

CONTRA L'OBLLIT DEL POBLE PALESTÍ



Barcelona, Maig 2024

Maig 2024
Centre Cívic El Sortidor

Han participat: Goizalde de Eguskiza i UNRWA Euskadi, Clàudia Puigròs i Helena Muñoz.

Aquest fanzine conté fragments del film A"l-Yad Al-Khadra" de Jumana Manna, la publicació "Recetario contra el olvido" de UNRWA Euskadi i cartells de la campanya Flyers for Falastin.



Cuinar a Palestina és un acte de resistència íntima: el menjar és cultura i, si és apropiada, robada o colonitzada, es perd. La població refugiada de Palestina reclama la seva identitat a través de la cuina, una resistència pacífica en un espai tradicionalment feminitzat, on al mateix temps les dones palestines recreen una narrativa i reclamen la seva força i empoderament.

Acompanyades per l'Asma Ismail hem entès de quina manera les espècies, les olors i l'explosió de sabors representen la seva cultura i la seva lluita des dels fogons.

اليد الخضراء



L'artista visual basada a Berlín, Yumana Manna, va créixer a Jerusalem Est, on els seus pares sempre han recol·lectat delícies com akkub (card), za'atar (farigola), hindbeh (dent de lleó), o halayún (espàrrecs), totes utilitzades àmpliament a la cuina palestina.

Recollir za'atar, akkub i miramiyyeh es va convertir en delictes sancionable amb multes i fins a tres anys de presó, començant amb zaatar el 1977, quan l'Agència per a la Protecció de la Naturalesa Israeliana va decidir qualificar-la com a espècie protegida. Un fet que documenta al film Al-Yad Al-Khadra.





A continuació es recull una part del treball generat per UNRWA Euskadi i que us podeu descarregar sencer a: recetascontraelolvido.com/ o amb el codi QR



RECETAS CONTRA EL OLVIDO

Cocinando con mujeres refugiadas
de Palestina en Líbano



Autoría textos: Luisa López Tellería, Basque Culinary Center y UNRWA Euskadi

Revisión recetas: Ana Gonzalez Rodriguez, Basque Culinary Center

Fotografías: Joe Sakr, archivo histórico de UNRWA, archivo de UNRWA, istockphoto, Luisa López Tellería, Basque Culinary Center

Coordinación y Edición: UNRWA Euskadi

Diseño y maquetación: Binari Comunicación

ISBN: 978-84-09-56487-3

Depósito Legal: M-34120-2023

Bilbao, noviembre de 2023

www.unrwaeskadi.org



Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero de la Diputación Foral de Bizkaia.



El análisis y opiniones expresadas en esta publicación no reflejan necesariamente la posición de UNRWA Euskadi ni de la Diputación Foral de Bizkaia.



Reconocimiento-NoComercial-SinObrasDerivada (CC BY-NC-ND 4.0)

Este documento está bajo una licencia de Creative Commons. Se permite libremente compartir - copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato siempre que se reconozca la autoría. No puede utilizarse el material para una finalidad comercial, si se remezcla, transforma o crea a partir del material, no puede difundir el material modificado, no puede aplicar términos legales o medidas tecnológicas que legalmente restrinja realizar aquello que la licencia permite.

Licencia completa: http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es_ES



RECETAS DE LAS MUJERES REFUGIADAS DE PALESTINA



MEMORIA CONTRA EL OLVIDO

El recuerdo de la Nakba sigue presente entre las mujeres refugiadas Palestinas mayores después de 75 años. En 1948, 720.000 personas palestinas fueron forzadas a dejar sus hogares debido a la creación del Estado de Israel, convirtiéndolos en refugiadas. Hoy en día son casi 6 millones. Aproximadamente una cuarta parte de la población refugiada del mundo es refugiada de Palestina.

Las mujeres mayores refugiadas de Palestina transmiten la historia a las siguientes generaciones. A pesar de los años, las heridas psicológicas y emocionales siguen siendo profundas. Aún más teniendo en cuenta que esta historia de desplazamiento y desposesión, lejos de quedar atrás, se repite recurrentemente en sus vidas.

"[Mis padres] no vieron la oportunidad de llevarse nada de sus pertenencias. Dejaron sus tierras y hogares y dejaron todo tal como estaba. Cerraron las puertas de sus hogares, guardaron las llaves y las llevaron consigo, pensando que regresarían. Dejaron Palestina y algunos cruzaron a Líbano a través de las fronteras de ambos países, otros fueron a Jordania o a Siria y unos pocos a Egipto. Líbano, Siria y Jordania fueron sus destinos principales porque preferían quedarse en países cercanos a Palestina para poder regresar fácilmente." Alyaa Abd al-Halim

يالنجي

YALANJI

INGREDIENTES

600 mg de hojas de parra en salmuera (ver pág. 29) o, 350 g de hojas de parra frescas
450 g de arroz cocido
4 cebolletas tiernas
1 cebolla grande
6 tomates medianos

ELABORACIÓN

Si las hojas de parra han estado en salmuera, hay que hervirlas en agua, de 6 a 8 minutos, para ablandarlas y quitarles el exceso de sal. Y si las hemos conseguido frescas, hervirlas en agua con sal, durante 10 minutos hasta ablandarlas. Las hojas no tienen que ser muy grandes por que suelen quedar duras, ni muy pequeñas y tiernas porque se rompen al manipularlas.

Mientras tanto, vamos picando la cebolla, las cebolletas y tres de los tomates en cubos, y los vamos poniendo en un recipiente, para mezclarlos bien y añadirles el arroz cocido y el tomate triturado.

Al terminar, aliñar la mezcla con el aceite, el zumo de limón, una pizca de sal y el perejil picado. Es el momento de probar el relleno y rectificar el sazónamiento, si lo necesita.

Estirar las hojas de parra dejando el envés hacia arriba, sobre una superficie plana, y poner una cucharada de la mezcla de las verduras y el arroz, en la parte inferior de la hoja, cerca del tallo. A continuación,

300 ml de tomate fresco triturado
4 cucharadas de aceite de oliva
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de pimentón picante
Zumo de un limón
4 ramitas de perejil

cubrir la mezcla con los laterales, para después enrollarla, comprimiéndola un poco, para formar un cilindro que no deje escapar el relleno. Como se ve en la foto.

Cortar los tres tomates restantes en rodajas, para disponerlos en el fondo de una cazuela y encima las hojas de parra rellenas, en un círculo alrededor de la base bien juntas, de forma que no se puedan mover ni abrir, durante la cocción. Para terminar, espolvorearlos por encima con el pimentón picante, y añadir el agua hasta cubrirlos.

Colocar encima de los rollitos un plato boca abajo, a modo de tapadera, pero que ayude a inmovilizarlos, y poner la cazuela a fuego suave durante unas dos horas, hasta que el agua se haya evaporado.

Entonces abrir una hoja para comprobar que el arroz está cocido. Si no es así, echar un poco más de agua y seguir cocinándolos.

Antes de servir, dejarlos reposar durante 15 minutos, y rociarlos con un chorrito de aceite de oliva.





رومانية

ROUMMANIYA

INGREDIENTES para 4 comensales

1kg de berenjenas
 2 tazas de lentejas
 4 tazas de zumo de granada
 5 tazas de agua
 1 diente de ajo
 2 cucharadas de tahin
 3 cucharadas de aceite de oliva
 2 cucharadas de harina
 2 cucharadas de eneldo picado
 1 cucharada de guindilla verde picada
 ¼ cucharada de sal

Para decorar

Una granada madura y bien dulce.

Para acompañar

Unos pepinillos encurtidos.

ELABORACIÓN

Mientras cocemos las lentejas en el agua durante media hora, vamos cortando las berenjenas peladas en cubos.

Pasado este tiempo, añadimos las berenjenas en la cazuela de las lentejas junto con el aceite, el ajo picado, la sal, el tahin, el eneldo y la guindilla y dejamos cocer la mezcla, hasta que las berenjenas estén blandas, pero no deshechas.

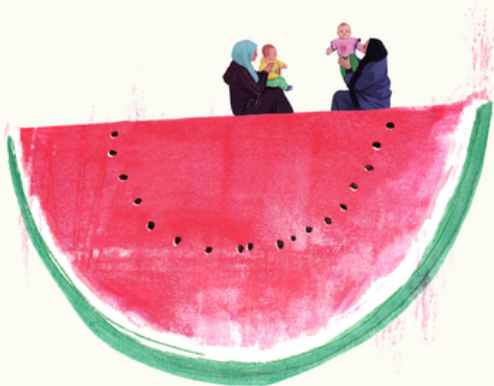
Aparte, mezclar el jugo de granada con la harina y añadir esta preparación a la

cazuela con las lentejas y las berenjenas, removiéndola suavemente para que no se formen grumos, hasta que espese el potaje.

Si queremos servir este plato, y que quede tan bonito como lo hace Abeer, lo ponemos en un recipiente de barro y le esparcimos los granos de la granada por encima.

Los pepinillos encurtidos le van muy bien de acompañamiento a este guiso.

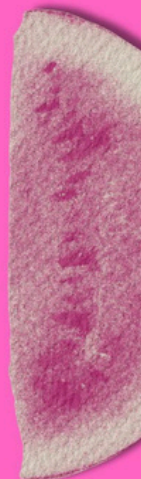
PAREMOS EL GENOCIDIO



@flyers_for_falastin

@elarsdeuillustracion

**YOU ARE
NOT ALONE**



A La Tinta (Plaça Santa Madrona, 3, BCN), de 18'30h a 21h, podreu trobar cada dijous un punt de recollida de cartells i Il·lustracions de la campanya Flyers for Falastin (@flyers_for_falastin).

Podeu agafar cartells sense cost per posar-los a les finestres, penjar-los als vostres espais o portar-los a les manifestacions. Si voleu fer una aportació voluntària, trobareu una guardiola per cobrir els costos d'impressió i seguir imprimint cartells.

Contra l'oblit del poble Palestí necessitem seguir visibilitzant el genocidi, informar-nos i no contribuir amb les empreses que estan finançant aquesta massacre i demanar una aturada del foc immediata.

A 7 de maig del 2024 les xifres des de la invasió d'Israel de Gaza el 7 d'octubre del 2023 son 34.789 de víctimes mortals i 78.204 ferits a Gaza. UNRWA anunciava que més d'un 70% dels morts estan sent dones i infants. Al voltant de 1,5 milions de persones han estat desplaçades a la ciutat de Rafah on continuen els atacs a la població civil per part de l'exèrcit de l'Estat sionista i es prepara una nova ofensiva a la ciutat.