NAFARROAKO MENDIALDEKO IKA
EUSKALTEGIEN EUSKARA ALDIZKARIA

ika

ETXETIK PLAZARA

udazkenean, AZA besta

SARIA:
BIDAZI elkarteko
bertako produktu
ekologikoen saskia

2021eko ABENDUA

175. ALEA

IRAKURLAN

ABENDUKO EGUNAK

Abenduan gara, negua ate eta tximiniatik sartu zaigu, agudo neguko solstizioan murgilduko gara, eguzkia bere birajetxoan, izkina hartzen dueneko egun magiko eta seinalatuan. Abenduko eguna, argitu orduko iluna; abenduaren erdia gaua, eta bertze erdia iluna; abendua gau huts eta jai huts... Abendua, azken hilabetea balantze egiteko unea, eta etorkizunari leihoa zabaltzeko tenorea.

Atzean gelditu da azaroa, hazila, zemendila... Egin al dituzue hilabete horri dagozkion laboreak edo lanak? Zuhaitzak, zuhaixkak landatzeko aro edo sasoia aprobetxatu al duzue? Fruta-arbolen enborreko altsumak eta sustraietako aldakaitzak moztu eta kendu al dituzue? Fruta-arbolen haziak jaso, geruzatu eta kanpoan toki fresko batean heze mantentzen ari al zarete? Hurritza makiletarako moztu al duzue? Baratzean eta berotegietan landatzeko eta ereiteko lanak burutu al dituzue? Segur aski, bai, dagoeneko lan horiek guziak eginak edo martxan izanen dituzue.

Baserri eta etxeetako ganbarak eta i**zozkailu** handiak beteta izanen dituzue: gaztainak, intxaurrak, patatak, kuiak... Zuen txerriei ere euren San Martina ailegatu al zaie? Dagoeneko solomoak, saiheskiak eta txistorrak dastatzen ari al zarete? Santo Tomas eguna ospatzeko prest? Banabarrak azarekin, banabarrak "sakramentuekin", txerrikia, neguko konpota, gaztainaz egindako postreak jaten ari al zarete? Neguko hilabete hauetan artopil goxoak sutondoan dastatu al dituzue?

Etxetik Plazara ale honetan, aza, kale aza eta azaren senideez arituko gara. Ezagutuko dugu halako jaki arruntek zer onura ekartzen ahal diguten. Heldu zaizkigu ospakizun egunak, eta, anitzetan, jaki garestiak kontsumitzen ditugu, baina garaiko elikagaiak bilatu eta dastatu beharko genituzke. Azaz gain, udazken eta neguko fruta eta berdurek gure mahaiak alai ditzakete. Urtaro honi dagozkion elikagaiek ez dute hainbertze urik, mamitsuagoak dira, eta kaloria gehiago eskaintzen digute hotza eta tenperaturen aldaketa hobeto eramateko. Gainera, garaiko elikagai horiek erostean, dirua aurreztuko dugu, garaiz kanpokoak baino merkeagoak baitira. Zerrendatzen hasita, gustuen arabera kontatzen ahalko lirateke, baina onddoak, kuiak, kiwiak, sagarrak, eskarolak, azenarioak, babarrunak, apioa... ezin dira gure erosketa saskietan falta. Osagarri horiekin eta bertze batzuekin, errezeta goxoak egin ditzakegu: gure amatxiek utzitako errezetei jarraituz edota goi sukaldaritzan ari direnen errezetak imitatuz. Gure amatxik zioen bezala: zer da "gloria"? Ba, aza eta patata! Anitzetan, edertasuna txikitasunean baitatza.

Eta horrela, Eguberri, Gabonak ospatzeko prest izanen zarete, guztiok izanen gara. Aurten "pandemiak" utzitako egoera berriari begira, baina iazkoa baino hobea izanen den itxaropenarekin. Eguberrietan, urtearen errepasoa egiten dugu. Urte Berriaren nahien zerrendan nork bere ametsak erantsiko ditu, baina, aurtengoan, proposatu nahi dizuegu galdera ikurrak paratzea. Osasuntsu jateko, neguan marrubi, gerezi edo auskalo zenbat mila kilometro egin duten jakiak jan behar al ditugu edo gure azoketan, gure ekoizleei garaiko jakiak erosi eta kontsumitu behar al ditugu? Zer opari mota eskatuko diot Olentzerori? Zer kontsumo mota eginen dut Urte Berrian eta ondorengo urteetan? Abenduko egun sosegatu hauek aprobetxa ditzagun erronka berriak egiteko eta Ama Lurrarekin bat egiteko, gure alea jarriz. URTE BERRI ON!

-GAILU / -KAILU ATZIZKIA

Irakurgaian izozkailu hitza beltzez paratu dugu atzizkia lantzeko:

-gailu dugu izen berriak sortzeko; eta, herskari edo txistukariaren ondoren ***-kailu*** *(euskailu, herskailu, hozkailu).*

Aditzoin kategoriako oinarriei eransten zaie *-gailu* atzizkia eta sortzen den izena konkretua izan ohi da, aditzoinak adierazten duen ekintza horretarako 'baliabide' edo 'tresna' esan nahi duena: *bizigailu, estekailu, gantzugailu, gordailu, gozagailu, herskailu, itxigailu, jostailu, ongailu, oroigailu, sendagailu, tapagailu.*

-gailu atzizkia aski sendotua dago estandarrean 'zerbaitetarako aparatua edo tresna' adieran. Ildo horretako hitzak dira hauek: *berogailu, bozgorailu, entzungailu, euskailu, haizagailu, hondeagailu, hozkailu, ibilgailu, ikuzgailu, igerigailu, igogailu, igorgailu, induskailu, lehorgailu, zapalgailu, zulagailu…*

Bestalde, ***-gailu*** horren emankor gertatu da, izen beregain gisa ere erabiltzen baita gaurko euskaran, 'tresna' adieran: *gailu mekanikoak, CD gailua…*

A) Irakurri definizio hauek, eta idatzi beheko hitzak dagokien lekuan:

1.- Hotza ez pasatzeko balio duen tresna:
2.- Iluntasunean ikusteko erabiltzen den tresna:
3.- Ernatzeko erabiltzen dugun tresna:
4.- Zerbaiti hezetasuna kentzeko balio duen tresna:
5.- Arropei ximurrak kentzeko erabiltzen dugun tresna:
6.- Solairu batetik bestera igotzeko eta jaisteko tresna:

a. igogailu	c. berogailu	e. lehorgailu
b. lisagailu	d. argigailu	f. iratzargailu

B) Eguberrien inguruan hainbat esamolde jaso eta desordenatu ditugu, ea parekatzen dituzun:

1.- Eguberri bezperako gauerdian zer haize,	a.- … pazkoa barrenea.
2.- Eguberri argitsu,	b.- … hurrengo urteko 6 hilabeteak halako
3.- Eguberri ilargiarekin,	c.- … ogia gero lastotsu.
4.- Eguberri ilargirik gabe,	d.- … pazkotan elurra
5.- Eguberrietan ilbehera,	e.- … hurrengo tenporetaraino haize "hure."
6.- Eguberri ondorengo lehendabiziko SEI egunak nolako,	f.- … inauteriz ilberri.
7.- Eguberrietan eguzkia,	g.- … artzaina axuriarekin
8.- Eguberriz kanpoan,	h.- … artzaina arkumeak gabe.

SUKALDERA!!

Gaur egungo Eguberrietako ospakizunek kutsu ezberdina hartu dute: norberak erabakitzen du nola ospatu edo ospatu gabe bizitu… Dena den, ospakizun guztiak bezala, baita Eguberrietakoak ere, familia bakoitzaren baliabide ekonomikoen mende zeudela eta daudela erran dezakegu.

Gure Gabon egunetan, honako hau izaten zen ohiko afaria: lehendabizi, baratxuriz eta olioz ondutako aza edo kardua; eta bigarrenerako, baliabide ekonomikoen arabera, bakailaoa edo bisigua erreta; postrerako, berriz, Nafarroako zenbait tokitan, kapoi-salda, konpota (sagarrez edo udarez eginiko janari apala). Kanta zahar batean, onomatopeia alaiez goresten zen Gabonetako afaria: *"Aza-olioak pil-pil. Bisigua zirt-zart; Gaztaina erreak pin-pan. Ahia goxo-goxo, epel-epel"*. Aza, bisigua, gaztainak eta ahia, alegia.

Historian zehar, jakiak eta errezetak aldatuz joan dira, eta aurtengo mahaietan ere denetarik izanen dugu, segur aski, gehiegi. Eguberrietan ere komeni zaigu tarteka edo zenbait egunetan gorputzari atsedenaldia ematea. Ba, egun horietarako, errezeta sinple eta goxoa proposatu nahi dizugu, gainera ale honetako protagonista den kale aza osagarri nagusitzat izanda.

Ariketatxo bat ere prestatu dugu: osagaiak irakurtzen dituzularik, hitzak desordenaturik daudela ikusiko duzu. Badakizu zer egin beharko duzun, ezta? Osagai bakoitzeko hitzak modu egokian ordenatu.

KALE AZA-IRABIATUA BANANA ETA KIWIAREKIN

Osagaiak:

1. aza / bat/ kale / katilukada
.....

2. bat / kiwi / ondu
.....

3. ondu / erdi / banana / bat
.....

4. ml / 250 / almendra / esne
.....

5. koilarakada / liho / bat / hazi
.....

NOLA EGIN?

Banana eta kiwia zurituko ditugu, eta kale aza eta gainerako osagarriekin ontzi batera botako ditugu. Segundo batzuk irabiagailuarekin nahasi eta gustuaren arabera ontziratu.

BITXILOREAK

KALE AZA

Zer ote, zer ote, izugarri gaizki usaindu baina goxo-goxo dagoena? Ez, irakurle? Ez zaizu deus gogoratzen? Zer izanen da, bada? Aza! Bai, aza: barazki xume ....(1).... ona. ....(2).... buruz, noizbait solastatu izan gara Etxetik Plazara aldizkarian, baina hain da janari aberatsa, ...(3).... bertze behin ere lerro hauetara ekartzea interesgarri iduritu zaigun. Testuan zehar, lantxo bat izanen duzu: hutsuneak bete beharko dituzu aukera egokiekin. Animo!

Egun, ...(4).... modan dauden janari osasuntsuen erreginen artean, lehenbiziko postuetan kokatzen ahalko ....(5).... aza. Familia horren barrenean, honako bertze hauek ere harrapatzen ahal ditugu: aza gorria, brokolia, azalorea, Txinako aza, erromaneskua, brusela aza, kale aza... Eta azken hori da, hain zuzen ere, jaki osasuntsuen rankingaren gorenean dagoena: kale aza.

Kizkurra, berdea eta hosto haragitsukoa; halakoxea da kalea. Mediterraneoan ....(6).... du jatorria, baina itsaso Atlantikoaren bertzaldean da (Iparramerikan, zehazki) bereziki preziatua. Egun, ...(7).... jotzen da; hau da, nutriente, bitamina eta mineral aunitz dituen jakitzat. Gainera, adituek diotenez, ona da ikusmenerako, sistema immunea indartzeko, garunaren funtzionamendua hobetzeko eta hezurrak babesteko; ....(8).... eritasun kardiobaskularrak saihesteko eta odol-zirkulazioa hobetzeko ere. Horretaz gain, hamaika modu dago aza mota hori prestatzeko: gordinik entsaladan, frijiturik, zukuan, labean, gisaturik...

Hortaz, zer gehiago eska geniezaioke barazki ....(9)....? Bada, baratzean ongi ematea. Eta geurean sobera zabaldua ez ....(10)...., gero eta kale gehiago ikusten dela erraten ahal dugu. Ortuan sartzeko beranduxko da ....(11)....; izan ere, abuztu-irail aldera landatu behar da, eguraldi hotza hasi ....(12).... lehen. Leku epel edo hotzak gustatzen zaizkio; baita hezetasuna ere. Aipatu beharra dago loreontzietan ere landa daitekeela, baina ....(13).... izan sustrai sakonak dituela eta sakonera handiko ontzia izan beharko dela.

Beraz, irakurle, kale izan, brokolia izan, azalorea izan edo familia horretako dena delakoa ....(14)...., aprobetxatu gure lurretan aise hazten dela, eta jan, jan aza!

ERNE, SARIRAKO!

1. a) adina
   b) beste
   c) bezain

2. a) horri
   b) hori
   c) horren

3. a) non
   b) inon
   c) nonbait

4. a) hainbertze
   b) hain
   c) hainbertzerako

5. a) genioke
   b) genituzke
   c) genuke

6. a) ohi
   b) omen
   c) ote

7. a) superelikagaitzat
   b) superelikagaitik
   c) superelikagaiz

8. a) bai
   b) baita
   c) baitere

9. a) batentzat
   b) bateri
   c) bati

10. a) egoteagatik
    b) egotegatik
    c) egonagatik

11. a) honezkero
    b) dagoeneko
    c) artean

12. a) baino
    b) baina
    c) eta

13. a) kontuan
    b) kontutan
    c) kontun

14. a) izan
    b) dela
    c) baita

HITZAK DANTZAN

HIZTEGIA: AZA FAMILIA

Aza goiti eta beheiti ibili gara aitzineko atalean. Dauden motak ere zerrendatu ditugu, baina Zer itxura dute? Atal honetan, ikusitako hiztegia errepasatu eta barazki-familia horren kideak hobeki ezagutzeko aukera izanen duzu. Hemen azpiko izenak dagokien irudiekin erlazionatu beharko dituzu.

a. Kale aza	d. Aza gorria	g. Brusela aza
b. Azalorea	e. Erromaneskua	h. Aza kizkurra
c. Brokolia	f. Txinako aza	i. Bazka aza

1 .....

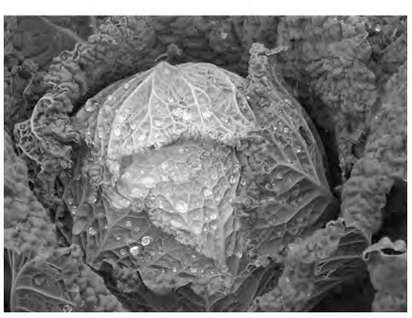
2 .....

3 .....

4 .....

5 .....

6 .....



7 .....

8 .....

9 .....

ERANTZUNAK

IZENAK IZAN (2-3. or.): 1- e; 2- a; 3- c; 4-f; 5- d; 6- b

LAN eta LAN (3. or.):
A) 1- c; 2- d; 3- f; 4- e; 5- b; 6- a / **B)** 1- e ; 2- c; 3- g; 4- h; 5- f; 6- b; 7- d ; 8- a

SUKALDERA!! (4. or.): 1. Katilukada bat kale aza; 2. Kiwi ondu bat; 3. Platano ondu erdi bat; 4. 250 ml almendra esne; 5. Koilarakada bat liho hazi

HITZAK DANTZAN (6. or.):
1- e; 2- d; 3- g; 4- a; 5- i; 6- c; 7- h; 8- f; 9- b

174. aleko sariketa erantzunak – BOTA BERTSOA! (6. or.):
1- c; 2- e; 3- a; 4- l; 5- k; 6- d; 7- g; 8- i; 9- j; 10- b; 11- f; 12- h

ETXETIK PLAZARA lehiaketa

Gure lehiaketan parte hartzeko, ariketa baten erantzunak bidali beharko dituzu. Ale honetan, 5. orrialdeko erantzunak dira beheko aldera pasatu beharrekoak. Marratik moztu eta postaz bidali azkeneko orrialdeko helbideren batera. Hurrengo alean ariketa horren erantzuna eta sariaren irabazlearen izena agertuko dira.

175. aleko SARIA:

BIDAZI elkarteko bertako produktu ekologikoen saskia

174. aleko irabazlea:

Miguel Iribarren Irisarri
Doneztebekoa

ETXETIK PLAZARA liburua, DEBALDE!!
Eska ezazu, Bortziriak edo Malerrekako IKA euskaltegietan

http://etxetikplazara.ivoox.com

OHARRA: erantzunak **abenduaren 21a baino lehen** bidal itzazu.

SARIRAKO ARIKETA

BITXILOREAK (5. or.):

1 - _____	6 - _____	11 - _____
2 - _____	7 - _____	12 - _____
3 - _____	8 - _____	13 - _____
4 - _____	9 - _____	14 - _____
5 - _____	10 - _____	

EP 175 (2021/12)

ika
euskara errazago egiten

EUSKARA berri on!!

ESKER ONEZ
beteriko SU-PINTTARRAK;
Etxalarko Herriko Ostatua jatetxeari, Lesakako Linddurrenborda sagardotegiari eta Beko mintegiari, Bidazi Elkarteari, Bortziriak eta Malerrekako Euskara Mankomunitateei eta Baztango Udalari….

… eta ESPERANTZA eta ESKER ON SUTARRI GORIAK birus guztien gainetik euskaltegion eta euskalgintzaren egoera sendotzeko, bultzatzeko eta babesteko ahaleginetan dabilen Nafarroako Gobernuari… ea asmo onak hobetzen eta gauzatzen ahal diren.

… eta BEROTASUN GOXOA EUSKARA erabiltzeko, hobetzeko, ikasteko, babesteko eta **EUSKARAZ osasuntsu bizitzeko** ahaleginean ari zareten Etxetik Plazarazale eta euskaltzale guztioi. Ea 200. alera ailegatzen garen!!

Aldizkari honen egileak:

Bortziriak eta Malerrekako IKA Euskaltegiak

Marrazkiak:

Joseba Larratxe
Mathilde Brugiere-Garde

Diseinua eta maketazioa:

Raul Garcia Etxeberria
Mathilde Brugiere-Garde

Laguntzaileak:

Nafarroako Mendialdeko EUSKARA

ZOZKETARAKO DATUAK

Izen-abizenak:.....

Helbidea:..... Herria:.....

Telefonoa:..... Adina:.....

HORRA GURE HELBIDEAK

Bortzirietako IKA Euskaltegia.
Arretxea 22, 31770 Lesaka.
bortziriak@ikaeuskaltegiak.eus

Malerrekako IKA Euskaltegia.
Rosa seminario 6, behea, 31740 Doneztebe.
malerreka@ikaeuskaltegiak.eus

ika