

# Jammi-Jammi cu Janchi

<b>Receta</b> Tenderloin y Broccoli Den Oester Sauce	
<b>Ingredientenan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 lb tenderloin steak</li><li>• 1 cuch di soy sauce</li><li>• 1 cuch di biña blanco</li><li>• 2 cuch di awa</li><li>• 1 cuch di maicena</li><li>• 1/8 cup azeta canola</li><li>• 3 teench'i konoflok, corta chiki-chikito</li><li>• 1 tlp gember fresco, gechop</li><li>• 6 green onion, gechop</li><li>• 1 lb broccoli, corta na floret</li></ul> <b>Sauce:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 2 cuch di sauce di oester</li><li>• 1 cuch di soy sauce</li><li>• 1 cuch di biña blanco</li><li>• 1 cuch di maicena</li><li>• 1/3 cup'i awa</li></ul>	<b>Categoria</b> Carni
	<b>Sirbi cuanto</b> 4 persona
	<b>Nota</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sirbi cu aroz gesteam. Cu amor di <a href="http://www.aruba4you.com">http://www.aruba4you.com</a></li></ul>
<b>Instruccionnan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Corta e carni contra e nachinan den slicenan fini. Pone nan den un conchi y combina nan cu soy sauce, biña blanco, awa y maicena. Lag'e marina por lo menos ½ ora (mas largo, mas mihor).</li><li>2. Mientras tanto prepara e restante ingredientenan y drei hunto e mezcla di sauce.</li><li>3. Keinta azeta den un wok of planchi grandi. Agrega e carni y cushiná, mientras ta drei e continuamente, te ora cu e carni ta ±75 por ciento cushiná. Kita y pone un banda.</li><li>4. Scrap e planchi limpi si ta necesario y bolbe pon'e ariba candela. Agrega un otro 2 cuch di azeta si mester y keint'e. Agrega e konoflok, gember y green onionnan y cushiná 30 pa 60 seconde te ora cu e ta fragrante.</li><li>5. Drei aden e broccoli corta y agrega e awa. Tapa y cushiná 3 minuut.</li><li>6. Bolbe agrega e carni na e planchi y combina nan bon.</li><li>7. Agrega e sauce na e mezcla y lag'e cuminsa herbe. Cushiná te ora cu e bira diki y e carni y e broccoli ta cushina dor-n-dor.</li></ol>	