

# Jammi-Jammi cu Janchi

|  |   |
|--|---|
| <b>Receta</b><br>SOP'I BOONCHI LENTEJA   |   |
| <b>Ingredientenan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 sako di lenteja, 1 lb</li><li>• 4-5 teench'i konoflok, corta grof</li><li>• 1 of 2 tlp di salo</li><li>• 4 Bay leaf</li><li>• 1 pida selder, corta grof</li><li>• 1 siboyo, corta grof</li><li>• 2 carot, geslice</li><li>• Pampuna, na bloki</li><li>• Yuca, na bloki</li><li>• Season all</li><li>• Un tiki comino</li><li>• 2 cubito di bouillon vegetal</li><li>• 3½ cuch azeta di olijfi</li><li>• 2 tlp vinager</li><li>• 1 lb carni porko, rabo, carnisa, tofu corta na bloki di 1½-in.</li><li>• 1 - 2 tlp di salo</li><li>• Pan (optional, pero altamente recomendabel)</li></ul>   | <b>Categoria</b><br>Boonchi   |
|  | <b>Sirbi cuanto</b><br>5 pa 6 persona   |
|  | <b>Nota</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Algun lenteja ta rekiri pre-soaking den awa pa varios ora. E Mericano no.</li><li>• Wak pa bo pone e azeta di olijfi, vinager y salo suficientemente na tempo pa permiti esakinan mezcla bon den e sopi.</li><li>• Lenteja ta halto na hero cu ta necesario pa sanger saludabel.</li></ul> Cu amor di <a href="http://www.aruba4you.com">http://www.aruba4you.com</a> |
| <b>Instruccionnan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Haci e lentejanan limpi y saka tur piedra cu por tin aden.</li><li>2. Yena un weya mediano ¾ ful. Agrega e konoflok y e 4 Bay leaf den e weya.</li><li>3. Sende e stoof y pone e weya ariba candela halto.</li><li>4. Despues di un rato basha e resto di ingredientenan cu bo tin corta aden, menos e siboyo.</li><li>5. Basha e lenteja den e weya y no tapa e weya ful.</li><li>6. Pone season all y un tiki comino.</li><li>7. Permits e awa pa cuminsa herbe y for di eynan, laga e lentejanan pa mas o menos 15 pa 45 minuut, depende di e tipo di boonchi.</li><li>8. Check e lentejanan periodicamente pa duro. Ora cu nan ta moli, pero cu nan no ta kibra, nan ta kla.</li><li>9. 10 pa 15 minuut prome cu kita e weya for di e stoof, basha e vinager, e azeta di olijfi y un of dos telep di salo. Drei tur den e sopi y lag'e herbe pa e resto di tempo.</li><li>10. Ora cu bo haya cu bo lentejanan ta kla, paga e stoof y laga e sopi fria pa un rato den e weya.</li><li>11. Den un planchi chikito, hasa e siboyo den ½ cuch di azeta te ora cu e ta oro-bruin. Tir'e awor den e sopi y mezcla tur cos awor bon den otro y kla bo ta pa jammi.</li></ol> |   |