

NÚMERO 36 GRATUITA

LA LATINA SPOKANE

#LATINPOWER

A black and white portrait of Karina Dávila, a young woman with long, wavy hair, smiling warmly. She is wearing a dark polo shirt with a circular logo on the left chest. The background is a vibrant, solid green color. A bright yellow curved line is visible behind her, suggesting a golf club or a similar object.

KARINA DÁVILA
EL GOLF ES SU PASIÓN

LA LATINA SPOKANE

CULTURA

4/RESTAURANTES LATINOS
EN EEUU

8/ENGLISH VERSION

12/EL POPOL VUH

16/ENGLISH VERSION

ESTILO DE VIDA

18/RECETA:

CALDO DE BIRRIA

NUESTRA GENTE

22/KARINA DÁVILA

VIAJES

28/CORDILLERA BLANCA

SPOKANE

33/VIVA COLOMBIA



 **@lalatina_us**



18
RECETA:
CALDO DE BIRRIA



CULTURA: EL POPOL VUH

12
CORDILLERA BLANCA
DEL PERÚ
28



!

**¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?**

**Escribenos
un correo a**

lalatina@qmode.es



CULTURA

RESTAURANTES LATINOS: UNA VIBRANTE EXPRESIÓN CULTURAL DEL ESTADOS UNIDOS MULTICULTURAL

Pocos países son un crisol de culturas tan rico como Estados Unidos. Naturalmente, una expresión de esa diversidad es el paisaje culinario. La asiática y la italiana, por ejemplo, son gastronomías muy conocidas. Sin embargo, en la última década la cocina latina ha cobrado impulso. No sólo en la esfera de la comida callejera, sino también en la de los restaurantes de autor, Latinoamérica está dando forma a la escena culinaria estadounidense.

Tal es el caso de Tanta, en Chicago, el restaurante fundado por el reconocido chef peruano Gastón Acurio. En palabras del propio chef: “Nuestro menú es como viajar por todo el Perú, desde el Océano Pacífico hasta el desierto y la cordillera de los Andes, el reflejo del lago Titicaca sobre el Altiplano, pasando por los increíbles colores y sonidos de la selva amazónica”.



Tanta se ha convertido en una institución, en parte gracias al papel de Acurio en la popularización de la cocina peruana en todo el mundo. Más recientemente, un restaurante latinoamericano en Washington D.C. ha recibido su primera estrella Michelin. Es Imperfecto: la mesa del chef, el restaurante propiedad del chef venezolano Enrique Limardo, que es también su director. El menú cuenta con una fusión de sabores de Medio Oriente y América Latina, aunque estos últimos son más prominentes en el segundo restaurante, más informal, de Limardo: Seven Reasons.

Limardo representa una generación emergente de chefs de América Latina a la que también pertenece Juan Manuel Barrientos. Barrientos es un chef colombiano que, como dice la Guía Michelin, ha ganado fama internacional desde 2015 con su red de restaurantes Elcielo, con un local en Bogotá y otros dos en Miami y Washington D.C. “Colombia, precisamente, está en cada paso dentro de Elcielo: los ingredientes y quienes los preparan son colombianos que sueñan con que nuestros sabores lleguen a los ciudadanos del mundo”, es el lema del restaurante.

Por supuesto, no podemos pasar por alto el que es considerado no sólo el mejor restaurante mexicano de Estados Unidos, sino el mejor restaurante en general y uno de los 50 mejores del mundo. Así es Cosme, en Nueva York, la creación del chef mexicano Enrique Olvera. El menú es, sin duda, una versión aventurera de la cocina clásica mexicana con un toque japonés. Entre otros platos, tostada de pulpo con chintextle y acedera o vieiras y corvina con aguachile de mandarina shasta. Por último, pero no menos importante, algunos de los mejores restaurantes latinoamericanos en el estado de Washington según Eater y Restaurant Guru: Lily’s Salvadorean Restaurant, Garzon Latinx Street Food, Paparepas Venezuelan Food y Zona Blanca.



CULTURE

LATINO RESTAURANTS: A VIBRANT CULINARY EXPRESSION OF MULTICULTURAL UNITED STATES

Few countries are such a melting pot of cultures as the United States. Naturally, one expression of that diversity is the culinary landscape. Asian and Italians are well-known gastronomies, but Latino cooking has gained momentum in recent years. Nowadays, Latino food, from street food bites to fine dining, are shaping the American culinary scene.

Tanta in Chicago, the restaurant founded by the renowned Peruvian Chef Gastón Acurio. In the chef's own words: "Our menu is like traveling throughout Peru from the Pacific Ocean to playing in the desert to touring the Andes mountains, the reflection of the Lake Titicaca over the Altiplano, through the amazing colors and sounds of the Amazon Jungle".

It has become an institution, in part thanks to Acurio's role in popularizing Peruvian cuisine around the world. More recently, a Latin American spot in Washington D.C. has received its first Michelin star. It is Imperfecto: the chef's table, the restaurant co-owned and lead by Venezuelan chef Enrique Limardo. The menu boasts a fusion of Middle East and Latin American flavors, although the latter are more prominent at Limardo's second, more casual restaurant: Seven Reasons.

Limardo represents an up-and-coming generation of chefs from Latin America to which Juan Manuel Barrientos also belong. Barrientos is a Colombian chef that, as Michelin Guide states, has garnered international fame since 2015 with a location in Bogota and two others in Miami and Washington D.C. "Colombia, precisely, is at every step within Elcielo: the ingredients and those who prepare them are Colombians who dream of our flavors reaching the citizens of the world", is the restaurant's motto.

Of course, we can't overlook the one that is considered not only the best Mexican restaurant in the United States, but the best restaurant overall and one of the 50 best in the world. That is Cosme, in New York, the brainchild of Mexican chef Enrique Olvera.

The menu is, undoubtedly, an adventurous take on classic Mexican cuisine with a Japanese hint. Among other dishes, octopus' tostada with chintextle and sorrel or scallops and bass with shasta tangerine aguachile.

Last, but not least, a few of the best Latin American restaurants in Washington state according to Eater and Restaurant Guru: Lily's Salvadorean Restaurant, Garzon Latinx Street Food, Paparepas Venezuelan Food and Zona Blanca.





CULTURE /
LA MITOLOGÍA MAYA
POPOL VUH



De todas las culturas aborígenes latinoamericanas, la maya es una de las mejor conocidas. Desde el 2000 a.C. el pueblo maya habitó el territorio que actualmente conocemos como el sur de México, Guatemala, Belice, Honduras e incluso El Salvador. El vasto legado que dejó incluye grandiosas edificaciones, piezas ornamentales y de uso cotidiano, además de numerosas muestras de cultura inmaterial en forma de tradiciones orales.

La cosmovisión maya está recopilada en el Popol Vuh, un manuscrito también conocido como el Libro del Consejo. Las leyendas, tradiciones y mitos de la etnia quiché, uno de los pueblos mayas del altiplano de Guatemala, están recogidas con detalle en este documento. En él también se narran las nociones quiché sobre la creación del mundo, los seres humanos, y la naturaleza, así como la vida de este pueblo desde el periodo precolonial hasta la colonización española.

¿Cómo se recopilaron todas estas historias? Se cree que fue un indígena, Diego Reinoso, quien entre los años 1500 y 1538 sistematizó la tradición oral de su comunidad. Más de un siglo después, entre 1701 y 1703, estos relatos orales fueron traducidos al español por el fraile Francisco Ximénez.

El nombre Popol Vuh fue acuñado por el abate Charles Brasseur de Bourbourg, quien en 1861 publicó en francés un volumen bajo el título “Popol Vuh: le livre sacré et les mythes de l’antiquité américaine”. Desde entonces se le conoce también como El Libro sagrado de los mayas.

La primera edición moderna en español fue publicada en 1947 por Adrián Recinos, entonces embajador de Guatemala en Estados Unidos, a partir de la traducción del manuscrito original que reposa hoy en la biblioteca privada Newberry (Chicago).

El valor del Popol Vuh trasciende su carácter de obra primordial de la cultura maya, ocupando un lugar privilegiado en toda la cultura precolombina y también en el acervo cultural universal. Su importancia para la cultura latinoamericana radica en ser la creación literaria más sistemática de la cosmogonía de una cultura aborígen, testimonio de la capacidad de estos pueblos de representar sus visiones de la creación y su historia.



Mayan mythology and the Popol Vuh

Of all the Latin American indigenous cultures, the Maya is one of the best known. Since 2000 B.C. the Mayan people inhabited the territory that today spreads from southern Mexico, Guatemala, Belize, Honduras to El Salvador. The vast legacy left by this culture includes grandiose buildings, ornamental and daily use pieces, as well as numerous expressions of nonmaterial culture in the form of oral traditions.

The Mayan worldview is compiled in the Popol Vuh, a manuscript also known as the Book of the Counsel. The legends, traditions and myths of the Quiché ethnic group, one of the Mayan peoples from the Guatemalan highlands, are collected in detail in this document. It also narrates the Quiché notions about the creation of the world, human beings and nature, as well as the life of Quiché people from the pre-colonial period to the Spanish colonization.

How were all these stories collected? It is believed that it was an indigenous, Diego Reinoso, who between the years 1500 and 1538 systematized the oral tradition of his community. More than a century later, between 1701 and 1703, these oral stories were translated into Spanish by friar Francisco Ximénez.

The name Popol Vuh was coined by the abbé Charles Brasseur de Bourbourg, who in 1861 published a volume in French under the title "Popol Vuh: le livre sacré et les mythes de l'antiquité américaine". Since then, it has also been known as The Sacred Book of the Maya. The first modern edition in Spanish was published in 1947 by Adrián Recinos, at the time the Guatemalan ambassador to the United States, based on the translation of the original manuscript that is now in the Newberry Private Library (Chicago).

The value of the Popol Vuh transcends its role as a fundamental work of the Mayan culture, occupying a privileged place in all pre-Columbian culture and in the universal cultural heritage. Its importance for Latin American culture lies in being the most systematic compendium of the cosmogony of an indigenous culture, testimony to the ability of this people to represent its visions on creation and its history.







CALDO DE BIRRIA DE RES

POR **MELY'S KITCHEN**

Una receta deliciosa y única.

INGREDIENTES:

- * 7-8 tazas de agua caliente
- * 4 libras de carne de res (chuck roast) cortada en 4 trozos grandes
- * 2 libras de costillas cortas (con hueso) o costillas traseras (con hueso)
- * 1 cebolla blanca grande, pelada y cortada por la mitad
 - * 1 cabeza de ajo
 - * 1 zanahoria cortada en cubos
 - * 5 hojas de laurel secas
- * 8 chiles guajillo, con los tallos cortados y las semillas retiradas
 - * 3 cucharadas de caldo de pollo (bouillon)
 - * 1-2 cucharaditas de polvo de chili
 - * 1 cucharadita de orégano mexicano
 - * 1 cucharadita de comino molido
 - * 1 cucharadita de sal (ajustar al gusto)

¿CÓMO PREPARALA?

- 1. Combinar los ingredientes:** En una olla grande, añadir la carne, cebolla, ajo, zanahorias, hojas de laurel y chiles secos. Cubrir con agua.
- 2. Añadir los condimentos:** Agregar el caldo de pollo, el orégano, el comino y la sal, revolver para combinar. Llevar a ebullición.
- 3. Hervir:** Después de 30 minutos eliminar las impurezas que salen de los huesos. (se verán como pequeñas burbujas de espuma en la parte superior)
- 4. Mezclar los chiles:** Sacar los chiles (deben estar suavizados). Licuar hasta obtener una mezcla suave, agregar hasta 1/4 de taza de caldo si es necesario para ayudar a obtener una consistencia suave.
- 5. Colar:** Colar los chiles si es necesario para eliminar restos de piel.
- 6. Combinar:** Agregar los chiles licuados al caldo y revolver para combinar.
- 7. Sazonar:** Agregar el polvo de chili según lo deseado para obtener un bonito color rojo oscuro en el caldo.
- 8. Cocinar a fuego lento:** Cubrir y seguir cocinando a fuego lento durante aproximadamente 3 horas o hasta que la carne esté tierna y se deshaga fácilmente. Retirar la tapa y revolver cada 40 minutos aproximadamente. También se puede probar el caldo una vez que la carne esté cocida y ajustar los condimentos según sea necesario.
- 9. Reservar la grasa:** Espumar la grasa de la parte superior del caldo. Verter la grasa en una sartén pequeña, esto se usará para hacer los tacos si se desea.
- 10. Retirar:** La cebolla, el ajo, las zanahorias y las hojas de laurel del caldo.
- 11. Servir:** Sacar la carne del caldo y cortarla en trozos grandes para servir. Retirar cualquier hueso.

Para servir como guiso:

Colocar un par de trozos de carne en un tazón y agregar caldo encima. Espolvorear con cebolla picada y cilantro fresco. Servir con una rodaja de limón para exprimirlo dentro del caldo.



Mujeres in Action's

Sequins & Velvet

Celebrating Resiliency Al Ritmo De Salsa

Photos: Erin Peterson & Kimberly Sharon



SEPT 15, 2023 @ 6:30PM

UNA NOCHE DE GALA CON



ORQUESTA SON DULCE.
CENA. VINO. BAILE.
SUBASTA. RIFA.
HISTORIAS DE RESILIENCIA.

Una gala benéfica para apoyar a sobrevivientes de violencia doméstica y agresión sexual.

www.MIASPOKANE.org



KARINA DÁVILA

#LATINPOWER

Tuvimos el gusto de entrevistar a Karina Dávila, una golfista profesional que vive en la ciudad de Spokane, conozcamos un poco más de ella.

Maquillaje: Ricardo Martínez · Instagram: @7thskin



Háblanos sobre tí.

Soy originalmente de la ciudad de Córdoba, ubicada en el estado de Veracruz, México. Ahí es donde viví los 18 primeros años de mi vida y donde aún reside la mayoría de mi familia materna. Crecí en una familia golfista en donde nuestra actividad preferida era pasar tiempo en el campo de golf con mis papás y hermanos. Tuve la oportunidad de ser reclutada para pertenecer a el equipo de golf en Lewis-Clark State College por lo que me mudé a la ciudad de Lewiston en el estado de Idaho en el 2012. Durante mi estancia en LCSC tuve la oportunidad de obtener varias victorias como participante del equipo de golf.

En ese tiempo tuve la oportunidad de desarrollarme profesionalmente y aprender administrar mi tiempo balanceando escuela de tiempo completo en mi segunda lengua, entrenando en el equipo de golf diariamente y trabajando en las tardes en la oficina internacional de la universidad. El poder ayudar a la comunidad hispanohablante por medio de esta oficina, fue una de las satisfacciones más grandes de mi carrera. Lo cual me llevó a obtener el premio a la mejor empleada estudiantil en la universidad el 2014.

Eres profesora de golf, explícanos cómo ha sido ese camino.

Al graduarme de la universidad en 2016, decidí ingresar a la industria del golf. En el 2019 pase el examen de admisión para ingresar a la escuela de golf de la PGA. Por sus siglas en inglés: Professional Golfers Association of America. Quienes tienen un porcentaje menor al 10% de aprobación en mujeres y cerca de él 2% en mujeres latinas. Esta es mi séptima temporada como profesional en el campo de golf Indian Canyon Golf Course en Spokane, WA. Este trabajo, junto con mis compañeros de trabajo y jefes me ha impulsado a seguir esta profesión tan hermosa.



¿En qué proyecto estás actualmente? ¿Dónde podemos contactar contigo?

Mi trabajo diario se divide en el desarrollo de golf hacia la comunidad así como la enseñanza de golf. Mi proyecto actual, es seguir desarrollándome como instructora para impartir la mejor enseñanza de golf en la ciudad. Sin embargo, mi meta final es impulsar el golf en mujeres para así aumentar el porcentaje de hombres de mayor edad en los campos de golf.

Recientemente, empezó este proyecto tan gratificante de incluir a la comunidad latina en estas clases de precio reducido que estoy ofreciendo en Indian Canyon Golf Course.

Para mayor información sobre nuestras clases, visítanos en **inlandempirega.com**

Un mensaje para los lectores de La Latina:

Me da mucho gusto estar conociendo a tanta gente latina tan hermosa en la ciudad de Spokane. No hay nada como la energía latina. Me encantaría invitar a personas de todas las edades que estén interesadas en aprender o mejorar sus habilidades golfísticas a que nos visiten ya sea en nuestro sitio de internet o personalmente en el campo de golf. Ofrecemos servicios en español durante todo el año. Ya que, en el invierno, podemos usar nuestros simuladores en cubierta para seguir





VIAJANDO CON **MARÍA LUISA FLORES**



**SIGUE EL VIAJE DE MARÍA LUISA
EN SU INSTAGRAM @MALUISAFLORES**

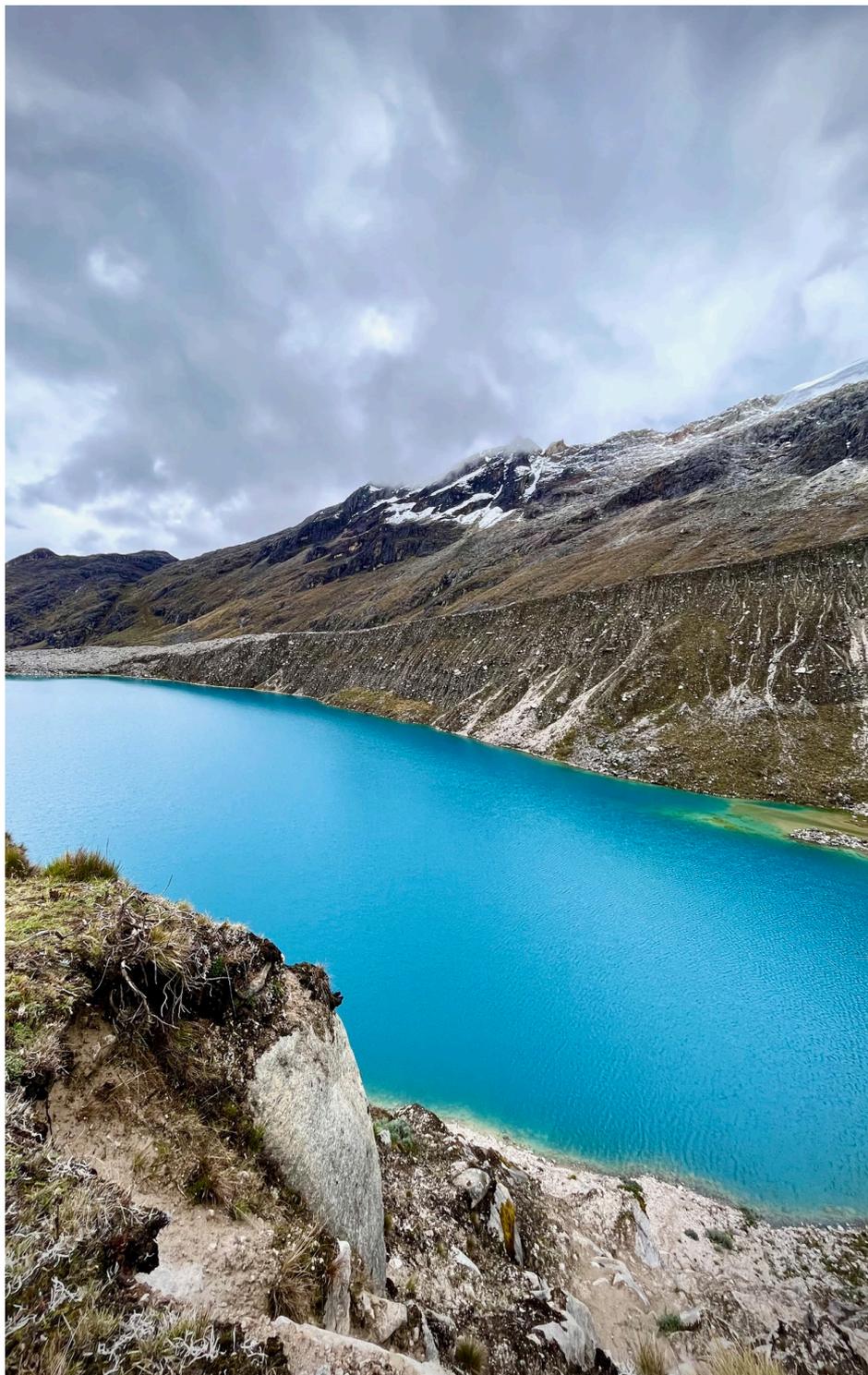
CORDILLERA BLANCA PERÚ

Este lugar de una belleza sublime es uno de los mejores secretos del Perú.

Su montaña más alta, Huascarán, con 6757 m.s.n.m., da nombre al Parque Nacional que resguarda estas maravillas de la naturaleza. El Parque está lleno de lagunas de aguas de glaciar rodeadas de picos con nieves eternas. Es el lugar perfecto para aquellos que aman la naturaleza y la aventura.

Desde Lima pueden viajar rumbo al norte hasta las ciudades de Caraz o Huaraz y desde allí disfrutar de los diferentes recorridos. Como dato curioso es aquí donde se encuentra la montaña Artesonraju que es famosa por ser parte del logo de Paramount Pictures.





LA REVISTA LATINA FAVORITA DE SPOKANE ¡CUMPLE 3 AÑOS!

LA LATINA ANIVERSARIO

27 DE AGOSTO

Brunch · Clase de Yoga con Mimi ·
Clase de música para niños

comienza a
10:00 a.m.

Manito Park
Shelter South (Upper)

¡CELEBREMOS JUNTOS!

Actividades especiales organizadas por nuestros colaboradores: Manzanita House, World Relief, HBPA, MIA Mujeres in Action, Mely's Kitchen y Latinos en Spokane.

¿BUSCANDO LA CASA DE TUS SUEÑOS?



PUEDO AYUDARTE A CONSEGUIRLA
EN TU PROPIO IDIOMA

BLANCA MARIA LENT

WWW.BLENT.CBSPOKANE.COM

509-867-7180





¡Viva Colombia!

El pasado domingo 23 de julio celebramos junto con la comunidad colombiana de Spokane como cada año la independencia de Colombia, gracias a la organización de Lina Roncancio y Jacqueline Salazar pasamos una tarde divertida con música latina, arepas y gente linda, donde la principal idea es recordar a las nuevas generaciones la historia de sus padres y abuelos y sepan un poco de dónde vienen...

¡Que Viva Colombia!



PETTY
WRAPS

INSTAGRAM: @PETTYWRAPS
FACEBOOK: PETTY WRAPS
PHONE NUMBER: 208 6596667

SPOKANE COUNTY LIBRARY DISTRICT

La biblioteca tiene recursos gratis para aprender idiomas

Su tarjeta de la biblioteca gratuita le da acceso a dos recursos para aprender idiomas en línea.

Pronunciator

Comience a aprender un nuevo idioma con este recurso en línea a su propio ritmo. Las instrucciones se dan en su lengua materna.



HelpNow

Este recurso en línea le brinda acceso a tutores de idiomas en vivo y a construir un vocabulario interactivo.

¡Todo es gratis! Para comenzar, ingrese a www.sclcd.org/aprendizaje-de-idiomas



www.sclcd.org



Vacunas
al día



Viviendo su
#mejorvida



srhd.org **HEALTH**
Creado: Agosto 2023



@elev8records

ELEV8
RECORDS

