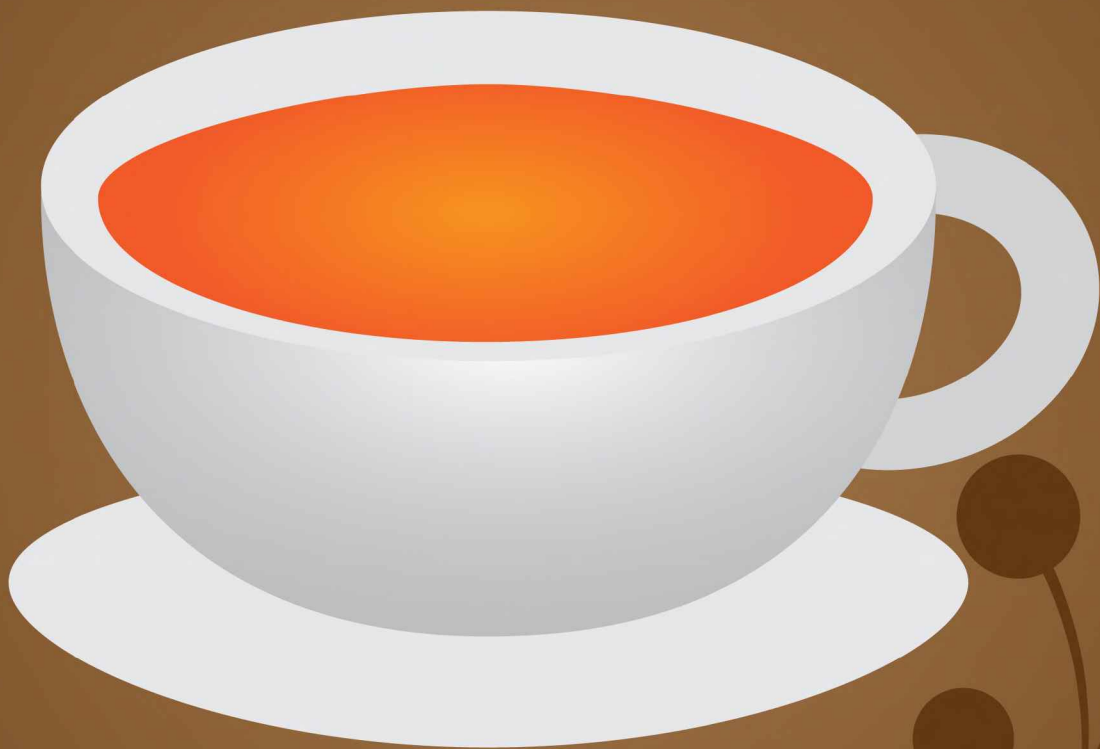


Minuman Tradisional Indonesia



Gulajava Ministudio

Minuman Tradisional Indonesia

**Disusun oleh
Rian Yulianto W**

Pendahuluan

Indonesia kaya akan ragam kuliner yang berasal dari bahan makanan yang berkhasiat untuk tubuh, salah satunya adalah kuliner minuman. Setiap daerah di Indonesia memiliki kuliner minuman tersendiri yang tentu saja bahan dasarnya ditentukan oleh tanaman yang banyak dijumpai di daerah tersebut. Bahan dasar yang paling banyak digunakan adalah bahan-bahan alami yang sering dijumpai di Indonesia, yaitu rempah-rempah dan tanaman obat. Misalnya, jahe, kunyit, kencur, dst.

Pembuatan minuman tradisional Indonesia ini memang tidaklah sulit. Langkah-langkah pembuatannya cukup sederhana dan tidak memerlukan peralatan khusus sehingga setiap orang tidak kesulitan untuk membuatnya. Selain itu, dalam pembuatannya, minuman tradisional tidak menggunakan bahan-bahan kimia seperti pengawet atau pewarna sintetis, sehingga tidak membahayakan bagi tubuh jika dikonsumsi terus-menerus atau dalam jumlah porsi yang banyak.

Namun sayangnya, seiring dengan perkembangan waktu dan jaman, minuman tradisional asli Indonesia mulai tergerus oleh minuman buatan pabrik. Minuman kemasan buatan pabrik dinilai sangat praktis dan bisa langsung dikonsumsi, sehingga perlahan-lahan minuman tradisional Indonesia mulai dilupakan. Keberadaannya pun semakin sulit ditemukan, entah karena semakin sedikit orang yang mengerti cara pembuatannya atau karena orang enggan membuatnya karena takut dibilang ketinggalan jaman. Padahal dibalik semua itu, minuman tradisional ini sangat mudah dibuat dan mempunyai banyak khasiat untuk tubuh.

Oleh karena itu, kami membuat sebuah buku sederhana untuk merangkum resep minuman-minuman tradisional tersebut agar semua orang dapat membuatnya dan juga untuk melestarikan minuman tradisional Indonesia agar tidak hilang karena serbuan minuman modern buatan pabrik.

Sama halnya dengan aplikasi **Minuman Tradisional** yang sudah duluan meluncur untuk Android, buku digital ini berisi sekitar 54 resep minuman olahan dari Indonesia yang berguna untuk kesehatan tubuh, misalnya minuman bandrek, bajigur, es asam manis, dan lain-lain. Setiap minuman diolah dari bahan rempah dan tanaman obat asli Indonesia sehingga anda tidak akan kesulitan menemukan bahan-bahan tersebut.

Daftar Isi

Pendahuluan.....	1
Daftar Isi.....	2
Adon-Adon Coro.....	4
Bajigur.....	5
Bandrek.....	6
Beras Kencur.....	7
Bir Pletok.....	9
Candil Labu Kuning.....	11
Degan Bakar.....	13
Es Asam Manis.....	15
Es Dawet Ayu.....	16
Es Dawet Grandul Ketan.....	18
Es Dawet Ireng.....	21
Es Degan Jeruk.....	23
Es Gabus.....	24
Es Gempol.....	25
Es Goyobod.....	27
Es Kacang Merah.....	29
Es Kelapa Rempah.....	31
Es Lidah Buaya.....	32
Es Manado.....	34
Es Oyen.....	35
Es Tebu.....	36
Es Timun Suri.....	37
Jamu Kunyit Asam.....	38
Kelapa Bakar Hangat.....	39
Kolak Kolang-Kaling.....	40
Rucuh Asam Jawa.....	41
Rucuh Mangga Kelapa.....	42
Sari Kacang Hijau.....	43

Sekoteng.....	45
Sinom.....	47
Susu Rasa Kayu Manis.....	48
Teh Beras Kencur.....	49
Teh Jeruk.....	51
Teh Sruput.....	52
Teh Susu Gula Jawa.....	53
Teh Susu Mutiara Melati.....	54
Teh Susu Siwalan.....	55
Teh Talua (Minang).....	56
Teh Telur Madu.....	57
Temulawak.....	58
Temulawak Instan.....	59
Wedang Angsle.....	60
Wedang Cemol.....	62
Wedang Coklat Jahe.....	64
Wedang Durian.....	65
Wedang Jahe Kacang Hijau.....	66
Wedang Jahe Kombinasi.....	67
Wedang Jahe Kopi.....	68
Wedang Jahe Santan.....	69
Wedang Jahe Super Pedas.....	70
Wedang Nangka Kelapa.....	71
Wedang Rempah.....	72
Wedang Ronde.....	73
Wedang Serai.....	74
Wedang Tahu.....	75
Wedang Tape Hangat.....	77
Wedang Ublek.....	78
Wedang Uwuh.....	79
Daftar Pustaka.....	81

Adon-Adon Coro



Adon-adon coro merupakan minuman tradisional khas kota Jepara, walaupun adon-adon coro adalah jamu tapi rasanya tidak pahit dan rasanya pedas hangat.

Bahan Utama

1. 100 gram jahe, parut.
2. Daun pandan secukupnya.
3. Santan dari seperempat butir kelapa.
4. Merica bubuk secukupnya.
5. 1 batang kayu manis secukupnya.
6. Cengkeh secukupnya.
7. 1 ruas lengkuas, memarkan.
8. Gula jawa secukupnya.
9. Daging kelapa muda dari 1 butir kelapa, dikeruk atau dipotong dadu.
10. Air secukupnya untuk merebus bahan.

Cara Membuat

1. Jahe, gula jawa, santan, dan air direbus sampai mendidih.
2. Masukkan daun pandan, merica bubuk, kayu manis, cengkeh, dan lengkuas. Aduk rata.
3. Angkat, saring, dan sajikan dengan potongan kelapa muda selagi panas.

Bajigur



Bajigur adalah minuman khas dari daerah Jawa Barat. Biasa dinikmati di sore hari atau waktu cuaca dingin bersama pisang rebus, kacang rebus, ubi atau jagung rebus.

Bahan Utama

1. 1000 ml santan dari 1 butir kelapa.
2. 150 gram gula jawa disisir halus.
3. 50 gram jahe, bakar, kupas, memarkan.
4. 2 lembar daun pandan.
5. 5 cm kayumanis.
6. 2 sendok teh kopi bubuk.

Cara Membuat

1. Rebus santan, jahe, daun pandan dan kayu manis sambil diaduk diatas api kecil sampai harum. Masukkan kopi bubuk dan gula jawa.
2. Saring dan sajikan hangat. Bisa ditambahkan irisan kolang-kaling rebus atau sari kelapa untuk menambah kenikmatan.

Bandrek



Bandrek, minuman tradisional khas Jawa Barat, bisa menimbulkan sensasi hangat bagi peminumnya karena pengaruh jahe bakar di dalamnya. Sungguh nikmat diminum ketika hujan atau cuaca dingin.

Bahan Utama

1. 1.000 ml air.
2. 200 gram gula jawa, sisir halus.
3. 100 gram jahe bakar, memarkan.
4. 5 cm kayu manis.
5. 2 lembar daun pandan.
6. 5 butir cengkeh.
7. Setengah sendok teh garam.

Cara Membuat

1. Rebus air, daun pandan, gula jawa, jahe, kayu manis, cengkeh dan garam sampai mendidih dan beraroma.
2. Saring dan sajikan hangat.

Beras Kencur



Minuman ini terbuat dari beras dan kencur. Kombinasi keduanya menghasilkan manfaat yang besar, diantaranya sebagai sarana mencegah masuk angin, meningkatkan nafsu makan, mencegah sariawan, membantu menghilangkan rasa lelah, memperlancar siklus menstruasi, mengeluarkan dahak dan ekspektoran, mengurangi rasa pusing, mual, dan kembung.

Bahan Utama

1. 200 gram beras.
2. 100 ml air mendidih.
3. 50 gram kencur, bersihkan.
4. 50 gram jahe, bersihkan.
5. 2 lembar daun pandan.
6. Setengah sendok teh kelabet.
7. 10 buah kapulaga.
8. Setengah sendok teh kemukus.
9. 300 gram gula jawa.
10. 1.500 ml air.
11. Garam secukupnya.

Cara Membuat

1. Beras dibersihkan, tiriskan. Sangrai lalu rendam dalam air mendidih selama 2 jam.

2. Sangrai jahe dan kencur, angkat, dan sisihkan.
3. Campur rendaman beras, kencur, jahe yang telah disangrai, kelabet, kapulaga, kemukus, dan sedikit garam.
4. Haluskan campuran dengan blender.
5. Rebus air bersama gula jawa dan pandan hingga gula larut dan mendidih.
6. Campur beras kencur dengan air gula, aduk rata lalu saring. Sajikan untuk 7 sampai dengan 8 gelas.

Bir Pletok



Meskipun nama minuman ini bir, tapi tidak memabukkan. Minuman khas dari Betawi ini justru memiliki khasiat menghangatkan tubuh.

Bahan Utama

1. 2 liter air.
2. 350 gram jahe, memarkan.
3. 6 butir cengkeh.
4. 5 cm kayu manis.
5. 3 buah kapulaga.
6. 5 batang serai, memarkan.
7. 25 gram kayu secang.
8. Setengah butir pala, memarkan.
9. 500 gram gula pasir.
10. Garam secukupnya.

Cara Membuat

1. Campur air dan gula dalam panci.
2. Masukkan jahe, rebus di atas api sedang hingga mendidih dan gula larut.

3. Tambahkan kayu secang, aduk rata.
4. Masukkan kayu manis, cengkeh, kapulaga, dan pala.
5. Tambahkan serai, masak di atas api kecil hingga aroma rempahnya keluar, kurang lebih 1 jam.
6. Saring dan sajikan untuk porsi 10 gelas.

Candil Labu Kuning



Candil labu kuning sangat baik untuk pertumbuhan dan menambah daya tahan tubuh, karena labu kuning yang digunakan kaya akan vitamin A, beta karoten, vitamin C, zat besi, dan kalium.

Bahan Candil

1. 1.000 gram labu kuning, diparut, diperas, dan dibuang airnya.
2. 300 gram tepung sagu.
3. Seperempat sendok teh vanili bubuk.
4. 1 sendok teh garam.
5. 6 tetes pewarna hijau.
6. 10 tetes pewarna merah.

Bahan Kuah

1. 1.200 ml air.
2. 250 gram gula pasir.
3. 1 lembar daun pandan.
4. 1 sendok teh garam.
5. 300 ml santan kental dari 1 butir kelapa.
6. 8 buah pisang raja, dikukus untuk pelengkap.

Cara Membuat

1. Buat adonan candil dengan mencampur labu kuning, tepung sagu, vanili bubuk, dan garam.

Aduk sampai kalis.

2. Bagi menjadi 3 adonan. Satu bagian ditambahkan pewarna hijau. Satu bagian ditambahkan pewarna merah. Sisanya dibiarkan tidak diberi pewarna. Bentuk adonan menjadi bulat-bulatan kecil seukuran bola kelereng. Lakukan sampai adonan habis.
3. Buat adonan kuah dengan merebus air, gula pasir, daun pandan, dan garam sambil diaduk sampai mendidih.
4. Masukkan bola-bola candil. Masak sampai mengapung. Tuang santan kental sedikit-sedikit sambil diaduk sampai mendidih. Angkat.
5. Sajikan bersama potongan pisang, untuk 8 porsi candil labu kuning.

Degan Bakar



Saat cuaca dingin enakny minum yang hangat-hangat, seperti wedang jahe atau degan bakar. Selain untuk menghangatkan tubuh, kita juga bisa mendapatkan manfaat untuk kesehatan.

Bahan Utama

1. Kelapa muda atau degan.
2. 1 sendok makan susu kental manis.
3. 1 sendok makan madu.
4. 1 sendok makan gula batu kristal.
5. 1 ruas jahe, kupas dan memarkan.
6. 2 gelas air.

Cara Membuat

1. Campur gula batu dan 1 gelas air, rebus hingga mendidih dan gula larut, angkat dan sisihkan.
2. Parut atau haluskan jahe dengan blender bersama 1 gelas air.
3. Rebus larutan jahe hingga mendidih, angkat dan saring.
4. Bakar degan hingga matang, kurang lebih 30 menit sampai 1 jam, lalu angkat.
5. Potong ujung degan, kerok daging buahnya dengan sendok.
6. Tuang 1 gelas air dan daging degan ke dalam gelas saji.

7. Tambahkan susu kental manis, air gula, dan rebusan jahe, aduk rata. Sajikan hangat.

Es Asam Manis



Minuman ini dapat membuat badan lebih segar, bertenaga, dan menghilangkan rasa pegal di badan.

Bahan Utama

1. 200 gram kencur.
2. 50 gram belimbing wuluh.
3. 20 gram gula pasir.
4. 10 gram gula jawa.
5. 1 liter air.

Cara Membuat

1. Cuci bersih kencur kemudian iris tipis-tipis.
2. Cuci bersih belimbing wuluh dan potong-potong kecil.
3. Rebus kencur dengan 1 liter air hingga mendidih.
4. Masukkan belimbing wuluh yang sudah dipotong-potong dan biarkan air hingga mendidih lagi.
5. Tunggu dingin, saring, dan simpan dalam lemari es.
6. Sajikan untuk 4 gelas.

Es Dawet Ayu



Es dawet ayu merupakan minuman khas Banjarnegara yang terasa segar ketika diminum sebagai pelepas dahaga disaat matahari terik. Sirupnya berbahan dasar gula jawa asli yang enak dan sehat.

Bahan Utama

1. 1 bungkus tepung hunkwe (sagu aren).
2. 600 ml air.
3. 2 lembar pandan untuk pewangi santan.
4. 100 ml air daun pandan suji.
5. 1 sendok teh garam.
6. 500 gram gula jawa, iris-iris.
7. 700 ml air untuk cendol.
8. Es batu secukupnya.
9. 1000 ml santan.
10. Saringan atau cetakan cendol.

Cara Membuat

1. Campur tepung hunkwe, air daun pandan suji, dan setengah sendok teh garam, aduk rata sampai tepung hunkwe larut.
2. Masak campuran tepung sambil terus diaduk sampai adonan menggumpal dan matang.

3. Siapkan air matang dalam baskom dan saringan atau cetakan cendol. Tuang sedikit-sedikit adonan cendol ke dalam saringan atau cetakan cendol, tekan-tekan sampai cendol keluar ke dalam baskom. Lakukan sampai adonan habis.
4. Rebus gula jawa dan air sampai gula larut, angkat, dan saring. Sisihkan.
5. Rebus santan, setengah sendok teh garam, dan daun pandan dengan api kecil sambil terus diaduk sampai mendidih. Angkat dan dinginkan.
6. Tuang air rebusan gula jawa dalam gelas secukupnya, beri cendol, santan, dan es batu, sajikan untuk 15 porsi dawet ayu.

Es Dawet Grandul Ketan



Variasi minuman es dawet dari Blitar yang menggunakan campuran ketan dan bubur sumsum.

Bahan Candil

1. 100 gram tepung ketan.
2. Setengah sendok teh air kapur sirih.
3. 75 ml air.
4. 500 ml air untuk merebus.
5. 100 gram gula jawa.
6. Setengah sendok teh garam.
7. 2 lembar daun pandan.
8. 2 sendok makan tepung beras dicampur dengan 2 sendok makan air, dilarutkan untuk pengental.

Bahan Bubur Ketan Hitam

1. 100 gram beras ketan, direndam 1 jam.
2. 100 gram gula pasir.
3. 1 lembar daun pandan.
4. 2.500 ml air.
5. Seperempat sendok teh garam.
6. 1 sendok teh tepung beras dicampur 1 sendok teh air, dilarutkan untuk pengental.

Bahan Bubur Sumsum

1. 150 gram tepung beras.
2. 750 ml santan dari tiga perempat butir kelapa.
3. 2 lembar daun pandan.
4. Setengah sendok teh garam.

Bahan Pelengkap

1. 200 gram dawet.
2. Es serut.

Bahan Kuah Santan

1. 400 ml santan dari setengah butir kelapa.
2. 3 lembar daun pandan.
3. Setengah sendok teh garam.

Bahan Sirup Gula Jawa

1. 200 gram gula jawa, disisir halus.
2. 2 lembar daun pandan.
3. 200 ml air.

Cara Membuat

1. Buat candil dengan cara uleni tepung ketan, air kapur sirih, dan air sampai kalis. Bentuk adonan menjadi bola-bola sebesar kelereng.
2. Didihkan air, gula jawa, dan garam sampai larut. Saring. Didihkan lagi. Tambahkan daun pandan dan bola-bola. Masak sampai matang dan terapung.
3. Kentalkan dengan larutan tepung beras. Masak sampai meletup-letup.
4. Buat bubur ketan hitam yaitu dengan merebus beras ketan, gula pasir, daun pandan, air, dan garam sampai empuk dan matang. Kentalkan dengan larutan tepung beras. Masak sampai meletup-letup.
5. Buat bubur sumsum dengan melarutkan tepung beras dan sebagian santan. Masak dan didihkan sisa santan, daun pandan, garam, dan larutan tepung beras. Masak sampai

meletup-letup.

6. Buat kuah santan dengan merebus santan, daun pandan, dan garam sambil diaduk sampai mendidih.
7. Buat sirup gula jawa, yaitu rebus gula jawa, daun pandan, dan air sambil diaduk sampai gula jawa larut. Saring.
8. Sajikan bubur candil, ketan hitam, dan sumsum bersama bahan pelengkap yang disiram kuah santan, dan sirup gula jawa. Sajikan untuk 8 porsi.

Es Dawet Ireng



Minuman dawet ini asli dari Purworejo, Jawa Tengah. Kata ireng dalam bahasa Jawa artinya hitam. Butiran dari cendol berwarna hitam karena warna hitam dawet diperoleh dari abu bakar merang atau batang padi. Batang padi dibakar kemudian dicampur dengan air sehingga menghasilkan air berwarna hitam, air inilah yang digunakan sebagai pewarna dawet.

Bahan Utama

1. 750 ml air.
2. 2 ikat merang (batang padi yang kering) untuk pewarna hitam.
3. 75 gram tepung sagu.
4. 1 liter santan dari 1 butir kelapa.
5. Setengah sendok teh garam.
6. 250 gram gula jawa.
7. 5 mata nangka, buang bijinya, potong kecil.

Cara Membuat

1. Bakar batang padi, kemudian campur dengan air. Saring dan ambil airnya yang kehitaman untuk pewarna hitam.
2. Campurkan tepung sagu dengan 200 ml air dan air pewarna hitam, lalu dimasak sampai mendidih sambil aduk cepat hingga kental dan matang. Angkat.
3. Siapkan cetakan cendol, taruh di atas baskom berisi air es. Tuangkan adonan panas ke atas cetakan, gosok-gosok hingga butiran cendol jatuh ke baskom. Tiriskan, rendam dalam air

matang dingin. Sisihkan.

4. Rebus santan dan garam hingga mendidih. Angkat, dinginkan.
5. Rebus gula jawa dan air hingga mendidih dan kental. Angkat, saring. Beri potongan nangka, dinginkan.
6. Taruh cendol di gelas saji. Beri larutan gula jawa, tuangi santan, dan beri es batu.

Es Degan Jeruk



Gurih, manis, asam, dan tentu saja segar, begitulah rasa yang muncul dari es degan jeruk ini.

Bahan Utama

1. 1 buah kelapa hijau yang masih muda (degan), pangkas bagian atas dan bawahnya.
2. 2 sendok makan madu.
3. 1 buah jeruk pontianak, peras airnya.
4. Es batu secukupnya.

Cara Membuat

1. Lubangi kelapa bagian tengahnya.
2. Masukkan jeruk, madu, dan es ke dalamnya.
3. Sajikan dingin, sertakan sendok dan sedotan.

Es Gabus



Dilihat dari namanya saja sudah terdengar unik, es gabus, karena memang bentuk dan teksturnya seperti gabus. Sensasi kenyal-kenyal dinginnya akan sulit terlupakan. Sayangnya anda akan kesulitan mencari es ini karena sudah jarang dijual. Untuk mengobati rasa kangen dan penasaran, silakan dicoba sendiri resep es gabus berikut ini.

Bahan Utama

1. 130 gram tepung hunkwe putih.
2. 1.250 ml santan sedang kentalnya.
3. 250 gram gula pasir.
4. Pasta pandan secukupnya.
5. Garam secukupnya.

Cara Membuat

1. Campur tepung hunkwe, gula, santan ,garam. Masak sampai kental, beri pasta pandan.
2. Aduk-aduk hingga rata, angkat. Taruh diloyang. Setelah dingin potong-potong.
3. Bungkus dengan plastik.
4. Simpan di kulkas (freezer) sampai beku. Sajikan.

Es Gempol



Es gempol adalah minuman yang berisi bola-bola dari tepung beras, tepung ketan, dan tepung sagu yang disajikan dengan santan dan sirup gula jawa.

Bahan Utama

1. 200 gram tepung beras.
2. 50 gram tepung sagu.
3. 600 ml santan.
4. 200 ml air daun suji.
5. 200 gram tepung ketan.
6. 250 gram gula jawa.
7. 400 ml air pandan.
8. 100 gram nangka, iris sesuai selera.
9. Garam secukupnya.

Cara Membuat

1. Buat adonan gempol dengan mencampur tepung beras, tepung sagu, sedikit air daun suji, santan, dan sedikit garam, aduk rata sambil diuleni hingga rata.
2. Ambil secubit adonan gempol, bentuk bulat seukuran duku, agak dipipihkan, lalu buat lekukan di tengahnya.
3. Didihkan air, lalu masukkan bulatan-bulatan. Rebus hingga terapung (tanda sudah matang), angkat, dan tiriskan.

4. Buat adonan plered dengan mencampur tepung ketan, sedikit gula jawa, garam, dan sisa air daun suji, aduk rata.
5. Tuang adonan plered tipis-tipis di atas daun pisang, lalu kukus hingga matang.
6. Rebus sisa santan kental bersama garam hingga mendidih sambil diaduk agar tidak pecah. Angkat dan tiriskan.
7. Buat sirup gula jawa dengan mencairkan sisa gula jawa hingga mendidih. Saring.
8. Siapkan gelas saji, masukkan gempol, plered, nangka, santan kental, gula jawa, dan es batu, sajikan dingin.

Es Goyobod



Es goyobod adalah es yang banyak ditemui di daerah Jawa Barat, khususnya Bandung. Es ini terdiri dari potongan buah-buahan dan goyobod yang terbuat dari tepung hunkwe, sangat cocok disajikan saat cuaca panas.

Bahan Goyobod

1. 300 ml air.
2. 50 gram gula jawa.
3. 50 gram tepung hunkwe.
4. Setengah sendok teh garam.
5. 1 lembar daun pandan.

Bahan Kuah

1. 600 ml santan dari 1 butir kelapa.
2. 200 gram gula jawa, sisir halus.
3. Setengah sendok teh garam.
4. 2 lembar daun pandan.

Bahan Pelengkap

1. Daging kelapa muda dari 1 butir kelapa.
2. 1 buah alpukat, keruk dagingnya.
3. Es serut secukupnya.

Cara Membuat

1. Buat goyobod dengan merebus air dan gula jawa, saring lalu dinginkan. Tambahkan tepung hunkwe, garam, dan pandan. Rebus kembali sampai mendidih dan kental.
2. Tuang adonan goyobod yang sudah mengental ke loyang persegi, diamkan hingga dingin.
3. Potong dadu goyobod yang sudah dingin, sisihkan.
4. Buat larutan kuah dengan merebus santan, gula jawa, garam, dan daun pandan sambil diaduk hingga mendidih, saring. Dinginkan.
5. Untuk penyajian es goyobod, masukkan kelapa muda dan alpukat ke dalam mangkuk saji, masukkan goyobod, beri kuah dan es serut. Sajikan untuk 6 porsi.

Es Kacang Merah



Kacang merah memiliki kemampuan untuk mengatasi bermacam–macam penyakit, antara lain mampu mengurangi kerusakan pembuluh darah, mampu menurunkan kadar kolesterol dalam darah, mengurangi konsentrasi gula darah, serta menurunkan resiko kanker usus besar dan kanker payudara. Maka dari itu, tak heran jika banyak orang yang gemar sekali mengonsumsi aneka makanan dan minuman dari kacang merah, salah satunya adalah es kacang merah.

Bahan Isi

1. 200 gram kacang merah kering, dicuci bersih.
2. 1.000 ml air.
3. 2 lembar daun pandan.
4. 150 gram gula pasir.
5. Seperempat sendok teh garam.

Bahan Saus

1. 500 ml santan dari setengah butir kelapa.
2. 1 lembar daun pandan.
3. Seperempat sendok teh garam.

Bahan Pelengkap

1. Es serut secukupnya.
2. Susu kental manis cokelat.

Cara Membuat

1. Rebus kacang merah dan air selama 20 menit sampai empuk.
2. Masukkan daun pandan, gula pasir, dan garam sambil diaduk sampai kental.
3. Untuk adonan saus, rebus santan, daun pandan, dan garam sambil diaduk sampai mendidih. Dinginkan.
4. Tuang kacang merah di mangkuk. Beri saus. Sendokkan es serut. Tuang susu kental manis coklat. Sajikan untuk 5 porsi.

Es Kelapa Rempah



Kandungan rempahnya memberikan sensasi yang benar-benar lain dari biasanya, hangat dan dingin di tenggorokan menjadi satu.

Bahan Utama

1. 1 sendok makan gula palem atau gula jawa.
2. 1 cm kayu manis.
3. 2 buah cengkeh.
4. 200 cc air.
5. Daging kelapa muda secukupnya.
6. 200 cc air soda.
7. 50 gram kolang-kaling, rebus lalu iris tipis-tipis.
8. Es batu secukupnya.

Cara Membuat

1. Campurkan air, gula palem atau gula jawa, kayu manis, dan cengkeh. Rebus hingga mendidih dan gula larut.
2. Siapkan gelas. Isi dengan kolang-kaling dan kelapa muda.
3. Tuang sebagian air gula palem atau gula jawa kedalam gelas, lalu sebagian lagi tambahkan air soda dan es batu.
4. Es kelapa rempah siap dihidangkan untuk 1 gelas.

Es Lidah Buaya



Rasa es lidah buaya yang dicampur dengan sirup vanili ini memang lezat. Lidah buaya yang dibentuk seperti dadu terasa di lidah seperti memakan nata de coco. Selain enak, es lidah buaya memiliki banyak khasiat, salah satunya dapat melancarkan pencernaan.

Bahan Isi

1. 1 kg pelepah lidah buaya.
2. 6 buah siwalan atau 150 gram sari kelapa (nata de coco), potong-potong.
3. Es batu secukupnya.

Bahan Rendaman

1. 1 liter air.
2. 1 sendok makan air kapur sirih.
3. Setengah sendok teh garam.

Bahan Sirup

1. 350 gram gula pasir.
2. 750 ml air.
3. Setengah sendok teh vanili bubuk.
4. 2 lembar daun pandan, simpulkan.
5. Pewarna makanan warna merah, secukupnya.

Cara Membuat

1. Buat bahan rendaman dengan mencampur air dengan air kapur sirih dan garam.
2. Kupas pelepah lidah buaya, potong daging lidah buaya ukuran dadu 1 cm, masukkan ke dalam air rendaman, diamkan selama 30 menit sampai 1 jam, cuci bersih dan tiriskan.
3. Didihkan air, rebus daging lidah buaya selama 10 menit, angkat.
4. Buat bahan sirup dengan memasak air bersama gula pasir, vanili bubuk, dan daun pandan. Beri pewarna merah, masak hingga mendidih. Masukkan daging lidah buaya dan siwalan atau sari kelapa, masak sebentar, angkat dan dinginkan, simpan dalam lemari pendingin.
5. Siapkan gelas, beri es batu, tuangkan sirup, dan bahan isi secukupnya. Sajikan segera selagi dingin untuk 6 gelas.

Es Manado



Isi es ini sangat lengkap, ada buah-buahan, agar-agar, dan sari kelapa alias nata de coco. Tambahan es serut membuat minuman ini benar-benar menyegarkan tubuh dan mampu melepaskan dahaga.

Bahan Utama

1. 750 ml air.
2. 2 sendok makan gula pasir.
3. 5 sendok makan susu kental manis.
4. 100 gram sirsak, ambil daging buahnya saja.
5. 100 gram sari kelapa (nata de coco).
6. Setengah bungkus bungkus agar-agar jeli bubuk.
7. 3 sendok makan gula pasir.
8. 50 gram sagu mutiara, rebus hingga mekar.
9. 2 buah alpukat, potong dadu 1 cm.

Cara Membuat

1. Campur jeli bubuk dengan air, aduk rata.
2. Tambahkan gula pasir, masak hingga mendidih dan mengental, angkat.
3. Tuang larutan jeli ke dalam loyang cetakan, biarkan hingga mengeras. Potong dadu ukuran 1 cm.
4. Susun berurutan sari kelapa, sagu mutiara, sirsak, jeli, dan alpukat ke dalam gelas saji.
5. Siram campuran susu dan es batu diatasnya. Sajikan selagi dingin.

Es Oyen



Es oyen ini tak berbeda jauh dengan es campur lainnya karena es yang disajikan berisi kelapa muda, alpukat, dan susu. Selain itu, es oyen ditambahkan juga pacar cina sebagai bahan utama.

Bahan Utama

1. Daging kelapa muda secukupnya.
2. Buah alpukat secukupnya, ambil dagingnya.
3. Nangka matang potong kotak kecil.
4. Rumput laut secukupnya.
5. Pacar cina atau butir mutiara secukupnya.
6. Kolang-kaling matang secukupnya.
7. Susu kental manis secukupnya.
8. Sirup rasa vanila secukupnya.
9. Es batu (es serut) secukupnya.

Cara Membuat

1. Siapkan mangkuk, masukkan alpukat, kelapa muda, kolang-kaling, rumput laut, es serut, dan sirup rasa vanila secukupnya.
2. Tata pacar cina dan irisan nangka di atasnya, terakhir lumuri dengan susu kental manis. Sajikan.

Es Tebu



Selain manis lezat, tebu pun kaya akan khasiat. Mulai dari batuk sampai panas tinggi, juga jantung yang berdebaran, bisa diredakan oleh es tebu.

Bahan Utama

1. 400 gram tebu.
2. 200 ml air.
3. 50 ml sirup vanili.
4. Es serut secukupnya.
5. Mesin penggiling tebu.

Cara Membuat

1. Giling tebu dan ambil airnya. Campur dengan air dan sirup vanili.
2. Sajikan dingin dengan es serut untuk 3 porsi.

Es Timun Suri



Timun suri adalah jenis buah bertekstur sangat lembut. Jika dimakan langsung maka rasanya tawar, tetapi segar. Jika dicampur dengan sari buah atau sirup, rasanya sangat nikmat.

Bahan Utama

1. 250 gram timun suri, keruk dagingnya.
2. 1 buah kelapa muda, keruk dagingnya.
3. 200 gram agar-agar jeli rasa buah, potong dadu.
4. 250 ml sirup rasa vanilla atau sirup rasa buah sesuai selera.
5. 1 liter air matang.
6. Es batu secukupnya.

Cara Membuat

1. Siapkan mangkuk atau gelas saji.
2. Masukkan potongan timun suri, kelapa muda, dan agar-agar jeli.
3. Tuang air dan sirup secukupnya.
4. Beri es batu, aduk rata, dan sajikan.

Jamu Kunyit Asam



Kunyit yang menjadi bahan utama minuman ini mengandung zat anti oksidan (kurkuminoid) yang mencegah penuaan, mengurangi bau badan, menyegarkan tubuh, serta melancarkan buang air besar. Rajin minum jamu kunyit asam bercampur rebusan daun sirih bermanfaat untuk membersihkan organ dalam kewanitaan.

Bahan Utama

1. 500 gram kunyit.
2. 250 gram gula jawa.
3. 500 gram asam jawa.
4. 2 liter air.
5. Seperempat sendok teh garam.

Cara Membuat

1. Bersihkan kunyit terus diparut atau diblender. Kemudian disaring dan ambil airnya.
2. Rebus air perasan kunyit, masukkan asam, gula, dan garam sampai mendidih sambil diaduk-aduk.
3. Dinginkan dan jamu kunyit asam siap untuk diminum, bisa juga ditambahkan es batu.

Kelapa Bakar Hangat



Kelapa bakar memiliki manfaat menyehatkan, yaitu sebagai minuman penghangat yang mampu meningkatkan daya tahan tubuh sekaligus mengusir masuk angin.

Bahan Utama

1. 1 buah kelapa hijau, pangkas bagian atas dan bawahnya.
2. 2 sendok makan sirup gula jawa yang sudah diberi jahe dan pandan.

Cara Membuat

1. Bakar kelapa yang sudah dipangkas, lubangi bagian tengahnya. Tambahkan sirup gula jawa.
2. Bakar kelapa di atas bara api arang hingga air kelapa panas dan daging kelapa layu.
3. Sajikan hangat dan kerok daging kelapanya.

Kolak Kolang-Kaling



Kolak yang rasanya manis dan segar sangat cocok disantap sebagai makanan buka puasa atau camilan saat sore hari. Ada bermacam-macam kolak salah satunya adalah kolak kolang-kaling.

Bahan Utama

1. 125 gram gula jawa, disisir halus.
2. 50 gram gula pasir.
3. 800 ml santan dari setengah butir kelapa.
4. Seperempat sendok teh garam.
5. 3 lembar daun pandan.
6. 250 gram kolang-kaling, dicuci bersih, ditiriskan.
7. 5 buah pisang raja atau kepok (sesuai selera), potong potong.

Cara Membuat

1. Rebus gula jawa, gula pasir, santan, garam, dan daun pandan sambil diaduk sampai mendidih.
2. Tambahkan kolang-kaling dan pisang. Rebus sampai matang di atas api kecil, sambil diaduk sampai kolang-kaling meresap.
3. Sajikan ke dalam mangkuk saji untuk 5 porsi.

Rucuh Asam Jawa



Kandungan asam jawa yang ada di dalam minuman ini memberikan manfaat untuk menurunkan tekanan darah tinggi dan membuang lemak tubuh.

Bahan Utama

1. 800 ml air matang.
2. 3 sendok makan asam jawa.
3. 60 gram gula jawa.
4. 100 ml air perasan jeruk manis.
5. 5 cm jahe.
6. Es batu secukupnya.

Cara Membuat

1. Rebus air, asam jawa, gula jawa, dan jahe sampai mendidih. Kemudian saring dan beri air perasan jeruk manis.
2. Setelah dingin, tuang rucuh asam jawa ke dalam gelas saji. Hidangkan untuk 4 porsi.

Rucuh Mangga Kelapa



Minuman ini merupakan variasi lain dari rucuh asam jawa, dengan tambahan unsur pedas dan isi dari bahan kelapa muda dan mangga.

Bahan Utama

1. 500 ml air kelapa muda.
2. 100 gram kelapa muda, serut halus.
3. 2 buah mangga muda (atau sesuai selera), serut halus.
4. 150 gram jeruk bali, kupas, serpih kasar.
5. Es batu secukupnya.
6. 5 buah cabai rawit.
7. 1 sendok makan asam jawa.
8. 100 gram gula jawa.
9. Seperdelapan sendok teh garam.

Cara Membuat

1. Campur dan haluskan cabai rawit, asam jawa, gula jawa, dan garam.
2. Campur bumbu halus dengan air kelapa muda. Aduk hingga bumbu larut.
3. Masukkan kelapa muda, mangga serut, dan jeruk bali. Aduk rata.
4. Simpan dalam lemari es. Sajikan dingin, jika suka tambahkan es batu.

Sari Kacang Hijau



Sari kacang hijau biasa disebut juga susu kacang hijau karena berupa cairan yang terbuat dari ekstrak kacang hijau. Mengandung protein yang tinggi dan bermutu.

Bahan Utama

1. 1 kg kacang hijau.
2. 3 liter air biasa, untuk perendam.
3. Air hangat secukupnya.
4. 2 kg gula pasir.
5. Garam secukupnya.
6. Daun pandan atau vanili secukupnya.

Cara Membuat

1. Rendam kacang hijau di dalam 3 liter air. Diamkan selama 4 jam.
2. Ambil kacang hijau yang sudah direndam dan pisahkan dengan air rendamannya. Cuci bersih sampai sisa air rendaman atau kotoran hilang.
3. Rebus kacang hijau selama 30 menit, beri sedikit air agar kacang hijau melunak.
4. Masukkan kacang hijau yang sudah direbus ke dalam blender. Beri sedikit air hangat, dan haluskan dengan blender sampai benar benar biji kacang hijau hancur.
5. Saring kacang hijau yang sudah dihaluskan dengan kain kasa halus. Tampung air sari kacang

hijau yang keluar dari saringan.

6. Rebus sari kacang hijau dengan air, daun pandan atau vanili, gula, dan garam. Rebus selama kurang lebih 20 menit.
7. Angkat dan dinginkan. Sajikan setelah sari kacang hijau dingin.

Sekoteng



Sekoteng adalah minuman asli Jawa Tengah rasa jahe yang biasa dihidangkan panas. Bahan lain yang biasanya dicampur ke dalam minuman sekoteng adalah kacang hijau, kacang tanah, pacar cina, dan potongan roti.

Bahan Isi

1. 50 gram biji delima/mutiara, rebus sampai matang.
2. 30 gram kolang-kaling, iris tipis, rebus dengan 1 lembar daun pandan selama 15 menit.
3. 2 lembar roti tawar, potong dadu 1 cm.
4. 50 gram kacang tanah kupas, goreng sampai matang.
5. 100 gram kacang hijau, rebus sampai matang.

Bahan Wedang Jahe

1. 1 liter air.
2. 50 gram jahe, memarkan.
3. 2 batang serai, memarkan.
4. 2 lembar daun pandan, buat simpul.
5. 175 gram gula pasir.

Cara Membuat

1. Rebus semua bahan wedang jahe, setelah mendidih segera kecilkan api dan biarkan tetap panas, sampai waktu menghidangkan.

2. Susun semua bahan isi dalam mangkuk hidangan.
3. Tuang larutan wedang jahe panas-panas. Sajikan segera.

Sinom



Di daerah Jawa Timur, sinom sering disajikan sebagai minuman segar, bahkan dijual secara bebas layaknya es teh. Sinom memiliki banyak manfaat terutama untuk wanita, yaitu mengurangi sakit ketika haid, membersihkan darah, antibiotik, dan membuat kulit tampak bersih. Selain itu, asam jawa yang juga merupakan komposisi utama dari minuman ini bermanfaat untuk melancarkan buang air besar, memperbaiki peredaran darah, mengurangi nyeri haid, menghilangkan keputihan, melangsingkan tubuh, dan mencegah rambut rontok.

Bahan Utama

1. 50 gram daun asam muda (sinom).
2. 25 gram kunyit, iris tipis, sangrai sebentar.
3. 25 gram asam jawa tanpa biji atau 75 ml air jeruk nipis.
4. 100 ml air matang.
5. 100 gram gula jawa atau gula pasir.
6. 2 lembar daun pandan.
7. 1 liter air.

Cara Membuat

1. Campur daun asam, kunyit, asam jawa (atau air jeruk nipis), dan 100 ml air matang. Haluskan dengan blender.
2. Didihkan 1 liter air bersama gula dan daun pandan hingga gula larut.
3. Campurkan rebusan air gula dengan campuran asam kunyit, aduk rata, dan saring.
4. Sajikan dingin untuk porsi 5 sampai 6 gelas.

Susu Rasa Kayu Manis



Tambahan kayu manis ke dalam susu akan menimbulkan aroma yang khas dan juga rasa rempah yang menyegarkan tenggorokan.

Bahan Utama

1. Setengah liter susu murni.
2. 2 butir telur.
3. 3 sendok makan gula pasir atau madu.
4. 1 sendok teh jahe bubuk.
5. Setengah sendok teh kayu manis bubuk.
6. 3 sendok makan soda.

Cara Membuat

1. Masukkan telur, jahe, gula, soda, dan kayu manis pada blender. Campur atau blender bahan-bahan tersebut sampai tercampur dan berbusa.
2. Pindahkan campuran telur tersebut pada gelas atau poci. Tuangkan susu panas, aduk hingga tercampur rata. Sajikan selagi hangat.

Teh Beras Kencur



Beras kencur merupakan jamu tradisional yang memiliki manfaat bagi kesehatan. Apalagi jika ditambah rempah-rempah lain dalam resepnya serta dikombinasikan dengan teh oolong. Rasanya juga akan lebih nikmat dan segar, karena rasa yang muncul berasal dari perpaduan aneka rempah, jeruk nipis, dan teh oolong.

Bahan Utama

1. 2 sendok makan teh hitam atau oolong.
2. 400 ml air mendidih.
3. 1 ruas jari kencur.
4. 1 ruas jari jahe.
5. 1 buah cengkeh.
6. 1 batang kayu manis (2 cm).
7. 2 sendok teh gula palem.
8. 2 sendok makan gula pasir.
9. Setengah sendok teh air jeruk nipis.
10. Seperdelapan sendok teh garam.
11. 1 sendok makan beras, rendam, tiriskan, dan sangrai.

Cara Membuat

1. Seduh teh dalam air mendidih.
2. Campur beras, kencur, jahe, cengkeh, kayu manis, gula palem, garam, dan teh.

3. Masukkan ke dalam blender, haluskan, dan tambahkan air jeruk nipis. Saring.
4. Sajikan untuk 1 porsi.

Teh Jeruk



Rasa asam jeruk dan wangi teh akan membuat saraf sedikit mengendur dan pikiran jadi segar. Boleh dihirup hangat kalau lagi flu atau saat stres datang.

Bahan Utama

1. 2 kantong teh merah atau hitam.
2. 500 ml air panas.
3. 200 ml air jeruk manis segar.
4. 2 sendok makan madu atau sirup gula.
5. 1 buah jeruk manis, iris tipis.

Cara Membuat

1. Seduh teh dengan air panas hingga larut. Angkat kantong teh.
2. Tuang air jeruk manis. Aduk sampai rata.
3. Taruh madu atau sirup gula dalam cangkir atau gelas.
4. Tuang larutan teh dan jeruk. Beri irisan jeruk manis.
5. Jika akan disajikan dingin, simpan dalam lemari es selama 2 jam sebelum disajikan.
6. Sajikan segera untuk porsi 2 gelas.

Teh Sruput



Teh yang akan memberikan rasa hangat di tubuh karena campuran dari bahan jahe, serai, dan kayu manis.

Bahan Utama

1. 1 sendok makan gula jawa, serut.
2. 1 ruas jari jahe.
3. 1 batang serai.
4. 1 batang kayu manis.
5. 1 lembar daun pandan.
6. 1 sendok teh daun teh.
7. 350 ml air.

Cara Membuat

1. Rebus gula, jahe, serai, kayu manis, dan 200 ml air. Masak hingga mendidih, angkat, dan saring.
2. Rebus sisa air, daun teh, dan daun pandan hingga mendidih. Angkat dan saring.
3. Tuang rebusan jahe dan teh dalam cangkir.
4. Teh sruput siap disajikan untuk porsi 2 cangkir.

Teh Susu Gula Jawa



Teh susu yang dicampur dengan gula jawa memberikan rasa berbeda jika dibandingkan dengan gula pasir. Unsur gurih dan manis dari gula jawa semakin menambah kenikmatan the susu ini.

Bahan Utama

1. 1 sendok makan teh.
2. 5 cm kayu manis.
3. 1 butir cengkeh.
4. 500 ml air.
5. 75 gram gula jawa, sisir halus.
6. 2 sendok makan susu kental manis.
7. 100 gram cincau, potong bulat, siram air panas.

Cara Membuat

1. Didihkan air, kayu manis, cengkeh, dan gula jawa.
2. Tambahkan susu kental manis aduk rata.
3. Masukkan teh, didihkan kembali. Angkat dan saring.
4. Masukkan cincau dalam gelas saji, tuang teh susu.
5. Sajikan untuk porsi 2 gelas.

Teh Susu Mutiara Melati



Salah satu variasi dari teh susu yang dicampurkan dengan biji delima atau biji mutiara.

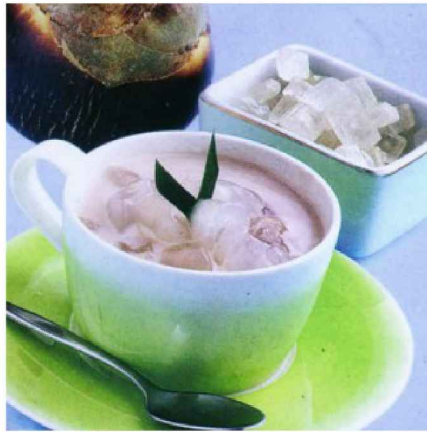
Bahan Utama

1. 2 kantung teh melati.
2. 500 ml air.
3. 2 sendok makan susu kental manis.
4. 100 ml madu.
5. 2 sendok makan mutiara atau biji delima siap pakai.

Cara Membuat

1. Didihkan air dengan susu kental manis. Celup-celupkan teh melati hingga warnanya coklat tua. Angkat kantung teh.
2. Masukkan madu dalam gelas saji, tuang teh susu.
3. Sajikan dengan mutiara untuk porsi 4 cangkir.

Teh Susu Siwalan



Buah dari pohon lontar ini ternyata bisa dicampurkan dengan teh susu. Selain teksturnya yang kenyal mirip sari kelapa, rasanya juga lebih enak daripada kolang-kaling.

Bahan Utama

1. 1 sendok makan teh.
2. 5 cm jahe, kupas, dan memarkan.
3. 500 ml air.
4. 2 sendok makan susu kental manis.
5. 2 buah siwalan, potong dadu.
6. Gula pasir secukupnya.

Cara Membuat

1. Didihkan air dan jahe, masukkan teh. Didihkan kembali, angkat.
2. Masukkan gula batu dan susu kental manis dalam gelas saji.
3. Tuang air teh, aduk rata.
4. Masukkan siwalan. Sajikan untuk 2 gelas.

Teh Talua (Minang)



Teh talua atau teh telur ialah sejenis minuman dari Sumatera Barat yang masyhur di sepanjang rantau itu. Ramuannya adalah teh, gula, kuning telur, dan jeruk nipis. Telur yang digunakan biasanya adalah telur ayam kampung atau bebek. Ia biasa diminum oleh para petani yang hendak meladang, sebagai penambah stamina kerja.

Bahan Utama

1. Kuning telur dari 1 butir telur ayam kampung atau bebek.
2. 2 sampai 3 sendok makan gula pasir.
3. 2 kantong teh merah atau hitam.
4. 1 iris jeruk nipis.
5. Air hangat secukupnya.

Cara Membuat

1. Seduh teh dengan air hangat sampai cukup kental.
2. Campurkan kuning telur dengan gula pasir ke dalam gelas saji.
3. Aduk campuran kuning telur dan gula sampai adukan mengembang dan berwarna keputihan. Untuk mengaduknya, bisa menggunakan bantuan mesin mixer.
4. Tuang air teh ke dalam gelas saji yang berisi adukan kuning telur.
5. Tambahkan air perasan jeruk nipis dan teh talua siap dinikmati.

Teh Telur Madu



Teh telur ini baik untuk menambah stamina, jadi cocok untuk anda yang kurang sehat atau lelah. Apalagi ada tambahan jeruk nipis dan madunya.

Bahan Utama

1. 2 butir telur ayam atau bebek (ambil kuningnya saja).
2. 2 kantong teh celup.
3. 2 sendok madu.
4. 2 sampai 3 sendok teh gula pasir.
5. Bubuk kayu manis secukupnya.

Cara Membuat

1. Seduh teh celup ke dalam air panas 200 cc, biarkan hingga warnanya berubah menjadi pekat.
2. Kocok telur, madu, dan gula pasir hingga busanya mengembang.
3. Campurkan seduhan teh celup ke dalam kocokan telur, madu, dan gula tadi.
4. Taburkan bubuk kayu manis. Sajikan selagi hangat.

Temulawak



Kandungan senyawa kurkuminoid dalam temulawak menjadikan minuman ini sarana pencegah berbagai penyakit seperti jantung koroner, stroke, dan reumatik.

Bahan Utama

1. 50 gram temulawak.
2. 20 gram asam kawak (tanpa biji).
3. 25 gram kencur.
4. 10 gram jinten.
5. 100 ml air matang.
6. 100 gram gula aren.
7. 2 lembar daun pandan.
8. 1 liter air.

Cara Membuat

1. Iris tipis temulawak dan kencur, sangrai sebentar.
2. Campur temulawak, asam kawak, kencur, jinten, dan 100 ml air matang, haluskan dengan blender.
3. Didihkan air dengan gula dan daun pandan hingga gula larut.
4. Campur campuran temulawak dengan rebusan air gula, aduk rata. Saring.
5. Sajikan hangat atau dingin untuk porsi 5 sampai 6 gelas.

Temulawak Instan



Cara pembuatan temulawak siap saji yang berbentuk serbuk, dibuat dari sari temulawak alami yang dimasak sampai mengkristal. Untuk menggunakannya, cukup seduh serbuk temulawak dengan air hangat dan diaduk sampai rata.

Bahan Utama

1. 750 gram temulawak.
2. 500 ml air.
3. 600 gram gula pasir (sesuai selera).

Cara Membuat

1. Kupas dan cuci bersih temulawak. Potong kasar.
2. Campur 100 ml air dan temulawak.
3. Haluskan dengan blender.
4. Saring dan endapkan hingga terpisah pati dan sarinya. Ambil bagian sari temulawaknya dan buang bagian patinya.
5. Campur sari temulawak dan gula pasir. Aduk rata. Rebus di atas api sedang hingga gula larut dan kental.
6. Masak di atas api sedang sambil terus diaduk hingga membentuk kristal yang halus. Angkat dan saring.
7. Haluskan kristal yang kasar.
8. Serbuk temulawak instan siap digunakan.

Wedang Angsle



Minuman hangat dari bahan beras ketan dan kacang hijau, cocok disajikan saat musim dingin atau hujan.

Bahan Isi

1. 150 gram kacang hijau rebus.
2. 50 gram mutiara atau biji delima, rebus hingga matang.
3. 5 lembar roti tawar, potong kotak-kotak.
4. 75 gram kacang tanah kupas, sangrai.

Bahan Ketan Kukus

1. 100 ml santan cair.
2. 100 gram beras ketan putih.
3. Garam secukupnya.

Bahan Kuah

1. 700 ml air.
2. 200 ml santan kental.
3. 1 sendok teh garam.
4. 2 lembar daun pandan.
5. 2 cm jahe, memarkan.
6. 150 gram gula pasir.

Cara Membuat

1. Kukus ketan hingga setengah matang, angkat. Pindahkan ke dalam panci berisi air santan. Tambahkan garam dan masak sambil diaduk di atas api kecil hingga santan meresap.
2. Kukus kembali selama 15 menit sambil sesekali diaduk. Angkat dan biarkan uap panasnya hilang.
3. Buat bulatan ketan sebesar kelereng. Sisihkan.
4. Campur santan dengan garam, daun pandan, jahe, gula, dan air. Masak sambil diaduk hingga mendidih, angkat dan sisihkan.
5. Masukkan 2 sendok makan kacang hijau, 1 sendok makan mutiara, beberapa potong roti, beberapa bola ketan, 1 sendok makan kacang tanah dalam gelas saji.
6. Tuang kuah dalam keadaan panas, sajikan untuk 10 gelas wedang angkle.

Wedang Cemol



Wedang yang satu ini merupakan minuman tradisional khas Solo. Saat disergap udara dingin seperti ini, secangkir wedang cemol panas dijamin bisa hangatkan tubuh dalam sekejap. Tebaran aroma jahe, serai, kayu manis, dan gula jawa yang wangi makin membuatnya terasa enak saat diseruput panas.

Bahan Kuah

1. 500 ml air.
2. 150 gram jahe, kupas, memarkan.
3. 4 batang serai, memarkan.
4. 2 lembar daun pandan.
5. 200 gram gula jawa.
6. 100 gram gula pasir.
7. 4 cm kayu manis.
8. 5 lembar daun jeruk.

Bahan Isi

1. 4 lembar roti tawar, potong bentuk dadu.
2. 100 gram kacang tanah.
3. 100 gram kolang-kaling.
4. 100 gram kelapa muda.

Cara Membuat

1. Campur semua bahan kuah, masak sampai mendidih, angkat, dan saring.

2. Ambil gelas, taruh roti tawar, kacang tanah, kolang-kaling, dan kelapa muda. Kemudian siram dengan kuah.
3. Sajikan untuk 6 porsi.

Wedang Coklat Jahe



Wedang jahe yang dicampur coklat membuat minuman ini seperti coklat panas namun dengan aroma dan kehangatan khas jahe.

Bahan Utama

1. 500 ml air.
2. 500 ml susu segar.
3. 2 sendok makan coklat bubuk.
4. 4 cm jahe, bakar, memarkan.
5. 3 cm kayu manis.
6. 1 lembar daun pandan, potong-potong.
7. 1 batang serai, memarkan.
8. 10 butir merica hitam.

Cara Membuat

1. Rebus jahe, kayu manis, daun pandan, serai, dan merica hitam hingga mendidih. Rebus beberapa saat hingga air menyusut.
2. Masukkan susu segar dan coklat, rebus hingga mendidih beberapa saat. Angkat dan saring.
3. Tuang ke dalam gelas. Sajikan panas untuk 4 cangkir.

Wedang Durian



Wedang durian sangat cocok disajikan saat hujan dan dihidangkan selagi hangat. Wedang ini rasanya segar, nikmat, dan khas aroma duriannya. Wedang ini bisa sebagai penghangat badan karena di dalamnya ada unsur bahan dari jahe.

Bahan Utama

1. 2 sendok makan gula pasir.
2. 2 iris jahe.
3. 200 cc air.
4. 1 sendok makan gula palem.
5. Seperempat sendok teh kayu manis bubuk.
6. Sedikit garam.
7. 100 gram daging durian, hancurkan.
8. 1 sendok makan susu kental manis.

Cara Membuat

1. Campurkan air, gula pasir, jahe, gula palem, kayu manis, dan garam. Rebus sampai mendidih.
2. Masukkan durian ke dalam gelas saji dan beri susu kental manis.
3. Tuang kuah rebusan ke dalam gelas saji, dan sajikan hangat.

Wedang Jahe Kacang Hijau



Wedang jahe yang dihidangkan dengan kacang hijau, kolang-kaling, dan nangka.

Bahan Utama

1. 1.500 ml air.
2. 100 gram kacang hijau, rendam sebentar.
3. 200 gram jahe, memarkan.
4. 350 gram gula pasir.
5. 1 batang serai, memarkan.
6. Setengah sendok teh garam.
7. 1 liter santan.
8. 200 gram kolang-kaling, iris panjang.
9. 2 lembar roti tawar, potong dadu.
10. 75 gram kacang goreng.
11. 5 mata nangka, potong memanjang.

Cara Membuat

1. Rebus kacang hijau sampai lunak. Tambahkan santan, jahe, gula, serai, dan garam. Selama merebus, aduk-aduk sampai rata. Tambahkan kolang-kaling, masak sampai mendidih, angkat.
2. Siapkan mangkuk, tuangkan rebusan wedang dan beri roti tawar, nangka, dan kacang goreng. Sajikan selagi hangat untuk porsi 6 gelas.

Wedang Jahe Kombinasi



Wedang jahe dengan campuran kayu manis dan serai yang akan memberikan aroma dan rasa lain dari wedang jahe biasa.

Bahan Utama

1. 100 gram jahe, bakar, memarkan.
2. 100 gram kolang-kaling, rebus, tiriskan, iris tipis.
3. 100 gram gula jawa, serut.
4. 3 cm kayu manis.
5. 2 batang serai, memarkan.
6. 50 gram kacang tanah, kupas, sangrai.
7. 800 ml air.

Cara Membuat

1. Didihkan air, masukkan jahe, gula jawa, kayu manis, dan serai. Masak hingga gula larut dan mendidih.
2. Tambahkan kolang-kaling, masak sebentar, angkat.
3. Tuang wedang jahe kombinasi ke dalam gelas saji. Tambahkan kacang tanah dan sajikan hangat.

Wedang Jahe Kopi



Wedang jahe yang dicampur dengan kopi tentu menyegarkan pikiran dari rasa kantuk dan memberikan rasa hangat di tubuh.

Bahan Utama

1. 500 ml air.
2. 6 cm jahe, kupas, memarkan.
3. 100 gram gula jawa.
4. 2 sendok makan kopi.
5. 4 sendok makan (sesuai selera) susu kental manis.
6. 100 gram kacang tanah, sangrai hingga matang.

Cara Membuat

1. Rebus air, jahe, dan gula jawa hingga semua gula larut dan mendidih.
2. Masukkan kopi, aduk rata.
3. Saring air rebusan.
4. Tambahkan susu kental manis dan kacang tanah jika suka.

Wedang Jahe Santan



Penambahan santan pada wedang jahe memberikan rasa gurih dan tentu saja sensasi rasa yang berbeda dari wedang jahe biasa.

Bahan Utama

1. 1 liter santan kelapa.
2. 200 gram jahe, memarkan.
3. 150 gram gula pasir.
4. 1 batang serai, memarkan.
5. Seperempat sendok teh garam.
6. 200 gram sari kelapa.
7. 2 iris roti tawar, potong dadu.
8. 6 sendok makan kacang goreng.
9. 150 gram kacang hijau matang.
10. 150 gram kacang merah, rebus matang.
11. 3 mata nangka, potong dadu.

Cara Membuat

1. Rebus santan bersama jahe, gula, serai, dan garam. Selama merebus, aduk-aduk. Masukkan sari kelapa masak sampai mendidih, angkat.
2. Siapkan mangkuk, tata roti tawar, kacang goreng, kacang hijau, kacang merah, dan nangka.
3. Tuangkan kuah dan isiannya ke dalam mangkuk. Sajikan hangat.

Wedang Jahe Super Pedas



Wedang jahe yang biasa masih kurang hangat dan pedas? Wedang jahe ini pasti akan memberikan rasa hangat dan pedas yang luar biasa karena ditambahkan merica dan rempah-rempah lainnya.

Bahan Utama

1. 1 liter air.
2. 50 gram jahe merah.
3. 4 sendok makan gula pasir.
4. 200 gram gula jawa.
5. 15 butir merica hitam.
6. 4 buah kapulaga.
7. 1 buah pekak.
8. 5 butir cengkeh.
9. 2 batang serai, memarkan.
10. 2 helai daun pandan.
11. 5 buah daun jeruk.

Cara Membuat

1. Panggang jahe merah hingga agak kecokelatan. Angkat, kupas kulitnya memarkan.
2. Rebus jahe merah bersama air dan bahan lainnya hingga mendidih dan aromanya wangi.
3. Kecilkan api, masak terus hingga air menyusut menjadi setengah bagian.
4. Angkat, saring, lalu tuang ke cangkir. Sajikan panas untuk porsi 4 cangkir.

Wedang Nangka Kelapa



Resep ini pantas dicoba bagi penggemar minuman dari kelapa muda. Kombinasi antara kelapa muda, nangka, dan jahe menghasilkan efek hangat, sehingga minuman ini pas dinikmati saat musim hujan.

Bahan Utama

1. 700 ml santan.
2. 100 gram gula jawa, sisir halus.
3. 100 gram jahe kupas, iris halus.
4. 100 gram daging nangka, potong dadu.
5. 200 gram daging kelapa muda.

Cara Membuat

1. Panaskan santan, gula jawa, dan jahe di atas api kecil sampai mendidih.
2. Angkat dan saring.
3. Masukkan nangka dan kelapa muda pada gelas saji.
4. Tuang rebusan kuah pada gelas saji dan sajikan hangat.

Wedang Rempah



Minuman wedang ini bagus diminum saat anda masuk angin atau sekedar ingin menghangatkan tubuh. Karena campuran jahe dan rempah-rempah membuat tubuh menjadi hangat saat diminum.

Bahan Utama

1. 50 gram jahe, kupas, dan memarkan.
2. 1 batang kayu manis ukuran 10 cm.
3. 5 buah cengkeh.
4. 80 gram gula pasir.
5. 10 butir merica bulat.
6. 2 sendok makan air jeruk nipis.
7. 1 batang serai, dimemarkan.
8. 500 cc air.

Cara Membuat

1. Jahe dikupas lalu dimemarkan. Masukkan jahe, cengkeh, merica bulat, gula, dan serai pada panci.
2. Tuangkan air ke dalam panci, rebus di atas api hingga mendidih.
3. Kayu manis dicuci sampai bersih, lalu masukkan ke dalam rebusan jahe tadi.
4. Didihkan selama 15 menit, lalu tambahkan air jeruk nipis. Angkat dari perapian kemudian saring.
5. Wedang rempah siap untuk disajikan.

Wedang Ronde



Wedang ronde merupakan minuman tradisional yang berasal dari Jawa. Wedang ronde adalah seduhan air jahe yang berisi bola-bola yang disebut ronde. Biasanya disajikan dengan kacang yang sudah disangrai, kolang-kaling, dan potongan roti di dalam minuman tersebut.

Bahan Utama

1. 250 gram tepung ketan.
2. 1 buah jahe, memarkan..
3. 2 batang serai, memarkan.
4. Kacang goreng tanpa kulit.
5. 1 liter air.
6. Gula pasir secukupnya.

Cara Membuat

1. Rebus air dengan gula, serai, dan jahe, sampai mendidih.
2. Uleni tepung ketan dengan air matang hangat sedikit demi sedikit sampai adonan bisa dibentuk.
3. Lalu bentuk adonan sebesar biji kelereng.
4. Didihkan air dalam panci. Masukkan bulatan-bulatan tepung ketan atau ronde, masak sampai bulatan mengapung, lalu angkat dan tiriskan.
5. Masukkan bulatan ronde ke dalam air wedang, beri taburan kacang goreng. Sajikan selagi hangat.

Wedang Serai



Selain untuk memasak, ternyata serai atau sereh bisa dijadikan minuman yang tak kalah nikmat. Kandungan citronella-nya membantu menenangkan dikala stres melanda. Serai juga bisa jadi obat yang dapat menyembuhkan masuk angin, demam, flu, dan membuat efek bau badan harum.

Bahan Utama

1. 3 batang serai, ambil batangnya saja.
2. 500 ml air.
3. 3 lembar daun jeruk.
4. Gula batu, atau gula aren, atau gula pasir secukupnya.

Cara Membuat

1. Memarkan bagian bonggol serai.
2. Rebus air hingga mendidih, masukkan serai, dan daun jeruk lalu rebus selama 10 menit. Angkat setelah mendidih.
3. Beri gula secukupnya, aduk rata.
4. Sajikan hangat.

Wedang Tahu



Jika musim hujan tiba, atau suasana dingin dan hujan, anda pasti menginginkan kudapan yang hangat dan segar untuk disajikan di keluarga anda. Bagaimana dengan wedang tahu? atau juga sering disebut dengan wedang toufu atau wedang kembang tahu. Minuman hangat yang sekaligus menyehatkan, karena berisi potongan tahu sutera yang terbuat dari kedelai.

Bahan Tahu

1. 1 liter susu kacang kedelai (bisa dibuat dari 250 gram kedelai, rendam hingga mengembang, blender dengan 1 liter air, kemudian saring).
2. 125 gram gula pasir.
3. 4 gram agar-agar putih bubuk, cairkan dengan 50 ml air.
4. Setengah sendok teh garam.

Bahan Kuah Jahe

1. 250 gram gula pasir.
2. 100 gram gula jawa.
3. 1 liter air.
4. 150 gram jahe, cuci, kupas, dan memarkan.
5. 3 lembar daun pandan.
6. 2 lembar daun jeruk.
7. 3 cm kayu manis.
8. 3 buah cengkeh.

9. Setengah sendok teh garam.

Cara Membuat

1. Rebus air kedelai hingga mendidih lalu tambahkan agar-agar, gula, dan garam. Biarkan mendidih. Angkat, sisihkan, dan biarkan hingga membeku menjadi bentuk tahu atau kembang tahu.
2. Kemudian rebus gula jawa, gula pasir, jahe, daun pandan, daun jeruk, kayu manis, cengkeh, dan garam hingga gula larut dan wangi. Setelah mendidih, saring air rebusan.
3. Sendoki tipis-tipis air kedelai yang sudah membeku (kembang tahu), taruh di mangkok. Tuangi kuah jahe.
4. Sajikan hangat.

Wedang Tape Hangat



Minuman hangat ini terasa legit dan menghangatkan di cuaca dingin.

Bahan Utama

1. 10 cm jahe.
2. 200 ml susu segar.
3. 150 gram tape singkong yang masak, potong-potong.
4. 300 ml air.
5. 150 gram gula jawa.
6. 2 sendok makan gula pasir.
7. 1 batang serai, memarkan.
8. 1 lembar daun pandan, potong-potong.
9. 1 sendok makan kacang tanah sangrai.

Cara Membuat

1. Panggang jahe di atas bara api hingga agak kecoklatan. Angkat, kupas kulitnya, memarkan.
2. Rebus jahe bersama gula, serai, dan pandan di atas api kecil.
3. Masak hingga airnya menyusut lalu tambahkan susu, rebus kembali hingga mendidih.
4. Setelah mendidih, angkat dan saring.
5. Taruh potongan tape di dalam mangkuk.
6. Tuangi kuah jahe panas.
7. Taburi kacang tanah, sajikan panas.

Wedang Ublek



Wedang ublek, sesuai namanya adalah minuman terbuat dari kelapa muda dengan kuah santan, gula jawa, dan garam yang diaduk (diublek) jadi satu.

Bahan Utama

1. 750 ml santan cair.
2. 250 ml santan kental.
3. 500 gram gula jawa, potong kasar.
4. Garam secukupnya.
5. Daging kelapa muda dari setengah butir kelapa, potong korek api.

Cara Membuat

1. Campur santan cair, gula jawa, dan garam. Rebus hingga mendidih dan gula larut. Angkat dan saring.
2. Masukkan kelapa muda. Aduk rata.
3. Tuang santan kental, sedikit demi sedikit sambil diaduk.
4. Rebus kembali campuran santan hingga mendidih sambil diaduk. Angkat, sajikan hangat untuk 5 gelas.

Wedang Uwuh



Minuman herbal berbahan rempah ini berkhasiat menghangatkan badan, menghilangkan masuk angin, batuk ringan, dan melegakan tenggorokan. Bagi pecandu rokok kretek yang ingin berhenti merokok, minuman ini mungkin bisa membantu menghentikan kebiasaan merokok. Warna air yang merah cerah terbentuk dari air seduhan secang. Bau harum muncul dari aroma kayu manis. Rasa hangat pedas terbentuk dari jahe dan dedaunan rempah lainnya.

Bahan Utama

1. 700 ml air.
2. 40 gram serutan kayu secang kering.
3. 50 gram gula batu atau gula pasir.
4. 6 cm jahe, memarkan.
5. 2 lembar daun kayu manis kering.
6. 3 lembar daun cengkeh kering.
7. 3 lembar daun pala kering.
8. 10 butir cengkeh atau batang cengkeh kering.

Cara Membuat

1. Bakar jahe, memarkan.
2. Tuang air dalam panci. Masukkan jahe, cengkeh atau batang cengkeh, daun cengkeh, daun kayu manis, daun pala, serutan kayu secang, jahe, dan gula batu.
3. Masak dengan api sedang hingga mendidih.

4. Rebus selama kurang lebih 15 menit.
5. Angkat dan saring (bisa juga dihidangkan tanpa disaring).
6. Tuang ke dalam gelas. Hidangkan hangat.

Daftar Pustaka

Data resep yang ada di dalam buku digital ini berasal dari aplikasi **Minuman tradisional** yang beralamat di :

<https://play.google.com/store/apps/details?id=gulajava.minumtradi>

Selain itu data resep yang ada di buku digital ini juga diperoleh dari situs :

www.resepmasakanindonesia.info

www.resep-masakan.net

Sedangkan data gambar yang berada di dalam buku digital ini berasal dari berbagai sumber yang ada di internet yang dicari dengan menggunakan bantuan *Google Image Search*.