

Jammi-Jammi cu Janchi

Receta TILAPIA MANGO-LICIOSO	
Ingredientenan E tilapia: <ul style="list-style-type: none">• 4 fillet di tilapia• 2 cuch di azeta di olijfi• 1½ cuch di casca di apelsina raspa• ¼ cup'i juice di apelsina fresco• salo y peper na smak• ½ tlp di cayenne pepper E salsa: <ul style="list-style-type: none">• 1 mango grandi, pela y corta na bloki chikito• 1 siboyo cora chikito, corta chiki-chikito• 1 awacati, corta na bloki chikito• 3 roma tomati, pela, sin simiya y corta chikito• 1 lamunchi, raspa y su juice• 1 pica jalapeño, sin simiya y corta chiki-chikito• 1 cuch di gember corta fini• ¼ cup'i cilantro fresco corta chikito• 1 tlp salo Kosher	Categoria Thai
	Sirbi cuanto 4 persona
	Nota <ul style="list-style-type: none">• Sirbi cu aroz basmati bruin.• Berdura fresco.• Por uza jampou tambe. Cu amor di http://www.aruba4you.com
Instruccionnan <ol style="list-style-type: none">1. Pre-calenta e forno na 400F (200C.) E sauce: <ol style="list-style-type: none">2. Cuminsa prome cu; combina e mango, siboyo, awacati, tomati, e lamunchi su casca y juice, jalapeño, gember, cilantro y 1 tlp di salo Kosher den un conch'i glas. Drei e pa e blend y pon'e un banda sperando ariba e pisca. E pisca: <ol style="list-style-type: none">3. Den un bak'i cushiná no halto, combina e azeta di olijfi, casca di apelsina, juice di apelsina, salo y peper na smak y e cayenne pepper. Hawa e filletnan y secanan cu papel di cushina. Pone nan den e baki y bira nan pa nan coi e sason uniformemente.4. Horna te ora cu e pisca por kibra facilmente cu forki.5. Sirbi'e cu aroz basmati bruin y un par di berdura fresco pa e cuminda ta completo. Ora cu nan ta riba e tayo, ta tòp'e cu e salsa. Mango-licioso!!	