

NÚMERO 39 · GRATUITA

LA LATINA SPOKANE

#LATINPOWER



LA LATINA **SPOKANE**

CULTURA

4/INSTRUMENTOS
DE NUESTRA TIERRA

10/EL AMA

14/ENGLISH VERSION

18/LATINÍSIMO

22/ENGLISH VERSION

ESTILO DE VIDA

22/RECETA:

GAMBAS AL AJILLO

NUESTRA GENTE

28/MIMI ESCOTO

VIAJES

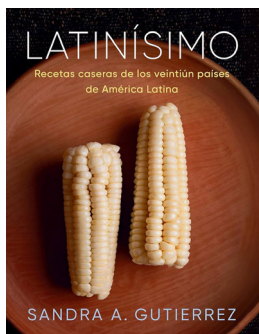
34/AREQUIPA



 **@lalatina_us**



24
RECETA:
GAMBAS AL
AJILLO

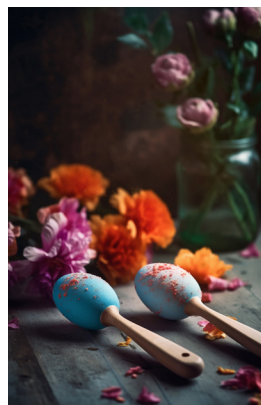


LATINÍSIMO,
EL RECETARIO

18

EDITORIAL:
INSTRUMENTOS

4



!

**¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?**

**Escribenos
un correo a**

lalatina@qmode.es

INSTRUMENTOS DE NUESTRA TIERRA





Los Bongó. Es un instrumento de percusión omnipresente en la música caribeña, probablemente traído a Cuba por los africanos. Consiste en dos tambores pequeños de diámetros diferentes, hechos con carcasas de madera y parches de cuero.



Las Maracas. Generalmente, se data su origen en la época precolombina, en las tribus indígenas que poblaron los alrededores del río Orinoco. El fruto esférico de un árbol llamado güira se vacía, seca y rellena con pequeños trozos de semillas, piedras, metal o vidrio. Se les añade un mango para poder agitarlas y producir el ruido característico.





Las Claves. Es un clásico instrumento de percusión de la música caribeña, probablemente de origen cubano. Consiste en dos cilindros de madera que se chocan entre sí para marcar el ritmo de la música.

El Güiro. También de origen precolombino, está muy presente en la música folclórica de Cuba, Panamá, Colombia y República Dominicana. También se hace con el fruto seco y vacío de la güira, en el que se tallan canales. Se toca “raspando” estos canales con una varilla metálica o de madera.



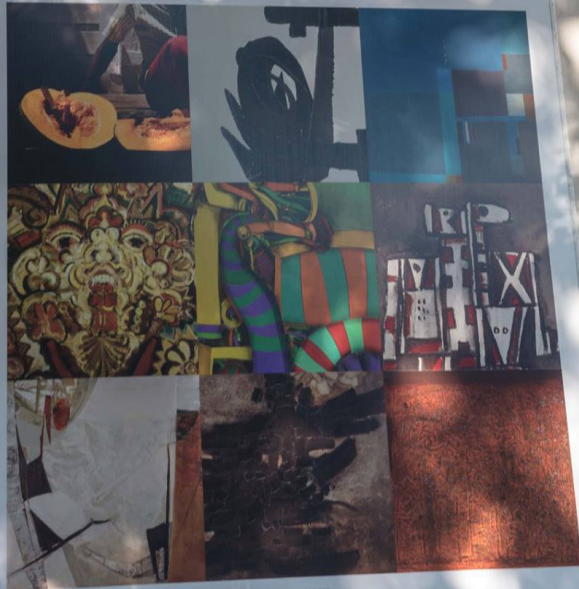
ORGANIZATION of AMERICAN STATES
AMA | ART MUSEUM of the AMERICAS



ART OF THE AMERICAS

COLLECTION OF THE ART MUSEUM OF THE AMERICAS
OF THE ORGANIZATION OF AMERICAN STATES

CURRENTLY ON VIEW



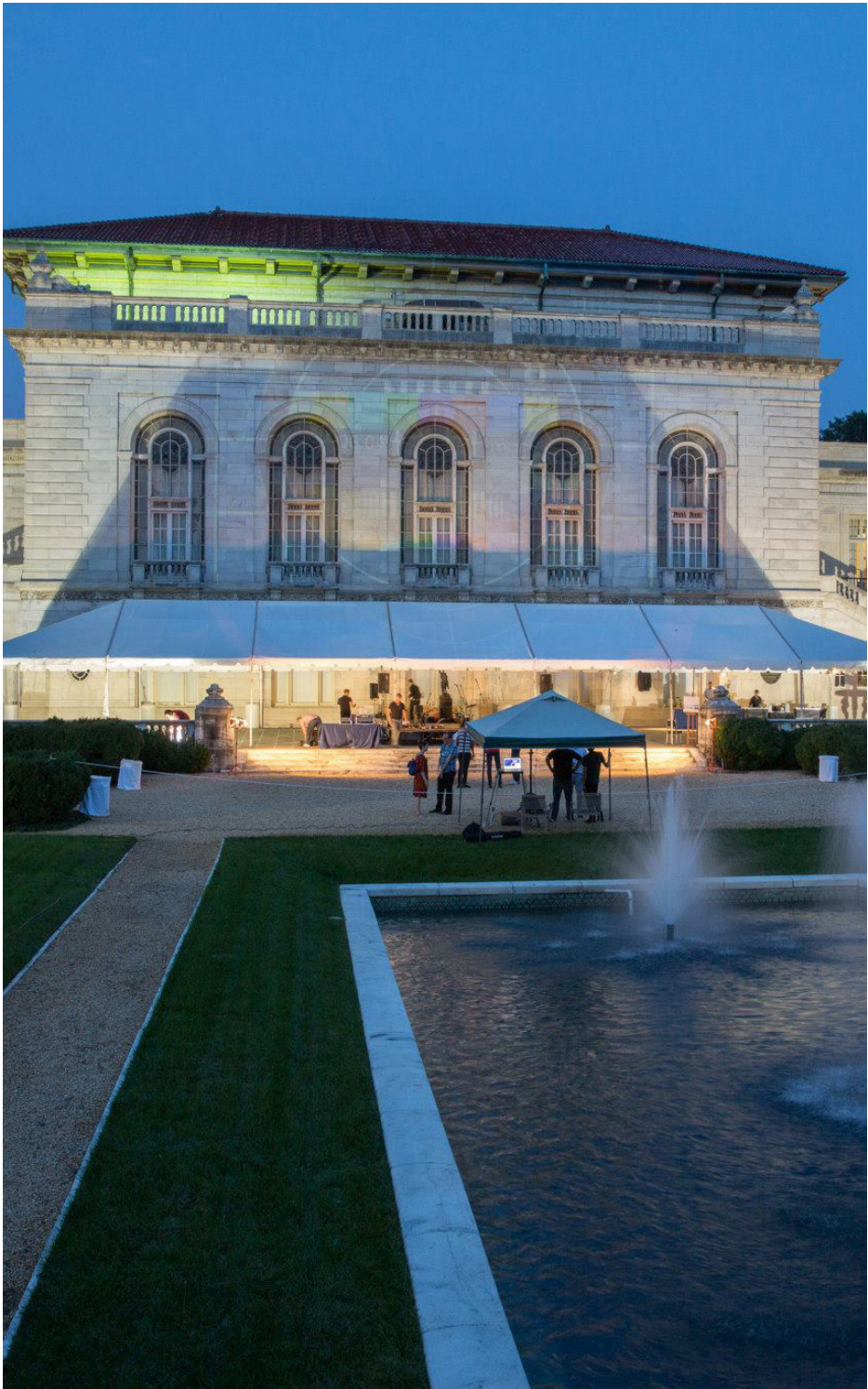
CULTURA

EL MUSEO DE ARTE DE LAS AMÉRICAS, PATRIMONIO DEL CONTINENTE

Enclavado en el centro de la ciudad de Washington, muy cerca de la Casa Blanca y a pocos pasos del National Mall y del Monumento a George Washington, se encuentra el Museo de Arte de las Américas (AMA).

Está situado en una hermosa mansión de tipo colonial que forma parte del complejo de edificios y jardines de la sede principal de la Organización de Estados Americanos (OEA).

El AMA es el museo de arte contemporáneo latinoamericano más antiguo de Estados Unidos. Fue fundado en 1949 como la Unidad de Artes Visuales de la que entonces era la Unión Panamericana, actualmente la OEA.



El propósito fundacional del AMA fue crear un espacio para la proyección de la cultura latinoamericana que, a su vez, reflejara los valores fundamentales de la OEA, enfatizando temáticas tales como la democracia, los derechos humanos, el desarrollo equitativo, la justicia y la libertad de expresión.

Actualmente, el museo alberga una de las colecciones de arte moderno y contemporáneo de América Latina y la región del Caribe más importantes en Estados Unidos.

Su colección permanente incluye más de 2.000 obras -entre pinturas, esculturas, instalaciones, grabados, dibujos y fotografías- representativas de los movimientos artísticos más significativos del continente: el Modernismo, el Cinetismo, el arte conceptual, la abstracción geométrica, la Nueva Figuración y la Escuela del Sur, entre otros.

En las salas del AMA podemos encontrar obras de algunos de los artistas plásticos latinoamericanos más importantes, entre ellos Jesús Soto, Roberto Matta, Carlos Cruz-Díez, José Luis Cuevas, Carlos Mérida, Fernando de Szyszlo, Amelia Peláez, Cándido Portinari, Joaquín Torres García, Emilio Pettoruti, Alejandro Obregón, Raquel Forner y Fernando Botero.

Fotos: Facebook AMA

**ART MUSEUM
OF
THE AMERICAS**

ERECTED 1912

BY ANDREW CARNEGIE

FOR THE UNIVERSITY OF PITTSBURGH

CULTURE

THE MUSEUM OF ART OF THE AMERICAS, HERITAGE OF THE CONTINENT

In the heart of Washington D.C., close to the White House and a few steps from the National Mall and George Washington Monument, is the Art Museum of the Americas (AMA).

It is located in a beautiful colonial-style mansion belonging to the complex of buildings and gardens that comprise the headquarters of the Organization of American States (OAS).

The AMA is the oldest museum of contemporary Latin American art in the United States. It was founded in 1949 as the Visual Arts Unit within what was then the Pan American Union, nowadays the OAS. It was formally established as a museum in 1976 at the initiative of the Permanent Council of the OAS, with the advocacy efforts of art specialist José Gómez-Sicre, who also directed the museum for many years.

The AMA was founded on the purpose to create a space to showcase and promote Latin American culture in a way that also reflected the core values of the OAS, emphasizing issues such as democracy, human rights, equitable development, justice, and freedom of expression.

Nowadays, the museum houses one of the United States's largest collections of modern and contemporary art from Latin America and the Caribbean. Its permanent collection comprises more than 2,000 works -among them paintings, sculptures, installations, engravings, drawings and photographs- representative of the most influential continental artistic movements on the continent: Modernism, Kineticism, conceptual art, geometric abstraction, New Figuration and the School of the South, among others.

In the halls of the AMA we can find works by the most important Latin American artists, including Jesús Soto, Roberto Matta, Carlos Cruz-Díez, José Luis Cuevas, Carlos Mérida, Fernando de Szyszlo, Amelia Peláez, Cándido Portinari, Joaquín Torres Garcia, Emilio Pettoruti, Alejandro Obregon, Raquel Forner, and Fernando Botero.

Photos: Facebook AMA



ELEV8
LIFESTYLE

@Lifestyle.Elev8



¿Ha intentado dejar el tabaco comercial pero ha fallado?
¡Genial! ¡Ya tiene algo de práctica!

Lo apoyamos

sin importar cuántas veces
tenga que hacerlo.

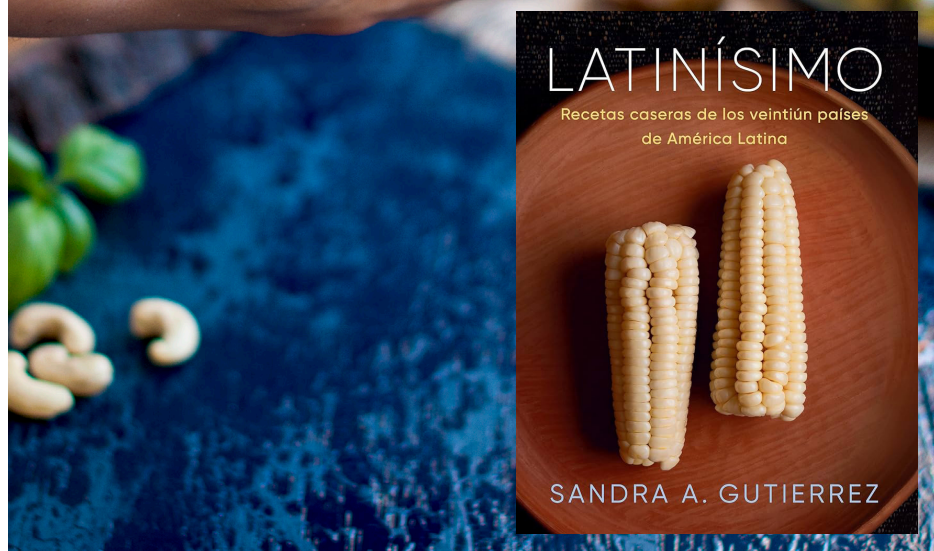
Es posible que corra un mayor riesgo de sufrir enfermedades respiratorias si consume tabaco comercial. Visite a su proveedor médico para obtener recursos que le ayuden a dejar de fumar y para recibir vacunas actualizadas contra la COVID-19 y la gripe.



srhd.org

Creado: Noviembre 2023

LATINÍSIMO, el recetario que celebra la herencia gastronómica latinoamericana



América Latina se extiende sobre casi 20 millones de kilómetros cuadrados y atraviesa cuatro de los cinco principales paralelos del planeta. Está compuesta por 21 países, habitados por más de 600 millones de personas, en los que se hablan más de 3 idiomas y 400 dialectos. Tal vastedad geográfica y cultural ha dado forma a una gastronomía igual de vasta. Documentar esa variadísima gastronomía fue la mastodóntica labor que se propuso Sandra A. Gutiérrez. El resultado es *Latinísimo*, un recetario enciclopédico que recopila cientos de recetas de todos los países de América Latina.

Afortunadamente, Sandra no es nueva en estas lides. Periodista, escritora e historiadora gastronómica, ya tiene otros cuatro libros de cocina en su haber. Entre ellos, el muy popular *The New Southern-Latino Table*. En Estados Unidos es considerada una de las principales expertas en las tradiciones culinarias latinoamericanas y en la cocina regional del sur de los Estados Unidos. La influencia de su trabajo ha sido reconocida con un lugar en *FOOD*, la exposición permanente sobre comida que alberga el Museo Nacional de Historia Americana en la Institución Smithsonian.

Latinísimo contiene recetas de más de trescientos platos tradicionales, de esos que conforman la dieta diaria de millones de hogares latinoamericanos. El recetario no intenta ser un compendio de rarezas sólo aptas para gourmets e iniciados, pero quienes no estén familiarizados con la comida latinoamericana se sorprenderán con la riqueza y complejidad de sus sabores, ingredientes y elaboraciones.

Una particularidad del libro es que las recetas están organizadas por ingredientes. Después de todo, estos son una especie hilo que conecta las muy diversas cocinas de los 21 países de la región. Así, los frijoles, el maíz, la yuca y casi dos docenas más de ingredientes principales nos pasean por Argentina, Brasil, Belice, Bolivia, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, República Dominicana, Ecuador, El Salvador, Guatemala, Honduras, México, Nicaragua, Panamá, Paraguay, Perú, Puerto Rico, Uruguay y Venezuela.

Entre las recetas hay platos tan conocidos internacionalmente como las tortillas de Nixtamal centroamericanas, el arroz con pollo común en el Caribe, las arepas de Venezuela y Colombia, la sopa Seca Chinchana de Perú y el pastel de Tres Leches, cuyo origen es controvertido y desata discusiones acaloradas. De hecho, pasa con muchos platos latinoamericanos, lo que explica que Sandra haya incluido las variaciones más conocidas.

Latinísimo, a cookbook that celebrates Latin American gastronomy

Latin America extends nearly 20 million square kilometers over four of the five major parallels on the planet. It is composed of 21 countries inhabited by over 600 million people, where more than 3 languages and 400 dialects are spoken. This vast geographical and cultural diversity has brought about an equally vast cuisine. Documenting this diverse cuisine was the mammoth task undertaken by Sandra A. Gutiérrez. The result is “Latinísimo,” an encyclopedic cookbook that compiles hundreds of recipes from all the countries of Latin America.

Fortunately, Sandra is not new to these endeavors. A journalist, writer, and culinary historian, she already has four other cookbooks to her name, including the very popular “The New Southern-Latino Table.” In the United States, she is considered one of the leading experts in Latin American culinary traditions and regional cuisine in the southern United States. The influence of her work has been recognized with a place in FOOD, the permanent food exhibition at the Smithsonian National Museum of American History.

“Latinísimo” contains recipes for over three hundred traditional dishes, those that make up the daily diet of millions of Latin American households. The cookbook does not aim to be a compendium of rarities only suitable for gourmets and connoisseurs, but those unfamiliar with Latin American cuisine will be surprised by the richness and complexity of its flavors, ingredients, and preparations. One peculiarity of the book is that the recipes are organized by ingredients. After all, these are a common thread that connects the very diverse cuisines of the 21 countries in the region. Thus, beans, corn, yucca, and nearly two dozen other main ingredients take us on a culinary journey through Argentina, Brazil, Belize, Bolivia, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, the Dominican Republic, Ecuador, El Salvador, Guatemala, Honduras, Mexico, Nicaragua, Panama, Paraguay, Peru, Puerto Rico, Uruguay, and Venezuela.

Among the recipes are internationally renowned dishes such as Central American nixtamal tortillas, Caribbean-style chicken and rice, Venezuelan and Colombian arepas, Peruvian Chinchana dry soup, and Tres Leches cake, whose origin is controversial and sparks heated debates. In fact, this happens with many Latin American dishes, which is why Sandra has included the most well-known variations.







CAMARONES AL AJILLO POR **MELY'S KITCHEN**

Una receta deliciosa para toda la familia.

INGREDIENTES:

- 500g de camarones (pelados y desvenados)
 - 4 dientes de ajo (picados)
 - 1/4 taza de aceite de oliva
- 1 cucharadita de pimentón (paprika)
- 1/2 cucharadita de pimienta roja triturado (opcional, para un toque picante)
 - Sal y pimienta al gusto
- 2 cucharadas de perejil fresco (picado)
 - 1/4 taza de vino blanco (opcional)

¿CÓMO PREPARALA?

1. En una sartén grande, calienta el aceite de oliva a fuego medio.
2. Agrega los ajos picados y cocina durante unos minutos hasta que estén fragantes, sin que se doren demasiado.
3. Añade el pimentón y el pimiento rojo triturado (si lo deseas) y revuelve durante unos segundos.
4. Agrega los camarones y cocinarlos durante 2-3 minutos por cada lado, o hasta que estén rosados y cocidos.
5. Si lo deseas, puedes añadir el vino blanco en este punto y dejar que se cocine durante 2-3 minutos para que se evapore el alcohol.
6. Sazona con sal y pimienta al gusto.
7. Espolvorea el perejil fresco picado sobre los camarones.
8. Sirve los camarones al ajillo con pan para mojar en la deliciosa salsa.

¡Disfruta de tus camarones al ajillo!



MIMI ESCOTO

#LATINPOWER

Llegamos al estudio de dance en Downtown para entrevistar y hacer fotos a Mimi Escoto. Una mujer llena de vida y con unas ganas enormes de transmitir todo su conocimiento y energía a futuras generaciones.

Maquillaje: Ricardo Martínez · Instagram: @7thskin



Háblanos sobre tí.

Hola queridos lectores, soy Mimi Escoto Ewers, nací en Honduras , de madre peruana y padre hondureño. Ya cumplí 20 años de vivir en Spokane, y aún no me lo creo.

Al llegar a Spokane no conocía a nadie pero pronto me di cuenta que la gente de esta parte del mundo es muy amigable y me hicieron sentir bienvenida.

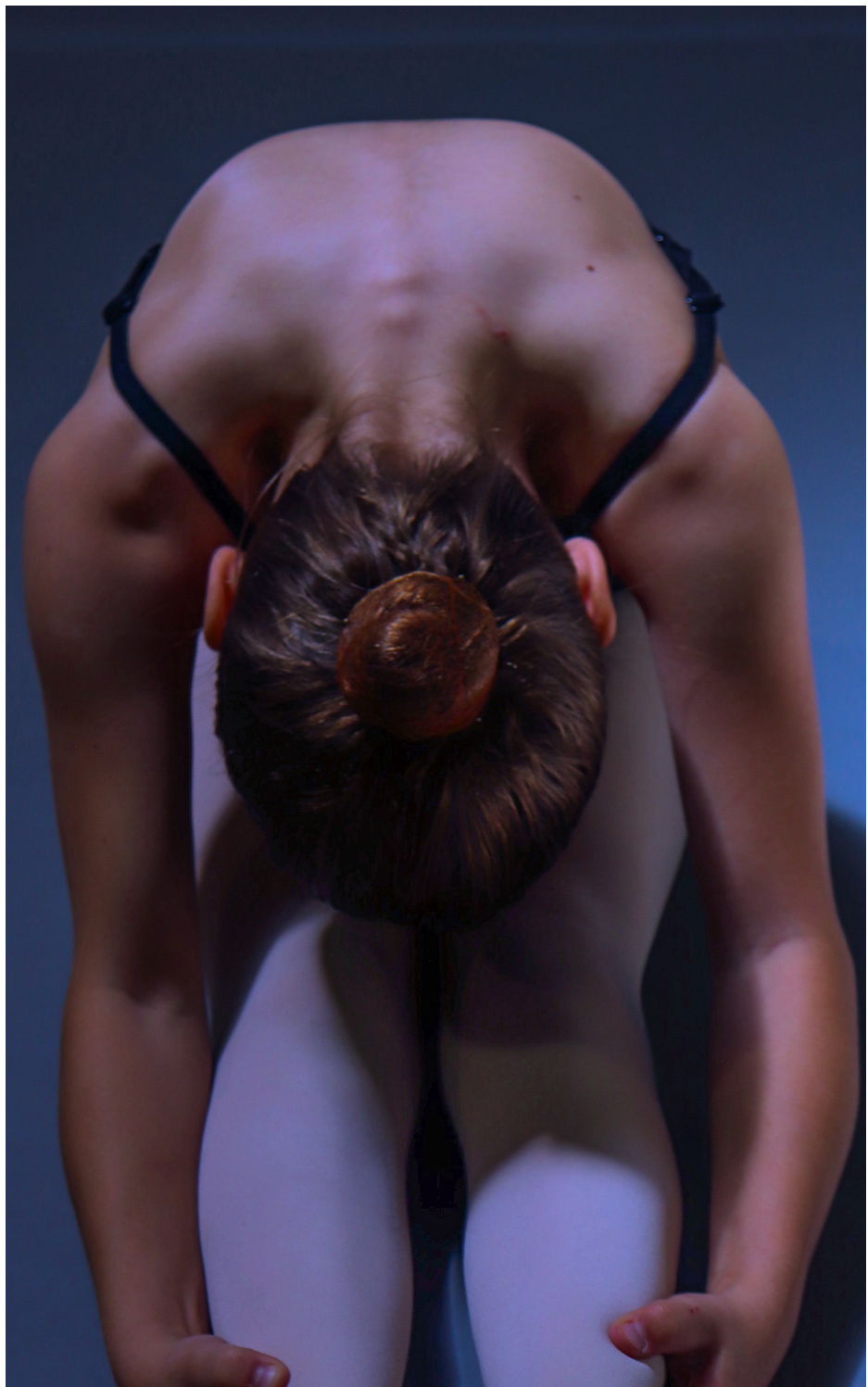
Eres bailarina, Directora de Ballet Arts Academy, explícanos cómo ha sido ese camino.

Al llegar a Spokane pensé que podría dedicarme a aprender otras disciplinas, dejar el ballet por completo, concentrarme en jugar el tenis, o quizás traer arte de Honduras, pero nunca encontré nada que pudiese llenar el vacío que sentí sin clase diaria de ballet, sin impartir clases a las nuevas generaciones de niños y jóvenes. Así que decidí encontrar a la mejor escuela de ballet en Spokane, con la idea de tomar clases y con la esperanza de que la directora pudiera contratarse para enseñar. Así fue como llegué a Ballet Arts Academy ese mes de abril del año 2003. Al comenzar el año escolar 2003-2004 la directora-fundadora me ofreció trabajo y desde ese momento hasta abril del 2012 fui maestra y al mismo tiempo tomaba clases diarias y bailaba para la compañía ligada a la academia.

En el año 2011 la nueva directora me ofreció pasar el bastón pues se iba de Spokane. En febrero del 2012 bailé por última vez con la Spokane Symphony y el 1 de Abril del 2012 me convertí en la nueva Directora y propietaria de Ballet Arts Academy. Ya han pasado 11 años y medio y en este tiempo me he dedicado a educarme y aprender cómo enseñar ballet. He traído a varias personalidades de esta industria para impartir Máster Clases. He trabajado como asistente en los ensayos de la producción del Cascanueces para la compañía de ballet llamada anteriormente Moscow Ballet (ahora llamada Nutcracker Magical Christmas Ballet), y a partir del año 2021 Ballet Arts Academy tiene su propia producción del Cascanueces.







¿En qué proyecto estás actualmente?

En este momento estamos en todos los arduos preparativos y ensayos para nuestra producción del ballet El Cascanueces. Es una producción donde nuestros estudiantes y estudiantes de otras escuelas locales tienen la oportunidad de bailar y enriquecer sus vidas, mediante el aprendizaje de coreografía, historia, disciplina, determinación ética de trabajo. Hemos contratado a una pareja de bailarines profesionales del Pacific Northwest Ballet de Seattle, quienes bailarán los papeles de Sugar Plum Fairy y su Cavalier.

Nuestro "Nutcracker Suite" será presentado los días 18 y 19 de Noviembre, 2023 en el Spokane Community College Lair Auditorium- Building #6. Los boletos tienen un precio de \$25/\$45. Pueden encontrar más detalles se pueden encontrar en **balletartsacademy.com**

Un mensaje para los lectores de La Latina.

De todo corazón puedo dar este consejo a los padres de familia: inviertan en clases de ballet o de música para sus hijos. Este tipo de disciplinas no solo enriquecen a un ser humano artísticamente, sino también contribuyen a formar a un joven por el camino del bien. Una/un joven que se pasa todos sus años de escuela primaria y secundaria refinando este tipo de arte, es un ser humano capaz de vencer todo obstáculo que la vida le presente, es un ser humano que no le tiene miedo a trabajar para llegar a sus metas, es un ser humano sensible e intelectual y capaz de pensar. El mundo necesita jóvenes con este tipo de formación.

Donde podemos contactar contigo.

Pueden escribir un email a **contact@balletartsacademy.com**

Les responderemos dentro de 24 horas con cualquier pregunta que puedan tener.



VIAJANDO CON **MARÍA LUISA FLORES**



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

AREQUIPA LA LINDA

Fundada en 1540 Arequipa es una de esas ciudades imponentes, donde el pasado se vuelve presente y la historia te acompaña en cada paso. Perdersse entre sus calles es toda una delicia. Hay mil cafecitos y restaurantes coloridos, su gente es amable y sonriente.

No es difícil imaginar a un joven Vargas Llosa caminando por aquí.

El convento de Santa Catalina es una parada obligatoria, conocer la vida del claustro, las pequeñas callecitas que lo habitan y todos sus secretos escondidos es fascinante.

No dejen de visitar La Catedral, su fachada es tan majestuosa como la plaza de armas que la rodea, un verdadero tesoro.



ELEV8
RECORDS

Nueva
música URBANA
made in
LATINOAMÉRICA

@Elev8records

