

Jammi-Jammi cu Janchi

Receta JAMBO INDIO (Bhindi Subzi)	
Ingredientenan <ul style="list-style-type: none">• 1 lb jambo, laba, seka y corta• 1½ cuch azeta olijfi• ½ tlp simiya comino• ½ tlp simiya siboyo• 1 siboyo cora med, geslice y habri fe'i otro• salo na smak• ¼ tlp turmeric• ¼ tlp Amchur (polvo di mango seco)• chili polvo cora na smak• ¼ cup di yogurt bon bati• ¼ tomati gechop chikito	Categoria Plato Lateral
	Sirbi cuanto 4 persona
	Nota <ul style="list-style-type: none">• For di India.
Instruccionnan <ol style="list-style-type: none">1. Keinta e azeta den un panchi hundo ariba un candela med y agrega e azeta.2. Unavez cayente, agrega e comino y e simiya di siboyonan y lag'e siss.3. Agrega e turmeric.4. Habri e siboyonan cu bo man y agrega nan na e azeta. Cushina te ora cu e siboyonan ta translucido.5. Agrega e jambo y baha e candela.6. Agrega e salo y e chili polvo.7. Permitti e jambo pa cushina, mientras bo ta drei'e de bez en cuando.8. Unabez cu e jambo ta bon cushina, agrega e polvo di mango y mezcl'e bon aden.9. Agrega e yogurt y mezcla bon.10. Agrega e tomati, tap'e y paga e candela. Lag'e sosega pa 2-3 minuut pa e cushina den su mesun cayente y kla bo ta pa jammi-jammi.	