

# Jammi-Jammi cu Janchi

<b>Receta</b> Rabo di Baka Stoba Pasá di Moda	
<b>Ingredientenan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 1½ liber di rabo di baka</li><li>• 1 cuch di azeta canola</li><li>• 1 siboyo, gechop</li><li>• ½ tlp di salo</li><li>• 1 cuch di manteca</li><li>• 2 cuch di hariña blanco</li><li>• 2 teench'i konoflok corta chiki-chikito</li><li>• 2 cuch di pasta di tomati</li><li>• 1 bouillon di carni</li><li>• 2 blach'i bay</li><li>• ½ tlp di rosemary seco</li><li>• 1 tlp di salo</li><li>• 1 tlp di bl. pepper</li><li>• 1 cup di awa mas-o-menos</li><li>• 1½ lb di batata med, corta na cuatro</li><li>• 1 cup'i selder, geslice</li><li>• 2 cup'i carot, geslice</li><li>• ¼ cup'i parsley, gechop grof</li></ul>	<b>Categoria</b> Carni
	<b>Sirbi cuanto</b> 4 pa 5 persona
	<b>Nota</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Corda cu rabo di baka tin hopi cholesterol, come huicioso!</li></ul>
<b>Instruccionnan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>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.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>5. Agrega e sason; blachi bay, rosemary, salo y peper. Drei nan bon.</li><li>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.</li><li>7. Mientras tanto, prepara e batatanan y corta e selder y carotnan.</li><li>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.</li><li>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.</li><li>10. Pon'e den un conchi grandi pa sirbi y prepara pa come un suculento plato di rabo di baka stoba pasá di moda.</li></ol>	