

Bera Bera taldeak pare bat aste daramatza lehen postuan Espainiako Eskubaloi Txapelketan. Izugarriko meritua duten arren, Bera Berako ki-deak ez dira donostiar gehien txaloa jasotzen ari. Zergatik hori? Lehenik eta behin, futbolak gainontzeko kirol guztiak bigarren mailan uzten dituelako. Bigarrenik, emakumezkoen kirolari ez zaiolako gizonetzkoenari bezainbat garrantzirik ematen. Tamalgarria.

Ahazturak ahaztura, Bera Berako neska indartsu dabilta liga txapelketan, eta urtarrilean Europako txapelketari ekingo diote. Horrexegatik, Reyes Carre entrenatzaileari eta bere jokalariei menua goxo eta indartsua prestatu diet. Menua proteinikoa da, kirolarientzat egokia eta garaiko jakiekin egina. Umil umil, Bera Bera lan handia egiten ari da, lagunarte ederrean, eta ez, beste askoren moduan, milioiak eta milioiak poltsikoratuz. Aupa emakumezko kirolariak!

Lehen platererako lasagna bat ipini

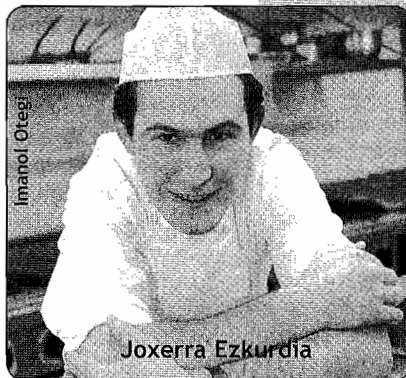
Ederki merezita

dut onddoez lagunduta. Lasagna batek "geruza" edo "maila" asko ditu, Donostian, Espainiako Estatuan eta Europa mailan ari den Bera Beraren antzera.

Bigarren platererako, berriz, honako hau: parrillan eginiko barbarinak rissotoz lagunduta. Izan ere, Bera Berako oso neska ausartak dira, biziak eta gogorrrak beren kiroltasunean, partiduetan dena ematen duten horietakoak. Jokalariok bezala, barbarina ere arrain gogorra da, zapora eta kolore gorri bizikoa.

Hirugarren platera Reyesentzat da: arkume izterra orburuekin saltsan. Izan ere, Reyesek oinak lurrean ditu, ez da alferrikako ametsetan galtzen eta egunero lan xumearekin aurrera egin nahi du. Oso entrenatzaile profesionala da, eta une gogorretan tinko irauten daki, orbuak neguko hotzetan bezala.

Postrerako, berriz, Bera Berako taldekide guztiei egingo diet eskaintza berriro: "Bera-bera" goxo bat, hots, almendraz, kafeaz eta esne kremaz eginiko azkenburua. Menua laguntzeko, azkenik, zer hobe kaba eder bat baino?



Errezeta

Bera bera

- Kafe krema egiteko, osagaiok ondorengo orden eta neurrietan nahastu behar ditugu: 3 arrautza, 100 gramo kafe hauts, 50 gr azukre, 300 zl esne-gain. Esne krema egiteko, berriz, osagaiok ondorengo ordenean nahastu behar dira: 50 gramo maizena, 100 gramo azukre, 8 arrautza eta 300 zl esne. Bi kremak eginak ditugunean, azken pausoak eman beharko ditugu. Lehendabizi, guztia lau molde txikitara banatu behar da, eta azpian almendra jarri. Ondoren gainetik kafe krema jarri behar zaio, eta gainetik, berriro ere, almendra. Azkenik, esne krema erantsi behar zaio gainetik. Hori egin ondoren, guztia salaman-dran grill edo sopeleze txigortu behar da.

TABERNA



MARTINEZ

Mota guztietako
pintxo hotzak
eta beroak

Abuztuaren 31 kaleo 13
Tel.: (943) 424965



GANBARA

taberna • erretegia

San Jeronimo 21 - Tel.: (943) 422575 - DONOSTIA



TABERNA
JATETXEA

Fermin Calbeton 3
Tel.: (943) 429875

Parte Zaharreko mokadurik goxoenak!

Astelena
1907
Jatetxea

Euskal Herria, 3
Tel.: 943 42 58 67



JOSE MARI

JATETXEA

- Euskal sukaldaritzak tradizionala
- Pintxoetan aukera zabala
- Ogitartekoak

Fermin Kalbeton 5 • Tel.: 943 424645

ETXANIZ

TABERNA
Brotxetetan adituak

Fermin Calbeton 24
• Tel.: 943 426295