

Jammi-Jammi cu Janchi

| | |
|--|--|
| Receta Rabo di Baka Stoba Pasá di Moda | |
| Ingredientenan <ul style="list-style-type: none">• 1½ liber di rabo di baka• 1 cuch di azeta canola• 1 siboyo, gechop• ½ tlp di salo• 1 cuch di manteca• 2 cuch di hariña blanco• 2 teench'i konoflok corta chiki-chikito• 2 cuch di pasta di tomati• 1 bouillon di carni• 2 blach'i bay• ½ tlp di rosemary seco• 1 tlp di salo• 1 tlp di bl. pepper• 1 cup di awa mas-o-menos• 1½ lb di batata med, corta na cuatro• 1 cup'i selder, geslice• 2 cup'i carot, geslice• ¼ cup'i parsley, gechop grof | Categoria Carni |
| | Sirbi cuanto 4 pa 5 persona |
| | Nota <ul style="list-style-type: none">• Corda cu rabo di baka tin hopi cholesterol, come huicioso! |
| Instruccionnan <ol style="list-style-type: none">1. Keinta e azeta den un weya grandi riba un candela med-halto, y hasa e rabonan mas bruin cu bo por, ± 10 minuut. Drei nan henter ora pa nan bruin tur rond. Tap'e pa un 5 minuut.2. Saka nan pone un banda y agrega e siboyo y e salo na e weya. Sauté e siboyonan pa ± 5 minuut pa nan bira un tiki bruin y moli.3. Agrega e manteca y e hariña pa traha un tiki roux (sauce). Reduci e candela na medium, y cushiná e hariña pa ± 3 minuut.4. Despues agrega e konofloknan y drei nan aden. Despues agrega e pasta di tomati, cual lo dun'e un poco colo y un bon acides. Pone awor e carni baka atrobe den e weya. Agrega e bouillon di carni.5. Agrega e sason; blachi bay, rosemary, salo y peper. Drei nan bon.6. Agrega ± 1 cup'i awa, pa trece e nivel na e top di e rabonan di baka. Reduci e candela na low y lag'e sudder, tapá, pa 3 ora. E ta basta largo si, pero e ta tuma e tempo ey, pasobra e ta un carni duro. Drei e de bez en cuando y keda agrega tiki awa cada bez den e weya pa e no seka.7. Mientras tanto, prepara e batatanan y corta e selder y carotnan.8. Despues di 3 ora, e rabonan mester ta moli. Agrega awor e berduranan y cushina nan pa ± 30 minuut mas of te ora nan ta moli.9. Ora cu e berduranan ta moli, kita e capa di vet cu un cuchara. Paga e candela y agrega e parsley cu lo dun'e un colo bunita y sabor.10. Pon'e den un conchi grandi pa sirbi y prepara pa come un suculento plato di rabo di baka stoba pasá di moda. | |