

mi biblioteca

Una guía mensual de eventos, servicios y recursos de la Biblioteca de la Ciudad y Condado de Tulsa



La Importancia de la Herencia en la Comida

Escrito por Ana Davis, asistente bilingüe de servicio al cliente, Biblioteca Regional Martin

Mientras yo crecía en México., los alimentos que comía en casa eran hechos por mí mamá, ahora que cocino para mis tres hijos, todo lo que cocino es un reflejo de la cultura en la que nací. La

comida es una parte fundamental de cualquier cultura y puede unir a las personas y crear un sentido de comunidad. La comida cuenta la historia, las tradiciones y los valores de un pueblo, y

proporciona una visión de su forma de vida. Cuando aprendes sobre la comida de una cultura, obtienes una comprensión más profunda de esa cultura y de las personas que la integran.

Para mí la comida es un vínculo entre el pasado, el presente y el futuro de una cultura. Difundir los sabores y las historias de la comida es una forma de estrechar lazos y unir generaciones. Desde mole en México hasta arepas en Colombia, ceviche de Perú, mofongo de Puerto Rico y pupusas de El Salvador son estas tradiciones culinarias que cuentan una historia de diversidad y sabor. Perfectamente me acuerdo cuando yo llegué a Tulsa, no había todas las tiendas de productos hispanos que hay hoy en día y que ahora puedo comprar todos los ingredientes para cocinar una comida típica, había muy pocos restaurantes y sobre todo no había carros de comida ambulante como las hoy; que puedes encontrar desde popusas, tacos, arepas, frutas y más.

Tu biblioteca local puede ser un gran recurso para encontrar libros de cocina y aprender nuevas recetas, las bibliotecas de TCCL tienen una amplia selección de libros de cocina, desde platos tradicionales americanos hasta exóticos platos de la cocina internacional, también si te interesa la repostería, la cocina a la parrilla o la cocina vegetariana. Checa nuestra base de datos www.tulsalibrary.org/atoz-world-food aquí encontraras recetas de otros países. Una de las principales formas en que la biblioteca puede ayudarte con los libros de cocina es proporcionándole acceso a una variedad de cocinas y técnicas culinarias diferentes; si quiere ampliar sus conocimientos culinarios y experimentar con nuevos sabores, la biblioteca es un

buen lugar para empezar. Puedes hojear distintos libros de cocina y encontrar recetas que despierten tu interés, para luego llevártelas a casa y probarlas en tu propia cocina.

TCCL también puede ayudarte a ahorrar dinero en libros de cocina en lugar de comprar libros que sólo utilizarás una o dos veces, puedes pedirlos prestados gratis, también con nuestros servicios digitales que ofrecemos puedes encontrar videos, revistas, libros digitales y más; así de este modo, puedes probar nuevas recetas sin tener que invertir en un libro de cocina que puede acabar acumulando polvo en tu estantería. Además, las bibliotecas suelen tener recursos que van más allá de los libros de cocina y que pueden ayudarte a cocinar.

Por ejemplo, si estás pensando en adoptar una dieta con beneficios nutricionales, checa nuestra biblioteca de semillas www.tulsalibrary.org/research/food-and-gardening aquí encontraras muchos consejos, enlaces y libros para que aprendas más sobre como crear tu propio jardín y siembras desde maíz, frijol, calabaza, tomates y granos que son algunos de los alimentos básicos que proporcionan deliciosos sabores, si no también poderosos beneficios nutricionales.

Ahora si tu meta es emprender tu propio negocio de cocina, como un restaurante o un carro de comida de ambulante visita www.tulsalibrary.org/research/business-center que ofrecen una gran cantidad de

información sobre distintos temas, consejos o asesoramiento sobre como comenzar tu negocio, además puedes encontrar otras asociaciones que te pueden guiar con toda la ayuda que necesites.

En general, las bibliotecas de TCCL puede ser un recurso valioso para cualquier persona interesada en la cocina. Con su amplia selección de libros de cocina y recursos adicionales, la biblioteca puede ayudarte a mejorar sus habilidades culinarias, ampliar su repertorio de recetas y ahorrar dinero en libros de cocina caros. Así que la próxima vez que busques nuevas recetas que probar, no olvides echar un vistazo a lo que te ofrece TCCL.



Quiero adoptar una dieta más saludable. ¿Puede ayudarme la biblioteca?

¡Por supuesto que podemos ayudarte! Disponemos de una amplia variedad de libros de cocina, revistas o videos; Además, a través de nuestros servicios digitales como **Hoopla**, **CloudLibrary** o **Libby**, podrás encontrar más artículos que te pueden ayudar.

Eventos

Build A Reader Storytime: Cuentos Bilingües

Sábado, 2 de noviembre • 2-2:30 p.m.
Biblioteca Maxwell Park
Cuentos, canciones y actividades en inglés y español.

Build A Reader Storytime: Cuentos Bilingües/Juegan Juntos

Martes, 5, 12, 19, 26 de noviembre
10:30-11:30 a.m. • Biblioteca Maxwell Park
Cuentos, canciones y actividades en inglés y español. ¡Jugar es aprender! Vengan para jugar con juguetes y hacer actividades después de los cuentos.

Build A Reader Storytime: Cuentos Bilingües/Juegan Juntos

Miércoles, 6, 13, 20, 27 de noviembre
10-11 a.m. • Biblioteca Regional Martin
Cuentos, canciones y actividades en inglés y español. ¡Jugar es aprender! Vengan para jugar con juguetes y hacer actividades después de los cuentos.

Build A Reader Storytime: Cuentos Bilingües

Miércoles, 6, 13, 20, 27 de noviembre
3-3:45 p.m. • Biblioteca Kendall-Whittier
Cuentos, canciones y actividades en inglés y español.

Build A Reader Storytime: Familia/Juegan Juntos

Jueves, 7, 14, 21 de noviembre • 10-11 a.m.
Biblioteca Regional Martin
¡Toda la familia está invitada! Vamos a leer y cantar mientras hablamos sobre actividades divertidas para practicar en casa. ¡Jugar es aprender! Vengan para jugar con juguetes y hacer actividades después de los cuentos.

Club de Anime

Jueves, 7, 21 de noviembre • 4:30-6 p.m.
Biblioteca Regional Martin
Únase a nosotros mientras discutimos, miramos y aumentamos nuestro conocimiento general del anime y manga. Legero bocadillos proporcionado por los Amigos de la Biblioteca Helmerich. Para edades de 12 a 18 años.

Emprendimiento Consciente: Estrategias de Bienestar

Miércoles, 20 de noviembre • 10 a.m.-noon
Biblioteca Kendall-Whittier
Únase a nosotros y a Avanzando Juntos para un evento de bienestar empresarial que incluirá una presentación, refrigerios y recursos valiosos. Se requiere inscripción.

Celebrando las Generaciones: ¡Imagínatelo!

Lunes, 25 de noviembre • 3:30-5:30 p.m.
Biblioteca Regional Martin
Comienzan la Semana Nacional de la Familia con esta actividad de familias. Decoran un marco de foto y toman una foto familiar. Patrocinado por los Amigos de las Bibliotecas de la Ciudad-Condado de Tulsa.



Nuevos títulos en español

Visite www.tulsalibrary.org/books-music-movies para ver estos títulos y encontrar más.



PARA ADULTOS

El invencible verano de Liliana
por Cristina Rivera Garza
Entre dos aguas
por Cristina Henríquez
El camino a Rhodes
por Mariana Zapata

PARA ADOLESCENTES

Rosa en el asfalto
por Angie Thomas
Gambito de ladrones
por Kayvion Lewis
Crimson Moth
por Kristen Ciccarelli

PARA NIÑOS

Círculo por Mac Barnett
Llamando a mamá
por Anya Damirón
La princesa y el guerrero
por Duncan Tonatiuh