

Dastatu Sakana

Saborea Sakana



Sakana



Argitalpena>Edita:

Sakana Garapen Agentzia
Uriz 32, 31830 Lakuntza

Diseinua/Diseño:

HEDA Comunicación S.L.

Argazkiak/Fotografías:

Sakana Garapen Agentzia eta Sakondu Sakana

Marrazkiak/Illustraciones:

Carlos García-HEDA Comunicación S.L.

Imprimaketa/Imprime:

ALZATE Imprimategia

Aurkezpena

Sakana Nafarroako ipar-mendebaldean dago, Aralar, Urbasa eta Andia mendiek babestuta. Belardi berdeek eta basoek osatutako ibarra da, Burunda-Arakil ibaiak zeharkatua eta erdian, Beriain izeneko mendi-gailur eder eta ikusgarria duena.

Sakanan 15 udalerri dira, guztiak ere Ziordia eta Irurtzun artean kokatuta.

Antzina-antzinatik, Sakanako biztanleak nekazaritzan eta abeltzaintzan aritu dira, eta bertako produktu askok ongi merezitako ospea dute, goxo-goxoak eta kalitatez on-onak direlako, eta era naturalean egiten direlako.

Liburuxka honetan ageri diren ekoizle sakandarrek zuzenean saltzen dituzte beren produktuak eta/edo turismoaren eta Sakanako lehen sektorearen arteko lankidetza bultzatzen dute.

Presentación

Protegido por las sierras de Aralar, Urbasa y Andía, al noroeste de Navarra, se encuentra Sakana, un valle de verdes praderas y bosques atravesado por el río Burunda-Arakil y en cuyo centro se eleva majestuoso el monte Beriain-San Donato.

El valle de Sakana está compuesto por un total de 15 municipios situados entre Ziordi e Irurtzun.

Los habitantes de Sakana se han dedicado desde tiempo inmemorial a la producción agrícola y ganadera, y muchos de sus productos han alcanzado merecida fama por su sabor, su calidad y su elaboración natural. En esta publicación recogemos la selección de productores locales que realizan venta directa y/o impulsan la colaboración entre el turismo y el sector primario del valle.



Ardi-gazta

Ardi-gazta Sakanako elikagairik os-petsuena da, txistorrarekin batera. Gaztak betiko moldean egiten dira, modu naturalean elikatzen diren ar-dien esne gordinarekin. Ardiak, izan ere, gure mendi eta belardietan bazkatzen dira, eta horren osagarri, bazka-landareak eta zerealak ere ematen zaizkie. Emaitza egiazko artzain-gazta osasungarria, inguru-menarekin bat egiten duena. Jende guztiak du gustuko hemengo gatzaren zapore goxoa, baita aho oneko jendeak ere. Era berean, noranahi zabaldu da haren ospea, bai hemen, baita nazioartean ere.

Queso de oveja

El queso de oveja es, junto a la txistorra, el producto alimenticio más reconocido de Sakana. Los quesos están elaborados de forma tradicional con leche cruda de ovejas alimentadas de forma natural a base principalmente de los pastos naturales de nuestros montes y praderas, con el apoyo de forrajes y cereales. El resultado, un verdadero queso de pastor saludable y sostenible, cuyo sabor ha conquistado al público en general y a los más exigentes paladares y que ha conseguido un importante reconocimiento dentro y fuera de nuestras fronteras.

Sakanan egiten diren gazta asko Idiazabal Gazta Jatorri Deituran sarturik daude. Deitura 1987an sortu zen, kontsumitzaleei gaztaren jatorria (ardi latxaren eta Karrantzako ardiaren esnea, inolako nahasketarik gabe eta pasteurizatu gabe) eta kalitatea bermatzeko (gutxienez halako denboraldi batez ondu eta gutxieneko koipe-eduki bat izan behar du, eta osasun-azterketak eta proba organoleptikoak gainditu). Gaur egun, deiturarik ospetsuene-takoa eta aitortuenetakoa da.

Muchos de los quesos que se elaboran en Sakana pertenecen a la Denominación de Origen Idiazabal, nacida en 1987 para garantizar a los consumidores su origen (leche de oveja latxa y carranzana, sin mezcla alguna y sin pasteurizar) y su calidad (maduración y contenido de grasa mínimos y superación de pruebas de tipo sanitario y organoléptico). Hoy en día es una de las denominaciones más prestigiosa y reconocida.

EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Izena/Nombre	Helbidea/Dirección	Herria/Municipio	Telefona /Teléfono	@
Albi Gaztak	Etxezar	Arruazu	630 631 882 681 083 409	info@albigaztak.com bisitak@albigaztak.com
Beriain Gazta	Herriko Plaza 1	Unanu	948 460 516 649 420 365	kalekoa1963@gmail.com
Etxe-Txuri Artisau Gazta	San Adrian 26	Lizarraga	948 460 873 689 547 719	
Ezkurra Gazta	San Miguel 54	Izurdiaga	629 492 440	
Juananeko Gazta	Kale Nagusia 24	Arbizu	699 172 583 620 795 088	juananekogazta@hotmail.com
Larrezabal Eco Gazta	San Juan 2	Altsasu	607 271 163	larrezabal.eco@gmail.com
Poke Gazta	Uhalde 6	Etxarri Aranatz	617 077 447	xengo25@hotmail.com
Postiñeneko Gazta	Akerrunta 20	Arbizu	699 453 973	pedidos@poxtinenekekogazta.es
Sarabe Gazta	Sarabe Baserria	Urdiain	659 800 912 699 938 356	sarabetxokoa@gmail.com
Txilibistoneko Gazta	Zugarreta 25	Etxarri Aranatz	687 941 018 948 460 592	teresairurzun@hotmail.com
Uharte Gazta	Erreka 44	Uharte Arakil	678 274 354	uharte_gazta@yahoo.es
Utxama Gazta	Balteikale 14	Dorrao	658 178 128	idoiaxenda@gmail.com

Kolore argiz margotuak daudenak Idiazabal Jatorri Izendapenakoak dira. /
 Los que están sombreados más claros pertenecen a la Denominación de Origen Idiazabal.



ARGAZKIAK/FOTOS: SAKANAKO GARAPEN AGENTZIA



Txistorra

Txistorra da Sakanako beste producto izarra. Hestebete erdi onduada, eta jan baino lehen zartaginean prestatu behar da, ez baita gordinik jaten. Txerrikiarekin egiten da (kokospea eta hirugiharra), piperraутsa, gatza eta baratxuria botatzen zaizkio.

Txistorra

La txistorra es el otro producto estrella de la gastronomía de Sakana. Se trata de un embutido semicurado que requiere de cocinado previo (no se come crudo) y elaborado con carne de cerdo -de papada o de panceta-, en cuyo proceso de amasado se le añade pimentón, sal y ajo.

Aspaldi-aspalditik artisau moldean egina, Sakanako txistorraren ospeak muga oro gainditu eta sari asko jaso ditu, kalitatez on-onak eta zaporez goxo-goxoa baita.

Elaborada de forma artesanal desde hace siglos, el prestigio de la txistorra de Sakana ha traspasado fronteras y recibido numerosos premios por su calidad y sabor.

EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Bertako txistorra ezaguna Sakana osoko harategi eta dendetan eros daiteke, bai eta Sakanatik kanpo ere.

La conocida txistorra de Sakana se puede comprar en las carnicerías y comercios de todo el valle, y también fuera de éste.



Esnekiak

Abeltzaintzak funtsezko garrantzia du Sakana. Behi-ustiategiak dira nabarmentzekoak, bai eta horiei loturiko esneki-ekoizpena ere, den-dena artisau moldean behi-es-nearekin egiten baita, gehigarriek eta kontserbagarriek gabe.

Hainbat gazta mota egiteaz gain (fresko, esnegaina, ondua...), esnea eta jogurtak ere ekoizten dira, besteak beste.

Lácteos

El sector ganadero es de vital importancia en Sakana, destacando las explotaciones de ganado vacuno y la consiguiente elaboración de productos lácteos producidos artesanalmente con leche de vaca, sin aditivos ni conservantes.

Además de diferentes tipos de quesos (fresco, nata, curado...), la producción abarca leche y yogures, entre otros.

ARGAZKIAK/FOTOS: JEINGENEKOA

EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Izena/Nombre
.....
Jeingenekoa

Helbidea/Dirección
.....
Kaxarna 1

Herria/Municipio
.....
Etxarri Aranatz

Telefonoa /Teléfono
948 460 907
686 610 913

@
.....
jeingenekoa@hotmail.com



Behikia

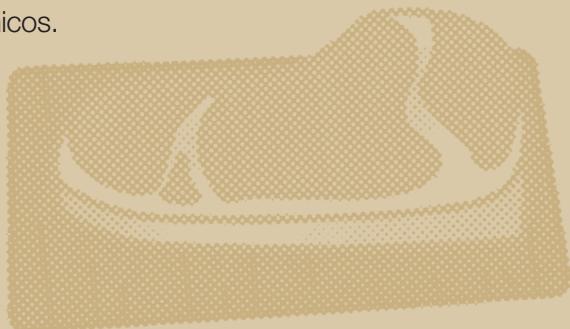
Sakanako behi-haragiak sekulako ospea du, orain dela urte askotatik hona. Hemengo behi-arraza pirinio-tarraren edo behi gorriaren haragia da. Behi-azienda, zehazki, apiriletik urriira bazkatzen da Aralar mendian. Neguan, bazka-landareak eta trans-

genikorik gabeko pentsuak ematen zaizkie, elikaduraren osagarri. Emaitza produktu paregabea da, goxo-goxoa, aratxeak betiko molderan hazten baitira, ingurune naturalean; horrek zapore eta ezaugarri bereziak ematen dizkio haragiari.

Carne de vacuno

La carne de vacuno de Sakana goza de un reconocido prestigio que se mantiene desde hace muchos años. Procedente de vacas de raza autóctona pirenaica que pastan de abril a octubre en la Sierra de Aralar, completan su alimentación en invierno con forrajes y piensos sin transgénicos.

El resultado es un producto exclusivo y único, ya que los terneros son criados de forma tradicional en un entorno natural, lo que confiere a la carne un sabor y unas características especiales.



ARGAZKIAK/FOTOS: ARAALARKO

EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Izena/Nombre

Aralarko

Helbidea/Dirección

Abarategi 45

Herria/Municipio

Lakuntza

Telefonoa /Teléfono

606 974 593

@

ventatermeranavarra@gmail.com



Txerriki

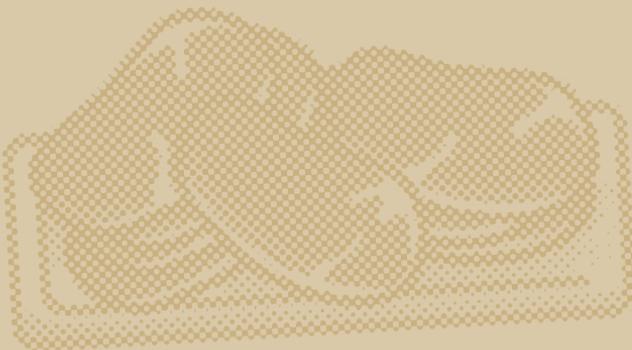
Sakanan ekoizten den txerri-haragiak berme guztiak eskaintzen dizkio kontsumitzaleari, “Euskal Txerria” arrazako abereekin egiten baita. Nafarroan gelditzen den bertako arraza bakarra da, eta txerriak mendian elikatzen dira, era tradicionalean.

Carne de cerdo

La carne de cerdo que se produce en Sakana ofrece todas las garantías al consumidor, ya que proviene de animales de la raza “Euskal Txerria” -la única autóctona que queda en Navarra-, alimentados en el campo de forma tradicional.

Haragiaren kalitatea izugarria da. Hori dela eta, gure txerriki iberikoen atalean ari da zuzenean lehian.

La calidad de su carne es tan extraordinaria, que este producto compite directamente en el segmento de los ibéricos.



EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Izena/Nombre

Ubei

Helbidea/Dirección

Mikel Aingeru 32

Herria/Municipio

Arbizu

Telefonoa /Teléfono

649 322 798

@

aitormendo@gmail.com



Barazkiak

Beste leku batzuetan bezala, gero eta barazki gehiago ekoizten dira Sakana produktu kimikorik erabili gabe, kontsumitzaileak gero eta pro-

dukto ekologiko gehiago eskatzen baititu, artisau moldean eginak edo ekoiztuak.

Hortalizas

Al igual que en otras zonas, la producción natural de hortalizas sin utilización de productos químicos ha crecido en Sakana a la par que la

demandा del consumidor de productos ecológicos elaborados o producidos de forma artesanal.



ARGAZKIAK/FOTOS: SAKANAKO GARAPEN AGENTZIA

EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Izena/Nombre	Helbidea/Dirección	Herria/Municipio	Telfonoa /Teléfono	@
Legarbeko Karakolak	Arkuetabide 768	Etxarri Aranatz	629 117 307	legarbe3@hotmail.com



ARGAZKIA/FOTO: SAKANAKO GARAPEN AGENZIA



Eztia

Sakanako eztia produktu paregabea da, gure inguruko larre eta basoetako loreen aniztasuna dela eta. Erlauntza txikietatik lortutako eztia dira, arretaz landutakoak, ezaguarri nutrizional bereziak dituzten elikagai paregabeaz gozatzeko aukera ematen digutenak. Gure eztia onura

terapeutiko eta nutrizional interesgarriak ekartzen dizkigute, oligoelementu, vitamina eta prebiotiko eduki handia bait dute, gure gorputzarentzat funtsezkoak direnak eta gure osasunari laguntzen diotenak. Labur esanez, hemengo eztia zuzean zuretzat.

Miel

La miel de Sakana es un producto extraordinario, debido a la diversidad floral de nuestras praderas y bosques. Se trata de mieles obtenidas de pequeños colmenares, que trabajados de forma cuidadosa, nos brindan la oportunidad de disfrutar de un alimento único con magníficas propiedades nutricionales. Nuestras mieles nos

aportan interesantes beneficios terapéuticos y nutricionales, al tener altos contenidos en oligoelementos, vitaminas y prebióticos, sustancias indispensables para nuestro organismo, que contribuyen a disfrutar de una buena salud.

En definitiva una miel de aquí para ti.

EKOIZLEAK / PRODUCTORES



Izena/Nombre

Erlan

Helbidea/Dirección

Berian Kalea, 11

Herria/Municipio

Arbizu

Telefonoa /Teléfono

686 809 245

@

erlaneztia@yahoo.com



ARGAZKIA/FOTO: KATEALDE



ARGAZKIA/FOTO: SAKANAKO GARAPEN AGENZIA



Ogia

Modu ekologikoan ekoiztutako ogiak eta haren eratorriek (gaietak, magdalenak eta bizkotxoak) ere beren lekua egin dute Sakanan. Kalitatezko produktu osasungarria da, den-dena lehengai ekologikorik digestiboenekin egina; gainera, osagaiak ez dira ohikoan erabiltzen direnak bezain alergenikoak.

Pan

El pan y sus derivados (galletas, magdalenas y bizcochos) producidos de forma ecológica también se ha hecho un hueco en Sakana. Se trata de un producto de calidad y saludable, elaborado en sus totalidad con materias primas ecológicas más digestivas y menos alergénicas que las utilizadas habitualmente.

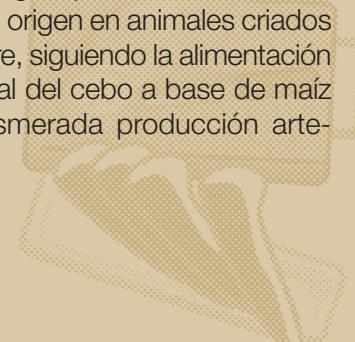


Ahate eta antzara

Ahate eta antzara produktuak (foie, konfit, micuit, bloc, magret, pateak, urdaiazpikoa, saltxitxoia...) aire zabaean hazitako animaliengandik heldu dira. Molde tradizionalean ematen zaie jana, hau da, artoarekin gizentzen dira. Artisau erako ekoizpen zaindua da.

Pato y oca

Los productos provenientes de pato y oca -foie, confit, micuit, bloc, patés, magret, jamón, salchichón...- tienen su origen en animales criados al aire libre, siguiendo la alimentación tradicional del cebo a base de maíz y una esmerada producción artesana.



EKOIZLEAK / PRODUCTORES

Izena/Nombre	Helbidea/Dirección	Herria/Municipio	Telefonia /Teléfono	@
Ogi Beltz	Plazalde	Urdiain	662 140 402	ainhoaristiri@gmail.com

Izena/Nombre	Helbidea/Dirección	Herria/Municipio	Telefonia /Teléfono	@
Katealde	Carretera San Sebastián, km 5	Altsasu	948 468 223	informacion@katealde.com

Azoka Gardenak / Mercados Transparentes



IRURTZUNGO GANADU AZOKA

Irurtzun XX. mendearen erdialderarte Arakil Haraneko merkataritza zentrua izan zen, bere kokapen ertrategikoa zela eta. Merkatari eta abeltzain nor-tasun hori berreskuratu nahian udazkenero, irailan, merkatu hau ospatzen da, non ekoizle txikiak eta haien produktuak protagonista bilakatzen diren, bai eta plaza bete-tzen duten zaldi, behi, ardi, txerri eta oiloak ere.

Musikak, tailerrekin, artisautzak, izaki mitologikoek eta haurrentzako jarduerak azoka paregabe hau e-derki girotzen dute.

FERIA DE GANADO DE IRURZUN

Debido a su ubicación geográfica, Irurtzun fue hasta mediados del siglo XX un cruce de caminos y, como consecuencia, el centro comercial del Valle Arakil.

Con el fin de rescatar aquel carácter ganadero y comercial de la localidad, cada septiembre se celebra esta feria, en donde caballos, vacas, ovejas, cerdos y gallinas comparten protagonismo con productos de temporada que se pueden adquirir en el mercado directamente de los productores.

Música, talleres, artesanía, personajes mitológicos y actividades para los txikis consiguen dar a esta cita un ambiente muy especial.

AMALURRA AZOKA

Apirilan Amalurra azoka ospazten da Etxarri Aranatzen. Bertan Sakanako ekoizle txikiiek ekoizpen eta elaborazio eredu jasangarrien alde egin eta gizartearentzako, kaltitatean oinarritutako produktuak eskainzen dituzte.

Aiton amonengandik jasotako irakaspenei jarraituz, landa eremuaren kudeaketan parte hartu eta gure kultura eta izaera defendatzen dituzte, zuzenean lurrek gure platerera balio guzti hauek eramanez.

MERCADO AMALURRA

En abril se celebra en Etxarri Aranatz este mercado, en el que personas agricultoras y ganaderas de la zona ofrecen productos de gran calidad, basados en un modelo de producción y elaboración sostenible, familiar y artesano. De esta manera, podemos llevar hasta nuestros platos valores como la gestión del entorno rural, los saberes tradicionales, la cultura y la identidad propias de la zona.

Bisita gidatuak / Visitas guiadas

BISITA GIDATUAK ESKAITZEN DITUZTEN EKOIZLEEN ZERRENDA

Ekoizleek produktuak zuzenean saltzen dituzte egiten diren tokian bertan. Horrez gain, bertako ekoizle batzuek bisita gidatuak eskaintzen dituzte, produktuak

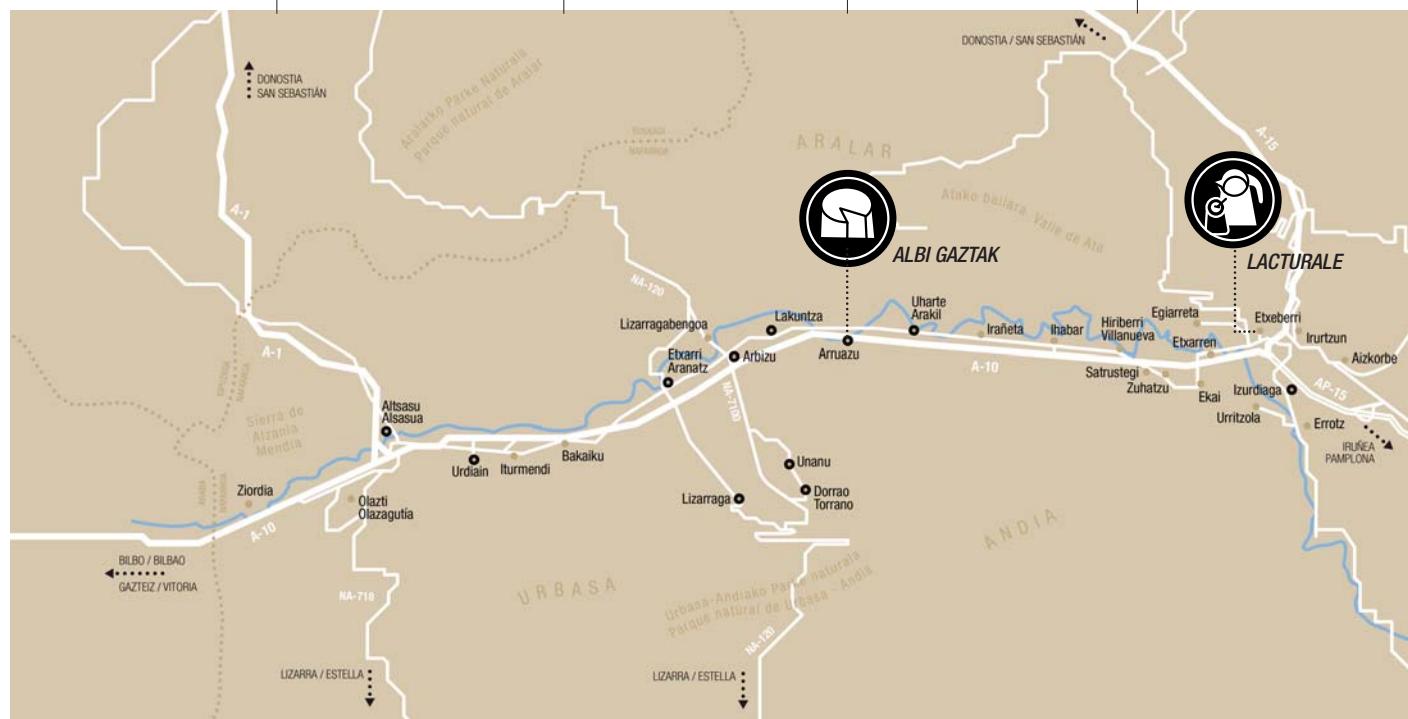
nola egiten diren xehetasunez jakiteko, producto bakoitzen tradizioa ulertzeko eta, askotan, elikagaiak konpainia onean ahogozatzeko.

PRODUCTORES QUE OFRECEN VISITAS GUIADAS

Además de la venta directa al público en el mismo lugar donde se elaboran los productos, algunos productores locales ofrecen visitas guiadas al público, que permiten conocer al detalle la elaboración de los productos,

entender la tradición que encierra cada uno de ellos y, en muchos casos, saborear los mismos en buena compañía.

Izena/Nombre	Helbidea/Dirección	Herria/Municipio	Teléfonoa /Teléfono	@
Albi Gaztak	Etxezar	Arruazu	630631882 681083409	info@albigaztak.com bisitak@albigaztak.com
Lacturale	Carretera Madoz s/n	Etxeberri	948 600 449	visitas@lacturale.com



Nola Dastatu? / ¿Cómo degustar?

Errezeta guztiak ikusteko
eta Sakanako produktuak
non dastatu ditzakezun
jakiteko honako kodea
eskaneatu edo
www.sakana.eus-en sartu.



Encontrarás las recetas completas y lugares donde poder degustar el producto local escaneando el siguiente código o en www.sakana.eus.

Plater goxoak prestatzeko aukera batzuk... Algunas sugerencias de platos ricos...

Euskal Txerri masaila plantxan, kimu entsalada eta mostaza eta eztizko binagretarekin.
Caretta de Euskal Txerri a la plancha con ensalada de brotes y vinagreta de mostaza y miel.

Ardi gazta urdina ogi xigortuan cava kopa batekin lagunduta.
Queso azul de oveja en pan tostado maridado con una copa de cava.

Txahal edo txerri haragizko hanburguesa ederra, Idiazabal gaziarekin, Sakanako letxuga eta tipulina eta mostaza eztiarekin.
Hamburguesa de carne de ternera o Euskal Txerri con queso Idiazabal, lechuga y cebolleta de la huerta y mostaza y miel.



Txahal gibela tipula karamelizatuarekin.
Hígado de ternera con cebolla caramelizada.

Latxa ardiaren esneaz eginiko etxeko mamia eztiarekin.
Cuajada casera de leche de oveja latxa con miel.

Garaiko frutu mazedonia ardi nahiz behi gaziarekin edo jogurt-arekin. Gehitu intxaur batzuk edo galeta birrindua.
Macedonia de frutas de temporada con queso de oveja o vaca o yogur. Añádele unas nueces o galleta triturada.

Euskal Txerriaren txantxigorrizko torta.
Torta de txantxigorris de euskal txerri.

Bertako elikagaien ekoizleak / Productores locales de alimentos



Gazta
Queso



Esnekiak
Lácteos



Txistorra
Txistorra



Behikia
Carne de vacuno



Txerrikia
Carne de cerdo



Ahate eta antzara produktuak
Productos de pato y oca



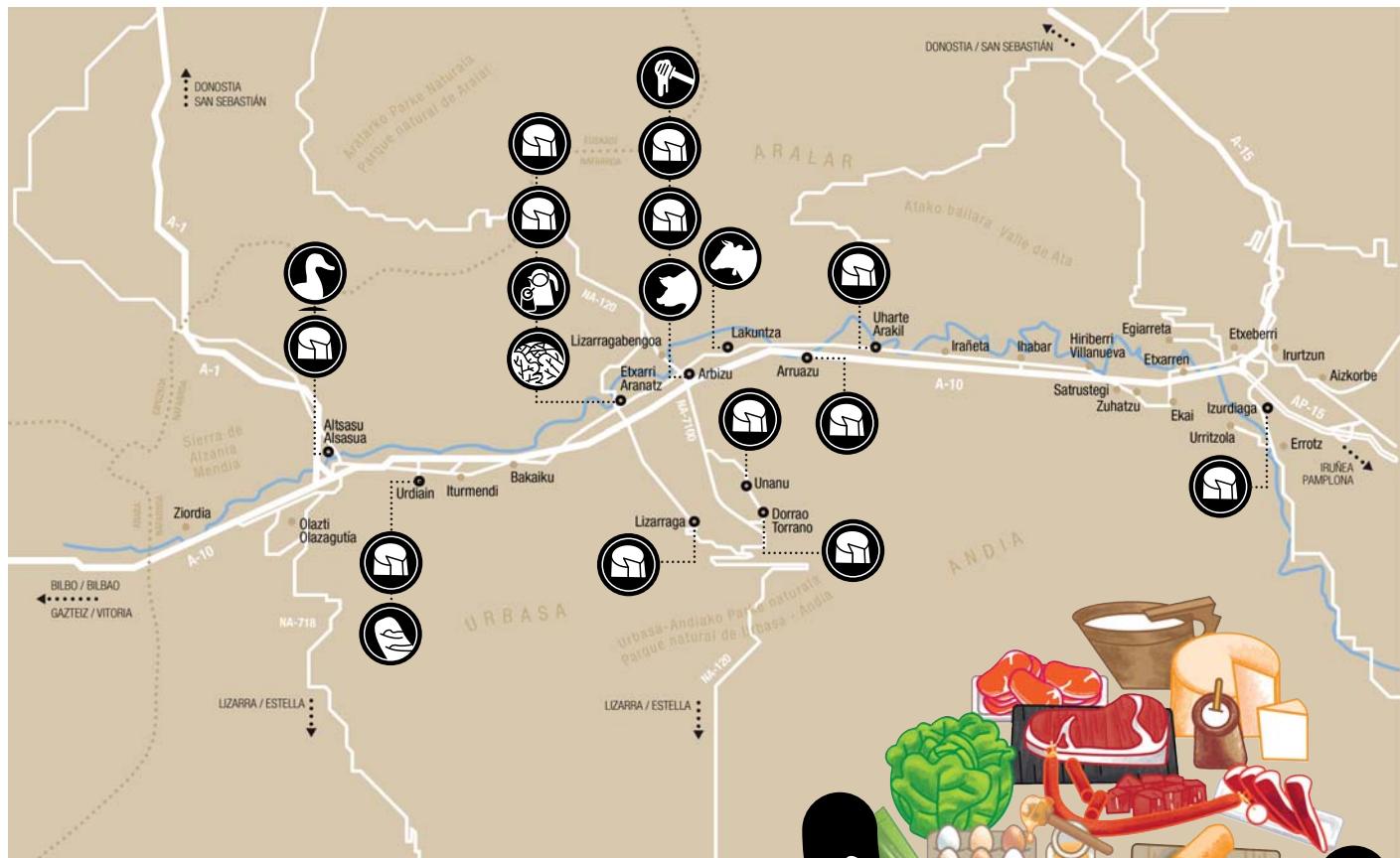
Barazkiak
Hortalizas



Ogia
Pan



Eztia
Miel



SKN
2020

belardi
sakana

