

# EGUBERRI ON! ✨



## Mahaiaren bueltan biltzeko egunak

Eguberrietan pentsatzean, hainbat gauza etorriko zaizkigu burura: familia, opariak, gabon kantak, koloretako argiak... eta noski, jatekoa. Otorduz otordu ibiltzeko egunak dira, Gabon gauetik hasi eta Errege

egunera arte, gelditu gabe. Etxe eta familia bakoitzak bere tradizio eta errezeta propioak izanen ditu, baina, ba al dago ospakizun hoberik, maite dugunekin bazkari edo afari goxo baten inguruan biltzea baino?

**MENDAU MOTOR**  
T. Multimarca Especializado 4x4 - Opel - Suzuki  
COMPRAVENTA - CHAPA - MECANICA - ELECTRICIDAD

**Leitzako bidea • DONEZTEBE**  
Tel: 948 450 333



**EGUBERRI ON  
FAMILIA!**

**BIOK**

**BIOK**  
EXPERIENTIAL SHOPPING



Promoziok, zozketak, deskontuak eta Gabonetako produktu bereziak gure dendetan eta webgunean.

📍 [ventabiok.com](https://www.ventabiok.com)

## EGUBERRIAK



**TXALUPA, S.I.** ARRANDEGIA

Arrain eta marisko freskua aste osoan

Zorionak eta Urteberri on!

**ENKARGUAK HARTZEN DITUGU**

Kantonberri, 3 behea · BERA  
T. 670 321 202 · 948 631 575



**Saralegi**  
TALOAK

*Bertakoa, naturala, goxoa!*

T. 610 378 543 Arro baserria - Leitza  
[saralegitalok.eus](http://saralegitalok.eus)

# Eguberrietan nork aterako ditu babak eltzetik?

Jai egun hauetan denok gozatzeko aukera izan dezagun, guztia ongi planifikatu eta lanak banatzea ezinbertzekoa da

Ez da txantxetako kontua Eguberrietako otorduak prestatzea. Norbaitek hartu behar izaten du guztia antolatzeako ardura: erosketak egin, menuak pentsatu, non afalduko den erabaki, zenbat jende bilduko den ikusi... isilean egiten den lana izaten da, baina aitor dezagun: ongi dakigu familia bakoitzean noren esku gelditzen diren zeregin horiek. Horren inguruan gogoeta egin eta gauzak aldatzen hasteko momentu egokia izan daiteke. Zergatik utzi datorren urterako? Irtenbidea erraza da: Eguberrietan denok gozatzeko aukera izan dezagun, lanak banatzea ezinbertzekoa da: batzuek besta egunez gozatzeko, lan guztia gutxi batzuen esku gelditu ez dadin.

Horretarako, lehenbiziko pausoa guztia ongi planifikatzea da. Hasteko, otordu bakoitzean zenbat jende elkartuko den jakin beharko dugu. Horren arabera, etxean edo elkartean eska dezakegu tokia. Jatetxeetara joatea da bertze aukera, garai batean pentsa ezina zena, geroz eta ohikoagoa da. Eskualdean ere, geroz eta

jatetxe gehiagotan eskaintzen dituzte Eguberrietako menu bereziak. Asmo hori baduzue, ez utzi azken ordurako eta erreserba egin garaiz.

Otordua norberak prestatu behar badu, menua diseinatu eta erosketak tenorez egiten hastea gomendatzen dute. Lan horiek garaiz egiten badira, denbora eta diru dezente aurrez daiteke. Lanak banatzen hasteko momentu egokia izan daiteke: batzuk harategi edo arraindegiko erosketak egin eta bertzeak barazkiak edo gozoak erostez arduratu daitezke. Menua hasierako momentutik zehaztuta baldin badago, bakoitza plater bat ekartzeaz ere arduratu daiteke. Norberak egina edo erositakoa. Lana aurreztu eta otordu bikainak egin nahi dituztenek, etxera eramateko janari prestatuak ere eros baititzakete.

Eta bertzerik egin ez dutenentzat utzi azken orduko lanak: mahaia jartzen lagundu, kanapeak prestatu, gozoak erretiluan txukun-txukun antolatu, mahaia bildu, ontziak garbitu... Ez ahaztu, Eguberrietan denok gaudela oportetan.



**sarobe**  
okindegia gozotegia

**Panettoneak**  
**Errege eroskoak**  
**Turroiak**  
**Txokolatuek**  
**Bonboiak**  
**Polboroiak**  
**Pastak**

**eguberri eta urte berri on!**

Eztegara 25, Bera 31780 Nafarroa T. 948 630 899  
@sarobe\_okindegia\_gozotegia | [www.sarobe.net](http://www.sarobe.net)

**erran.**  
eus

# GABONAK PREZIO HOBEREAN

Moda, osagarriak, lurrinak, bitxiak,  
etxea eta elektronika: denentzako  
opari perfektua aurkituko duzu.  
Gainera, prezio bereziak  
astero gure  
supermerkatuetan.

Astelehenetik  
igandera  
eta jaiegunetan  
zabalik.

\*Abenduaren 25ean  
eta urtarrilaren 1ean  
izan ezik

## EGUBERRI ON



ELIZONDOKo plazan  
EROSKI CITY



Eguberri eta  
Urteberri on!

BEAARRAINDEGIA esarte

Astelehenetik Larunbatara  
09:00 - 21:00

Foruen Plaza, 3 · ELIZONDO · T. 948 580 005



Ezkontzak, jaunartzeak,  
lagunartekak, kinto bestak,  
familia ospakizunak...



Eguberri eta Urteberri on  
lagun eta bezero izan zaituztegunoi!

Abenduaren 15etik  
apirilaren 1era arte ITXITA

ondotik indarberrituak etorriko gara!



Iruñea - Irun errep. 60km · 31760 ETXALAR  
T. 948 635 000 · F. 948 635 263  
info@etxalar.com · www.etxalar.com

# Fruta tarta: postre arina, erraza eta goxoa

MIRIAM MITXELENA IPARRAGIRRE ELIZONDOKO NUTRIZIONISTA



Eguberrietan gozokiak dira nagusi: turroia, polboroiak, errege errosa... baina ohiturak aldatu eta postre arinagoa nahi dutenezako, Miriam Mitxelena nutrizionistak errezeta berezia ekarri du: fruta tarta. «Mol-datutako familia errezeta da, otorduen ondotik hain enpatxatuak ez gelditzezko aukera ona».

## Osagaiak

- **Masa:** 250g irin, arroltze bat eta bi koilarakada mantekilla.
- **Krema:** Litro bat esne, 4 arroltze gorringo, 60g maizena, 150g azukre, kanela adar bat eta limoi azala.
- **Fruta:** norberaren gustura eta sasoiaren arabera; mahatsa, udarea, platanoa, masusta gorriak...

## Prestaketa

Masarekin hasiko gara. Plater batean irina, mantekilla eta arroltzea nahastuko ditugu, eskuetan atxikitzen ez den masa bigun bat lortu arte. 20 bat minutu utziko dugu arnasa hartzeko. Ondotik, mahaian irina bota eta masa zabalduko dugu, gure moldearen itxura emateko.

Moldean mantekilla eta irin pixka bat jarriko ditugu, ez atxikitzeko. Masa paratu eta tenedorearekin oinarria ziztatu, ez haunditzeko. Labean sartuko dugu 200 °C-tan 15 bat minutuz, pixka bat gorritu arte.

Kremarako, esnari katilu bat bereiziko diogu eta gainerakoa kazo batean berotuko dugu, kanela eta limoi azalarekin. Irakiten hastean sua erdira jaitsi eta 20-30 minutu utziko dugu, zaporeak ongi hartzeko.

Gorde dugun esnari maizena botako diogu eta ongi nahasi, dena disolbatu arte. Arroltze gorringoak bertze ontzi batean nahasiko ditugu azukrearekin, eta esne eta maizena nahasketa botako dugu bertara.

Infusionatutako esnea sutik kenduko dugu eta kanela eta limoia kenduko dizkiogu. Arroltzeen nahasketa botako diogu eta su apalean etengabe nahasiko dugu dena, nahi dugun loditasuna lortu arte.

Masa hoztean, krema botako diogu eta ganean fruta paratuko dugu. On egin!

## Janariak disfrutatzen egunak

Fruta tarta bada ere, «azukrea badu eta ez da egunero jateko, postre berezia baizik». Hala ere, Eguberriak «disfrutatzen egunak» direla azaldu du. Gainera, «bazkariak eta afariak ditugun egunak mugatuak dira eta gainerakoetan eguneroko ohiturak mantentzen saiatu behar dugu, pa-seatzen eta ur aunitz edaten».

Errezeta osasuntsu eta nutrizio aholku gehiago eskuragarri ditu Instagramen: @mmi\_nutri.



Etxe bakoitzean, sukaldean,  
mahai inguruan, elkarrekin,  
istorio ttikiak eta momentu  
bereziak partekatuz.

**EGUBERRI ETA  
URTE BERRI ON**

# Martiko

## DENDA ORDUTEGIA ABENDUAN

Astelehenetik ortzirralera: 09:00 - 18:00

Abenduak, 3: 09:00 - 18:00

Abenduak 14 eta 21, larunbata: 09:00 - 13:00



WWW.MARTIKO.COM

**EGUBERRI ON!**



**Zalain**  
J A N A R I A K



**948 631 338**  
Zalain Ind. 42, behe. zalainjanariak@gmail.com



**Kalash**  
JOYEROS

Ekarri erabiltzen ez duzun urrea eta nahi duzun bitxia egingo dugu



Kanttonberri, 6 BERA | 948 630 751  
Merkatarien Karrika, 7 DONEZTEBE | 948 451 519




Santiago, 15 · Tel. 948 580 061 · ELIZONDO  
www.malkorra.com

# «Prestatutako janaria eramatea eta berotzea errazagoa da denentzat»

IXIAR ANDUEZA, JOSUNE PIKABEA ETA ARGÍ AGARA HAMAIKETAKO



Duela 13 urte ireki zen Hamaiketako eramateko janarien denda Beran; «etorkizuna ikusi zen negozioan, eta badirudi asmatu zela. Gaur egun eramateko janari prestatuak arrakasta haundia du eta jende aunitz etortzen zaigu egunerokoan, batez ere ortziraletan eta larunbat goizetan».

Bi motatako zerbitzua eskaintzen dute. Alde batetik «eguneroko janaria dugu, soltean edo menuan erosteko aukerarekin, lehendabiziko eta bigarren platerak, postrea eta ogia barne. 15 bat lehendabiziko eta bertze 15 bigarren izaten ditugu egunero hautatzeko». Bertze aldetik, «kartako aukerekin taldeentzako otordu haundiak egiten ditugu, bizpahiru egun lehenago eskatuta».

Horrez gain, «aukera beganoak eta begetarianoak ditugu, gero eta jende gehiagok eskatzen dizkigutelako. Lehenago gauza pare bat genituen eta orain, barazkiez aparte, falafela, hamburgesa bereziak... egunean sei bat aukera bederen izaten ditugu».

Sukaldean erabilitako produktuak «bertakoak dira gehienak, lehengaiak ahalik eta hurbileneakoak izatea saiatzen baikara beti. Janaria etxean bezala prestatua dago, produktu freskoekin eta egunean egina. Ez dugu makineriarik erabiltzen; gure sua eta labea bertzerik ez ditugu». Azaldu dutenez, «paella, arrain zopa, txipiroiak tintan eta legatza beta

dira, dudarik gabe, gehien saltzen diren platerak».

## Egun mugituak

Eguberrietan karta berezia prestatzen dute, «abenduko zubiaren ondotik ateratzen dugu eta urte guzian egoten denaz gain, plater bereziak izaten ditugu. Urtetik urtera gauza gutti aldatzen dira, berrietasunen bat sartu edota aitzineko urtean saldu ez den zerbaít kentzen dugu, gehienez ere».

Ez dute aldaketarik beharrik, izan ere, eskaera aldetik «erokeria» dela aitortu dute; «ez dakigu erraten Eguberrietan zenbat eskaera izaten ditugun, baina goizeko ordu tikiak arte aritzen gara lanean!». Ez da guttiagorako, herrikoez gain, kanpoko bezero ugari baitituzte; «Baztan, Hondarribia, Irun, Donostia... leku aunitzetatik etortzen dira. Karta prestatu aitzinetik ere galdezka hasten zaigu jendea!».

Gainera, probatzen duten bezero gehienek «errepikatzen dutela» azaldu dute; «gaur den egunean, lehen janaria prestatzen zuten pertsonak zahartu dira, ez dute ez gogorik ez indarrik, edo ez daude. Eta gurasoen belaunaldi berriek ez dute hainbertze janari prestatzeko ohiturarik. Horregatik, egindako janariak eramatea eta berotzea errazagoa eta erosoagoa da denentzako».

HA  
MAI  
KE  
TAKO  
ERAMATEKO  
JANARIA

948  
631  
017

# Eguberrietako karta

Enkarguak hartzen dira abenduaren 21a arte

## Sarrerak

Itsaski entsalada  
Entsaladilla errusiarra  
Arrain pastela  
Bieira gainerreta  
Bakailaoz edo ondoz  
beteriko piperrak  
Arrain zopa  
Ziazerba eta ahuntz  
gazta hostorea  
Onddo eta foie hostorea  
Porru tartaleta  
Txangurro krepak  
Txangurroa labean errea  
Porru eta ganbaz  
beteriko kurruskaria

## Arrainak

Zapoa saltsa berdean  
Legatza itsaskiz beteta  
Legatza koxkera erara  
Bakailaoa drunguru erara otarrainskekin  
Bakailaoa saltsa berdean  
Izokin biribilkiak itsaskiz beteak

## Haragiak

Txahal biribilkia saltsan  
Txerri azpizuna ondo saltsarekin  
Ahate azpizuna foie eta mahats saltsarekin  
Txerri masailak saltsan  
Txahal masaiak ardo beltzetan  
Bildots erdia errea (3 kg. ingurukoa)  
Zerrikume errea (5 kg. ingurukoa)  
Ahate confit-a laranja saltsarekin  
Tenperatura baxuan eta hezurrik  
gabeko bildots errea

Sara karrika, 7 - BERA (Agerran)

Dendako ordutegia: 10:00-13:30 eta 17:30-20:00

Abenduaren 24an: 10:00-13:30

## Orain entzumena ere aztertzen dugu



## Ostargi optika

Bea Artola Ferran

Optiko-optometriska

kol.zk: 9812

Bidasoa 8 BERA

Tfno: 948 630 753





**Eguberri on !!**



**Boxune Kafetegia**  
Sara karrika, 7 BERA · 948 630 235

**IREKIA abenduak 25**  
eta **urtarrilak 1** 09:00-13:00  
Errege eguna **IREKIA** 08:00-13:00



**ERROSKOAK ETA EGUBERRIETAKO PRODUKTUAK**



**Sara Kafetegia**  
Hurlandeta, 6 BERA · 948 625 673

**ITXITA**  
**abenduak 25 eta urtarrilak 1**  
Errege eguna **IREKIA** 08:00-13:00

# Euskarazko Produktuen Katalogoa



Urteko garai hau seme-alabei edo ingurukoei euskarazko liburuak, musika edota jostailuak oparitzeko aukera paregabea da. Hortaz, Euskal Herriko udal eta mankomunitatetako 100 Euskara Zerbitzuz baino gehiagok Euskarazko Produktuen Katalogoaren 26. edizioa osatu dute. Web- orriak eta paperezko edizioak itxura berriak estreinatu dituzte, eta jasotako produktuak bi ataletan sailkatu dituzte: 0-12 urte bitarteko haurrentzako eta 12-16 urte bitarteko gazteentzako.

Paperezko edizioaren 50.000 ale banatuko dira egunotan Hego Euskal Herrian, eta azkeneko urteotan bezala, bi azal izanen ditu, katalogoaren bi atalei sarbidea errazteko, adinaren arabera.

Katalogoko artikulua guztiak ikusi nahi dituztenek, berri, webgunera jo beharko dute. Etengabe eguneratzen da eta bi atalen artean, 7.700 produktu inguru biltzen ditu. Atal bakoitzak bere direktorioa du, eta produktu motaren arabera bilaketaren bidez, tituluaren, argitaletxearen, autorearen, adin-tartearen edota prezioaren arabera bila daitezke.

Azken nobedadeen berri izan nahi dutenek buletin elektronikora harpidetzeko aukera dute web orrian. Urte osoan hamar buletin jasoko dituzte, argitaratu berri diren produktuekin. Izan ere, horixe da katalogoaren helburua: euskarazko azken nobedadeak erabiltzaileen eskura modu errazean jartzea.



**ARKUPE**  
*Txokolataak*  
-1984-

IRURITA  
Dukeña plaza  
T 948580059  
T 948452021  
(Obradorea)

ELIZONDO  
Santiago kalea 19  
T 948452393

www.arkupegozotegia.com



**Karma**  
ESTETIKA

*Nire edertasunaren sekretua, nire kosmetika*

Mary Cohr · CV

Altzate, 33 BERA Tel.: 948 630 904



**KULTURKARI**  
Diseinu grafikoa | Publizitatea

**EGUBERRI ON!**

**-%50**

**BIGARREN ALEAN**

Idoia Fideltasun  
Txartelarekin

\*Deskontua hasierako prezioan eta  
ale merkeenean. Eskaintza hau  
ez da bateragarria beste promozioekin  
ezta Chanel produktuekin ere.  
**Abenduaren 24ra arte dendetan.**

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

**IDOIA**  
BEAUTÉ