

Jammi-Jammi cu Janchi

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