

# Jammi-Jammi cu Janchi

## Receta

### FIESTA DI STEAK PIKA

#### Ingredientenan

- ¼ cup'i jiuice di lamoenchi fresco
- 3 cuch di cilantro fresco, corta chikito
- 1 cuch di oregano fresco, corta chikito, of 1 tlp di seco
- 4 teench'i konoflok, corta chikito
- ¼ tlp season all
- 2 tlp ground comino
- 1 tlp black pepper
- ¼ tlp di cayenne
- ¼ tlp salo
- 1 lb tenderloin steak, corta den strip di ¼ inch
- 2 tlp azeta di olijfi
- 2 cup'i siboyo geslice
- 1 cup'i bell pepper strip geel
- 1 cup'i bell pepper strip corra

#### Categoria

Carni

#### Sirbi cuanto

4 persona

#### Nota

- Sirbi cu aroz, batata hasa frances y berdura fresco.

#### Instruccionnan

1. Combina e prome 9 ingredientenan den un sako di plastic zip-lock; agrega e steaknan den dje. Ser'e y laga marina den frigid. pa 1 ora, birando esaki ocasionalmente. Despues ta saka e steaknan afo pero ta warda e marinada.
2. Keinta azeta den un planchi teflon grandi ariba un candela med-halto. Agrega e steak; cushin'e pa 5 minuut mientras ta drej e frecuentemente. Agrega e marinada cu bo a warda, e siboyo, y e bell peppernan; laganan cushiná pa 6 minuut of te ora cu e likido casi a evapora.
3. Ora di sirbi, bash'e ariba e aroz.