no lo son. Suele ser atún blanco al que se le ha inyectado remolacha para que parezca que tiene sangre y al cliente le entre bien por los ojos. Aunque parezca extraño, es una práctica legal. El atún rojo fresco empieza a oxidarse a las 24 horas de haber sido cortado. Sin embargo, “el que tiene conservantes y colorantes dura muchos días con el mismo aspecto. Si vas a una pescadería que no es de confianza, no sabes cuántos días lleva ahí”, explica Rosa Mari.

Si quieres comer atún rojo de almadabra y no morir en el intento, la mejor manera para evitar que te timen es pedir en la pescadería el documento ICCAT de captura de atún rojo. Este certifica la procedencia del ejemplar y proporciona información relativa al nombre del buque y de la almadabra, la fecha de la captura, el peso y el puerto de salida. “El auténtico atún rojo de almadabra viene a las pescaderías con su libro de familia”, detalla Rosa Mari. “Nosotros siempre lo tenemos a disposición de los clientes”. Lo corrobora Iván Burgaña, quien presume de no vender nunca pescado adulterado con conservantes. “Yo he peleado muchos años por una correcta identificación y que la gente sepa lo que compra. La confianza es la base de nuestra relación con los clientes”.

## EL RONQUEO DEL ATÚN

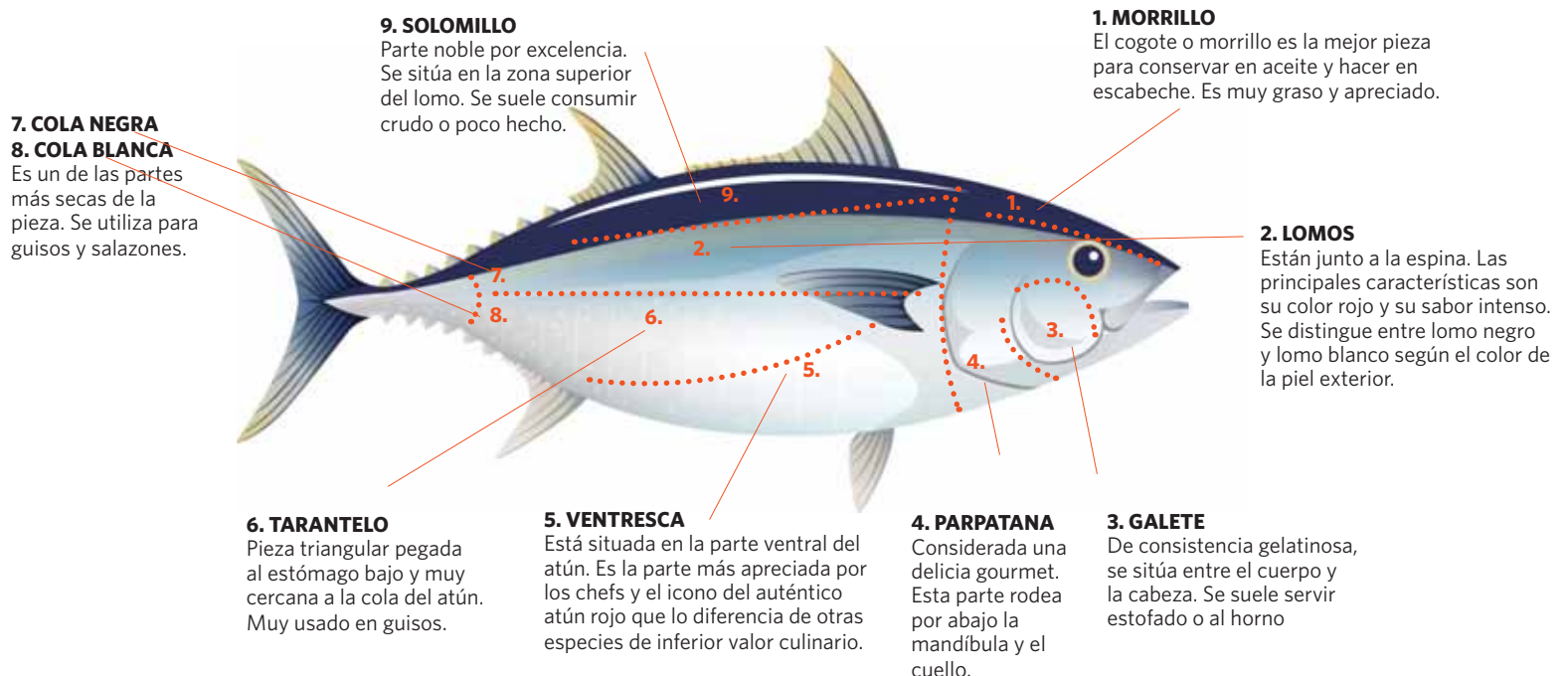
De él se puede comer todo, desde el morro hasta la aleta

El ronqueo es un ritual, una técnica tradicional que se utiliza para despiezar el atún rojo de almadabra. En Andalucía y en Japón la practican desde hace siglos y asistir a un ronqueo es todo un espectáculo en el que manos expertas y precisas consiguen aprovechar el pescado al 100%. Este nombre tan curioso le viene dado del sonido que produce el cuchillo al entrar en contacto con el espinazo del mismo.

En Gipuzkoa esta forma de despiece es desconocida pero Iván Burgaña, de Coro Sotero, ha aprendido a hacerla y ha hecho exhibiciones en su establecimiento del Mercado San Martín con mucho éxito de convocatoria. “A mí me gusta comprar el atún entero y despiezarlo con mis propias manos. Cuando me viene un atún, lo que hago es le quito la cabeza, la tripa, lo desangro muy bien y separo la ventresca. Esta me dice el tipo y la intensidad de grasa que va a tener ese atún y sé que la gente va a flipar más o menos con ese atún según el veteadado que tiene esa pieza”.

“Atun hegal-horia ere saltzen dugu, askoz merkeagoa dena. Biak gozo-gozoak dira, baina nik nahiago dut hegalaburra, naturala eta oso zapoetsua da. Hegalaburra atsegin duenak ordaindu egiten du, asko gustatzen zaiolako”.

Rosa Mari Gil Luzarraga





FOTOS: ESTITXU ORTOLAIZ



“Guk, gordinik jateko saltzen dugunez, izoztu egin behar dugu, derrigorrean. -18 edo -20 gradutan izozten bada kolorea galtzen du, odola oxidatzen delako. -60 gradutan izoztu behar da”.

Kenji Takahashi

## NUESTRAS RECETAS DE ATÚN

Kenji Takahashi

### TARTAR DE ATÚN ROJO

Ingredientes para 1 ración:

- 80 grs de lomo de atún rojo
- 30 grs de aguacate / 5 ml de soja
- 5 ml de vinagre de arroz / 5ml de Mirin
- 3 ml de aceite de sésamo

Preparación:

1. Corta el atún. Esto va en gustos. Hay quien lo prefiere como si fuese carne picada, en dados pequeños o quien disfruta saboreando los tacos bien diferenciados.

2. En un bol mezcla el aliño de soja, el vinagre de arroz, el mirin y el aceite de sésamo.

Incorpora al bol el atún y revuélvelo bien con la marinada, para que se impregne por completo.

3. Corta el aguacate en cubitos pequeños.

4. Si eres muy sibarita y quieres que la presentación esté muy cuidada, hazte con un molde de emplatado. Coloca el molde en el plato en el que vayas a presentarlo, y rellena el fondo con una capa de aguacate (lo ideal es que ocupe la mitad o algo menos de la altura total). Aplasta ligeramente con una cuchara y añade por encima el atún. Pon encima el atún y aplasta también un poquito.

5. Si le quieres dar el toque del perfecto gourmet, añade un poquito de cebollino y unas huevas de pescado.

Pescadería Rosa Mari

### CRUJIENTE DE ATÚN ROJO CON ALIOLI DE CHIPIRÓN

Ingredientes:

- Un medallón de atún de 500 gramos
- Harina
- Pan rallado o Panko
- Un huevo
- Aceite de oliva para freír
- Un diente de ajo.
- Alioli hecho en casa o comprado.

Preparación:

Trocea el atún en forma de palitos y añade la sal.

Pasa los palitos por harina, huevo y pan rallado o Panko.

Fríe en el aceite de oliva en el que hemos dorado las láminas de ajo. Cuando estén dorados, colócalos sobre papel de cocina para absorber el aceite sobrante.

Para el alioli casero:

Aceite / 1 huevo / 1 diente de ajo / Sal Tinta de chipirón.

Pon todos los ingredientes en la batidora y trabaja hasta conseguir textura mayonesa.

Sirve los tronquitos de atún en un plato junto con el alioli que pondremos en un recipiente. ¡Es una receta fácil y está deliciosa!



### DÓNDE COMPRAR ATÚN ROJO EN EL MERCADO SAN MARTÍN

- |   |  |
|---|--|
| <b>PESCADERÍA CORO SOTERO</b><br>Planta -1<br>Tel. 943 42 86 96 | <b>PESCADERÍA SOLA</b><br>Planta -1<br>Tel. 943 42 03 93 |
| <b>PESCADERÍA ROSA MARI</b><br>Planta -1<br>Tel. 943 42 13 41   | <b>KENKO SUSHI</b><br>Planta 0<br>Tel. 943 53 75 27      |



Atun-sareko hegialaburra Coro Sotero arrandegian.

Ziria sar ez diezazuten, eska ezazu arrandegian hegialaburraren harrapaketakako ICCAT dokumentua.



Cuchillo de chef *Shun Nagare* de la marca japonesa Kai, 349,30 € y piedra natural japonesa de afilar Ozuku, 79 €. Ambos de **CUCHILLERÍA NAVARRO**  
[www.cuchillerianavarro.com](http://www.cuchillerianavarro.com)

# fetichismo



# gastro

**EL REY ATÚN LUCE IMPECABLE AL LADO DE ESTAS PIEZAS QUE VAS A QUERER VER YA EN TU COCINA Y A TU MESA. TRANQUILIDAD, TODAS LAS PUEDES ENCONTRAR EN TIENDAS DE DONOSTI.**





Silla modelo *Bai* de Ondarreta,  
341 € / Hoja tropical de plástico,  
24 €. Alfombra en PVC modelo  
*Duo*, 188 €. Todo de VALENTINA.  
[www.valentinashop.es](http://www.valentinashop.es)

Jarra blanca, 73 € de KADO.  
[www.kadodecoracion.com](http://www.kadodecoracion.com)

Cuchillo *Felix Absolute*  
*ML Vulcanus*, 232,80 € de  
COOKIE DREAM.  
[www.cookie dreamshop.com](http://www.cookie dreamshop.com)



Plato de porcelana *Big Rock* de 100% Chef, 24€ de **COOKIE DREAM**.

[www.cookie dreamshop.com](http://www.cookie dreamshop.com)

Bonito del norte. Pieza artesanal elaborada por el grabador donostiarra **MIKEL ARANBURU** en zinc reciclado.

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

Salsa sazónada con yuzu especial para tataki de atún.

9,5 € en **KENKO SUSHI**

(planta 0, Mercado San Martín)





Cuenco negro de la colección *Shell* de Cookplay. 28 €. / Plato de mármol 109,95 / Jarritas de porcelana *Kleimi*. Dos tamaños. 18 y 12 €.

Todo de **KADO**.

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

Pinza *Shusi Tong* 100% Chef, de titanio bronce en **COOKIE DREAM**. 16,40 €.

[www.cookie dreamshop.com](http://www.cookie dreamshop.com)

Sashimi de atún rojo y sake de limón. 22 €. de **KENJI TAKAHASHI**. (planta 0, Mercado San Martín)

# “Baserrian egiten dugun lana asko baloratzen dute bezeroek”

TESTUA AITOR AZURKI ARGAZKIAK IBAN EGIGUREN



**SALTZEN DITUZUEN BARAZKIAK MARTUTENEO ERRIBERAKO BARATZETAN SORTZEN DITUZUE. EDEN TXIKI BAT DIRUDI GOIATZ ERRIBERA BASERRIAK.**

AITZIBER: Lursoro gehiago genituen lehen, baina errepideekin parajea aldatzen ari da apurtxo bat; dena den, oraindik 7000 metro baditugu ereiteko. Aitak, Pedro Almandozek, laguntzen digu

baratzean. Gureak gutxienez laurehun urte baditu, eta, ni zazpigarren belaunaldia naiz.

**IBILBIDE LUZEKO FAMILIA ZARETE, BERAZ.**

AITZIBER: Berez ama, Isabel Casares, izan da bertako motorra, salmenta munduan familiako pertsona ezagunena: Merkabugatin gurasoek hogeitau urte eman dituzte. Eta aurtengoa Goiatz Txiki baserriko bizilagun Julian eta Consuelok erretiroa

hartu behar zutela-eta, euren San Martineko postuari heldu genion.

**BASERRI MUNDUA ZAHARTZEN ARI DA; SEKTOREA GAZTETZERA AL ZATOZTE?**

AITZIBER: Esan izan digute: ‘Ui, a zer bikote gaztea!’. Baserrian pixkana-pixkana ikasten eta laguntzen joan gara. Ama gaixotu eta erreleboa hartu nion, bidea eginga zegoelako, eta, gustatzen zaidalako, noski.

**BIZI ETA LAN EGIN. BIAK ELKARREKIN; DENA ELKARREKIN.**

MIKEL: Baserrian bizi gara eta merkatuan ere elkarrekin egiten dugu lan: goizeko bostetan esnatu plazara joateko eta abar, baina gero beste lantxo batzuk ere baditugu; norberak berea. Pozik gaude; badakigulako, gainera, sei hilabeteko lan gogorra dugula negura arte: orain ilarrak hasi dira, babak...



■  
 MERKATUTIK HAMAR  
 MINUTURA AUTOZ.  
 MARTUTENEN,  
 URUMEAREN  
 ONDOAN. PARADISU  
 NATURAL EDERRA  
 DUGU GOIATZ  
 ERRIBERA BASERRIA.  
 ZAZPIGARREN  
 BELAUNALDIA  
 DA AITZIBER  
 ALMANDOZ, ETA,  
 MIKEL CABIDA  
 BIKOTEKIDEA GEHITU  
 ZAIO. OTSAILETIK  
 MERKATUAN  
 DITUGU 26 URTEKO  
 GAZTEOK.



Neguan, berriz, behera egingo du. Zikloa da.

#### ZER PRODUKTU SALTZEN ARI ZARETE UNEOTAN?

MIKEL: Zelaiko letxuga, azelga eta borrajarekin asko egin dugu lan; produktu gutxi, baina kopuru handian. Orain, berriz, alderantziz, ugaritasun handia baina kopuru gutxi: lekak, ilarrak, letxuga, kalabazin zuri eta berdea, pepinoa, letxuga morea, borraja... Gainera,

orain barazki berriak sortzen ari gara San Martinerako: berenjena, piperrak, Gernikako piperrak, espinakak, Tuterako kukuluak... Prozesu guztia guk egiten dugu: hazia ereditetik postuan saltzerainoko bide guztia.

#### ETA SAN MARTIN MERKATUAN SALTZEAK ZER EKARRI DIZUE?

AITZIBER: Guk beti kopuru handitan saldu izan diegu beste saltzaile batzuei, eta, orain,

bezeroari zuzenean saltzeak asko erakutsi digu: familiarragoa da, gertuagokoa, eta, gure produktuak baloratzen irakasten digu San Martinek. Etxekoa zer den galdetzen dizute, zer ez, eta, zu, zure lanaz harro, etxekoa dela erantzuten diezu. Harremana bezeroarekin oso estua da, egunerokoa; zerbait erosi eta hurrengo egunean etortzen zaizu bezeroa: 'Eman berriz eramateko, oso onak baitzeuden'. Egiten duzun lana asko baloratzen dute.

#### EGUNGO BEZEROEK IDEIAK ARGI AL DITUZTE?

MIKEL: Baserritarrengana datozen bezeroek argi eta garbi dute: zapora eta kalitatea nahi dute. Askotan esan izan digute: 'Jarri tomatea, baina itxusiena, onena delako'. Baserriko produktua ez da politena izango, ezta aurkezpen txukunena duena ere. Baina kalitatea eta zaporea ziurtaturik dituzu.



ELIKADURA

# Jan ezazu uda!

**Frutak eta barazkiak zure aliaturik onenak izango dira bero egiten duen sasoian. Lagungarri izango zaizkizu gorputza hidratatuta edukitzeko, bikini-operazioan galdu dituzun kiloak ez berreskuratzeko eta eguzkitik babesteko. Idatz itzazu erosketazerrendan!**



ESTHER TELLERÍA DOKTOREAREN ESKUTIK

## [SASOIKOAK]

1

### Uraza

Ez du likidoen erretentzioa eragiten, ur eta potasio asko eta sodio gutxi duelako.

Zuntz asko du, ordea, eta horrek gasak eta hantura eragin ditzake sabelean. Halakorik ez gertatzeko, astiro eta arretaz mastekatu behar dugu, eta juliana eran prestatu. Ia ez du kaloriarik, eta udako entsaladen oinarritzko elikagaia da.

2

### Tomatea eta luzokerra

Tomatea oso antioxidatzailea da. Hortaz, ezin hobea da gaixotasun kardiobaskularrei eta zelulen zahartzeari aurrea hartzeko. Luzokorrak ia ez du kaloriarik eta hidratatu egiten gaitu. Azenario arraspatuarekin eta limoi-tanta batzuekin, oso mokadu osasungarria osa dezakete.

3

### Azenarioa

Haren laranja-kolorea ematen dioten karotenoak antioxidatzaileak eta A bitaminaren aitzindariak dira. Larruazala babesten du eguzkiaren eragin kaltegarritik.

Komeni da gordinik jatea, bitamina eta mineral gehienak barneratzeko. Horretarako, entsalada, zuku edo mokadu osasungarri batean har daiteke.

4

### Lekaleak

Oso onak dira idorreriarri aurrea hartzeko eta kolesterola eta azukrea kontrolpean izateko.

Horrez gain, eguneroko zereginetarako energia ematen digute eta, asetzeko ahalmen handia dutenez, otordu artean ezer ez jaten laguntzen digute.

Hori dela eta, udan pisuari eusteko elikagai egokiak dira. Sasoi horretan, krema hotzetan edo entsaladetan jan ditzakegu.

5

### Kuiatxoak

Ia ez du kaloriarik eta oso diuretikoak da. Hortaz, elikagai interesgarria da argaltzeko dieta egiten ari direnentzat. Era berean, elikagai gomendatua da diabetikoentzat eta hipertentsioa edo/eta kolesterola dutenentzat.

6

### Angurria

Sasoiko fruta nagusia da, eta guztietan freskagarriena.

Ur-iturri oparoa ez ezik (% 92 ura da), C eta A bitamina ugari du, eta 50 edo 60 kaloria besterik ez anoako.

7

### Ahabiak

Ahabi-zukuak bakterien aurkako propietateak ditu. Beraz, oso gomendagarria da sasoi horretan hain ohikoak diren gernu-infekzioei aurrea hartzeko. Gainera, oso onak dira odol-zirkulazioa hobetzeko, eta propietate lehorgarriak ditu beheherakoari aurre egiteko.

8

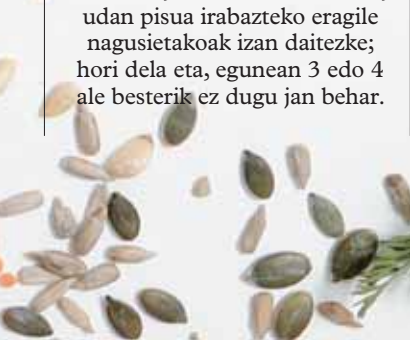
### Mertxika eta nektarina

Zuntz asko izateagatik nabarmentzen dira; horri esker, heste-igarotzea errazten dute. Fruta horiek eragin antioxidatzailea duten karotenoide asko dituzte; horregatik, eguzkiaren eragin kaltegarriari aurre egiten diote. Alabaina, azukre asko dutenez, udan pisua irabazteko eragile nagusietakoak izan daitezke; hori dela eta, egunean 3 edo 4 ale besterik ez dugu jan behar.

9

### Haziak

Liho, txia, sesamo... haziak oso onak dira etxetik irteten garenean agertu ohi den idorreriarri aurre egiteko. Erantsi entsaladetan, zukuetan edo jogurtean, eta ikusiko duzu nola errazten duten zure heste-igarotzea.





LAS RECETAS DE  
**MARTÍN BERASATEGUI**

PÁSATE POR LAS FRUTERÍAS DE MERCADO SAN MARTÍN Y HAZ ACOPIO DE FRUTAS. ESTE VERANO, SERÁN TUS MEJORES COMPAÑERAS EN LA PLAYA Y EN EL MONTE.



## ENSALADA DE SANDÍA Y QUESO FETA

### INGREDIENTES

// Media sandía pequeña // 1 naranja sanguina // 4 puñados de rúcula limpia // 1 pizca de menta fresca // 1 ramillete de albahaca fresca // 1 pizca de vinagre de Pedro Ximenez // 1 pedazo hermoso de queso feta // 1 puñado de pistachos pelados tostados // Aceite de oliva // Sal y pimienta

### ELABORACIÓN

/ Rallar en un bol la naranja sanguina + rúcula + menta rota + albahaca.  
/ En un tarro hacer la vinagreta, zumo sanguina + vinagre + aceite + salpimienta.  
/ Sobre la tabla cortar la sandía en pedazos regulares y colocarlos en el centro de una fuente.  
/ Rodearla con la rúcula.  
/ Rociar con la vinagreta.  
/ Romper por encima la feta y los pistachos.



## BATIDO ESPUMOSO DE CIRUELAS

### INGREDIENTES

// 300 g de ciruelas moradas maduras (en limpio) // 2 dl de leche entera muy fría // Helado de vainilla

### ELABORACIÓN

/ Colocar la leche en el congelador por una hora hasta que la leche este muy fría (casi escarchada).  
/ Cortar a la mitad las ciruelas y quitarles el hueso.  
/ Colocar todo en batidora y triturar bien.  
/ El truco para que quede bien espumoso es pasarlo a un vaso de turmix, y triturar lentamente con el cazo inclinado para que se forme espuma.  
/ Servir en vasos muy fríos recién sacados del congelador.



## KIWI-GAZPATXOA

### OSAGAIK

// Ura edo pilé izotza // Eskukada bat piñoi // Apio-adar txiki bat // Piper berde txiki bat, garbituta // Luzoker bat, garbituta // Bi kiwi // Ogi biribilaren mami-apur bat, uretan bustita // Bi baratxuri-ale, zurituta eta ernamuinik gabe // Hiru eskukada ziazerba fresko // Eskukada bat albaka fresko // Eskukada bat perrexil-hosto // Jerez-ozpin pixka bat // Bi koilarakada jogurt // Oliba-olio birjina estra // Gatza eta piperbeltza.

Eta, gainera, ogi txigortu zati batzuk.

### PRESTAKUNTZA

/ Jarri irabiagailuan ura edo pilé izotza, piñoiak eta gatza, eta irabiatu dena.

/ Erantsi apio-adarra, piper berdea, luzokerra, kiwiak, uretan bustitako ogi biribilaren mami-apurra, baratxuri-aleak, albaka, perrexil-hostoak eta jerez-ozpina.

/ Irabiatu gogoz. / Gehitu bi koilarakada jogurt, oliba-olio birjina estra eta piperbeltza. / Zuzendu gatz-kantitatea. / Zerbitzatu oso hotz, gainean ogi txigortu zatiak dituela.





POR CAROLINA ORIVE FOTOS ESTITXU ORTOLAIZ/ C.ORIVE

## HAZLO TÚ MISMA

# ¡Lista para la compra!

TE EXPLICAMOS CÓMO HACER FÁCILMENTE DOS BOLSITOS IDEALES PARA HACER TUS COMPRITAS EN EL MERCADO SAN MARTÍN.



### PROYECTO DIY 1

## DIY ESPARTZUZKO POLTSA

### HAUEK BEHAR DITUGU:

- + Zamau-babesen oinarri 2
- + 2 zati soka lodia (1,5 cm-ko diametrokoa, gutxienez)
- + Kola berorako pistola
- + Gustatzen zaizkigun bi soka-zati heldulekuetarako
- + Kolorezko hari lodia

**1.** Ebaki bi sokak zamau-babesen oinarrien diametroa kontuan hartuta. Ez ahaztu beharrezko irekigunea uztea, poltsan zure gauzak sartu ahal izateko!

**2.** Pistola erabiliz, itsatsi sokak paraleloan.

**3.** Orain, itsatsi soka bikoitza zamau-babesaren oinarri batean eta gero bestean.

**4.** Ukitu pertsonalagoa emateko, artile-jostorrazarekin josi soka bat poltsaren inguruan.

**5.** Josi heldulekuak, kola pixka batez. Kolore-ukitua emateko erabili duzun hariarekin ere jos ditzakezu.





## PROYECTO DIY 2

### DIY BOLSO MACRAMÉ

#### NECESITAMOS

+ Hilo de Macramé del color que más te guste + Dos anillas + Tijeras + Metro

**1.** Cortamos 16 trozos de 2 metros aproximadamente.

**2.** Colocamos 8 hebras en cada aro, doblándolos por la mitad.

Para comenzar a anudar tenemos que tener bien sujeto el aro. Cuélgalo en algún pomo de alguna puerta.

**3.** La primera línea de nudos la hacemos a 6 cm del aro. Las hebras de los extremos las dejamos libres y agrupamos las demás de dos en dos haciendo un nudo simple.

**4.** En la siguiente fila de nudos las haremos a unos 3 cm pero contando con los extremos que dejamos sueltos.

**5.** Repetimos estos mismos pasos con el otro aro.

**6.** Los enfrentamos un aro con otro y cogemos las hebras exteriores a 3 cm (igual que los nudos anteriores), con el fin de ir cerrando el tejido. Seguimos haciendo nudos hasta que tengamos la largura que queramos.

**7.** Cuando queramos terminarlo anudamos un par de filas a 1cm para hacer la forma de la bolsa.

**8.** Para cerrarlo, en vez de hacer nudos con la cuerda de al lado lo hacemos entre las cuerdas que quedan enfrentadas, cogiendo en esta ocasión 4 cuerdas. Cortar los sobrantes.



Bicicleta Liv Suede, la encontrarás en Bidegorri ( www.bidegorri.es)

Más DIY de Carolina Orive en:  
[www.milukaandme.com](http://www.milukaandme.com)





## El placer de las cosas bellas

En Valentina todo es bonito. Su escaparate enamora y una vez que abres la puerta, te entran unas irrefrenables ganas de quedarte a vivir en su interior. Ubicada en la calle Bergara, en esta tienda encontrarás un universo de estilo nórdico que hará de tu casa un hogar único y especial.



FOTOS ESTITXU ORTOLAIZ



**“Nuestra propia marca Ondarreta, casa muy bien con el resto de las marcas que vendemos. Todo respira el mismo espíritu”.**

**Pensada para personas con buen gusto,** personalidad y querencia por las cosas bellas Valentina abrió sus puertas hace seis años con el fin de ser una tienda única en San Sebastián. ¿Sus claves? Una exquisita selección de muebles y objetos de decoración de estilo nórdico, una cuidada presentación y un trato personal y agradable.

“En Valentina lo que queremos es que la gente venga a nuestra tienda y disfrute. Que pasee, que vea cosas bonitas y que salga con una sonrisa”, explica Oihana Arratibel, responsable del establecimiento. “Es una tienda para gozar. Y lo cuidamos todo al detalle. Desde el olor a la música, pasando por el trato que, para una tienda como esta es fundamental. Es nuestra manera de diferenciarnos”.

Muebles, menaje, iluminación, perfumería, papelería, decoración, moda y productos gourmet de las mejores marcas escandinavas, sobre todo, procedentes de Dinamarca “porque allí son los reyes del diseño”. Objetos elaborados con materiales nobles como la madera, la piedra y la porcelana. Con líneas depuradas y sobrias, pero cálidas a la vez. “El estilo nórdico es una tendencia en decoración desde hace varios años que en San Sebastián gusta mucho”.

#### **ADN donostiarra**

Hay una marca con nombre propio que destaca en Valentina : Ondarreta. Creada en San Sebastián hace 40 años por la familia Arratibel es conocida a nivel internacional por expertos en decoración por sus muebles de exquisito diseño. Valentina es uno de sus exclusivos puntos de venta. “Nuestra propia marca Ondarreta, casa muy bien con el resto de las marcas que vendemos. Todo respira el mismo espíritu”, explica Oihana. Si buscas una pieza especial para regalar o para decorar su casa, Valentina es tu tienda.



#### **VALENTINA**

Calle Bergara, 18. Donostia  
943 433 287

[www.valentinashop.es](http://www.valentinashop.es)

📍 valentina\_shop

📌 Valentina Shop

# Luxua zure eskura

Aukeratu eguneko une bat eta ahaztu zure nagusia, seme-alaben etxeko lanak eta fakturak. Eskaini une hori zeure burua mimatzeko, eta bidaiatu Afrikara, Indiara eta Japoniara, Kramerren Naturterapia produktuen aroma oroitarazleekin. SUPER AMARAN aurkituko duzu kalitate bikaina eta prezio sinestezina duen kosmetika-marka hori.

1. GORPUTZ-ESFOLIATZAILEA esentzia-olioekin eta azukre-partikulekin 6,59 € / 2. DUTXAKO GEL APARTSUA Produktu-ale batekin gorputz osoa garbitu eta leun eta hidratatuta utz dezakezu 4,99 €. / 3. ESKUETARAKO XABOI LIKIDOA Ikaragarri krematsua da eta aroma fresko eta iraunkorra du 3,99 € / 4. ESKUETARAKO KREMA Freskagarria eta atsegina da eta lurrin delikatuia du 2,99 €.



## Aukeratu zure aromarik gogokoena

Hiru gama hauetako bakoitzak lau produktu ditu barne, zeure burua zaintzeko: gorputz-esfoliatzailea, dutxako gel apartsua, eskuetarako xaboi likidoa eta eskuetarako krema. Banaka eros ditzakezu edo, bestela, prezio berezia duen pack batean.

### OASIS.

Afrikako aromak.  
BETE ZAITEZ ENERGIAZ.

Berehalako bizitasun-kolpe freskagarria, zitriko- eta piperbeltz-aromarekin.

### MANDALA.

Indiako aromak.  
GAU LURRINTSUAK.

Sofistikazio leuneko ukitu bat. Izpilikua, menda eta arrosa damaskoarra.

### ONSEN.

Japoniako aromak.  
ZURE ZEN UNEA.

Masaje lasaigarria zure zentzumenentzat. Te-zuhaitza, ylang-ylanga eta sumendi-ura.



POR JAVIER ARRIAGA

# DUATHLON A LA DONOSTIARRA

**ATRÉVETE ESTE VERANO A COMBINAR LA NATACIÓN Y LAS CAMINATAS. SÓLO NECESITAS LO BÁSICO: CALZADO CÓMODO Y UN BAÑADOR. EL RESTO ES CORTESÍA DE NUESTRA CIUDAD, QUE ES EL ESCENARIO PERFECTO PARA PRACTICAR DEPORTE AL AIRE LIBRE. TE SUGERIMOS RECORRER LA BAHÍA ANDANDO O CORRIENDO DESDE EL PEINE DEL VIENTO HASTA EL PUERTO. LUEGO, UN BUEN CHAPUZÓN EN LA CONCHA. SI LO HACES DOS O TRES VECES A LA SEMANA, TU CUERPO Y TU MENTE TE LO AGRADECERÁN. ¡SOLAMENTE NECESITAS UNA HORA!**

ILUSTRACIÓN DIEGO BESNÉ





Caminar o correr cerca del mar aporta numerosos beneficios físicos y psicológicos. Más aún si tras varios kilómetros de paseo a buen ritmo, hacemos unos largos en el agua. Para que este verano no recuperes los kilos que has perdido en la operación bikini o, si lo que buscas es relajarte después de trabajar, te proponemos una rutina sencilla y muy estimulante con la que harás ejercicio aeróbico y al mismo tiempo fortalecerás tus músculos.

**PRUEBA 1.**  
CAMINAR O CORRER  
DESDE EL PEINE DEL  
VIENTO HASTA EL  
PUERTO

**RECORRIDO:** 5200 metros (ida y vuelta)

**TIEMPO ESTIMADO:**  
50 minutos andando  
35 minutos corriendo

Es el circuito donostiarra por excelencia y apto para todos

los públicos porque al no tener desnivel es muy fácil de hacer. Caminando a un ritmo medio, se puede hacer en 25 minutos. Corriendo, en 20.

Nosotros te sugerimos hacer también la vuelta para caminar una hora entera, que es lo que recomiendan los médicos. Si te gusta caminar muy deprisa, lo mejor es que te recorras la bahía cuatro veces.

**PRUEBA 2.**  
NADAR EN LA CONCHA

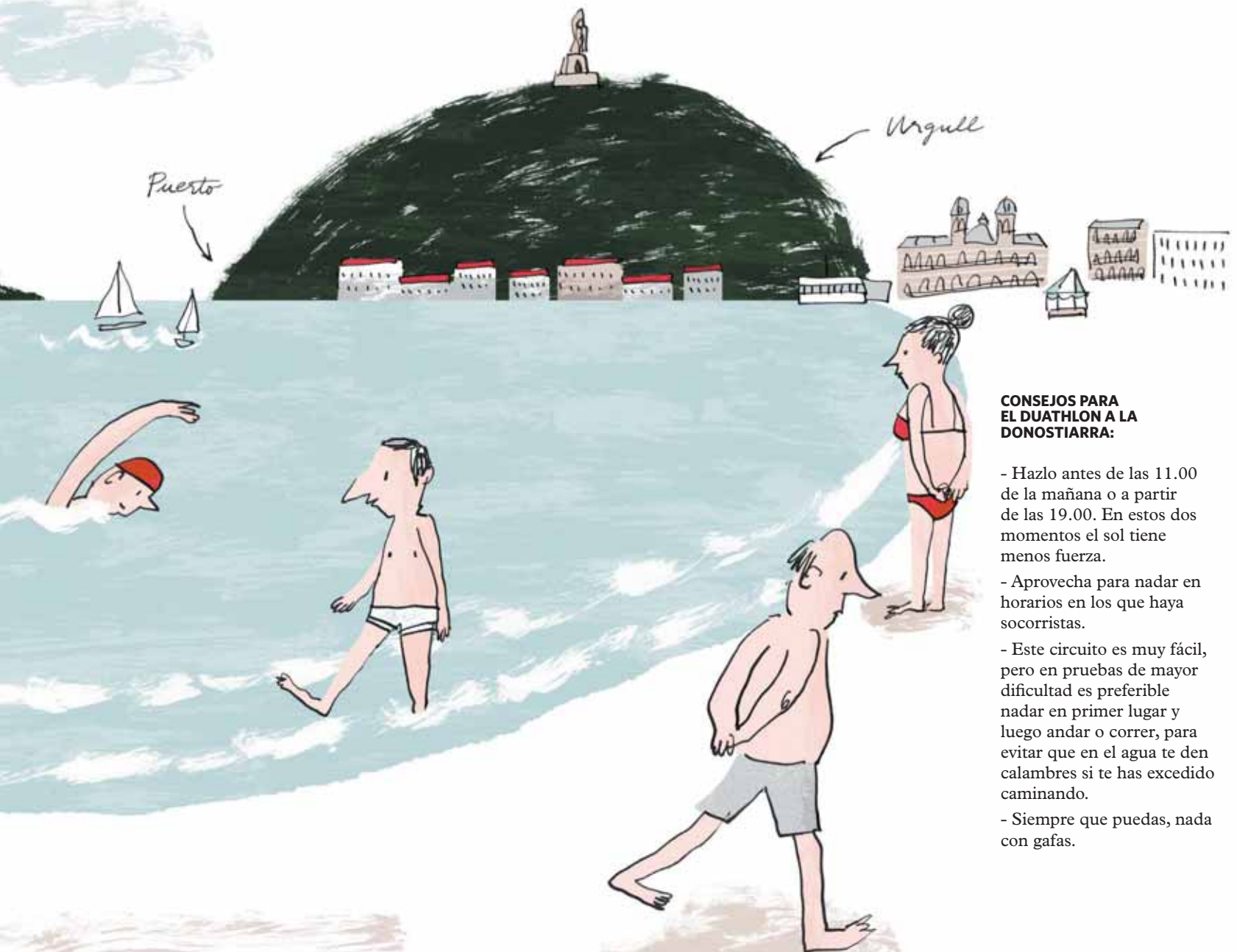
Desde los relojes hasta el primer gabarrón a nado suave continuado

**RECORRIDO:** 250 metros con marea baja / 100 metros con marea alta

**TIEMPO ESTIMADO:**

15 minutos / 5 minutos

Físicamente, nadar es el deporte más completo que hay y como requiere de una gran concentración mental, es una actividad muy relajante para la mente.



**CONSEJOS PARA  
EL DUATHLON A LA  
DONOSTIARRA:**

- Hazlo antes de las 11.00 de la mañana o a partir de las 19.00. En estos dos momentos el sol tiene menos fuerza.
- Aprovecha para nadar en horarios en los que haya socorristas.
- Este circuito es muy fácil, pero en pruebas de mayor dificultad es preferible nadar en primer lugar y luego andar o correr, para evitar que en el agua te den calambres si te has excedido caminando.
- Siempre que puedas, nada con gafas.

# c | l | u | b fan

## OFERTAS, TALLERES Y SORTEOS EN EL MERCADO SAN MARTÍN

¡SÓLO PARA SOCIOS DEL CLUB FAN!

¡HAZTE  
SOCIO!

### TALLERES GRATUITOS

Apúntate en [www.msanmartin.es/club](http://www.msanmartin.es/club) o en el **943 31 15 69**. Si aún no eres socio, date de alta. Es gratuito y muy sencillo. Entra en [www.msanmartin.es/club](http://www.msanmartin.es/club) o rellena el formulario que encontrarás en el mercado.

### BIENESTAR

#### > TALLER DE MINDFULNESS Y DESARROLLO PERSONAL

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



Cuándo	Hora	Lugar
- 12 de junio (martes)	- 12 de junio: <b>18:30</b>	<b>Peña y Goñi, 3</b>
- 15 de junio (viernes)	- 15 de junio: <b>10:30</b>	<b>Máximo 8 personas</b>

### BELLEZA

#### > APRENDE A MAQUILLAR TUS OJOS SEGÚN SU FORMA



Muestras de **REGALO**

Cuándo **16 de junio** (sábado)  
 Hora **10:30 a 12:00**  
 Lugar **Coworking Amara** Maestro  
 Santesteban 3 - 4º A (Amara)  
**Máximo 8 personas**

#### > RUTINAS DE BELLEZA PARA UNA PIEL BONITA A CUALQUIER EDAD



Muestras de **REGALO**

Cuándo **30 de Junio** (sábado)  
 Hora **10:30 a 12:00**  
 Lugar **Coworking Amara** Maestro  
 Santesteban 3 - 4º A (Amara)  
**Máximo 8 personas**

#### > SECRETOS DEL MAQUILLAJE: BRONCEAR E ILUMINAR



Muestras de **REGALO**

Cuándo **6 de Julio** (viernes)  
 Hora **18:30 - 20:00**  
 Lugar **Coworking Amara** Maestro  
 Santesteban 3 - 4º A (Amara)  
**Máximo 8 personas**

## GASTRONOMÍA

### > TALLER DEMOSTRACIÓN Y DEGUSTACIÓN DE LA COCINA

THE TXOTX GOURMET ALBIZTUR



Cuándo **14 de junio** (jueves)  
 Hora **18:00**  
 Lugar **Matía 52, Barrio del Antiguo**  
**Máximo 15 personas**

### > RECETAS RÁPIDAS Y SALUDABLES PARA EL VERANO

LORATU



Cuándo **4 de julio** (miércoles)  
 Hora **18:00**  
 Lugar **Forum FNAC**  
**Máximo 15 personas**

### > CATA DE CERVEZA

MALA GISSONA



Cuándo **21 de junio** (jueves)  
 Hora **19:00**  
 Lugar **Forum FNAC**  
**Máximo 15 personas**

## MANUALIDADES

### > TALLER BOLSO MACRAMÉ

MILUKA&ME



Cuándo **13 de junio** (miércoles)  
 Hora **18:00**  
 Lugar **Kilukamiluka San Marcial, 9**  
**Máximo 8 personas**

### > TALLER MACRAMÉ PARA JARRONES COLGANTES

MILUKA&ME



Cuándo **20 de junio** (miércoles).  
 Hora **18:00**  
 Lugar **Kilukamiluka San Marcial, 9**  
**Máximo 8 personas**

### > TALLER DE CENTROS FLORALES

MILUKA&ME



Cuándo **3 de julio** (martes).  
 Hora **18:00**  
 Lugar **Kilukamiluka San Marcial, 9**  
**Máximo 8 personas**

## SORTEOS

### MUSEO MATER

- Sortea 5 entradas (por cada entrada un niño gratis) **durante el mes de junio**

### MUSEO NAVAL

- Sortea 5 invitaciones dobles **durante el mes de julio**

### MUSEO SAN TELMO

- Sortea 3 entradas dobles **durante el mes de junio**

### BAHÍA DE LA CONCHA

- Sortea 1 lote de productos **durante el mes de julio**

### MINIMIMO

- 13 de junio:** 2 plazas para taller de pan 101 para niños de minimimo (se imparte el 16 de junio)

### PESCADERÍA ROSA MARI

- Sortea una mariscada para dos **durante el mes de julio**

### LA PERLA

- Sortea 3 entradas dobles para el circuito talaso de puesta en forma de 3 horas **durante el mes de julio**

### ¿CÓMO APUNTARME?

En [www.msanmartin.es/club](http://www.msanmartin.es/club)  
 o en el 943 31 15 69  
 (de lunes a viernes, de 9 a 14h).

CON EL CONCESIONARIO GAURSA DEL BARRIO DONOSTIARRA DE GROS, SON YA DIECISÉIS LAS INSTALACIONES, Y MÁS DE CUATRO CENTENARES LOS PROFESIONALES, QUE GAURSA DISPONE EN TODA EUSKADI. UNA EMPRESA CON UN ELEMENTO DIFERENCIADOR ÚNICO: SU SERVICIO INTEGRAL DE MOVILIDAD.

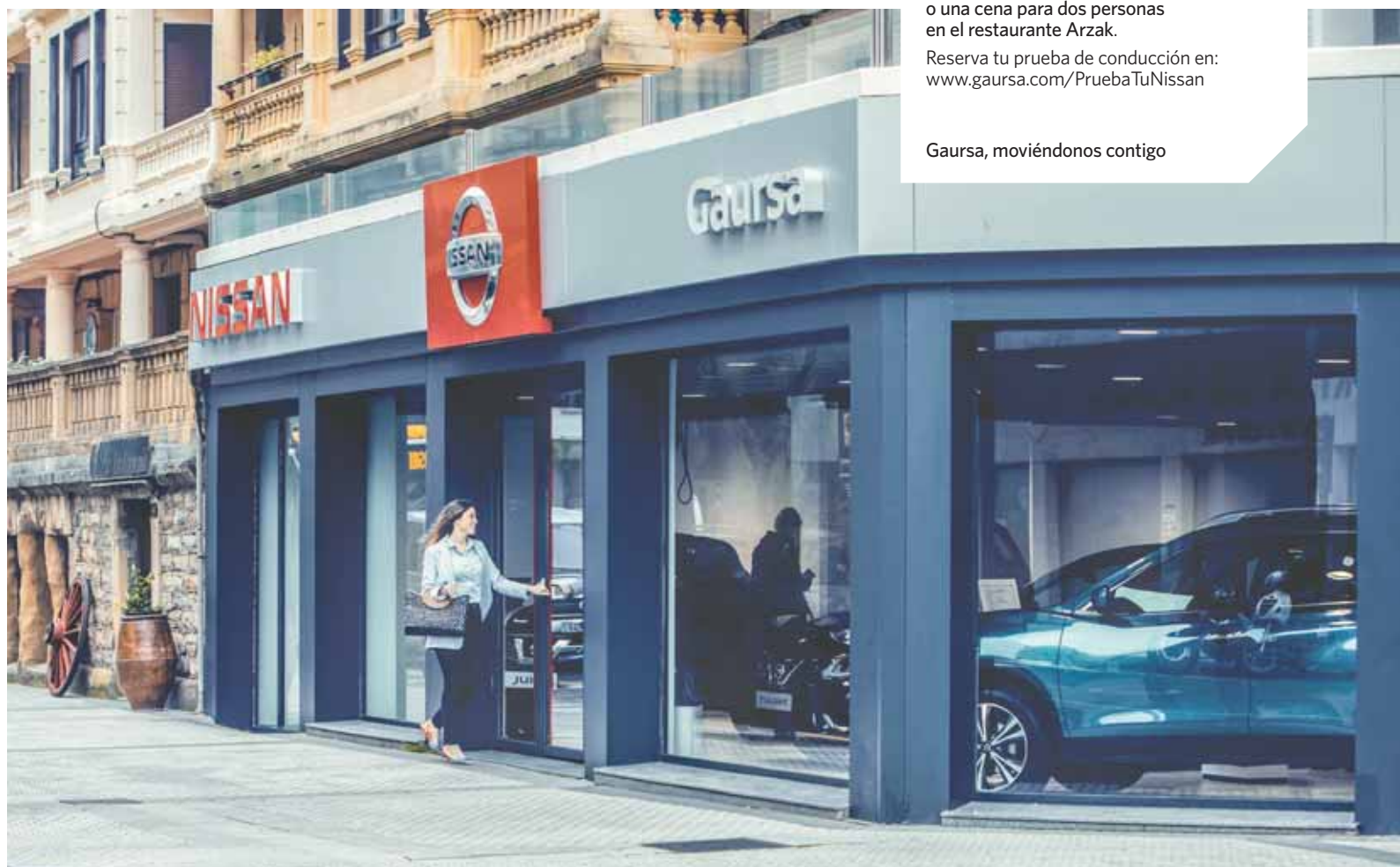
# NISSAN EN GIPUZKOA ES GAURSA

## PROBAR UN NISSAN, TIENE PREMIO

Acércate a las instalaciones de Nissan Gaursa en Gros y prueba cualquiera de sus vehículos. Con solo hacer una prueba de conducción entras en el sorteo de dos IPADS o una cena para dos personas en el restaurante Arzak.

Reserva tu prueba de conducción en:  
[www.gaursa.com/PruebaTuNissan](http://www.gaursa.com/PruebaTuNissan)

Gaursa, moviéndonos contigo





Si estás pensando en comprarte un Nissan, o si ya tienes uno pero necesitas algún tipo de servicio avalado por esta prestigiosa marca, ven a Gaursa, único concesionario oficial de Nissan en Gipuzkoa.

Dos de las instalaciones Nissan más recientes del grupo se encuentran en el corazón del barrio de Gros. “Ofrecemos un servicio global de movilidad en el centro de la ciudad” explica la gerente Jasone Rodríguez. Para ello, cuenta con un concesionario en el número 44 de Paseo Colón y un taller en la calle Bermingham en el que ofrecen una respuesta ágil a cualquier necesidad de movilidad. Gaursa completa su oferta Nissan en Gipuzkoa con otras tres instalaciones en Irun, Aduna y Eibar, a las que se unirá a finales de 2018 un nuevo y moderno centro integral en Oiartzun.

#### SERVICIO INTEGRAL

Nissan Gaursa se define desde y para las personas, por ello, la clientela es el centro de su estrategia. “Intentamos resolver cualquier necesidad que pueda surgirle al cliente; desde que comienza nuestra relación con la compra del vehículo, pasando por otros servicios asociados a la movilidad: amplia gama de accesorios, seguros, mantenimiento... Queremos que los clientes repitan”, subraya la gerente.

Nissan se encuentra a la vanguardia de las nuevas tendencias. Sus ejes básicos de diferenciación son muy claros. Por un lado, liderazgo en crossovers por su concepto especial, práctico y de calidad. “Nissan lidera este segmento desde hace más de una década y da nombre a un segmento que no existía hace diez años con nuestro buque insignia como es el Qashqai”, cuenta Rodríguez. Su segundo elemento de diferenciación es el liderazgo eléctrico con LEAF, el vehículo eléctrico más vendido del mundo y seleccionado recientemente como el mejor vehículo de tecnología ecológica del planeta. “Es un coche muy especial y, además, 100% cero emisiones, con lo que supone excelentes ahorros en su uso respecto a la combustión”, señala.

El tercer eje que distingue a Nissan del resto es el vehículo autónomo. ¿Por qué? Porque ya incorpora los primeros pasos de la conducción autónoma en el Nissan LEAF y en el Nissan Qashqai con ProPilot; esto permite que en un solo carril en autopista el vehículo se adecue él solo a las circunstancias del tráfico.

Gaursa vive un gran momento. Con una trayectoria de casi 50 años en el sector de la automoción en Euskadi, en la actualidad es concesionario oficial para las marcas Nissan, Renault y Dacia en Gipuzkoa, Bizkaia y Araba. Asimismo, cuenta con otros servicios como seguros, departamento especializado en empresas, rent a car... que completan la garantía de movilidad de sus clientes.

## GAURSA ES EL CONCESIONARIO OFICIAL DE NISSAN EN GIPUZKOA



#### NISSAN GAURSA

Ventas: Pº Colón, 44  
20002 Donostia / San Sebastián (Gipuzkoa)  
Taller: Calle Bermingham, 1  
20002 Donostia / San Sebastián (Gipuzkoa)

Tel. 943 32 67 38  
www.gaursa.com

Facebook: @grupogaursa  
Twitter: @grupogaursa  
#gaursa

# Black Gamba

## "EL GASTROPOTE NOS HA MANTENIDO VIVOS"

MULTICULTURAL Y PLURILINGÜE. ESTE GRUPO DONOSTIARRA MEZCLA ESTILOS COMO EL FUNKY, REGGAE O ROCK. FRESCO Y URBANO, REBOSA ALEGRÍA Y BUEN ROLLO SIEMPRE. AMA EL DIRECTO, LA CALLE; Y LE APASIONA EL GASTROPOTE.

POR AITOR AZURKI

FOTOS BLACK GAMBA Y YOANA SALVADOR

DESDE EL NOMBRE, PASANDO POR LAS CANCIONES, HASTA EL SER. TODO EN VOSOTROS ES PLURALIDAD.

XABIER MENDILUZE: La música refleja lo que somos. Cada uno es de un palo musical y raíces distintas: Soul, rock, reggae, funky, disco...

JAMES MORRIS: Sí, y en nuestro anterior disco, 'Aquarium', había material de todo tipo.

SOIS CONOCIDOS POR LLEVAR TOCANDO AÑOS EN JAM SESSIONS. ¿EL DIRECTO ES VUESTRA ESENCIA?

KARLOS NGUEMA: Venimos de esa explosión de las Jam Session que surgió con la llegada de la familia de músicos Biurrun; todo ello provocó un movimiento entre los músicos de la ciudad que no tenían dónde tocar y ahí coincidimos todos hace unos catorce años.

Y DESDE HACE CUATRO AÑOS QUE COMENZÓ EL GASTROPOTE, SOIS EL GRUPO QUE MÁS CONCIERTOS HA OFRECIDO.

JM: Es posible, porque es una maravilla. El concierto es curioso y por eso nos gusta: no es un 'bolo' ganado de antemano porque está tu gente de público; te lo tienes que ganar por tu calidad, personalidad y show, porque hay todo tipo de público. Es un reto con un público nuevo a conquistar.

XM: En los próximos conciertos del Gastropote el reto va a ser tocar todo temas nuestros, algunos de ellos del nuevo disco. Tenemos cerca de treinta temas.

¿QUÉ OS APORTA COMO BANDA EL GASTROPOTE?

KN: Es tocar en casa; la sensación es muy cercana. Y la organización del Gastropote se porta súper bien, porque, además, les gusta la música en general. Eso es un gusto.

XM: El escenario es tan alto que la gente se espera mucho de ti; estás en el centro del mercado, en el centro de Donostia y tienes que responder. Tienes cierta presión.

JM: Aunque llega un momento en el que Karlos y yo bajamos a interactuar con la gente. Intentamos sorprender, porque, además, el Gastropote siempre nos ha apoyado, incluso en los momentos más bajos; el Gastropote nos ha mantenido vivos.

ADEMÁS VENÍS CON UN NUEVO DISCO BAJO EL BRAZO. LO PRESENTÁIS ESTE VERANO.

JM: Eso es; el nuevo disco va a ser un antes y un después. Se ha grabado en directo de forma inclusiva, porque

invitamos a amigos y familiares a participar en él; sin trampa ni cartón, para compartirlo con la gente.

UNO DE VUESTROS TEMAS SE LLAMA 'NIGGA', COMO DESPECTIVAMENTE SE LES LLAMA A LOS NEGROS EN INGLÉS. ¿VAIS A SEGUIR POR ESA SENDA CRÍTICA EN EL NUEVO DISCO?

KN: Nos gusta ser incisivos con las letras, mensajes fuertes, pero siempre con humor. No pretendemos ser abanderados de nada.

JM: Es muy 'fácil' escribir una canción ligera de amor, besos y relaciones. Nos gusta meter más temas, porque se puede hacer una crítica social manteniendo el respeto. Es el caso de Donostia, por ejemplo, que siempre ha sido unicultural hasta hace unos años, que está cambiando.

KN: El mensaje es muy simple: por mucho que alguien se empeñe, es imposible detener la multiculturalidad.

¿Y CÓMO VEIS EL PANORAMA MUSICAL DONOSTIARRA?

XM: Es riquísimo. Hay mucha oferta.

KN: Antes no tanto, pero ahora, sí, tanto a nivel grande, tipo el Kursaal, como salas pequeñas; o centros como Musikene.

JM: Hoy en día se ve gente de nuestra edad tocando y compartiendo escenario con alumnos de Musikene de veinte años. Eso es riqueza, madurez musical. Hay proyectos por todos los lados.

¿POR QUÉ ESTÁ SUCEDIENDO TODO ESTO?

KN: Porque tocaba. Al igual que hubo una explosión gastronómica, ha habido una cultural.

JM: Y el Gastropote ha sabido unificar ambos, porque los pintxos y la música no habían coincidido jamás: los bares eran demasiado pequeños para tocar. El Gastropote ha conseguido casar dos partes muy importantes de la ciudad: la cultura y la gastronomía. Donostia no cansa en vender ambas.

CON EL DISCO YA EN EL HORNO... ¿OS VIENE UN VERANO CALIENTE?

JM: Sí, sí. Solemos tener bastantes actuaciones: fiestas, conciertos... Primavera-verano es cuando más tocamos. Y nos encanta.

## "ONDO PASATZEKO JOTZEN DUGU BETI"

Galdera zinez 'originala': izena nondik dator?

Karlos Nguema: Orain dela urte asko gure Billy Jeans taldea disolbatu eta bikote gisa jotzen hasi ginen James eta biok. Lehenengo kontzertua Grosen izan zen eta zera galdetu ziguten: "Nola izena duzue?".

"Black Shrimp", erantzun zuen Jamesek. Eta hortik eratorri da 'Black Gamba', errazagoa baitzen gogoratzeko. Aldatzea pentsatu dugu, baina ez dugu sekula lortu. Horrela geratu da.

Giro aparta izaten duzue taldean eta kontzertuetan. Barrutik kanpora.

XM: Bai, 'berbena' moduko taldea gara, baina gure abestiekin.

JM: Poza eta alaitasuna zabaldu nahi ditugu, mota askotako musika eta hizkuntza ugaritan eginez.

KN: Gustatzen zaiguna egiten dugu: festa egiteko musika, ondo pasatzeko beti.

Non gustuko duzue jotzea?

JM: Edozein lekutan. Jo egin nahi dugu. Zuzeneko-tik 'bizi' baikara; jotzetik. Norberak bere lana du, eta, jotzea dugu benetan gustuko.

**BLACK GAMBA**

Contratación:  
blackgambamusic@gmail.com



## PRÓXIMOS CONCIERTOS EN GASTROPOTE

Estamos cerrando la programación. De momento ya tenemos todos estos grupos, pero habrá más.

7 de junio

Disco Bambinos  
con Easo Avengers Roller Derby

14 de junio

The White Towels Blues Band

28 de junio

Last Infusion

5 de julio

The Liza Colby Sound

12 de julio

Ou Mama

30 de agosto

Revel in Dimes

13 de septiembre

Latitud 43

8 de noviembre

The Fuzillis

15 de noviembre

The Coathangers

29 de noviembre

The Hot Sprockets

# La Equitativa

ARMONÍA SOBRE EL RÍO

**Una construcción racionalista, blanca, equilibrada, con entrantes y salientes, que domina sin estridencias el río Urumea. Diez motivos por los que levantar la mirada en el puente de Santa Catalina y admirar el edificio de La Equitativa.**

POR MIKEL G. GURPEGUI

ILUSTRACIÓN DIEGO BESNÉ

## 1. DESTACA

No será de los primeros edificios donostiarras que nos vengan a la cabeza, pero preside con rotundidad la entrada al barrio de Gros. Su ubicación, junto a la última curva del Urumea y en la confluencia de los paseos de Ramón María Lili y Colón sobre la plaza de Euskadi, hace que su fachada curva atraiga a cuantos se mueven por el puente o los paseos del río.

## 2. RACIONALISTA

En lo arquitectónico, la modernidad entró en Donostia con el movimiento racionalista, cuyo mayor exponente es el Club Náutico, proyectado por Aizpurua y Labayen en 1929. Pronto llegarían el edificio de servicios municipales de la calle Easo (Alday, 1931) y La Equitativa, diseñada en 1930 y concluida tres años después. Por cierto, que esta cuenta con el aval de los arquitectos, dado que cuando se levantó el Colegio Oficial de Arquitectos Vasco-Navarro alquiló aquí una oficina, su sede hasta los años 60. Recientemente, el COAVN y la Fundación Docomomo distinguieron La Equitativa como joya arquitectónica del siglo XX.

## 3. SUPERVIVIENTE

Nació en vísperas de la Guerra Civil. Hay fotos de los requetés pasando ante ella y

en agosto de 1937 encontramos un anuncio que define el bloque como “sede provisional en España liberada” de la compañía de seguros. La construcción ha resistido más que otras de su entorno, como la casa de Tomás Gros, demolida en los años 70, o, siguiendo Ramón María Lili, el enorme Frontón Urumea, creado poco antes que La Equitativa y olvidado desde su desaparición en los 60.

## 4. AUNQUE LA EQUITATIVA YA NO EXISTA:

La Equitativa – Fundación Rosillo fue una importante compañía de seguros que surgió a finales del siglo XIX como filial española de la estadounidense The Equitable Life Assurance Society. La empresa promovió las cinco plantas (más retranqueo y posterior levante) para su sede donostiarra, ocupada en su mayor parte por viviendas. La aseguradora como tal desapareció en 1998, tras su compra por el grupo Winterthur, a su vez adquirido posteriormente por Seguros Axa.

## 5. SALIENTES

Quienes saben de arquitectura detectan que lo que nos agrada de su fachada tiene que ver con su manejo de rebajes y resaltes: “Presenta un juego expresionista de superficies planas pero con juegos de entrantes y salientes con la ayuda de pilastras y mástiles que enmarcan la esquina, de



FOTOS KUTXATEKA

manera que entre los sucesivos vuelos y retranqueos se pierde la referencia de la alineación principal” (Luis Sesé, ‘El estilo en la arquitectura residencial de San Sebastián 1865-1940’).

## 6. ARZADÚN

El inmueble supone el único trabajo que realizó en San Sebastián Fernando Arzadún Ibararán (Bermeo, 1893 - Madrid, 1951), arquitecto que repartió su obra entre Bizkaia (casa Kikunbera de Bermeo, vivien- das en la bilbaina calle Buenos Aires) y Madrid (edificios en las calles Alcalá y Goya).

## 7. SIN LUMINOSO

Su frontispicio rectangular y curvo estaba inicialmente ocupado por el letrero de la compañía y ahora permanece vacío, pero hubo un tiempo intermedio en que contó con un llamativo rótulo luminoso, instalado por la misma empresa que puso en pie el segundo termómetro gigante del Banco Guipuzcoano en la Avenida

## 8. CON MEDALLONES

Cuesta distinguirlos, pero con algún aparato con zoom pueden observarse los dos medallones grises que rompen la blancura de la fachada. En su origen, se encontraban en los extremos del frontis, pero con la instalación del luminoso fueron subidos al levante. ¿Y qué se ve, o medio ve, en ambos relieves? Pues la diosa de la Justicia, que la compañía de seguros utilizaba en su imagen.





### 9. UNA RELACIÓN

El entorno de La Equitativa esconde un lazo familiar poco conocido. Resulta que su arquitecto, Fernando Arzadún, era abuelo del escultor Nestor Basterretxea, autor de la pieza de formas curvas en homenaje al experto en danzas vascas Juan Ignacio de Iztueta. Instalada en 1967, la escultura 'mira' al bloque desde un jardín de la plaza de Euskadi

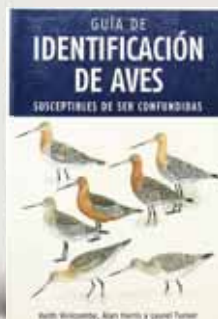
### Y 10. LA PLAZA MUTANTE

Si la edificación no ha cambiado demasiado en sus 85 años, la plaza a la que da ha vivido vaivenes en su denominación. En 1913, el Ayuntamiento la bautizó como plaza de Vasconia, 35 años después cambió el nombre por 13 de Septiembre (fecha en la que entraron las tropas nacionales en la ciudad) y, ya con la democracia, se volvió a denominar plaza de Euskadi. No obstante, muchos donostiarros siempre conoceremos esta zona como "donde La Equitativa".

La Equitativa 2018

Jat  
2018

**Leonor de Recondo** —  
 “Es una escritora y música francesa de origen vasco. Sus abuelos se tuvieron que exiliar por la Guerra Civil y la novela ‘Sueños Olvidados’ habla de eso”.



**Libro electrónico** —  
 “Soy una gran lectora de libros de papel. Sé el placer que produce el contacto físico, pero también encuentro muchas ventajas al ebook, sobre todo para atraer a los jóvenes”.

**Guía de identificación de aves** —

“Soy observadora de aves. Es una actividad maravillosa y muy útil para quien escribe: exige paciencia, fijarse en los detalles, estar atento al otro y una vez construidos los personajes, saber dejarlos volar”.

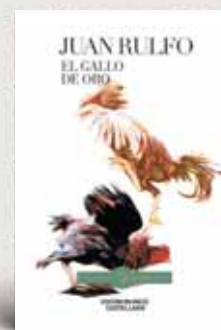


**Bill Evans trio** — “Soy aficionada al vinilo. El jazz es reflexión pero también improvisación. Tiene en su ritmo muchas reflexiones para los procesos de escritura”.

# LUISA ETXENIKE

**La publicación de su última novela, ‘Absoluta presencia’, nos sirve de coartada para charlar y conocer el universo de la escritora donostiarra.**

POR ESTIBALITZ ORTEGA ARSUAGA



**Juan Rulfo** —  
 “Esta edición de ‘El Gallo de oro’ es un acontecimiento editorial porque se edita en euskera y castellano. Como todo lo de Rulfo, es apasionante su manera de trabajar el lenguaje”

**Llega a la cita vestida rigurosamente de negro y con una flor en la mano “para hacer un homenaje al protagonista de mi novela”. Luisa Etxenike (San Sebastián, 1957) pisa con fuerza.**

LLAMA LA ATENCIÓN LA PORTADA DEL LIBRO, QUE ES UNA MEZCLA DE MAPAS DE SAN SEBASTIÁN Y DE PARÍS. ‘Absoluta presencia’ se desarrolla en estas dos ciudades. Por eso en la portada se ven los mapas de París y San Sebastián, confundidos, mezclados, unidos. Tengo mucha vinculación con Francia, su cultura y el debate público. Estudié en el Liceo Francés de San Sebastián y por lo tanto desde muy pequeña tengo el privilegio de la lengua. Eso es muy importante para acercarte a una cultura en profundidad. Nosotros vivimos además en una zona fronteriza y desde muy joven he vivido la no distinción entre estar en un lado u otro.

¿PERO SE RECONOCE COMO DONOSTIARRA? ¡Claro que soy donostiarra! Yo he nacido aquí y me he criado aquí. Viajo mucho, pero vivo aquí. Y siempre digo que cuando uno vive en la ciudad en la que ha nacido, la ciudad es, sobre todo, tiempo. Pasear por tu ciudad es pasear por toda tu vida. San Sebastián para mí es irremplazable por eso.

EN EL LIBRO, UNO DE SUS PROTAGONISTAS, HABLA MUCHO SOBRE EL MIEDO. ¿SINTIÓ MIEDO USTED AL ESCRIBIR ESTE LIBRO? El terrorismo crea silencio, pero crea miedo, por eso se llama terrorismo. En las historias que se cruzan en ‘Absoluta presencia’ hay miedos justificados. En otros casos, como el de Luc es casi una errónea interpretación de la realidad. Hay historias cruzadas sobre miedo, pero insisto, también sobre la valentía.

¿A QUÉ LE TIENE MIEDO LUISA ETXENIKE? Todo el mundo tenemos miedos, pero no todos los mismos ni con la misma intensidad. Yo creo que tengo los miedos comunes y quizá ese miedo tan enraizado que tiene la humanidad que es el miedo a la pérdida. A veces son pérdidas personales, otras es la pérdida de la ilusión... Yo diría que el miedo a la pérdida y eso genera también la necesidad de una valentía frente a eso. Perdí a mi madre hace unos años y es una de las grandes pérdidas de mi vida. Ella me decía siempre: “Ve siempre en la dirección de tus miedos”. Es decir, enfréntate a las cosas que te asustan. Los miedos nos ayudan a crecer.

¿HA HABIDO UN ANTES Y UN DESPUÉS EN LA LITERATURA VASCA EN CASTELLANO TRAS LA NOVELA ‘PATRIA’? Hay que agradecer a la novela de Fernando Aramburu el gran interés que ha provocado por lo que pasó en el País Vasco. Ha creado, parafraseando el título de mi novela, una especie de absoluta presencia del tema en la curiosidad lectora de este país. Patria lo que ha hecho es despertar una enorme atención, pero no ha cambiado la experiencia de escritura, porque todos los libros contemporáneos a la publicación de ‘Patria’, como los de Edurne Portela y de Aixa De la Cruz, se estaban escribiendo prácticamente a la vez. No sé si influyó tanto el hecho de la publicación de ‘Patria’ o que ETA había dejado de matar.

¿CÓMO RECIBIÓ LA NOTICIA DEL FIN DE ETA? No ha sido una noticia que haya cautivado mi atención. Para mí ETA ya estaba ausente desde el momento en que dijo que iba a dejar de matar. Para mí la noticia no es tanto el fin de ETA, sino el estudio que se publicó en el 20 aniversario del secuestro y asesinato de Miguel Ángel Blanco que decía que el 50% de los universitarios vascos no sabía quién era Miguel Ángel Blanco. No podemos dejar que las generaciones siguientes no sepan lo que ha pasado. Esta novela mía tiene que ver con la transmisión de la memoria.

'Absoluta presencia'  
liburuak arreta handia  
sorrarazi du, batez ere ETAre  
mehatxuagatik atzerrirako  
bidea hartu duen bikotearen  
bizitzan oinarrituriko  
istorioak. García Máquezek  
esango zuenez, koleraren  
garaiko maitasun-istorioa da.  
Ingurune eta garai zail batean  
gertaturiko maitasun-istorioa.  
Horregatik esanahi  
berezia du.

### Absoluta presencia. Ediciones El Gallo de Oro

“Mi última novela forma parte de la trilogía sobre el terrorismo de ETA que comencé con ‘El ángulo ciego’, publicada en 2008. Quiero abordar este tema desde distintos ángulos y desde distintas generaciones. ‘El ángulo ciego’ era una novela sobre víctimas de un atentado de ETA, la viuda y el hijo mayor de un escolta. Allí era el impacto del acto terrorista en tiempo real y en el centro de la vida de estas personas y lo que eso determinaba en el seno de esa familia. ‘Absoluta presencia’ es una novela que tiene que ver con la memoria, con el exilio, con la transmisión y cómo conseguimos sobreponernos a eso. Tiene que ver con el miedo, con la violencia, pero también con sus contrarios: con la valentía, la felicidad y el amor. Es otro aspecto, diferente, de cómo abordé el terrorismo en mi anterior novela.



*gastro* <sup>live!</sup>★  
POTE

live music  
pintxoak  
buen ambiente



todos los jueves  
de 19:00 a 22:00h