

70 RESEP



Easy Cook

PRAKTIS, HALAL & Non-MSG



YUNITA ANWAR

@yunitaanwar

70 RESEP *Easy Cook*

PRAKTIS, HALAL & Non-MSG

Digital Publishing KG/GC



**Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-undang Nomor 28 Tahun 2014
tentang Hak Cipta**

(1). Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf i untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000,00 (seratus juta rupiah).

(2). Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan atau huruf h, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

(3). Setiap orang yang dengan tanpa hak dan atau tanpa izin pencipta atau pemegang hak melakukan pelanggaran hak ekonomi pencipta sebagaimana dimaksud dalam pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan atau huruf g, untuk penggunaan secara komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).

(4). Setiap orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

70 RESEP

Easy Cook



PRAKTIS, HALAL & Non-MSG

YUNITA ANWAR

@yunitaanwar



Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
Jakarta

 KOMPAS GRAMEDIA

70 RESEP EASY COOK

Praktis, Halal & Non-MSG

Oleh: Yunita Anwar

GM 621205041

ISBN 978-602-06-5682-3

ISBN 978-602-06-5683-0 (PDF)

Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
Kompas Gramedia Building Blok I Lantai 5
Jl. Palmerah Barat 29-37, Jakarta 10270

Editor **Intarina Hardiman**

Foto **Yunita Anwar**

Desain Grafis **Sri Hariyanti by Gagas Ulung**

Edisi Digital, 2021

Diterbitkan pertama kali oleh Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
Anggota IKAPI, Jakarta, Agustus 2021

Hak cipta dilindungi oleh
Undang-undang
Dilarang mengutip atau memperbanyak
sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari penerbit.

Dicetak oleh Percetakan Gramedia
Isi di Luar Tanggung Jawab Percetakan

Daftar Isi

Prakata

AYAM

Arem-Arem Ayam dan Sambal Kacang Arem-Arem	10
Ayam Cornflakes	12
Ayam Goreng Kelapa	14
Ayam Goreng Lemon	16
Ayam Goreng Madu	18
Ayam Kacang Mete	20
Ayam Woku	22
Bola-Bola Ayam Teriyaki	24
Bubur Ayam Kuah Kuning	26
Chicken Nugget Mayonnaise	28
Chicken Rice Bowl	30
General Tso's Chicken	32
Kari Ayam Praktis	34
Nasi Ayam	36
Nasi Bakar Ayam	38
Nasi Siram Ayam Jamur	40
Nasi Tim Kecap	42
Opor Ayam dan Telur	44
Oseng Pangsit	46
Sate Ayam Kecap	48
Siomai Ayam Jamur	50
Thai Basil Chicken	52

SEAFOOD

Baked Rice Salmon Mentai	56
Baked Salmon Rice	58
Ebi Furai	60
Ikan Goreng Asam Manis	62
Nasi Goreng Tuna	64
Nasi Goreng Udang	66
Nasi Salmon Dua Saus	68
Pangsit Udang Goreng	70
Salmon Kunyit Panggang	72
Spaghetti Aglio Olio	74
Swekiau	76
Udang Goreng Kipas	78
Udang Saus Mentega	80
Udang Saus Telur	82

DAGING

Asam-asam Daging	86
Empal Bumbu Kuning	88
Gepuk Daging	90
Iga Goreng Penyet	92
Japchae (Korean Noodle)	94
Mongolian Beef	96
Patty Melt Sandwich	98
Rendang Daging Telur	100
Sapi Bulgogi	102
Semur Daging	104

SUP & SAYURAN

Bakwan Jagung Rempah	108
Bakwan Sayur Renyah	110
Kailan Cah Sapi	112
Sayur Lodeh Komplet	114
Sup Ayam Asam Pedas	116
Sup Ayam Telur	118
Tumis Buncis Jagung	120
Zuppa Soup	122

TELUR & TAHU

Dadar Telur Buncis	126
Muntahu Kecap	128
Tahu Bakso Udang Goreng	130
Tahu Cabai Kecap	132
Tahu Gejrot	134
Tahu Kipas	136
Tim Tahu Ayam Telur	138
Tim Tahu Jepang Udang	140

SNACK

Kroket Kentang	144
Lemper Ayam	146
Mini Pastel Puff Pastry	148
Pizza	150
Risoles Ragout	152
Risoles Smoked	
Beef Mayonnaise	154
Roti Udang Wijen	156
Talas Goreng	158

BONUS

Sambal Serbaguna	160
Tentang Penulis	162

Prakata

Pertama-tama, perkenankan saya mengucapkan terima kasih kepada pembaca yang sudah membeli buku ini. Buku ini merupakan kumpulan resep favorit keluarga yang sehari-hari saya sajikan untuk suami dan anak-anak. Besar harapan saya buku ini bisa memberikan ide berbagai masakan yang dapat Anda praktikkan di dapur dan menjadi favorit keluarga Anda juga.

70 resep dalam buku ini bervariasi mulai dari Indonesian Food, Asian Food, dan Western Food sehingga tidak membosankan dan juga membuat anak menyukai berbagai variasi makanan. Tentunya lebih sehat dan lebih hemat dengan menyiapkan sendiri makanan ala restoran di rumah.

Akhir kata saya ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada suami dan anak saya yang memberikan dukungan luar biasa selama penyusunan buku ini. Akhirnya buku ini terselesaikan juga setelah cukup lama dikerjakan sejak saya mengandung anak kedua sampai akhirnya anak kami berusia satu tahun. Semoga hasil kerja keras yang saya tuangkan dalam buku ini bisa berguna untuk anak-anak saya di kemudian hari.

Saya juga sangat berterima kasih kepada tim Gramedia Pustaka Utama yang memberikan kepercayaan untuk menulis buku ini dan kerja sama yang terjalin dengan baik.

Semoga buku ini bermanfaat untuk Anda dan keluarga. Jika Anda memiliki akun Instagram bisa tag hasil masakan Anda ke akun Instagram @yunitaanwar. Selamat memasak.

Salam,
Yunita Anwar



Ayam





Arem - Arem AYAM

Nasi gurih dengan isian yang manis gurih ditambah aroma daun pisang. Makan arem-arem ini minimal 2 buah. Dimakan masih hangat dengan sambal kacang. enak banget! Resep ini cocok bagi yang suka makan arem-arem dengan tekstur nasinya tidak terlalu lembek.

UNTUK 10 BUAH

BAHAN:

550 g beras
700 ml santan
300 ml air
3 lembar daun salam
½ sdm garam
Daun pisang
Tusuk gigi

BAHAN ISIAN:

3 siung bawang putih, cincang halus
6 buah bawang merah, cincang halus
1 batang serai, memarkan bagian putihnya
2 lembar daun salam
Minyak, untuk menumis
400 g ayam giling
1 buah wortel, potong kotak kecil
200 ml santan
½ sdt garam
¼ sdt merica
1 sdt gula pasir
1 sdm kecap manis
3 batang daun bawang, iris tipis

CARA MEMBUAT:

1. Cuci beras sampai bersih, sisihkan.
2. Masak santan dan air hingga mulai mendidih kemudian masukkan beras, daun salam, dan garam. Terus diaduk hingga cairan terserap habis. Sisihkan.
3. Tumis bawang putih, bawang merah, serai, dan daun salam dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam giling dan wortel. Tambahkan santan, garam, merica, gula pasir, kecap manis, dan daun bawang. Aduk rata. Masak hingga ayam matang dan santan terserap.
4. Siapkan daun pisang kemudian letakkan beras. Kemudian letakkan isian di atas beras dan beri beras lagi di atas isian. Gulung arem-arem kemudian sematkan bagian ujung kiri dan kanan dengan tusuk gigi. Lakukan seterusnya hingga habis.
5. Kukus dalam dandang yang sudah dipanaskan hingga matang selama 1 jam.
6. Arem - Arem Ayam siap disajikan.

Tips

Saat memasak beras dengan santan pakai api sedang dan terus diaduk karena mudah gosong.



SAMBAL KACANG

Arem - Arem

BAHAN:

150 g kacang tanah
Minyak, untuk menggoreng dan menumis
3 buah cabai rawit merah
3 buah cabai rawit hijau
1 siung bawang putih
1 lembar daun jeruk
 $\frac{1}{4}$ sdt garam
1 sdm gula jawa, iris
2 sdm air asam jawa (asam jawa diberi air panas)
300 ml air

CARA MEMBUAT:

1. Goreng kacang tanah hingga kuning kecokelatan dan harum lalu angkat dan tiriskan.
2. Tumis cabai rawit, bawang putih, dan daun jeruk dengan minyak goreng sampai harum. Angkat.
3. Masukkan kacang tanah yang sudah digoreng, cabai rawit, bawang putih, garam, gula jawa, dan air asam jawa ke dalam *chopper*. Tambahkan air sedikit demi sedikit sesuai tekstur yang diinginkan. Haluskan sampai semua tercampur rata. Koreksi rasa.

Tips

Jika daun jeruk mau dihaluskan maka dibuang terlebih dahulu tulang di bagian tengah daun.





AYAM *Cornflakes*

Kita lebih sering makan *cornflakes* sebagai camilan daripada sereal yang dimakan bareng susu. Hehehe. Sebab *cornflakes* enak gurih manis renyah apalagi dibuat jadi Ayam *Cornflakes*. Belum waktu jam makan biasanya sudah dicomotin. Rasanya gurih dan yang pastinya *kriuk-kriuk* banget. Silakan dicoba dan jangan berebutan ya makannya.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

500 g paha ayam
Minyak, untuk menggoreng

BAHAN BALURAN:

250 g *cornflakes*
½ sdt bawang bombai bubuk
½ sdt paprika bubuk
¼ sdt cabai bubuk
½ sdt garam
¼ sdt merica
1 sdt gula pasir

PELAPIS:

6 sdm tepung terigu
3 siung bawang putih, ulek halus
1/8 sdt garam
150 ml air

CARA MEMBUAT:

1. Potong-potong paha ayam sesuai ukuran yang diinginkan.
2. Campur jadi satu semua bahan baluran ke dalam *chopper* kemudian hancurkan tetapi jangan sampai terlalu halus.
3. Campur dan aduk rata bahan pelapis, kemudian masukkan potongan ayam ke dalam bahan pelapis.
4. Letakkan potongan ayam yang sudah dilapis tepung ke atas bahan baluran. Lapis seluruh permukaan ayam sambil ditekan-tekan. Lakukan seterusnya hingga habis.
5. Goreng dalam minyak yang sudah dipanaskan dengan api sedang supaya bagian dalam ayam matang sempurna dan *cornflakes* tidak cepat gosong. Angkat dan tiriskan.
6. Ayam *Cornflakes* siap disajikan.

Tips

Jika tidak ada *chopper* maka *cornflakes* bisa dihancurkan manual dengan cara ditumbuk.





AYAM GORENG Kelapa

Salah satu ide masak praktis dan bisa dijadikan untuk *frozen food* juga. Cocok juga dijadikan camilan dengan cocolan saus sambal/saus tomat. Selain rasanya yang garing ada sensasi *krenyes-krenyes* kelapanya saat dimakan.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

400 g dada ayam filet
½ buah air perasan jeruk nipis
½ sdt bawang putih bubuk
¼ sdt garam
6 sdm tepung roti
8 sdm kelapa parut kering
½ sdt garam
¼ sdt merica
8 sdm tepung maizena
2 butir telur ayam, kocok lepas
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Potong memanjang dada ayam sesuai ukuran yang diinginkan (jangan terlalu tebal). Lumuri ayam dengan air perasan jeruk nipis, bawang putih bubuk, dan garam. Diamkan minimal 30 menit.
2. Campur tepung roti, kelapa parut kering, garam, dan merica. Lumuri ayam dengan tepung maizena kemudian celupkan ke dalam telur. Gulingkan ayam ke atas campuran tepung roti. Simpan ayam di kulkas minimal 30 menit supaya tepung lebih melekat sebelum digoreng.
3. Goreng ayam dengan api sedang hingga berwarna kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
4. Ayam Goreng Kelapa siap disajikan.

Tips

1. Goreng dengan api sedang supaya bagian dalam ayam matang sempurna dan lapisan luar ayam tidak cepat gosong.
2. Kelapa parut kering bisa didapatkan di pasar tradisional/toko bahan kue.





AYAM GORENG *Lemon*

Salah satu variasi ayam goreng supaya tidak bosan yaitu dimakan dengan saus lemon. Ayam goreng yang garing renyah cocok dimakan dengan saus lemon yang segar dengan rasa manis dan asam yang *nendang*. Bisa dijadikan ide juga buat bekal si anak.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

400 g dada ayam filet, potong sesuai selera
2 siung bawang putih, haluskan
1 sdm kecap asin
½ sdt minyak wijen
1 sdm tepung maizena
¼ sdt garam
¼ sdt merica
Minyak, untuk menggoreng

PELAPIS:

5 sdm tepung terigu
2 sdm tepung maizena
2 butir telur ayam, kocok lepas
150 g tepung roti

BAHAN SAUS:

2 siung bawang putih
1 sdm margarin
3 sdm air perasan jeruk lemon
2 sdm madu
2 sdt gula pasir
200 ml air
¼ sdt garam
1 sdt tepung maizena, larutkan dengan air

CARA MEMBUAT:

1. Marinasi ayam dengan semua bahan sekitar 30 menit.
2. Campur dan aduk rata tepung terigu dan tepung maizena. Balur ayam ke campuran tepung hingga rata, celupkan ke dalam telur dan gulingkan ayam ke atas tepung roti hingga rata. Lakukan seterusnya hingga habis.
3. Goreng ayam dalam minyak yang sudah dipanaskan hingga kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
4. **Saus:** Tumis bawang putih dengan margarin hingga harum. Masukkan semua bahan saus (kecuali tepung maizena) dan masak hingga meletup-letup. Masukkan larutan maizena sambil diaduk untuk mengentalkan. Koreksi rasa dan angkat.
5. Ayam Goreng Lemon siap disajikan.

Tips

1. Pisahkan ayam goreng dengan sausnya supaya ayam goreng lebih renyah saat mau dimakan.
2. Dada ayam filet bisa diganti dengan paha ayam filet.
3. Air perasan jeruk lemon bisa disesuaikan dengan selera.





70 RESEP EASY COOK | AYAM | YUNITA ANWAR

AYAM GORENG *Madu*

Salah satu menu yang paling banyak direcook dari akun Instagram saya. Gak bisa menolak jika menunya ayam goreng dilapisi saus madu yang manis. Pasti ketagihan dan jadi menu favorit juga kalau sudah pernah mencoba menu ini.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

400 g filet dada ayam
3 siung bawang putih, cincang halus/ulek halus
8 sdm tepung terigu
4 sdm tepung maizena
1 butir putih telur ayam
100 ml air
½ sdt garam
¼ sdt merica
Minyak, untuk menggoreng

BAHAN SAUS:

10 sdm madu
1 sdm air perasan lemon
¼ sdt garam
100 ml air
1 sdm minyak goreng
1 sdt tepung maizena, larutkan dengan 3 sdm air (untuk mengentalkan)

TOPPING: Wijen putih

CARA MEMBUAT:

1. Potong ayam bentuk kotak dengan ukuran sesuai selera. Campur dan aduk semua adonan (kecuali ayam) menjadi satu hingga rata. Kemudian masukkan ayam dan aduk hingga merata.
2. Panaskan minyak agak banyak dengan api sedang dan goreng ayam (masukkan satu per satu dengan bantuan sendok supaya tidak saling menempel). Goreng hingga warnanya kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
3. Panaskan wajan antilengket dengan api kecil untuk membuat saus. Campur semua bahan saus (kecuali tepung maizena) dan masak hingga mulai berbuih kemudian masukkan larutan maizena sambil diaduk untuk mengentalkan. Matikan api.
4. Campur ayam goreng ke dalam saus dan aduk rata. Lakukan sebentar saja kemudian angkat.
5. Ayam Goreng Madu siap disajikan dengan taburan wijen putih.

Tips

Bisa menggunakan filet paha ayam untuk tekstur ayam yang lebih lembut.





AYAM KACANG

Mete

Ayam Kacang Mete ini enak dijadikan lauk. Buat yang tidak suka kacang mete maka bisa dihilangkan kacang metenya atau diganti dengan jenis kacang yang lain. Membuatnya praktis, sebentar saja sudah matang. Silakan dicoba.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

300 g dada ayam filet,
potong kotak
2 siung bawang putih,
cincang halus
2 cm jahe, potong lebar
Minyak, untuk menumis
½ buah wortel, potong
kotak kecil
50 ml air
50 g kacang mete goreng
2 batang daun bawang, iris tipis

BAHAN PERENDAM:

1 sdm tepung maizena
1 sdm saus tiram
½ sdt minyak wijen
1 sdm kecap asin
½ sdt garam
1 sdt gula pasir
¼ sdt merica

CARA MEMBUAT:

1. Campur ayam dengan bahan perendam, aduk rata. Diamkan ayam di kulkas minimal 30 menit supaya bumbu meresap.
2. Tumis bawang putih dan jahe dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan wortel dan masak sampai mulai empuk.
3. Masukkan ayam dan masak hingga berubah warna. Tambahkan air dan masak sampai ayam matang dan empuk. Masukkan kacang mete dan daun bawang. Aduk hingga tercampur rata. Koreksi rasa dan angkat.
4. Ayam Kacang Mete siap disajikan.

Tips

1. Dada ayam filet bisa diganti dengan paha ayam filet untuk tekstur ayam yang lebih lembut.
2. Jika menggunakan kacang mete mentah harus digoreng terlebih dahulu.





AYAM

Woku

Menu ini rasanya gurih dan identik dengan rasanya yang pedas. Yang bikin aroma masakan ini berbeda karena masakan ini memakai daun kemangi. Menu ini cocok banget dihidangkan dengan sepiring nasi hangat.

UNTUK 5 ORANG

BAHAN:

- 1 ekor ayam
- 3 batang serai, memarkan bagian putihnya
- 3 lembar daun jeruk
- 5 buah cabai rawit merah
- Minyak, untuk menumis
- 500 ml air
- 1 sdm garam
- 1 sdm gula pasir
- ½ sdt merica
- 1 buah tomat, potong kotak kecil
- 4 batang daun bawang, potong-potong 1 cm
- 2 genggam daun kemangi

HALUSKAN:

- 3 cm kunyit
- 4 siung bawang putih
- 7 buah bawang merah
- 4 buah kemiri
- 5 buah cabai merah besar
- 10 buah cabai rawit merah

CARA MEMBUAT:

1. Potong ayam dengan ukuran sesuai selera. Sisihkan.
2. Tumis bumbu halus, serai, daun jeruk, cabai rawit merah dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan ayam. Tumis ayam hingga permukaan ayam berubah warna.
3. Masukkan air, garam, gula pasir, dan merica. Masak hingga ayam empuk dan matang.
4. Masukkan tomat, daun bawang, dan daun kemangi. Aduk sebentar dan koreksi rasa.
5. Ayam Woku siap disajikan.

Tips

1. Tambahkan sedikit air jika ayam belum empuk tetapi air sudah menyusut.
2. Buang biji cabai jika tidak mau terlalu banyak biji cabai pada hasil masakan.





BOLA-BOLA AYAM

Teriyaki

Menu dengan saus teriyaki pasti jadi andalan buat si kecil karena rasanya manis dan gurih. Saya membentuk ayam gilingnya menjadi bentuk bola. Silahkan dicoba resepnya dan lihat seberapa serunya si kecil menikmati bola-bola ayam sambil dicocol ke saus teriyaki. Siap-siap ya moms kalau si kecil minta tambah terus. Hehehe.

UNTUK 25 BUAH

BAHAN BOLA-BOLA AYAM:

500 g ayam giling
1 butir telur ayam
70 g tepung roti
3 siung bawang putih, cincang halus
3 batang daun bawang, iris tipis
1 sdt garam
½ sdt merica
1 sdm gula pasir
¾ sdt jahe bubuk
2 sdm kecap asin
1 sdm minyak wijen
Minyak goreng

BAHAN SAUS:

1 siung bawang putih, cincang halus
½ bawang bombai, iris memanjang
2 sdm kecap manis
1 sdm kecap asin
1 sdt minyak wijen
1 sdm cuka beras
300 ml air
1 sdm tepung maizena, larutkan dengan 5 sdm air (untuk mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan bola-bola ayam (kecuali minyak goreng).
2. Panaskan wajan antilengket dan tuang minyak goreng.
3. Bulatkan adonan dengan tangan yang sudah dibasahi air/bantuan sendok. Masukkan adonan yang sudah dibentuk ke dalam minyak yang sudah panas. Masak dengan api kecil hingga bola ayam matang merata. Lakukan hingga adonan habis. Angkat.
4. Di wajan yang sama dengan sisa minyak goreng tumis bawang putih dan bawang bombai hingga harum. Masukkan kembali bola-bola ayam dan bahan saus lainnya (kecuali tepung maizena) dan masak hingga mendidih. Masukkan larutan maizena sambil diaduk untuk mengentalkan. Koreksi rasa.
5. Bola-Bola Ayam Teriyaki siap disajikan.



Tips

1. Jika mau saus yang lebih berkuah maka bisa didobel porsi sausnya.
2. Menggoreng bola-bola ayam dengan teknik *pan frying* sehingga penggunaan minyak goreng tidak terlalu banyak.
3. Saat menggoreng bola-bola ayam jangan terlalu sering dibolak-balik supaya tidak hancur.



BUBUR AYAM KUAH

Kuning

Bubur ayam cocok banget disantap buat sarapan pagi tetapi dimakan kapan pun tetap enak apalagi saat cuaca dingin. Bubur ini rasanya gurih sedap karena pakai kuah kuning jadi seperti rasa soto. Kerupuknya gak boleh ketinggalan karena sudah jodohnya makan bubur.

UNTUK 6 ORANG

BAHAN:

1 ekor ayam, potong-potong
3 L air
½ sdm garam
300 g beras, cuci

BAHAN KUAH KUNING:

3 cm lengkuas
1 buah serai,
memarkan bagian putihnya
2 lembar daun salam
Minyak, untuk menumis
½ sdt ketumbar bubuk
½ sdt garam
½ sdt merica

HALUSKAN:

4 siung bawang putih
6 buah bawang merah
3 cm kunyit
3 cm jahe

PELENGKAP:

Kuah kuning
Daun bawang
Bawang goreng
Cakwe
Kerupuk
Kecap manis
Sambal

CARA MEMBUAT:

1. Masak ayam di air mendidih dan tambahkan garam. Jika ayam sudah matang ambil airnya dan masak dengan beras. Sisihkan 500 ml kuah kaldu ayam untuk kuah kuning.
2. Tumis lengkuas, serai, daun salam, dan bumbu halus dengan minyak goreng sampai harum. Masukkan ayam yang sudah direbus. Aduk hingga bumbu merata dan meresap. Tuang kuah kaldu hasil rebusan ayam. Tambahkan ketumbar bubuk, garam, dan merica. Aduk rata dan koreksi rasa. Matikan api.
3. Angkat dan suwir-suwir ayam (bisa digoreng dulu ayamnya baru disuwir).
4. Tuang bubur ke mangkuk dan beri ayam suwir dan pelengkap lainnya.
5. Bubur Ayam Kuah Kuning siap disajikan.



Tips

1. Untuk mempersingkat waktu maka masak nasi lembek di *rice cooker* (perhatikan kapasitas *rice cooker* supaya tidak meluap). Setelah itu nasi yang sudah matang di *rice cooker* lanjut dimasak di atas kompor (tambahkan kuah kaldu hasil rebusan ayam) sampai butiran berasnya pecah dan bubur mengental. Jika kuah kaldu ayam habis bisa ditambah air.
2. Jika bubur sudah mulai mengental gunakan api kecil karena bisa meletup-letup. Jika bubur sudah mulai mengental sering diaduk supaya bawahnya tidak gosong.



CHICKEN NUGGET *Mayonnaise*

Makanan favorit yang gak pernah ditolak si kecil. Mungkin dibuatkan ini setiap hari juga gak bakalan ditolak. Tetapi gak tega juga anak dikasih nugget setiap hari. Hehe. Membuat chicken nugget pakai mayones rasanya enak lho karena terasa lebih *moist* dagingnya. Tentunya lebih sehat bikin chicken nugget sendiri dan nugget ini bisa dijadikan *frozen food*.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

300 g ayam giling
50 g wortel parut
3 siung bawang putih,
cincang halus
½ buah bawang bombai,
cincang halus
3 sdm mayones
2 butir telur ayam
3 sdm tepung roti
2 sdm tepung maizena
1 sdt garam
½ sdt merica
½ sdm gula pasir
Minyak, untuk menggoreng

PELAPIS:

100 g tepung maizena
2 butir telur ayam, kocok lepas
200 g tepung roti

CARA MEMBUAT:

1. Siapkan wadah olesi dengan minyak goreng tipis-tipis.
2. Campur dan aduk rata semua bahan nugget menjadi satu. Masukkan adonan nugget ke dalam wadah, ratakan.
3. Kukus nugget dalam dandang yang sudah dipanaskan hingga matang selama 25 menit. Keluarkan nugget dari wadah, tunggu sampai dingin. Potong-potong.
4. Lumuri nugget dengan tepung maizena, celupkan ke dalam telur dan gulingkan nugget ke atas tepung roti hingga rata. Simpan nugget di kulkas minimal 30 menit supaya tepung lebih melekat sebelum digoreng.
5. Goreng dalam minyak panas dengan api sedang hingga berwarna kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
6. Chicken Nugget Mayonnaise siap disajikan.



Tips

1. Untuk bentuk nugget seperti yang di foto saya kukus di mangkuk nasi tim dan dipotong jadi 4 buah.
2. Sebelum dikukus hentakkan perlahan loyang/wadah di atas meja supaya adonan merata dan padat.
3. Chicken Nugget Mayonnaise bisa disimpan di freezer sebagai *frozen food*. Saat dibekukan nugget jangan ditumpuk bersusun supaya tidak saling menempel. Bisa menggunakan *baking paper* sebagai pembatas saat ditumpuk.



70 RESEP EASY COOK | AYAM | YUNITA ANWAR

CHICKEN RICE Bowl

Menu komplet buat ide bekal karena sudah ada campuran karbohidrat, protein, dan sayuran. Bahannya gampang dicari dan persiapannya juga gak *ribet*. Super praktis dan gampang banget masaknya. Salah satu menu bekal yang paling sering dibuat tinggal diganti saja proteinnya supaya tidak bosan.

UNTUK 2 ORANG

BAHAN:

6 kuntum brokoli
Air untuk merebus
2 butir telur ayam
1/8 sdt garam
Minyak, untuk menumis
2 siung bawang putih
200 g ayam giling
2 sdt kecap manis
1 sdt kecap asin
1/4 sdt jahe bubuk
80 ml air
2 porsi nasi putih

CARA MEMBUAT:

1. Rebus/kukus brokoli hingga matang. Angkat dan tiriskan.
2. Panaskan minyak dan buat telur orak arik yang sudah diberi garam kemudian sisihkan.
3. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan ayam giling dan masak hingga ayam berubah warna. Masukkan kecap manis, kecap asin, jahe bubuk dan aduk rata. Tambahkan air dan masak hingga matang dan air menyusut.
4. Letakkan nasi pada wadah kemudian beri brokoli, telur orak arik, dan ayam.
5. Chicken Rice Bowl siap disajikan.

Tips

1. Pada saat merebus brokoli beri sedikit garam di air rebusan dan lamanya waktu merebus brokoli sekitar 3 menit sejak air mendidih.
2. Jika mau masak versi pedasnya bisa ditambahkan 1/2 sdt cabai bubuk saat masak ayamnya.





70 RESEP EASY COOK | AYAM | YUNITA ANWAR

GENERAL TSO'S *Chicken*

Salah satu makanan yang populer dan banyak diminati untuk *Chinese takeout*. Menu ayam goreng yang praktis dibuatnya dengan kombinasi rasa manis, asam, dan sedikit rasa pedas. Plus ada aroma bawang putih dan jahe juga lho. Tidak heran kalau menu ini menjadi favorit banyak orang.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

400 g filet paha ayam
30 g tepung maizena
Minyak untuk menggoreng dan menumis
3 siung bawang putih, cincang halus/ulek halus
1 sdt jahe, cincang
½ sdt *chili flakes*

BAHAN SAUS:

3 sdm kecap asin
2 sdm cuka beras
1 sdm *hoisin sauce* halal (misal Merek Kikkoman)
3 sdm gula pasir
1 sdm tepung maizena
80 ml air/kuah kaldu ayam

TOPPING: Wijen putih dan daun bawang

CARA MEMBUAT:

1. Potong ayam bentuk kotak dengan ukuran sesuai selera. Lumuri ayam dengan tepung maizena hingga merata.
2. Panaskan minyak agak banyak dengan api sedang dan goreng ayam hingga warnanya rata kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
3. Campur dan aduk rata semua bahan saus kemudian sisihkan. Panaskan wajan antilengket dengan api kecil untuk membuat saus. Tumis bawang putih, jahe, dan *chili flakes* dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan campuran saus. Aduk dan masak hingga saus mulai mengental. Matikan api.
4. Masukkan ayam goreng ke dalam saus dan aduk rata. Lakukan sebentar saja kemudian angkat.
5. General Tso's Chicken siap disajikan.



Tips

1. Goreng ayam secara bertahap dan sesekali diaduk supaya tidak saling menempel.
2. Enak disajikan saat baru matang karena kalau terlalu lama akan membuat ayam tidak garing lagi.



KARI AYAM

Praktis

Kebiasaan di rumah kalau masak kari ayam yang praktis begini. Kari ayam andalan versi keluarga saya. Lebih cepat karena tidak perlu haluskan bumbu-bumbu. Rasanya juga tidak terlalu berempah karena pilihan bumbu-bumbu yang digunakan. Jadi bisa sekalian masak untuk menu makan anak.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

- 1 buah bawang bombai, iris tipis
- 6 siung bawang putih, cincang halus
- 3 cm jahe, iris
- 3 lembar daun kari
- Minyak, untuk menumis
- 500 g ayam filet, potong
- 1 buah kentang, potong kotak
- 1 buah wortel, potong
- 1 buah tomat, iris
- 5 buah cabai rawit merah
- 500 ml santan
- 1 sdt garam
- ½ sdt merica
- 1 sdm gula pasir
- 1 sdt kunyit bubuk
- 10 kuntum brokoli

TOPPING: Daun ketumbar
dan jeruk nipis

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang bombai, bawang putih, jahe, dan daun kari dengan minyak goreng hingga harum.
2. Masukkan potongan ayam dan masak hingga ayam berubah warna dan mulai empuk. Tambahkan kentang, wortel, tomat, dan cabai. Masukkan santan dan masak dengan api sedang sambil sering diaduk. Masukkan garam, merica, gula pasir, dan kunyit bubuk. Jika sayuran sudah mulai empuk masukkan brokoli. Masak sebentar. Koreksi rasa dan angkat.
3. Kari Ayam Praktis siap disajikan.

Tips

1. Jika tidak ada daun kari maka bisa dihilangkan.
2. Jika tidak suka pedas maka cabai rawit merah bisa dihilangkan.





NASI *Ayam*

Nasi ayam ini rasanya lezat karena dimasak dengan menggunakan kuah kaldu ayam. Masaknya juga praktis karena menggunakan *rice cooker*. Untuk ayamnya lembut dan ada perpaduan rasa asin dan manis. Cocok banget perpaduan nasi dan ayam yang dimakan dengan saus sambalnya.

UNTUK 5 ORANG

BAHAN AYAM:

- 1 ekor ayam
- 1 buah bawang bombai, potong setengah
- 8 siung bawang putih, cincang
- 5 cm jahe, iris
- Minyak, untuk menumis
- 2 L air
- 2 buah bunga lawang
- 1 sdm garam
- ½ sdt merica

BAHAN NASI:

- 450 g beras
- 3 siung bawang putih, cincang halus
- 4 cm jahe, cincang halus
- 3 sdm mentega
- ½ sdt garam

OLESAN AYAM:

- 2 sdm kecap asin
- 5 sdm kecap manis
- 2 sdm minyak wijen

SAUS SAMBAL:

- 6 buah cabai merah
- 2 siung bawang putih
- 1 sdm gula pasir
- ½ sdt garam
- 30 ml air panas
- 2 sdm air perasan jeruk nipis

CARA MEMBUAT:

1. Potong ayam dengan ukuran sesuai selera. Tumis bawang bombai, bawang putih, dan jahe dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam dan tumis sebentar sampai berubah warna. Masukkan air, bunga lawang, garam, dan merica. Aduk rata dan masak hingga ayam matang. Angkat ayam dan sisihkan.
2. Cuci beras sampai bersih, sisihkan. Tumis bawang putih dan jahe dengan mentega hingga harum. Masukkan beras dan garam ke dalam tumisan, aduk hingga rata. Pindahkan beras ke *rice cooker* dan masukkan 600 ml kuah kaldu ayam (takaran air disesuaikan dengan jenis beras), aduk rata. Masak hingga nasi matang.
3. Campur dan aduk rata bahan olesan ayam. Masak ayam dengan bahan olesan ayam di kuah dengan api sedang hingga bahan olesan meresap sekitar 5-10 menit. Angkat dan sisihkan.
4. **Saus sambal:** Haluskan cabai dan bawang putih kemudian campur dan aduk rata semua bahan jadi satu.
5. Nasi Ayam siap disajikan dengan saus sambal dan kuah kaldu ayam.



Tips

1. Takaran kuah kaldu ayam untuk memasak beras banyaknya disesuaikan seperti biasa masak nasi putih di *rice cooker*.
2. Tidak perlu terlalu lama memasak ayam dengan bahan olesan karena ayam sudah matang.



NASI BAKAR *Ayam*

Suka banget sama nasi bakar karena nasinya gurih dengan wangi daun pisang yang dipanggang. Isiannya bisa diganti sesuai selera, tetapi keluarga saya paling favorit nasi bakar dengan isian ayam. Rasanya gak pernah cukup kalau cuma makan satu porsi. *It tastes so gooodood.*

UNTUK 5 BUAH

BAHAN NASI GURIH:

- 500 g beras, cuci bersih
- 2 lembar daun salam
- 2 batang serai, memarkan bagian putihnya
- 2 lembar daun pandan, disimpul
- $\frac{3}{4}$ sdt garam
- 150 ml santan
- 500 ml air kelapa (takaran air disesuaikan dengan jenis beras)

BAHAN ISI:

- 300 g ayam filet
- 1 batang serai, memarkan bagian putihnya
- Minyak, untuk menumis
- 2 papan petai
- 10 buah cabai rawit merah
- 3 lembar daun salam
- 3 lembar daun jeruk
- 200 ml santan
- $\frac{3}{4}$ sdt garam
- $\frac{1}{2}$ sdt merica
- 1 sdm gula pasir
- 1 ikat daun kemangi
- Air secukupnya untuk merebus ayam
- Daun pisang, Tusuk gigi

HALUSKAN:

- 10 buah bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 15 buah cabai keriting merah
- 10 buah cabai rawit merah

CARA MEMBUAT NASI GURIH:

Campur dan aduk rata semua bahan di *rice cooker* dan masak hingga matang. Angkat dan aduk.

CARA MEMBUAT:

1. Rebus ayam hingga matang kemudian angkat dan suwir-suwir. Sisihkan.
2. Tumis bumbu halus dan serai dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam suwir, petai, cabai rawit, daun salam, dan daun jeruk. Aduk sebentar kemudian masukkan santan, garam, merica, dan gula pasir. Aduk rata dan masak hingga santan menyusut.
3. Masukkan daun kemangi kemudian aduk rata dan angkat.
4. Letakkan nasi dan isian pada daun pisang. Bungkus dan sematkan kedua ujungnya dengan tusuk gigi. Bakar di atas wajan antilengket hingga harum dan permukaan daun pisangnya kehitaman. Angkat.
5. Nasi Bakar Ayam siap disajikan.



Tips

Lenturkan daun pisang dengan dibakar di atas kompor sebentar saja supaya tidak mudah sobek saat membungkus nasi bakar.



NASI SIRAM AYAM

Jamur

Menu ini mirip dengan nasi cap cay tetapi menu ini bisa jadi alternatif buat yang gak terlalu suka makan sayur. Praktis deh masak begini dan yang pastinya mengenyangkan karena sekaligus ada nasi dan lauknya.

UNTUK 2 ORANG

BAHAN:

2 butir telur ayam
1/8 sdt garam
2 sdm minyak goreng
2 porsi nasi putih

BAHAN SIRAMAN:

2 siung bawang putih,
cincang halus
1/4 buah bawang bombai,
rajang kasar
Minyak, untuk menumis
200 g filet ayam, potong kotak
1/2 buah wortel, potong
kotak kecil
3 buah jamur kancing,
potong kotak kecil
1 sdt saus tiram
1 sdt kecap manis
1 sdt kecap asin
1/2 sdt garam
1/4 sdt merica
300 ml air
2 batang daun bawang, iris
1 sdm tepung maizena, larutkan
dengan 5 sdm air (untuk
mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Panaskan minyak dan buat telur orak-arik yang sudah diberi garam. Masukkan nasi dan aduk rata. Sisihkan.
2. Tumis bawang putih dan bawang bombai dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan potongan ayam dan masak hingga berubah warna. Masukkan wortel dan jamur. Tambahkan saus tiram, kecap manis, kecap asin, garam, merica, air, dan daun bawang. Aduk rata dan koreksi rasa. Masukkan larutan maizena sambil diaduk untuk mengentalkan. Koreksi rasa.
3. Cetak nasi pada piring saji kemudian tuang siraman ke atas nasi.
4. Nasi Siram Ayam Jamur siap disajikan.

Tips

1. Nasi baru disiram jika sudah mau disajikan supaya nasinya tidak terlalu lama terendam kuah.
2. Untuk bekal sebaiknya nasi dan siramannya dipisah.





NASI TIM *Kecap*

Nasi tim kecap juga salah satu favorit si kecil selain resep nasi tim andalan di buku pertama saya. Silakan dicoba resepnya karena mudah dibuat, praktis persiapannya dan bisa ditinggal untuk mengerjakan pekerjaan yang lain. Kembali ke dapur sudah matang deh nasi tim kecapnya.

UNTUK 3 BUAH

BAHAN:

300 g beras
3 siung bawang putih, cincang halus
2 sdm minyak goreng
350 g ayam giling
4 sdm kecap manis
1 sdt kecap asin
1 sdm saus tiram
½ sdt garam
¼ sdt merica
2 batang daun bawang, iris tipis
500 ml kuah kaldu ayam (takaran air disesuaikan dengan jenis beras)

CARA MEMBUAT:

1. Cuci beras sampai bersih, sisihkan.
2. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum, masukkan ayam giling. Tumis hingga ayam matang. Masukkan semua bumbu dan irisan daun bawang. Aduk rata dan koreksi rasa.
3. Siapkan wadah nasi tim, isi dengan tumisan ayam dan beras di atasnya. Ratakan permukaan beras, tuang kuah kaldu ayam perlahan (kuah kaldu akan berada di atas permukaan beras). Tekan beras perlahan dengan sendok. Lakukan hingga semua bahan habis.
4. Kukus nasi tim dalam dandang yang sudah dipanaskan selama ± 45 menit atau sampai matang.
5. Nasi Tim Kecap siap disajikan.

Tips

Cuci beras dan tiriskan minimal 1 jam sebelum akan digunakan.





OPOR AYAM DAN

Telur

Perpaduan antara rempah-rempah dan gurihnya santan membuat olahan ayam yang satu ini banyak diminati. Anak-anak juga suka makan opor karena rasanya yang tidak pedas. Cocok dimakan dengan nasi, ketupat atau lontong.

UNTUK 5 ORANG

BAHAN:

1 ekor ayam
3 cm lengkuas
2 batang serai, memarkan bagian putihnya
3 lembar daun salam
3 lembar daun jeruk
Minyak, untuk menumis
1 L air
¼ sdt kunyit bubuk
1,5 sdt ketumbar bubuk
½ sdm garam
½ sdt merica
5 butir telur ayam rebus
300 ml santan kental

HALUSKAN:

7 siung bawang putih
10 buah bawang merah
5 buah kemiri
3 cm jahe

TOPPING: Bawang goreng

CARA MEMBUAT:

1. Potong ayam dengan ukuran sesuai selera. Sisihkan.
2. Tumis bumbu halus, lengkuas, serai, daun salam, dan daun jeruk dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam yang sudah dipotong. Masak hingga ayam berubah warna.
3. Masukkan air, kunyit bubuk, ketumbar bubuk, garam, dan merica. Masukkan telur jika ayam sudah mulai empuk. Jika ayam sudah empuk masukkan santan dan masak sampai meletup-letup sambil diaduk. Koreksi rasa.
4. Opor Ayam dan Telur siap disajikan dengan taburan bawang goreng.

Tips

Jika ingin opor ayamnya tidak berwarna kekuningan maka kunyit bubuk bisa dihilangkan.





OSENG Pangsit

Bosan dengan olahan pangsit yang cuma direbus atau digoreng. Menu yang satu ini bisa dijadikan pilihan untuk variasi olahan pangsit. Untuk bahan tumisan bisa disesuaikan dengan selera. Saya pakai ayam dan jamur seperti biasa buat *topping* mi. Enak deh, gampang juga membuatnya.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN PANGSIT:

100 g ayam giling
100 g udang kupas, cincang
1 sdt putih telur ayam
2 batang daun bawang, ambil putihnya, iris tipis
2 siung bawang putih, cincang halus
1 sdt tepung maizena
½ sdt minyak wijen
½ sdt garam
¼ sdt merica
½ sdt gula pasir
20 lembar kulit siomai, siap pakai
Putih telur ayam (sisa bahan isi untuk merekatkan kulit siomai)
Air, untuk merebus

BAHAN TUMISAN:

5 siung bawang putih, iris halus
4 buah bawang merah, iris halus
Minyak, untuk menumis
50 g paha ayam filet, potong kotak
3 buah jamur kancing, potong kotak
Taoge secukupnya

Sawi secukupnya

3 batang daun bawang, iris halus

4 sdm kecap manis

1 sdm kecap asin

1 sdt kecap ikan

¼ sdt garam

¼ sdt merica

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan pangsit kecuali kulit siomai dan putih telur.
2. Ambil satu lembar kulit siomai, beri adonan isi di bagian tengah. Lipat kulit, rekatkan dengan putih telur supaya lipatannya tidak terbuka. Lakukan hingga adonan habis.
3. Rebus pangsit di air yang sudah mendidih hingga matang. Sisihkan.
4. Tumis bawang putih dan bawang merah dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan potongan ayam dan jamur. Masak hingga ayam matang kemudian masukkan pangsit yang sudah direbus, taoge, sawi, daun bawang, dan semua bumbu. Aduk rata dan koreksi rasa.
5. Oseng Pangsit siap disajikan.



Tips

1. Bisa menggunakan kulit pangsit untuk membuat resep ini.
2. Kulit siomai lebih tebal dari kulit pangsit jadi lebih cocok kalau buat dioseng lagi sehingga tidak mudah hancur.



SATE AYAM *Kecap*

Puasss kalau makan sate ayam buatan sendiri karena setiap tusuk isinya daging ayam tanpa campuran yang lain-lain. Rasa bumbunya sampai meresap ke ayamnya apalagi kalau sudah dimarinasi dari hari sebelumnya. Resep sate ini dipanggang pakai oven tetapi kalau mau dipanggang pakai arang juga bisa.

UNTUK 25 BUAH

BAHAN:

750 g daging paha ayam
tanpa tulang
3 sdm kecap manis
 $\frac{3}{4}$ sdm garam
3 sdt ketumbar bubuk
25 buah tusukan sate
2 sdm minyak goreng

HALUSKAN:

7 buah kemiri
7 buah bawang merah
3 siung bawang putih
100 g gula jawa

PELENGKAP:

Kecap manis
Bawang goreng
Jeruk nipis
Bawang merah
Cabai rawit

CARA MEMBUAT:

1. Potong ayam menjadi kotak kecil. Marinasi ayam dengan semua bumbu halus, kecap manis, garam, dan ketumbar bubuk. Marinasi minimal 30 menit hingga bumbu meresap.
2. Tusuk 4-5 potongan ayam ke dalam 1 tusukan. Lakukan seterusnya sampai habis.
3. Susun sate di atas panggangan dan oles dengan bumbu dan minyak goreng. Panggang dalam oven dengan api atas bawah suhu 190°C selama 10 menit kemudian balik. Oles kembali permukaan sate dengan sisa bumbu dan minyak goreng kemudian panggang lagi selama 10 menit. Bisa ditambah 3 menit terakhir dengan api atas supaya kecokelatan. Angkat.
4. Sate Ayam Kecap siap disajikan dengan bahan pelengkap.

Tips

1. Ukuran potongan ayam sama besar sehingga matangnya bisa merata.
2. Rendam tusukan sate dalam air bersih minimal 1 jam sebelum makan dipanggang supaya tidak terbakar.
3. Lebih praktis menggunakan cooking oil spray sebelum dipanggang sehingga tidak perlu oles minyak goreng lagi.





SIOMAI AYAM

Jamur

Bagi keluarga saya dimsum identik dengan menu siomai. Jadi kalau makan dimsum pasti ada menu siomai. Di rumah juga sering banget bikin siomai. Hehe. Banyak yang sudah *recook* dan cocok dengan resep siomai dimsum yang ada di buku masak pertama saya. Siomai ayam jamur ini juga gak kalah enakya lho. Buat pencinta jamur dicoba ya resep siomai ayam jamurnya.

UNTUK 20 BUAH

BAHAN:

300 g ayam giling
200 g udang kupas,
cincang kasar
4 buah jamur *shitake* kering,
potong kecil
2 batang daun bawang kecil,
iris tipis
1 butir putih telur ayam
5 sdm sagu
1 sdm minyak wijen
1 sdt kecap asin
4 siung bawang putih, haluskan
1 sdt garam
½ sdt merica
1,5 sdm gula pasir
20 lembar kulit siomai
(bentuknya bulat)

TOPPING: 20 buah
kacang polong

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan kecuali kulit siomai dan kacang polong.
2. Letakkan adonan siomai ke tengah kulit siomai kemudian dibentuk. Beri kacang polong di bagian atas siomai.
3. Kukus siomai dalam dandang yang sudah dipanaskan selama ± 30 menit atau sampai matang.
4. Siomai Ayam Jamur siap disajikan.

Tips

1. Pakai daging paha ayam yang berlemak sehingga hasil siomai tidak terasa seret.
2. Kulit siomai bisa diganti dengan kulit pangsit yang dicetak dan digunting bentuk bundar.
3. Beri jarak antar siomai saat dikukus supaya tidak menempel satu dengan yang lain.
4. Sebelum dikukus percik kulit siomai dengan air supaya ketika matang tidak kaku dan keras.



5. Beri minyak goreng tipis-tipis pada wadah untuk mengukus supaya siomai tidak menempel saat diangkat.
6. Rendam jamur *shitake* kering dengan air panas sampai agak lunak kemudian tiriskan dan potong.



THAI BASIL *Chicken*

Salah satu makanan Thailand yang cukup dikenal. Masak menu ini sangat cepat dan praktis mulai dari persiapan sampai masaknya. Ciri khas masakan ini ada di aroma daun basil dan biasanya dihidangkan dengan telur ceplok. Jumlah cabai bisa disesuaikan dengan selera.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

6 siung bawang putih,
cincang halus
5 buah cabai rawit merah, iris
Minyak, untuk menumis
300 g ayam giling
1 sdm saus tiram
1 sdm kecap asin
1 sdt kecap asin hitam
1 sdt kecap ikan
1 sdm gula pasir
¼ sdt merica
2 genggam daun basil

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dan cabai rawit dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam giling dan masak hingga mulai berubah warna. Masukkan saus tiram, kecap asin, kecap asin hitam, kecap ikan, gula pasir, dan merica. Aduk rata dan masak hingga ayam matang. Matikan api. Masukkan daun basil dan aduk hingga daun layu. Koreksi rasa dan angkat.
2. Thai Basil Chicken siap disajikan dengan nasi dan telur ceplok.

Tips

Kecap asin hitam bisa diganti dengan kecap asin biasa tetapi warna masakannya kurang berwarna kecokelatan.





Seafood

Digital Publishing G-3/GC



Baked Rice Salmon Mentai	56
Baked Salmon Rice	58
Ebi Furai	60
Ikan Goreng Asam Manis	62
Nasi Goreng Tuna	64
Nasi Goreng Udang	66
Nasi Salmon Dua Saus	68
Pangsit Udang Goreng	70
Swekiau	72
Spaghetti Aglio Olio	74
Salmon Kunyit Panggang	76
Udang Goreng Kipas	78
Udang Saus Mentega	80
Udang Saus Telur	82



BAKED RICE SALMON *Mentai*

Dijamin bikin ketagihan bagi yang sudah pernah coba membuat baked rice salmon mentai. Rasanya *creamy* dan lumer gitu. Anak-anak lahap banget makannya. Jika tidak suka salmon bisa diganti dengan ikan filet lainnya. *Must try* ya resep ini.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

300 g salmon tanpa kulit, potong kotak kecil
1 sdm *sushi vinegar*
1,5 sdm kecap asin
1 sdm minyak wijen
2 piring nasi putih
4 sdm *sushi vinegar*

BAHAN SAUS MENTAI:

6 sdm mayones
1,5 sdm saus tomat
1,5 sdm saus sambal
¼ sdt cabai bubuk

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata potongan salmon dengan 1 sdm *sushi vinegar*, kecap asin, dan minyak wijen. Diamkan selama 15 menit.
2. Campur dan aduk rata nasi hangat dengan 4 sdm *sushi vinegar*. Tuang nasi ke dalam ramekin hingga 3/4 bagian ramekin dan letakkan salmon ke atas nasi.
3. Campur dan aduk rata semua bahan saus. Tuang merata saus mentai ke atas salmon.
4. Panggang dalam oven yang sudah dipanaskan sebelumnya dengan suhu 180°C selama 15 menit. Bisa ditambah 3 menit terakhir dengan api atas supaya permukaan atasnya kecokelatan. Angkat.
5. Baked Rice Salmon Mentai siap disajikan.

Tips

1. Bisa juga dimasak dengan cara dikukus selama 15 menit tetapi hasilnya tidak akan sama persis seperti dipanggang.
2. Tidak perlu terlalu lama dimasak karena salmon cepat matang.





BAKED SALMON *Rice*

Buat yang suka keju pasti suka menu ini karena keju nya tersebar di bagian dalam dan luar. Pas dikeluarkan dari oven wangi bangettt masih terdengar bunyi keju nya *pletas pletus*. Kalau ditarik keju nya mulur kayak lagi makan *pizza*. Buru-buru nyendok deh karena enak dinikmati saat masih hangat. *Yummyyyy*.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

4 siung bawang putih, haluskan
½ buah bawang bombai, cincang
4 sdm mentega
1 buah wortel, potong kotak kecil
1 buah jagung, sisir
300 g salmon tanpa kulit, potong kotak dadu (beri 1 sdm air perasan lemon)
3 porsi nasi putih
¼ sdt garam
¼ sdt lada hitam bubuk
250 g keju *mozzarella*, parut
4 sdm mayones
½ sdm daun *parsley* kering

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dan bawang bombai dengan mentega hingga harum. Masukkan wortel dan jagung. Masak hingga mulai empuk kemudian masukkan salmon. Tumis sebentar saja kemudian masukkan nasi, garam, dan lada hitam bubuk. Aduk rata dan matikan api.
2. Tuang setengah bagian nasi ke pinggan tahan panas. Taburi sebagian keju ke atas nasi. Kemudian tuang sisa nasi ke atas keju. Beri mayones di atas nasi dan ratakan. Taburi sisa keju ke atas nasi dan beri daun *parsley* kering.
3. Panggang di dalam oven yang sudah dipanaskan sebelumnya dengan suhu 180°C selama 10 menit. Panggang sampai keju meleleh dan berwarna kecokelatan kemudian angkat.
4. Baked Salmon Rice siap disajikan.

Tips

Semuanya sudah matang jadi tidak perlu terlalu lama dipanggang karena nasi akan kering.





EBI *Furai*

Untuk bikin Ebi Furai ini agak *tricky* karena bentuk udangnya harus panjang lurus setelah digoreng. Senang kalau hasil udangnya berjejer lurus cantik setelah digoreng. Hehehe. Makannya pakai sambal atau mayones. Kesukaan anak-anak deh makanan yang satu ini karena bagian luarnya kriuk-kriuk dan udangnya lembut.

UNTUK 15 BUAH

BAHAN:

15 buah udang
ukuran besar
½ sdt garam
¼ sdt merica
½ sdt bawang putih
bubuk
10 sdm tepung terigu
3 butir telur ayam,
kocok lepas
10 sdm tepung roti
Minyak, untuk
menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Kupas udang, sisakan ekornya dan bersihkan kotoran udang. Sayat bagian punggung dan perut udang memanjang hingga ke ujung bagian ekor sehingga urat udang terputus. Kerat agak dalam tetapi jangan sampai udang terbelah supaya udang lurus dan tidak melengkung saat digoreng.
2. Lumuri udang dengan garam, merica, dan bawang putih bubuk hingga rata ke seluruh permukaan udang.
3. Balur udang dengan tepung terigu dan celupkan ke dalam telur. Gulingkan kembali udang ke tepung terigu dan celupkan kembali ke dalam telur. Gulingkan udang ke atas tepung roti hingga rata. Simpan ebi furai di kulkas minimal 30 menit supaya tepung lebih melekat sebelum digoreng.
4. Goreng dalam minyak panas dengan api sedang hingga berwarna kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
5. Ebi Furai siap disajikan.

Tips

1. Pastikan untuk mengangkat tepung roti yang ada di wajan sebelum menggoreng udang tahap selanjutnya. Hal ini untuk mencegah tepung roti gosong dan menempel pada udang serta mencegah minyak menjadi cepat berwarna gelap.
2. Ebi furai bisa disimpan di *freezer* sebagai *frozen food*. Saat dibekukan ebi furai jangan ditumpuk bersusun supaya tidak saling menempel. Bisa menggunakan *baking paper* sebagai pembatas saat ditumpuk.





IKAN GORENG ASAM *Manis*

Ikan goreng dengan saus asam manis selalu jadi favorit keluarga. Resep ini bisa diganti dengan jenis ikan lainnya. Dimakan tanpa saus juga enak jadi makan ikan goreng tepung deh. Hehe. Tetapi saus asam manisnya segar dan bikin rasa ikan gorengnya makin bervariasi. Jika mau sausnya ada rasa pedas bisa ditambah saus sambal atau potongan cabai.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

- 1 ekor ikan kakap, filet
- 5 sdm tepung terigu
- 1,5 sdm tepung maizena
- 1 butir telur ayam
- 30 ml air
- ½ sdt bawang putih bubuk
- ½ sdt garam
- ¼ sdt merica

BAHAN SAUS:

- 3 siung bawang putih, cincang halus
- ½ buah bawang bombai, iris tipis memanjang
- 1 sdm margarin
- ½ buah wortel, potong korek api
- ¼ buah paprika merah, iris tipis memanjang
- 400 ml air
- ½ buah timun, potong korek api
- 2 batang daun bawang, potong 5 cm
- 6 sdm saus tomat
- 1 sdm kecap inggris
- ¼ sdt garam

2 sdm gula pasir

1 sdm tepung maizena, larutkan dengan
5 sdm air (untuk mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata ikan yang sudah difilet dengan semua bahan.
2. Goreng ikan dalam minyak yang sudah dipanaskan dengan api sedang hingga kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
3. **Saus:** Tumis bawang putih dan bawang bombai dengan margarin hingga harum. Tambahkan wortel dan paprika merah kemudian masak hingga layu. Masukkan air dan masak hingga mendidih. Tambahkan timun, daun bawang, saus tomat, kecap inggris, garam, dan gula pasir. Masukkan larutan maizena sambil diaduk untuk mengentalkan. Koreksi rasa.
4. Ikan Goreng Asam Manis siap disajikan.

Tips

Pisahkan ikan goreng dengan sausnya supaya ikan goreng lebih renyah saat mau dimakan.





NASI GORENG

Tuna

Rasa dan aroma nasi goreng ini identik dengan nasi goreng yang biasa dimakan di restoran Thailand. Kalau punya nasi dingin boleh dicoba membuat nasi goreng tuna ini sebagai variasi olahan nasi goreng. Buat anak-anak cabainya bisa dihilangkan.

UNTUK 2 ORANG

BAHAN:

½ buah bawang bombai,
iris memanjang
2 siung bawang putih,
cincang halus
1 buah cabai merah besar,
haluskan
2 buah cabai rawit merah,
potong-potong
Minyak, untuk menumis
2 butir telur ayam
200 g tuna
2 porsi nasi putih dingin
1 buah tomat, buang bijinya dan
potong kotak
1 sdm kecap ikan
½ sdt garam
¼ sdt merica
2 batang daun bawang, iris

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang bombai, bawang putih, dan cabai dengan minyak goreng hingga harum.
2. Masukkan telur dan diorak-arik. Sebelum telur matang sempurna masukkan tuna dan nasi. Masak dengan api besar dan aduk hingga isian tercampur rata.
3. Masukkan tomat, kecap ikan, garam, merica, dan daun bawang. Aduk rata sebentar saja dan koreksi rasa.
4. Nasi Goreng Tuna siap disajikan.

Tips

1. Buang airnya jika menggunakan tuna kalengan yang direndam dalam air.
2. Jangan menggunakan nasi lembek atau nasi yang baru matang karena akan lengket.
3. Gunakan api besar saat menggoreng dan jangan pakai minyak goreng terlalu sedikit.





NASI GORENG *Udang*

Memasak nasi goreng itu sangat praktis dan hampir semua orang bisa masak nasi goreng. Saya perhatikan kalau para penjual nasi goreng dan restoran menggunakan api besar sehingga hasil nasi gorengnya wangi. Jadi untuk mendapatkan nasi goreng seperti yang dijual sebaiknya dimasak sebentar saja dengan api besar. Lalu jangan diaduk terus menerus supaya butiran nasinya tidak hancur. Tetapi tetap harus diaduk lho ya supaya bumbu rata dan nasi gorengnya tidak gosong. Silakan dicoba membuat nasi goreng praktis ala restoran.

UNTUK 2 ORANG

BAHAN:

10 buah udang kupas, bersihkan kotorannya
Minyak, untuk menumis
3 butir telur ayam
2 porsi nasi putih dingin
½ sdt garam
¼ sdt merica
1 sdm kecap asin
2 batang daun bawang, iris tipis

CARA MEMBUAT:

1. Tumis udang dengan minyak goreng hingga matang, kemudian angkat.
2. Di wajan yang sama pakai sisa minyak dari tumisan udang (tambahkan minyak goreng jika dirasa kurang). Masukkan telur ayam dan diorak-arik. Masukkan nasi sebelum telur matang sempurna dan tambahkan garam, merica, dan kecap asin. Masak dengan api besar dan aduk rata kemudian masukkan udang dan daun bawang. Masak sebentar, kemudian angkat. Koreksi rasa.
3. Nasi Goreng Udang siap disajikan.

Tips

1. Supaya udang terasa garing rendam udang dalam air dingin/air es yang diberi 1 sdt gula (30 menit sebelum dimasak). Banyaknya air sampai udang terendam saja. Pada saat ditumis udang harus dalam keadaan kering.
2. Jangan menggunakan nasi lembek atau nasi yang baru matang karena akan lengket.
3. Gunakan api besar saat menggoreng dan jangan pakai minyak goreng terlalu sedikit.





Nasi Salmon DUA SAUS

Dapat ide bikin menu ini karena suka makan menu ini di restoran waralaba yang cukup terkenal dan banyak cabangnya di berbagai negara. Supaya praktis saya bikinnya di wajan saja. Enak dimakan selagi masih panas karena terasa ada wangi mentega yang meleleh dipadu dengan 2 jenis saus. Makannya diaduk-aduk jadi satu supaya merata sausnya. Dijamin anak-anak pasti suka menu ini.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

- 300 g salmon tanpa kulit,
- potong kotak
- 2 sdm *olive oil*
- 3 porsi nasi putih hangat
- 1 buah jagung rebus, pipil
- 2 sdm mentega
- 2 batang daun bawang, iris tipis

TOPPING: Lada hitam bubuk

BAHAN SAUS ASIN:

- 3 siung bawang putih, haluskan
- 1 sdm *olive oil*
- 2 sdm kecap asin
- $\frac{1}{4}$ sdt lada hitam bubuk
- 50 ml air
- $\frac{1}{2}$ sdt tepung maizena, larutkan dengan air

BAHAN SAUS MANIS:

- 4 sdm madu
- 3 sdm saus tiram
- 1 sdm kecap asin
- 50 ml air

CARA MEMBUAT:

1. Tumis salmon dengan *olive oil* di wajan sampai matang. Angkat.
2. **Saus asin:** Tumis bawang putih dengan *olive oil* hingga harum. Masukkan kecap asin, lada hitam bubuk dan air. Aduk rata dan masak sampai mulai meletup kemudian masukkan larutan maizena sambil diaduk. Angkat dan sisihkan.
3. **Saus manis:** Campur dan aduk rata semua bahan dan masak sebentar saja dengan api kecil. Angkat dan sisihkan.
4. Siapkan nasi hangat di piring dan beri salmon di sekelilingnya. Letakkan jagung di atas nasi dan beri mentega. Taburi irisan daun bawang dan lada hitam bubuk. Beri saus asin dan manis sesuai selera.
5. Nasi Salmon Dua Saus siap disajikan.



Tips

1. Salmon bisa diganti dengan jenis ikan filet lainnya/ayam/daging sapi yang diiris tipis/udang.
2. Kedua saus bisa digabung dan langsung ditumis jadi satu dengan nasi dan salmon di wajan.



PANGSIT UDANG Goreng

Menu ini umum dijual di restoran yang menjual dimsum. Biasanya di restoran satu porsi cuma isi 3 buah. Bikin sendiri puas deh makannya. Cocok dimakan pakai mayones. Enak banget sampai susah buat berhenti makan. Hehehe.

UNTUK 15 BUAH

BAHAN:

300 g udang kupas, cincang
2 siung bawang putih,
cincang halus
1 batang daun bawang kecil,
iris tipis
1 sdm putih telur ayam
1 sdt tepung maizena
½ sdt garam
¼ sdt merica
½ sdt gula pasir
½ sdt minyak wijen
15 lembar kulit pangsit,
siap pakai
Putih telur ayam (sisanya bahan isi
untuk merekatkan kulit pangsit)
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan kecuali kulit pangsit dan putih telur.
2. Ambil satu lembar kulit pangsit, beri adonan isi di bagian tengah. Olesi pinggir kulit pangsit dengan putih telur dan lipat kulit pangsit hingga membentuk segitiga. Kemudian lipat sisi kanan dan kiri kulit pangsit ke arah tengah dan sedikit ditekan supaya lipatannya tidak terbuka. Lakukan hingga adonan habis.
3. Goreng pangsit dalam minyak yang sudah panas dengan api kecil hingga matang atau berwarna kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
4. Pangsit Udang Goreng siap disajikan.

Tips

1. Gunakan minyak banyak supaya pangsit terendam minyak sehingga warna kulit pangsit merata kuning kecokelatan.
2. Jangan menggoreng di minyak yang terlalu panas supaya kulit pangsit tidak cepat berwarna kecokelatan/gosong sedangkan bagian isi pangsit belum matang.





SALMON KUNYIT *Panggang*

Menu praktis seperti ini diperlukan banget saat mau masak yang cepat tetapi tetap bergizi. Cukup dimarinasi dengan bumbu dan didiamkan agar bumbu meresap. Bisa juga disiapkan satu hari sebelumnya. Setelah itu tinggal dipanggang dan bisa ditinggal juga selama proses memasaknya.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

500 g salmon tanpa kulit
1 sdt bawang putih bubuk
½ sdt jahe bubuk
1 sdt paprika bubuk
1 sdt kunyit bubuk
1 sdt jintan bubuk
1 sdt garam
½ sdt merica
4 sdm minyak goreng

PELENGKAP:

1 buah jeruk nipis
1 buah jeruk lemon

CARA MEMBUAT:

1. Cuci salmon dan keringkan. Campur semua bahan lainnya dan lumuri salmon dengan bumbu hingga merata di semua permukaan. Diamkan salmon di kulkas minimal 30 menit supaya bumbu meresap.
2. Panaskan oven 200°C dan lapiasi loyang dengan *baking paper*. Panggang satu sisi selama 7 menit kemudian balik dan lanjut dipanggang sisi satunya selama 7 menit. Jika ingin bagian atasnya berwarna kecokelatan maka lanjut dipanggang pakai api atas selama 2 menit.
3. Salmon Kunyit Panggang siap disajikan dengan perasan air jeruk nipis/jeruk lemon.

Tips

1. Salmon bisa dipotong sesuai ukuran yang diinginkan sebelum dimarinasi dengan bumbu.
2. Lama memanggang disesuaikan dengan panas oven masing-masing.
3. Resep ini juga bisa dimasak memakai wajan di atas kompor.





SPAGHETTI AGLIO *Olio*

Olahan *spaghetti* yang sangat praktis dan untuk resep ini saya pakai udang. Mau dibuat polos atau diganti protein lagi juga bisa tinggal disesuaikan selera saja. Kuncinya dalam pembuatan spaghetti aglio olio ada di bagian cara mengolah bawang putihnya. Yuk, coba dibuat.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

250 g spageti
Air untuk merebus spageti
15 buah udang kupas, bersihkan kotorannya
Sejumput garam dan merica
5 sdm *olive oil* untuk menumis
5 siung bawang putih, cincang
1 sdm *chili flakes*
½ sdt garam

CARA MEMBUAT:

1. Rebus spageti dalam air mendidih sampai matang, angkat. Sisihkan.
2. Beri sejumput garam dan merica pada udang. Tumis udang dengan 2 sdm *olive oil* sampai kedua sisi udang berubah warna. Angkat.
3. Tambahkan sisa *olive oil* ke wajan bekas menumis udang. Tumis bawang putih dan *chili flakes* dengan api kecil supaya aroma bawang putih meresap ke *olive oil*. Matikan api jika bawang putih sudah harum dan mulai berwarna kekuningan. Masukkan spageti yang sudah direbus, 2 sdm air rebusan spageti dan tambahkan garam. Aduk rata kemudian masukkan udang. Aduk rata dan koreksi rasa.
4. Spaghetti Aglio Olio siap disajikan.

Tips

1. Rebus spageti dengan kondisi air menutupi semua permukaan spageti serta tambahkan garam pada air rebusan spageti supaya rasanya tidak hambar.
2. Beri sedikit minyak goreng pada air rebusan spageti dan aduk sesekali supaya tidak saling melekat.
3. Jangan menumis bawang putih sampai menjadi bawang putih goreng dan berwarna kecokelatan.





Swekiau

Swekiau ini sekilas mirip pangsit, ya karena sama-sama dibungkus kulit dan direbus. Harga jualnya biasanya lebih mahal swekiau karena isian swekiau didominasi oleh udang sehingga rasanya gurih dan manis. Apalagi ada tambahan bengkuang jadi terasa krenyes-krenyes gitu pas dimakan. Kamu lebih suka swekiau atau pangsit? Kalau saya suka dua-duanya. Makanan favorit saya sejak kecil. Silakan dicoba ya resepnya.

UNTUK 40 BUAH

BAHAN:

400 g udang kupas, bersihkan kotorannya
200 g ayam giling
100 g bengkuang, potong kotak kecil
1 sdm putih telur ayam
4 siung bawang putih, cincang halus
½ sdt jahe parut
1 sdm minyak wijen
1 sdm gula pasir
1 sdt garam
½ sdt merica
40 lembar kulit gyoza (bentuknya bulat)
Putih telur ayam (sisa bahan isi untuk merekatkan kulit gyoza)
Air untuk merebus

PELENGKAP:

Daun bawang
Kuah kaldu ayam
Minyak bawang putih goreng

CARA MEMBUAT:

1. Cincang halus 200 gram udang dan cincang kasar 200 gram udang. Kemudian campur dan aduk rata semua bahan jadi satu.
2. Ambil selembar kulit kemudian letakkan adonan isi di bagian tengah dan lekatkan pinggiran kulitnya dengan putih telur ayam. Lakukan hingga adonan habis.
3. Rebus dalam air yang sudah mendidih sampai swekiau matang.
4. Swekiau siap disajikan dengan kuah kaldu ayam, minyak bawang putih goreng, dan daun bawang.



Tips

1. Kulit gyoza bisa diganti dengan kulit pangsit yang dicetak dan digunting bentuk bundar.
2. Masak air agak banyak sampai mendidih kalau mau sekaligus merebus banyak swekiau. Hal ini supaya suhu air tidak turun karena lama jika menunggu air untuk mendidih kembali. Jika terlalu lama merebus maka kulitnya akan sobek.



UDANG GORENG

Kipas

Salah satu olahan udang goreng yang enak rasanya dan menarik juga penampilannya. Udang goreng kipas ini gampang dibuatnya dan bisa dijadikan *frozen food* juga lho. Menyiapkan bekal di pagi hari jadi lebih praktis jika ada stok *frozen food*.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

20 buah udang kupas, sisakan ekor
1 sdm perasan air jeruk lemon
3 sdm tepung terigu
1 sdt tepung maizena
100 ml air
½ sdt garam
¼ sdt merica
½ sdt bawang bombai bubuk
½ sdt bawang putih bubuk
200 g tepung roti
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Belah bagian punggung udang jangan sampai terputus. Bersihkan kotorannya dan lumuri dengan perasan air jeruk lemon.
2. Campur tepung terigu, tepung maizena, air, garam, merica, bawang bombai bubuk, dan bawang putih bubuk. Aduk rata.
3. Celupkan udang ke adonan tepung kemudian balur ke tepung roti. Goreng dengan api sedang hingga kuning keemasan. Angkat dan tiriskan.
4. Udang Goreng Kipas siap disajikan.

Tips

Saat dibekukan udang jangan ditumpuk bersusun supaya tidak saling menempel. Bisa menggunakan *baking paper* sebagai pembatas saat ditumpuk.





UDANG SAUS *Mentega*

Ingin makan udang saus mentega tetapi malas mengupas kulitnya. Pasti banyak deh yang begitu juga. Hehe. Nah dimasak begini jadi gak repot kupas kulit lagi apalagi buat anak-anak jadi gampang makannya. Masak udangnya juga cuma ditumis jadi gak perlu goreng-goreng. Rasanya dijamin enak gurih dan manis. Siap-siap tambah nasi sepiring.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

2 siung bawang putih, cincang
3 sdm mentega
25 buah udang kupas, bersihkan kotorannya
1 sdm saus tiram
1 sdm kecap inggris
3 sdm kecap manis
1 sdm kecap asin
½ buah bawang bombai, iris memanjang
2 batang daun bawang, iris serong
1 buah jeruk limau

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dengan mentega hingga harum. Masukkan udang dan tambahkan saus tiram, kecap inggris, kecap manis, dan kecap asin. Masak hingga udang matang kemudian masukkan bawang bombai dan daun bawang. Aduk rata dan koreksi rasa.
2. Udang Saus Mentega siap disajikan dengan diberi air perasan jeruk limau.

Tips

Supaya udang terasa garing rendam udang dalam air dingin/air es yang diberi 1 sdt gula (30 menit sebelum dimasak). Banyaknya air sampai udang terendam saja. Saat ditumis udang harus dalam keadaan kering.





UDANG SAUS

Telur

Salah satu menu yang praktis untuk dibuat jika sedang terburu masak. Menu ini sudah komplet ada protein dan sayurannya juga jadi tinggal siapin nasi deh. Tinggal siram lauknya ke atas nasi sudah enak banget lho. Silakan dicoba.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

15 buah udang ukuran besar,
kupas dan bersihkan kotorannya
Minyak, untuk menumis
3 siung bawang putih,
cincang halus
1 sdt jahe, cincang
400 ml air
½ buah wortel,
potong kotak kecil
2 sdm kacang polong
½ sdt garam
¼ sdt merica
½ sdm kecap ikan
1 buah putih telur ayam,
kocok lepas
2 batang daun bawang, iris tipis
1 sdm tepung maizena, larutkan
dengan 5 sdm air (untuk
mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Tumis udang dengan minyak goreng hingga berubah warna. Angkat dan sisihkan.
2. Di wajan yang sama tumis bawang putih dan jahe dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan wortel dan air kemudian masak hingga air mendidih dan wortel mulai empuk.
3. Masukkan kacang polong dan udang yang sudah ditumis. Tambahkan garam, merica, dan kecap ikan. Masukkan putih telur sambil diaduk hingga menyerabut. Masukkan irisan daun bawang.
4. Masukkan larutan maizena sambil diaduk untuk mengentalkan. Koreksi rasa dan angkat.
5. Udang Saus Telur siap disajikan.

Tips

Supaya udang terasa garing rendam udang dalam air dingin/air es yang diberi 1 sdt gula (30 menit sebelum dimasak). Banyaknya air sampai udang terendam saja. Pas ditumis udang harus dalam keadaan kering ya.





DAGING



Asam-asam Daging	86
Empal Bumbu Kuning	88
Gepuk Daging	90
Iga Goreng Penyet	92
Japchae (Korean Noodle)	94
Mongolian Beef	96
Patty Melt Sandwich	98
Rendang Daging Telur	90
Sapi Bulgogi	92
Semur Daging	94



ASAM-ASAM *Daging*

Seger banget masakan yang satu ini karena kuahnya gurih dan kombinasi rasanya ada asam, manis, dan pedas. Udah kebayang kan rasanya? Dijamin *nagih* banget dan bikin tambah nasi terus jika masak menu ini. Silakan dicoba.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

500 g daging sapi sengkel
3 siung bawang putih,
cincang halus
8 buah bawang merah,
cincang halus
3 buah cabai merah besar,
potong-potong
3 cm lengkuas, memarkan
2 lembar daun salam
Minyak, untuk menumis
1,5 L air
50 g buncis, potong-potong 3 cm
5 buah cabai rawit merah
1 sdm gula jawa, sisir
5 sdm air asam jawa (asam jawa
diberi air panas)
3 sdm kecap manis
1 sdm garam
½ sdt merica

CARA MEMBUAT:

1. Potong daging sesuai selera. Sisihkan.
2. Tumis bawang putih, bawang merah, cabai merah besar, lengkuas, dan daun salam dengan minyak goreng hingga harum. Beri air dan masukkan daging, masak hingga daging empuk.
3. Masukkan buncis dan cabai rawit merah. Tambahkan gula jawa, air asam jawa, kecap manis, garam, dan merica. Masak hingga buncis mulai melunak. Koreksi rasa.
4. Asam-asam daging siap disajikan.

Tips

Buang kotoran dan busa yang muncul di permukaan kuah saat proses perebusan daging sapi.





EMPAL BUMBU *Kuning*

Empal Bumbu Kuning ini cocok banget buat yang gak bisa makan pedas tetapi suka makanan bersantan dan berbumbu. Anak saya suka banget makan empal ini dengan nasi hangat. Sampai licin piringnya gak ada yang tersisa. Secinta itu saya sama resep ini. Jadi setiap kali masak ini porsinya lebih banyak supaya bisa sekalian untuk disimpan.

UNTUK 6 ORANG

BAHAN:

- 1 kg daging sapi bagian paha atas
- 2 sdm minyak goreng
- 500 ml santan
- 2 lembar daun salam
- 1 sdm garam
- ½ sdt merica
- 2 sdm gula pasir

HALUSKAN:

- 3 cm kunyit
- 6 siung bawang putih
- 8 buah bawang merah
- 5 cm jahe
- 2 batang serai, ambil bagian putihnya
- 4 buah daun jeruk, buang batang daunnya
- 1,5 sdt ketumbar bubuk
- 1 sdt kayu manis bubuk
- 50 ml air

CARA MEMBUAT:

1. Potong daging dengan ukuran sesuai selera. Sisihkan.
2. Haluskan bumbu dengan *chopper* dan tambahkan sedikit air jika terlalu kering.
3. Panaskan minyak goreng kemudian masukkan potongan daging sapi dan masak hingga berubah warna. Angkat.
4. Masukkan bumbu halus dan tumis hingga harum. Masukkan santan, daun salam, garam, merica, dan gula pasir. Aduk hingga rata.
5. Masukkan daging sapi dan masak dengan api kecil hingga santan menyusut dan daging empuk. Masak dengan api kecil ± 2-3 jam sambil sesekali diaduk.
6. Empal Bumbu Kuning siap disajikan.

Tips

1. Gunakan api kecil saat memasak supaya santan menyusut dan minyaknya keluar.
2. Jika bumbu sudah mulai menyusut dan minyak sudah keluar harus sering diaduk supaya tidak gosong.





GEPUK *Daging*

Tipe gepuk daging ada yang rasanya dominan asin/dominan manis. Keluarga saya lebih suka yang tipe manis jadi resep gepuk daging ini lebih dominan ke manis. Gepuk ini bisa dijadikan stok *frozen food* juga lho jadi tinggal goreng aja jika mau dimakan. Dimakan sama nasi uduk cocok banget deh.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

500 g daging sapi bagian paha atas
1,2 L air
5 lembar daun salam
4 cm lengkuas, geprek
1,5 sdm ketumbar bubuk
2 batang serai, memarkan bagian putihnya
1 sdm garam
2 sdm air asam jawa (asam jawa diberi air panas)
4 siung bawang putih, haluskan
6 buah bawang merah, haluskan
2 sdm gula pasir
½ sdt merica
150 g gula jawa
250 ml santan

Minyak, untuk menggoreng

TOPPING: Bawang goreng

CARA MEMBUAT:

1. Rebus daging sapi utuh dalam air mendidih yang sudah diberi daun salam, lengkuas, ketumbar, serai, dan garam. Rebus sampai daging setengah matang.
2. Angkat daging dan potong daging searah serat. Memarkan daging agar melebar tetapi jangan sampai hancur.
3. Masukkan kembali daging yang sudah dimemarkan ke dalam air rebusan. Tambahkan air asam jawa, bawang putih, bawang merah, gula pasir, merica, gula jawa, dan santan. Masak hingga daging empuk dan santan menyusut. Angkat daging.
4. Goreng daging dengan api kecil hingga berwarna agak kecokelatan. Tiriskan.
5. Gepuk Daging siap disajikan dengan taburan bawang goreng.

Tips

1. Daging dipotong searah serat supaya tidak keras/alot saat dimakan.
2. Goreng daging jangan terlalu lama supaya tidak keras.
3. Jika daging sudah direbus matang bisa disimpan dalam wadah dan tutup wadah jika uap panasnya sudah hilang. Bisa disimpan di freezer untuk dijadikan stok *frozen food*.





IGA GORENG *Penyet*

Bikin iga goreng penyet sendiri enak deh puas makannya sampai tambah berkali-kali. Hehe. Tidak kalah lho dibanding yang dijual di restoran. Iga goreng dimakan sama sambal, lalapan, dan nasi hangat. Ditambah kerupuk, makin mantap lagi deh.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

1 kg iga sapi, potong-potong
2 L air
4 lembar daun salam
2 batang serai, memarkan bagian putihnya
1 sdm garam
1 sdt merica
1 sdm gula pasir
1 sdm ketumbar bubuk
Minyak, untuk menggoreng

HALUSKAN:

5 siung bawang putih
10 buah bawang merah
3 buah kemiri

BAHAN SAMBAL TOMAT:

15 buah cabai rawit merah
5 buah cabai merah besar
6 buah bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat, potong-potong
5 sdm minyak goreng
1 sdt garam
1,5 sdm gula jawa

PELENGKAP:

Bawang putih goreng
Lalapan

CARA MEMBUAT:

1. Rebus iga dengan semua bahan sampai empuk ± 2 jam. Angkat dan tiriskan.
2. Goreng iga sebentar saja hingga berwarna agak kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
3. **Sambal tomat:** Goreng cabai, bawang merah, bawang putih, dan tomat hingga matang kemudian angkat. Pindahkan ke cobek kemudian beri garam dan gula jawa. Ulek hingga tercampur rata. Koreksi rasa.
4. Tata iga goreng di atas sambal dan beri taburan bawang putih goreng dan lalapan.
5. Iga Goreng Penyet siap disajikan.

Tips

1. Gunakan panci presto dan masak iga dengan semua bahan sampai empuk sekitar 25-30 menit. Gunakan panci presto dengan ukuran yang sesuai dengan jumlah yang dimasak.
2. Sambal bisa juga dihaluskan menggunakan *food chopper*.





Japchae (KOREAN NOODLE)

Salah satu makanan favorit yang selalu dipesan jika di restoran Korea. Tekstur Korean vermicelli seperti soun tetapi lebih tebal dan kenyal dimakannya. Warnanya transparan dan rasanya tawar sehingga perlu dibumbui supaya jadi lezat. Ternyata makanan yang satu ini gampang dibuat sendiri lho. Saya bikin dengan cara dimasak jadi satu supaya lebih praktis dan mempercepat proses masakannya. Yuk, coba buat sendiri di rumah.

UNTUK 2 ORANG

BAHAN:

200 g *korean vermicelli noodle*

2 sdm minyak wijen

2 sdm kecap asin

1 sdm gula pasir

BAHAN ISI:

3 siung bawang putih, cincang halus

Minyak, untuk menumis

150 g daging sapi iris tipis

½ buah wortel, potong sebesar korek api

½ buah bawang bombai, potong tipis panjang

2 genggam bayam

2 batang daun bawang, iris serong

1 sdm kecap asin

½ sdt garam

½ sdt merica

TOPPING: Wijen putih

CARA MEMBUAT:

1. Rebus vermicelli di air mendidih sampai matang sekitar 6 menit (lamanya disesuaikan dengan petunjuk di kemasan). Angkat dan tiriskan. Sesudah tiris dan saat masih hangat tuang minyak wijen, kecap asin, dan gula pasir. Aduk rata dan sisihkan.
2. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum. Setelah itu masukkan daging sapi iris. Setelah daging matang masukkan wortel, bawang bombai, bayam, dan daun bawang. Tumis sebentar saja sehingga sayuran tidak terlalu layu. Tambahkan kecap asin, garam, dan merica. Aduk rata dan koreksi rasa.
3. Campurkan vermicelli ke dalam tumisan. Aduk sebentar hingga tercampur rata. Angkat.
4. Japchae siap disajikan dengan taburan wijen putih.

Tips

Matikan api kompor saat vermicelli dicampur ke dalam tumisan. Cukup diaduk rata di wajan yang masih panas.





MONGOLIAN *Beef*

Resep yang satu ini tidak butuh waktu lama untuk membuatnya. Rasanya ada sedikit manis dan juga asin. Nikmat sekali disajikan dengan nasi hangat. Silakan dicoba.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

400 g daging sapi
4 siung bawang putih,
cincang halus
3 cm jahe, potong tipis
memanjang 3 cm
Minyak, untuk menumis
50 ml air
4 batang daun bawang,
potong-potong 3 cm

BAHAN PERENDAM:

1 sdm kecap asin
1 sdt kecap asin hitam
1 sdm saus tiram
1 sdm *hoisin sauce*
1 sdm tepung maizena
1 sdt minyak wijen
2 sdm gula pasir
½ sdt garam
¼ sdt merica

CARA MEMBUAT:

1. Iris tipis memanjang daging sekitar 3 cm.
2. Marinasi daging dengan bahan perendam minimal 30 menit.
3. Tumis bawang putih dan jahe dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan potongan daging dan masak hingga daging mulai berubah warna. Masukkan air dan masak hingga daging matang. Masukkan daun bawang dan aduk rata. Angkat.
4. Mongolian Beef siap disajikan.

Tips

1. Gunakan daging sapi bagian perut (*flank steak*) atau has dalam (*tenderloin*) sehingga daging cepat empuk.
2. Tambahkan sedikit air jika daging belum empuk.





PATTY MELT *Sandwich*

Punya roti tawar tetapi bosan mau diolah jadi apa. Yuk bikin kreasi roti tawar seperti yang satu ini. Begitu matang langsung disantap karena rotinya masih terasa renyah wangi mentega, dagingnya masih hangat, dan kejuya lumerrr. Tinggal dikasih *topping* favorit seperti mayones/saus tomat/ saus sambal.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

- 300 g daging sapi giling
- 1 butir telur ayam ukuran kecil
- 2 siung bawang putih, cincang halus
- ½ buah bawang bombai, cincang halus
- ½ sdt garam
- ¼ sdt lada hitam bubuk
- ½ sdt *oregano*
- 3 sdm mentega
- 6 lembar roti tawar
- 6 buah keju lembaran

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata daging sapi giling, telur, bawang putih, bawang bombai, garam, lada hitam bubuk, dan *oregano*. Bagi adonan menjadi 3 bagian dan bentuk menyesuaikan ukuran roti tawar.
2. Lelehkan 1 sdm mentega di wajan antilengket dan masukkan adonan daging. Masak dengan api sedang hingga matang. Angkat.
3. Olesi roti tawar dengan mentega di kedua sisinya kemudian panggang sebentar di wajan antilengket hingga harum dan roti berwarna kecokelatan di kedua sisinya. Angkat.
4. Susun roti yang diberi isian keju lembaran dan daging.
5. Patty Melt Sandwich siap disajikan dengan tambahan saus favorit.

Tips

1. Umumnya daging akan mengecil ukurannya setelah dimasak. Sesuaikan ukuran adonan daging dengan ukuran roti yang akan digunakan.
2. Pilih daging yang ada lemaknya supaya daging lebih *moist* dan *juicy*.





RENDANG DAGING *Telur*

Makanan yang satu ini favorit banget meskipun masaknya butuh waktu cukup lama. Makanya memasak rendang sekaligus banyak supaya sekalian capeknya. Hehe. Makan dengan bumbunya saja sudah enak banget. Bumbunya gurih, wangi, ada rasa pedasnya juga. Sudah kebiasaan di keluarga jika masak rendang pasti dikasih telur rebus. Sekarang jika masak selalu saya tambah telur rebus juga. Silakan dicoba resep rendang daging andalan keluarga saya.

UNTUK 6 ORANG

BAHAN:

1 kg daging sapi bagian paha atas
3 buah serai, memarkan bagian putihnya
4 lembar daun jeruk
2 lembar daun salam
1 buah bunga lawang
Minyak, untuk menumis
1 L santan kental
500 ml santan encer
½ sdt ketumbar bubuk
½ sdt kunyit bubuk
½ sdt pala bubuk
1 sdm garam
½ sdt merica
1 sdm gula pasir
5 butir telur ayam rebus

HALUSKAN:

8 siung bawang putih
12 buah bawang merah
5 buah cabai merah besar, buang biji
5 buah cabai merah keriting, buang biji
3 cm jahe
3 cm lengkuas
1 sdm minyak goreng

CARA MEMBUAT:

1. Potong daging bentuk kotak dengan ukuran sesuai selera. Sisihkan.
2. Haluskan bumbu dengan *food chopper*. Tumis bumbu halus, serai, daun jeruk, daun salam, dan bunga lawang dengan minyak goreng hingga harum.
3. Masukkan daging dan masak hingga daging mulai berubah warna kemudian masukkan santan kental dan santan encer.
4. Tambahkan ketumbar bubuk, kunyit bubuk, pala bubuk, garam, merica, dan gula pasir. Aduk rata dan masak dengan api kecil ± 2-3 jam sambil sesekali diaduk.
5. Masukkan telur rebus jika rendang sudah empuk. Aduk rata dan koreksi rasa.
6. Rendang Daging Telur siap disajikan.



Tips

1. Gunakan api kecil saat memasak rendang supaya santan menyusut dan minyaknya keluar.
2. Jika bumbu sudah mulai menyusut dan minyak sudah keluar harus sering diaduk supaya tidak gosong.
3. Setelah dingin rendang bisa disimpan di kulkas dan dimakan keesokan harinya. Bumbunya akan semakin meresap dan rasanya makin nikmat.



SAPI Bulgogi

Sapi Bulgogi adalah salah satu makanan Korea yang populer. Sapi Bulgogi ada beberapa tipe, ada yang tipe pakai kuah dan tipe kering. Silakan dicoba resep favorit ini karena mudah untuk dibuat dan bahannya juga mudah didapat.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

400 g daging sapi,
iris tipis memanjang
3 siung bawang putih,
cincang halus
Minyak, untuk menumis
½ buah wortel,
potong korek api tipis
200 ml air
½ buah bawang bombai,
iris memanjang
4 batang daun bawang, potong
sepanjang 5 cm

PERENDAM:

2 sdm kecap asin
2 sdm minyak wijen
2 sdm gula pasir
2 sdm madu
½ sdt garam
¼ sdt merica

TOPPING: Wijen putih

CARA MEMBUAT:

1. Campur daging sapi dengan bahan perendam, aduk rata. Diamkan daging di kulkas minimal 30 menit supaya bumbu meresap.
2. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan daging sapi dan masak sampai berubah warna.
3. Masukkan wortel dan air supaya ada sedikit kuah, masak sampai daging sapi matang dan empuk. Tambahkan bawang bombai dan daun bawang. Koreksi rasa dan angkat.
4. Sapi Bulgogi siap disajikan dengan taburan wijen putih.

Tips

1. Pilih daging sapi jenis has dalam (tenderloin) yang empuk sehingga lekas matang.
2. Jika air menyusut tetapi daging sapi masih belum empuk bisa ditambahkan sedikit air.





SEMUR *Jaging*

Masak semur daging sangat mudah dan rasanya enak. Resep semur daging ini favorit keluarga saya karena kuahnya agak kental dan medok rasanya. Cocok dimakan sama nasi putih hangat dengan taburan bawang goreng.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

500 g daging sapi sengel
3 siung bawang putih, haluskan
7 buah bawang merah, haluskan
1 cm jahe
Minyak, untuk menumis dan menggoreng
1 L air
3 lembar daun salam
½ sdm kecap asin
5 sdm kecap manis
1 sdt garam
1 sdt gula pasir
½ sdt merica
¼ sdt pala bubuk
2 buah kentang, potong
1 buah tomat, potong

TOPPING: Bawang goreng

CARA MEMBUAT:

1. Potong daging dengan ukuran sesuai selera.
2. Tumis bawang putih, bawang merah, dan jahe dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan daging yang sudah dipotong. Tumis daging hingga berubah warna. Masukkan air, daun salam, kecap asin, kecap manis, garam, gula pasir, merica, dan pala bubuk. Masak hingga daging empuk, bumbu meresap dan kuah mulai menyusut.
3. Goreng kentang hingga berwarna kuning keemasan. Angkat.
4. Masukkan kentang goreng dan tomat lalu masak sebentar. Aduk rata dan koreksi rasa.
5. Semur Daging siap disajikan dengan taburan bawang goreng.

Tips

Tambahkan sedikit air jika daging belum empuk tetapi air sudah menyusut.





SUP & SAYURAN



Bakwan Jagung Rempah	108
Bakwan Sayur Renyah	110
Kailan Cah Sapi	112
Sup Ayam Asam Pedas	114
Sup Ayam Telur	116
Sayur Lodeh Komplet	118
Tumis Buncis Jagung	120
Zuppa Soup	122



BAKWAN JAGUNG *Rempah*

Sekali coba pasti ketagihan dengan bakwan jagung ini. Gak cuma manis dari jagungnya tetapi pas digigit banyak aroma rasanya. Gak perlu gigitin cabai rawit lagi karena sudah ada rasa pedas di bakwannya. Buat yang gak bisa makan pedas tinggal dihilangkan saja ya cabainya. Buat yang suka pedas tinggal ditambah cabainya. Tinggal disesuaikan selera masing-masing saja ya.

UNTUK 10 BUAH

BAHAN:

2 buah jagung manis, pipil
3 buah bawang merah, iris tipis
2 siung bawang putih,
cincang halus
4 sdm tepung terigu
2 sdm tepung beras
2 batang daun bawang kecil,
iris tipis
2 buah daun jeruk, buang
batangnya dan cincang halus
4 buah cabai rawit merah, iris
tipis
10 buah daun ketumbar,
cincang kasar

½ sdt garam

¼ sdt merica

¼ sdt ketumbar bubuk

1/8 sdt kunyit bubuk

1 sdt gula pasir

120 ml air

Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan menjadi satu.
2. Goreng adonan sesendok demi sesendok dalam minyak panas dengan api sedang hingga berwarna kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
3. Bakwan Jagung Rempah siap disajikan.

Tips

Adonan jangan terlalu encer atau terlalu tebal supaya bakwan jagung garing.





BAKWAN SAYUR *Renyah*

Bakwan Sayur ini gorengan favorit anak saya. Mereka paling suka jika saya membuat bakwan sayur renyah begini. *Kriuk- kriuk* enak katanya. Saya tidak pakai cabai di adonan kalau bikin buat anak jadi dimakannya sambil gigitin cabai rawit saja. Makan gorengan begini sebentar sudah habis 3 buah sendiri. Hahaha.

UNTUK 10 BUAH

BAHAN:

½ buah kol ukuran kecil,
iris halus
1 buah wortel, potong korek api
2 siung bawang putih,
cincang halus
4 buah bawang merah,
rajang halus
2 buah cabai merah, iris tipis
2 batang daun bawang, iris tipis
3 sdm tepung terigu
3 sdm tepung beras
½ sdm garam
¼ sdt merica
½ sdt ketumbar bubuk
150 ml air
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan.
2. Panaskan minyak goreng kemudian tuang adonan sekitar 1 sendok sayur. Goreng hingga kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan. Lakukan seterusnya hingga adonan habis.
3. Bakwan Sayur Renyah siap disajikan.

Tips

1. Tekstur adonan bakwan setelah semua tercampur cukup sampai adonan menyatu saja supaya hasilnya renyah.
2. Jangan sekaligus banyak menggoreng dalam satu wajan supaya tidak saling menempel.





KAILAN CAH *Sapi*

Salah satu menu favorit masa kecil saya kalau makan di restoran *chinese food*. Sayur kailan cocok banget dimasak dengan daging sapi. Meskipun sayur kailan terasa sedikit pahit dan teksturnya agak keras tetapi kalau dimasak seperti ini anak kecil juga doyan lho.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

5 siung bawang putih, cincang
Minyak, untuk menumis
200 g daging sapi, iris tipis
300 g sayur kailan, potong sekitar 5 cm
200 ml air
1 sdm saus tiram
1 sdt kecap asin
½ sdt garam
¼ sdt merica
1 sdt tepung maizena, larutkan dengan 3 sdm air (untuk mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan daging sapi. Masak hingga daging sapi matang.
2. Masukkan sayur kailan dan tumis hingga sayur layu. Tambahkan air dan semua bumbu. Tambahkan larutan maizena untuk mengentalkan kuah. Koreksi rasa.
3. Kailan Cah Sapi siap disajikan.

Tips

1. Cuci sayur kailan dan remas perlahan dengan garam kemudian bilas dengan air sampai bersih.
2. Gunakan daging sapi has dalam (tenderloin) sehingga daging cepat empuk.





SAYUR LODEH *Komplet*

Isi sayur lodeh ini bisa disesuaikan selera masing-masing ya. Resep ini masakan sayur lodeh komplet versi saya. Supaya rasanya makin mantap saya pakai ebi jadi wangi gurih gitu rasa lodehnya. Ditambah juga isianya pakai telur puyuh. Selain itu aroma petai juga menambah cita rasa.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

2 lembar daun salam
1 batang serai, memarkan bagian putihnya
4 cm lengkuas
2 sdm ebi, cuci bersih
Minyak, untuk menumis
1 L air
500 ml santan
200 g udang, sisakan ekor
1 papan petai
1 buah labu siam, potong tipis
100 g tempe, potong
50 g buncis, potong sekitar 5 cm
10 butir telur puyuh rebus
 $\frac{1}{2}$ sdm garam
1 sdm gula pasir

HALUSKAN:

5 buah bawang merah
4 siung bawang putih
4 buah kemiri
2 cm jahe
5 buah cabai merah besar
7 buah cabai rawit merah

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bumbu halus, daun salam, serai, lengkuas, dan ebi dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan air dan santan.
2. Masak hingga mendidih kemudian masukkan semua bahan lainnya. Masak hingga isian matang. Koreksi rasa.
3. Sayur Lodeh Komplet siap disajikan.

Tips

Jangan terlalu lama merebus sayurannya supaya tidak kelembekan.





SUP AYAM ASAM *Pedas*

Sup favorit saya karena kombinasi rasanya tetapi yang paling menonjol dari sup ini adalah rasa asam dan pedasnya. Dimakan hangat-hangat enak deh rasanya segar. Silakan dicoba.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

4 siung bawang putih, cincang halus
Minyak, untuk menumis
200 g ayam filet, potong tipis memanjang
1 L air
50 g rebung, potong korek api
4 buah jamur *shitake* kering, potong tipis memanjang
100 g tahu putih, potong memanjang
1 sdt kecap asin hitam
1 sdt kecap asin
½ sdt minyak wijen
1,5 sdm cuka beras
1,5 sdm *chili oil*
½ sdt garam
1 sdm gula pasir
½ sdt merica
1 butir telur ayam, kocok lepas
2 sdm tepung maizena, larutkan dengan 6 sdm air (untuk mengentalkan)
2 batang daun bawang, iris halus

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan potongan ayam. Masak sampai ayam berubah warna kemudian masukkan air dan masak hingga air mendidih.
2. Masukkan rebung, jamur *shitake*, dan tahu putih. Tambahkan kecap asin hitam, kecap asin, minyak wijen, cuka beras, *chili oil*, garam, gula pasir, dan merica. Aduk rata dan masak hingga isian matang.
3. Masukkan telur kocok sambil diaduk hingga menyerabut. Masak sebentar supaya telur matang.
4. Masukkan larutan maizena sambil diaduk supaya tidak ada yang mengumpal. Beri irisan daun bawang dan aduk rata. Koreksi rasa.
5. Sup Ayam Asam Pedas siap disajikan.



Tips

1. Takaran cuka dan *chili oil* bisa disesuaikan dengan tingkat asam dan pedas yang diinginkan.
2. Rendam jamur *shitake* kering dengan air panas sampai agak lunak kemudian tiriskan dan potong. Jamur *shitake* kering bisa diganti dengan jamur *shitake* segar.
3. Air bisa diganti dengan kuah kaldu ayam untuk rasa yang lebih gurih dan manis.
4. Masukkan telur kocok ke dalam kuah sedikit demi sedikit sambil kuah diaduk sehingga hasil telurnya menyerabut.



SUP AYAM

Telur

Sup ini praktis banget dibuatnya dan bahan-bahan yang digunakan umumnya selalu ada di kulkas. Kalau saya makan ini biasanya pakai cabai rawit yang dikasih kecap asin. Duh rasanya cocok banget deh bisa kalap makan sampai 2 mangkuk. Hehehe.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

250 g ayam giling
1 sdt kecap asin
1/8 sdt merica
3 siung bawang putih
Minyak, untuk menumis
1 L air
½ sdt garam
¼ sdt merica
1 sdt gula pasir
1 sdt minyak wijen
1 sdt kecap ikan
2 butir telur ayam, kocok lepas
2 sdm tepung maizena, larutkan dengan 6 sdm air (untuk mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata ayam giling, kecap asin, dan merica.
2. Tumis bawang putih dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam dan masak hingga ayam matang.
3. Tuang air dan masak hingga air mendidih. Masukkan garam, merica, gula pasir, minyak wijen, dan kecap ikan. Masukkan telur kocok sambil diaduk hingga menyerabut. Masak sebentar supaya telur matang.
4. Masukkan larutan maizena sambil diaduk supaya tidak ada yang mengumpal. Koreksi rasa.
5. Sup Ayam Telur siap disajikan.

Tips

1. Air bisa diganti dengan kuah kaldu ayam untuk rasa yang lebih gurih dan manis.
2. Masukkan telur kocok ke dalam kuah sedikit demi sedikit sambil kuah diaduk sehingga hasil telurnya menyerabut.





TUMIS BUNCIS Jagung

Tumis sayuran ini favorit banget deh karena rasanya manis alami dari buncis dan jagung. Masaknya cepat, bahannya gampang dicari dan tidak pakai banyak bumbu. Yuk, dicoba.

UNTUK 4 ORANG

BAHAN:

300 g buncis
1 buah jagung manis
3 siung bawang putih, cincang
4 buah bawang merah, cincang
Minyak, untuk menumis
200 ml air
½ sdt garam
¼ sdt merica

CARA MEMBUAT:

1. Potong buncis serong tipis dan pipil jagung. Sisihkan.
2. Tumis bawang putih dan bawang merah dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan jagung dan tumis sampai agak lunak kemudian masukkan buncis. Tambahkan air, garam, dan merica. Masak hingga sayuran matang. Koreksi rasa.
3. Tumis Buncis Jagung siap disajikan.

Tips

Jangan terlalu lama menumis supaya buncis tidak kelembekan.





ZUPPA Soup

Membuat zuppa soup praktis dan hemat dibanding beli di restoran. Saya beli *puff pastry sheet* siap pakai di supermarket. Praktis tinggal dipotong sesuai ukuran wadah yang digunakan. Rasa zuppa soup ini gurih apalagi jika pakai *cooking cream* rasanya jadi makin *creamy* dan gurih. Enak banget disajikan saat hangat dengan *puff pastry* yang masih renyah.

UNTUK 4 BUAH

BAHAN:

3 siung bawang putih
1 buah bawang bombai,
cincang kasar
3 sdm margarin
2 sdm tepung terigu
500 ml air
200 g paha ayam, potong kotak
1 buah wortel, potong kotak kecil
4 buah jamur kancing, potong
kotak
1 buah keju lembaran
500 ml susu cair/susu evaporasi
1 sdt garam
¼ sdt merica
¼ sdt pala bubuk
1 sdm gula pasir
Puff pastry sheet, siap pakai
1 butir telur ayam, pisahkan
putih dan kuning telur

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dan bawang bombai dengan margarin sampai harum. Masukkan tepung terigu dan aduk rata.
2. Masukkan air sedikit demi sedikit sambil terus diaduk hingga tercampur rata.
3. Masukkan ayam, wortel, jamur, dan keju lembaran. Tambahkan susu cair, garam, merica, pala bubuk, dan gula pasir. Aduk rata. Koreksi rasa.
4. Tuang dalam wadah tahan panas dan tutup dengan *puff pastry sheet*. Olesi bibir wadah dengan putih telur dan tekan *puff pastry sheet* di bibir wadah agar menempel. Olesi bagian atas *puff pastry sheet* dengan kuning telur.
5. Panggang di dalam oven yang sudah dipanaskan sebelumnya dengan suhu 220°C selama 10 menit atau sampai *puff pastry* mengembang dan berwarna kuning kecokelatan.
6. Zuppa Soup siap disajikan.

Tips

1. Potong *puff pastry sheet* sekitar 2 cm lebih besar setiap sisinya dari wadah yang digunakan.
2. Untuk sup yang lebih *creamy* 250 ml susu bisa diganti dengan 250 ml *cooking cream*.





TELUR & TAHU

Digital Publishing/KG-360



Dadar Telur Buncis	126
Muntahu Kecap	128
Tahu Bakso Udang Goreng	130
Tahu Cabai Kecap	132
Tahu Gejrot	134
Tahu Kipas	136
Tim Tahu Ayam Telur	138
Tim Tahu Jepang Udang	140



DADAR TELUR

Buncis

Salah satu variasi telur dadar dengan diberi irisan buncis. Enak terasa ada *krenyes-krenyesnya* pas dimakan. Buat yang tidak suka pedas bisa dihilangkan cabai rawitnya. Silakan dicoba.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

100 g buncis
4 butir telur ayam/telur bebek
 $\frac{1}{2}$ sdt garam
 $\frac{1}{4}$ sdt merica
1 siung bawang putih, cincang
4 buah bawang merah, cincang
4 buah cabai rawit merah, cincang
Minyak, untuk menumis

CARA MEMBUAT:

1. Iris tipis buncis dan sisihkan.
2. Campur dan aduk rata telur, garam, dan merica.
3. Tumis bawang putih, bawang merah, dan cabai rawit merah dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan buncis dan tumis hingga buncis mulai layu. Tuang telur ke atas buncis dan masak hingga telur matang. Angkat.
4. Dadar Telur Buncis siap disajikan.

Tips

Buncis 100 gram banyaknya kira-kira segenggaman tangan.





MUNTAHU *Kecap*

Menu yang bolak balik muncul di meja makan keluarga saya karena kami sekeluarga pencinta tahu dan menu ini praktis juga dibuatnya. Rasanya oriental banget karena ada campuran jahe dan jamur *shitake*. Dimakan sama nasi hangat cocok banget.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

2 siung bawang putih, cincang halus
½ sdt jahe, cincang halus
Minyak, untuk menumis
200 g ayam giling
3 buah jamur *shitake* kering, potong-potong
300 ml air
2 sdm kecap manis
1 sdt kecap asin
1 sdt kecap ikan
1 sdm saus tiram
1 sdt minyak wijen
½ sdt garam
¼ sdt merica
5 buah udang, potong-potong
1 buah tahu jepang, potong-potong
2 batang daun bawang, iris tipis
1 sdm tepung maizena, larutkan dengan 5 sdm air (untuk mengentalkan)

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dan jahe dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam dan tumis hingga berubah warna. Kemudian masukkan jamur *shitake* dan masak hingga matang.
2. Masukkan air dan masak hingga air mendidih. Masukkan kecap manis, kecap asin, kecap ikan, saus tiram, minyak wijen, garam, dan merica. Aduk rata dan koreksi rasa.
3. Potong tahu jepang menjadi 5 bagian kemudian tiap bagian dipotong lagi jadi 4. Masukkan udang, tahu, dan daun bawang. Masak hingga udang berubah warna kemudian kentalkan dengan larutan maizena sambil diaduk.
4. Muntahu Kecap siap disajikan.

Tips

1. Setelah tahu dimasukkan jangan terlalu sering diaduk (aduknya perlahan) supaya tahu tidak hancur.
2. Rendam jamur *shitake* kering dengan air panas sampai agak lunak kemudian tiriskan dan potong. Jamur *shitake* kering bisa diganti dengan jamur *shitake* segar.





TAHU BAKSO UDANG Goreng

Tahu itu makanan yang sering banget saya masak karena gak pernah ngebosenin. Tahu yang lembut dipadukan dengan udang yang gurih manis cocok banget kan. Setelah digoreng jadi wangi dan makin enak dimakan pakai sambal.

UNTUK 12 BUAH

BAHAN:

3 buah tahu putih
500 g udang kupas,
cincang kasar
2 siung bawang putih, cincang
halus
1 sdt saus tiram
1 sdt kecap asin
1 sdt minyak wijen
2 batang daun bawang kecil,
iris tipis
½ sdt garam
¼ sdt merica
1 butir telur ayam
6 sdm sagu
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Potong 1 tahu menjadi 4 bagian dan buat lubang di bagian tengah masing-masing tahu dengan pisau.
2. Campur dan aduk rata semua bahan kecuali tahu. Beri adonan udang ke atas tahu dan lakukan sampai adonan habis. Masukkan dalam kulkas sebentar supaya adonan lebih melekat dengan tahu.
3. Goreng dengan api sedang dalam minyak yang sudah dipanaskan sebelumnya dengan posisi udang di bawah sampai berwarna kuning keemasan. Balik tahu dan goreng hingga tahu berkulit. Angkat.
4. Tahu Bakso Udang Goreng siap disajikan.

Tips

1. Pilih tahu putih dengan tekstur yang agak padat sehingga tidak mudah hancur.
2. Tahu Bakso Udang Goreng ini bisa juga disajikan dengan dimasukkan ke dalam kuah kaldu ayam.





TAHU CABAI *Kecap*

Menu di saat mau masak yang cepat dan praktis. Selain itu juga hemat di kantong tetapi bikin makan tetap lahap. Paling cocok menggunakan tahu sumedang karena tahunya sendiri sudah lezat dan gurih.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

4 siung bawang putih, iris
4 buah bawang merah, iris
2 buah cabai merah, iris serong
2 buah cabai hijau, iris serong
5 buah cabai rawit merah, iris serong
Minyak, untuk menumis
15 buah tahu sumedang
3 sdm kecap manis
1 sdt kecap asin
 $\frac{1}{2}$ sdt garam
 $\frac{1}{4}$ sdt merica

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang dan cabai dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan tahu yang sudah digoreng. Tambahkan kecap manis, kecap asin, garam, dan merica. Aduk rata dan koreksi rasa.
2. Tahu Cabai Kecap siap disajikan.

Tips

1. Tahu sumedang bisa diganti dengan tahu putih yang digoreng terlebih dahulu.
2. Tahu bisa diganti juga dengan tempe.





TAHU *Gejrot*

Makanan yang satu ini cocok banget buat camilan sore-sore pas jam tanggung buat makan. Tahu gejrot identik dengan rasa pedas dan aroma dari bawangnya yang masih mentah. Rasanya saya bisa habiskan resep di bawah ini sendiri. Pas jam makan malam udah kenyang deh sama tahu gejrot. Hihhi.

UNTUK 2 ORANG

BAHAN:

100 g tahu/10 buah tahu
sumedang
Air garam, untuk rendaman tahu
Minyak, untuk menggoreng
200 ml air
50 g gula jawa, sisir
2 sdm air asam jawa (asam jawa
diberi air panas)
1 sdm kecap manis
½ sdt garam

ULEK KASAR:

6 buah bawang merah
2 siung bawang putih
10 buah cabai rawit hijau

CARA MEMBUAT:

1. Rendam tahu di air garam minimal 30 menit sebelum akan digoreng. Tiriskan.
2. Goreng tahu dalam minyak banyak dengan api besar hingga tahu berkulit. Tiriskan dan potong-potong tahu.
3. Campur air, gula jawa, air asam jawa, kecap manis, dan garam di panci. Masak sampai gula larut kemudian tunggu sampai kuah mulai dingin. Masukkan bawang merah, bawang putih, dan cabai yang sudah diulek. Aduk rata dan koreksi rasa.
4. Siram kuah ke atas tahu yang sudah dipotong.
5. Tahu Gejrot siap disajikan.

Tips

1. Masukkan bawang dan cabai saat kuah sudah dingin supaya bawang dan cabai tidak matang.
2. Gunakan tahu putih yang teksturnya tidak lembek atau menggunakan tahu sumedang.





TAHU *Kipas*

Salah satu olahan tahu yang enak karena ada isian di dalam tahunya. Isiannya itu yang bikin rasa tahu kipas jadi gurih dan lezat. Tahu kipas berbeda dengan tahu isi karena isian tahu isi umumnya sayur-sayuran. Puas banget deh membuat tahu kipas sendiri di rumah.

UNTUK 10 BUAH

BAHAN:

20 buah udang kupas, bersihkan kotorannya
1 sdt tepung maizena
1 siung bawang putih, cincang halus
5 buah bawang merah, cincang halus
Minyak, untuk menumis dan menggoreng
1 buah wortel, parut kasar
5 buah jamur kuping, iris tipis
 $\frac{1}{2}$ sdt garam
 $\frac{1}{4}$ sdt merica
1 sdt gula pasir
1 sdt kecap ikan
5 batang daun bawang, iris tipis
10 buah tahu goreng kotak

PELAPIS:

5 sdm tepung terigu
1 sdm tepung beras
1 siung bawang putih, ulek halus
 $\frac{1}{4}$ sdt garam
 $\frac{1}{8}$ sdt merica
250 ml air

PELENGKAP:

Cabai rawit
Sambal Bangkok

CARA MEMBUAT:

1. Campur udang dan tepung maizena. Sisihkan.
2. Tumis bawang putih dan bawang merah dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan wortel dan jamur. Masak sebentar kemudian masukkan udang. Tambahkan garam, merica, gula pasir, dan kecap ikan. Masukkan daun bawang dan aduk rata. Koreksi rasa.
3. Sayat bagian tengah tahu di salah satu sisinya dan jangan terputus. Masukkan bahan isian ke dalam tahu. Lakukan seterusnya sampai habis.
4. Campur dan aduk rata bahan pelapis. Lapisi tahu dengan bahan pelapis kemudian goreng dalam minyak yang sudah dipanaskan hingga kuning kecokelatan. Angkat.
5. Tahu Kipas siap disajikan dengan cabai rawit/sambal bangkok.

Tips

Jika tahunya padat maka keluarkan dulu bagian dalam tahu supaya bisa diisi.





TIM TAHU AYAM

Telur

Menu yang mudah untuk dibuat dan penyajiannya pun menarik. Semua bahan ditata dalam satu wadah kemudian ditim. Rasa dagingnya ini kenyal lho seperti makan bakso. Silakan dicoba.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

- 300 g ayam giling
- 1 sdm saus tiram
- 1 sdm kecap asin
- 1 sdm tepung maizena
- $\frac{1}{4}$ sdt garam
- $\frac{1}{4}$ sdt merica
- 2 batang daun bawang kecil, iris
- 2 buah tahu jepang
- 1 butir telur ayam

BAHAN SAUS:

- 2 sdm kecap asin
- 1 sdt gula pasir
- $\frac{1}{4}$ sdt merica
- 1 sdt minyak wijen
- 50 ml air

TOPPING: Daun bawang

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata ayam giling, saus tiram, kecap asin, tepung maizena, garam, merica, dan daun bawang.
2. Letakkan adonan ayam di bagian tengah pinggan tahan panas. Buat cekungan di bagian tengah adonan dan masukkan telur ke dalamnya.
3. Potong tahu jepang sekitar 1,5 cm. Susun tahu di sekeliling adonan ayam.
4. Campur bahan saus dan tuang ke atas tahu.
5. Kukus dalam dandang yang sudah dipanaskan selama $\pm$ 25 menit atau sampai matang.
6. Tim Tahu Ayam Telur siap disajikan dengan taburan daun bawang.

Tips

1. Bisa menggunakan telur asin tetapi kurangi takaran garam/kecap asin supaya tidak terlalu asin.
2. Jika ingin telur yang setengah matang maka telur bisa dimasukkan belakangan setelah proses mengukus berlangsung 15 menit.





TIM TAHU JEPANG *Udang*

Masakan ini juga salah satu favorit saya sejak kecil. Waktu kecil suka banget makan ini *digadoin*. Terasa seperti lagi makan dimsum kali ya. Haha. Rasanya lembut dan enak manis dari udangnya. Untuk tahu jepangnya bebas bisa pakai yang ada rasa atau yang *plain*. Buat yang suka kuah banyak bisa ditambah takaran air dan bumbunya. Karena saya penggemar bawang putih jadi saya tambahkan lagi minyak bawang putih goreng setelah matang.

UNTUK 3 ORANG

BAHAN:

- 2 buah tahu jepang
- 200 g udang kupas, cincang
- 1 siung bawang putih, cincang halus
- $\frac{1}{2}$ sdm tepung maizena
- $\frac{1}{2}$ sdt minyak wijen
- $\frac{1}{4}$ sdt garam
- $\frac{1}{4}$ sdt merica
- 2 batang daun bawang kecil, iris
- 50 ml air
- 2 sdm kecap asin
- 1 sdt gula pasir
- 2 sdt minyak bawang putih goreng

TOPPING: Minyak bawang putih goreng dan daun bawang

CARA MEMBUAT:

1. Potong tahu jepang sekitar 2 cm. Sisihi.
2. Campur dan aduk rata udang cincang, bawang putih, tepung maizena, minyak wijen, garam, merica, dan daun bawang.
3. Beri adonan udang ke atas tahu sehingga bagian atas tahu tertutup adonan udang. Letakkan tahu pada piringan tahan panas yang sudah disiapkan. Campur dan aduk rata air, kecap asin, gula pasir, dan minyak bawang putih goreng kemudian tuang ke atas tahu.
4. Kukus tahu dalam dandang yang sudah dipanaskan selama $\pm$ 15 menit atau sampai matang.
5. Tim Tahu Jepang udang siap disajikan dengan taburan daun bawang.

Tips

Ratakan adonan udang yang diletakkan di atas tahu dan ditekan perlahan di bagian tepinya sehingga menempel setelah dikukus.





SNACK

Digital Literacy KG-3/CC



Kroket Kentang	144
Lemper Ayam	146
Mini Pastel Puff Pastry	148
Pizza	150
Risoles Ragout	152
Risoles Smoked	
Beef Mayonnaise	154
Roti Udang Wijen	156
Talas Goreng	158



KROKET *Kentang*

Buat saya kroket yang enak tuh kentangnya harus wangi dan rasa isiannya lezat. Banyak isiannya juga penting karena gereget banget deh kalau pas digigit isiannya *secuil*. Rasanya cuma *nyempil* di gigi aja. Hahaha. Jadi kalau bikin sendiri isian kentangnya banyak biar puas. Makannya sama cabai rawit. O la la nyemil sampai perut kenyang deh.

UNTUK 15 BUAH

BAHAN:

800 g kentang (setelah dikupas dan digoreng jadi $\pm$ 600 g)

1 sdm mentega

1 kuning telur

2 sdm susu bubuk

$\frac{1}{2}$ sdt garam

Minyak, untuk menggoreng

BAHAN ISI:

2 buah bawang merah, rajang halus

Minyak, untuk menumis

150 g daging sapi giling

30 g wortel, potong kotak kecil

30 g buncis, iris tipis

1 sdm kecap manis

$\frac{1}{2}$ sdt garam

$\frac{1}{4}$ sdt merica

$\frac{1}{4}$ sdt pala bubuk

2 batang daun bawang, iris tipis

PELAPIS:

1 putih telur ayam

200 g tepung panir

CARA MEMBUAT:

1. Goreng kentang hingga matang kemudian segera hancurkan dengan garpu/*potato masher* saat masih panas. Campur dan aduk rata semua bahan jadi satu. Sisihkan.
2. Tumis bawang merah dengan minyak goreng hingga harum kemudian masukkan daging sapi. Tumis hingga berubah warna kemudian masukkan wortel dan buncis. Masak hingga isian matang. Masukkan kecap manis, garam, merica, pala bubuk, dan daun bawang. Aduk rata dan koreksi rasa.
3. Ambil adonan kentang $\pm$ 40 gram kemudian pipihkan. Ambil 1 sendok isian dan letakkan di bagian tengah kentang kemudian rapatkan dan bentuk lonjong. Padatkan kentang dengan dikepal-kepal perlahan. Lakukan hingga adonan habis.
4. Gulingkan kroket pada putih telur kemudian balur ke tepung panir hingga rata. Simpan dalam kulkas minimal 30 menit.
5. Goreng dalam minyak yang sudah dipanaskan dengan api sedang hingga kuning kecokelatan. Tiriskan.
6. Kroket Kentang siap disajikan.



Tips

Jika tidak ada tepung panir bisa menggunakan tepung roti yang dihaluskan dengan *chopper/food processor*/ditumbuk.



LEMPER *Ayam*

Lemper ayam ini memiliki kombinasi rasa isian yang sedikit manis berpadu dengan gurihnya ketan. Wangi harum dari daun pisangnya membuat makin berselera.

UNTUK 12 BUAH

BAHAN:

300 g beras ketan, rendam semalaman
200 ml santan
½ sdt garam
1 sdt gula pasir
2 lembar daun pandan
Daun pisang secukupnya

BAHAN ISI:

2 siung bawang putih, cincang halus
4 buah bawang merah, cincang halus
1 buah serai, memarkan bagian putihnya
2 lembar daun jeruk
Minyak, untuk menumis
150 g dada ayam, rebus dan suwir
3 sdm kecap manis
¼ sdt garam
¼ sdt merica
¼ sdt jahe bubuk
½ sdt ketumbar bubuk

CARA MEMBUAT:

1. Kukus ketan selama 15 menit sampai setengah matang.
2. Rebus santan, garam, gula pasir, dan daun pandan hingga mendidih. Matikan api. Masukkan ketan ke santan, aduk rata hingga santan terserap di ketan.
3. Kukus kembali ketan sampai matang selama ± 30 menit.
4. Tumis bawang putih, bawang merah, serai, dan daun jeruk dengan minyak goreng hingga harum. Masukkan ayam suwir dan semua bumbu. Aduk rata hingga bumbu meresap. Bisa ditambahkan sedikit air rebusan ayam jika terlalu kering. Koreksi rasa.
5. Ambil ketan dan letakkan di atas daun pisang beri isian dan tutup lagi dengan ketan. Bungkus lempur dengan daun pisang. Bakar di atas wajan antilengket hingga harum dan permukaan daun pisangnya kehitaman. Angkat.
6. Lemper Ayam siap disajikan.



Tips

1. Gunakan ketan kualitas baik dan cuci bersih ketan baru direndam dengan air bersih semalaman (air di atas permukaan ketan). Sebelum dikukus air rendamannya ditiriskan dahulu.
2. Jika mau bikin lempeng yang praktis isian bisa diganti dengan abon. Jenis abon disesuaikan saja dengan selera.



MINI PASTEL PUFF

Pastry

Bikin pastel pakai *puff pastry sheet* siap pakai yang bisa dibeli di supermarket untuk kulitnya supaya lebih praktis jadi tinggal bikin isiannya. Enak rasanya unik karena beda dari pastel yang biasanya. Jadi pastel ini dipanggang di oven bukan digoreng. Lumayan buat variasi camilan. Yuk, dicoba juga buat camilan ini.

UNTUK 18 BUAH

BAHAN:

3 siung bawang putih,
cincang halus
5 buah bawang merah,
cincang halus
Minyak, untuk menumis
200 g ayam filet,
potong kotak kecil
1 buah wortel, potong kotak kecil
1 buah kentang,
potong kotak kecil
3 sdm soun rebus,
potong-potong pendek
2 batang daun bawang,
iris tipis
½ sdt garam
¼ sdt merica
½ sdt gula pasir
Puff pastry sheet, siap pakai
1 butir telur ayam, kocok lepas

CARA MEMBUAT:

1. Tumis bawang putih dan bawang merah dengan minyak goreng hingga harum.
2. Masukkan potongan ayam, wortel, dan kentang dan masak hingga matang. Masukkan soun, daun bawang, garam, merica, dan gula pasir. Aduk rata dan koreksi rasa.
3. Cetak *puff pastry sheet* bentuk bulat diameter 8 cm. Beri isian di bagian tengah dan oles sekeliling *puff pastry sheet* dengan telur. Tutup hingga membentuk setengah lingkaran dan tekan bagian pinggirnya supaya tidak terbuka.
4. Oles bagian atas *puff pastry* dengan telur. Lakukan seterusnya hingga habis. Letakkan pastel di loyang.
5. Panggang di dalam oven yang sudah dipanaskan sebelumnya dengan suhu 200°C selama 25 menit atau sampai *puff pastry* mengembang dan berwarna kuning kecokelatan.
6. Mini Pastel Puff Pastry siap disajikan.

Tips

Ukuran pastel bisa disesuaikan dengan ukuran *puff pastry sheet* yang digunakan sehingga tidak banyak *puff pastry sheet* yang terbuang.





Pizza

Bikin *pizza* sendiri ternyata gak susah lho. Ini salah satu makanan yang sering *direquest* anak saya. Kami jadi jarang makan *pizza* diluar karena lebih sering bikin sendiri di rumah. Anak-anak paling suka dan gak bosan makan *pizza*. Bikin *pizza* sendiri jadi bisa bebas berkreasi pakai *topping* yang disukai dan banyaknya juga bisa diatur sendiri. Yuk dicoba.

UNTUK 8 POTONG (LOYANG DIAMETER 32CM)

BAHAN:

240 g tepung terigu serbaguna
5 g ragi instan
1 sdm gula pasir
½ sdt garam
160 ml air hangat
2 sdm *olive oil*
1 sdt *olive oil*, untuk olesan
mangkuk

TOPPING: Sosis, jamur kancing,
bawang bombai, saus tomat,
italian seasoning, bawang putih
bubuk, lada hitam bubuk, keju
mozzarella

UNTUK PINGGIRANNYA: Keju
mozzarella, potong sepanjang
4x1x1 cm

CARA MEMBUAT:

1. Campur dan aduk rata semua bahan jadi satu. Uleni adonan hingga kalis.
2. Letakkan adonan di mangkuk yang sudah dioles *olive oil*. Tutup dengan *cling wrap* dan diamkan di tempat hangat hingga mengembang 2x lipat (sekitar 1 jam tergantung kondisi panas ruangan).
3. Kempeskan adonan dan uleni sebentar dengan tangan kemudian giling adonan bentuk bulat (melebihi ukuran loyang karena mau menutup keju di sekeliling loyang) dan letakkan adonan di atas loyang *pizza*. Letakkan potongan keju *mozzarella* di sekeliling *pizza* dan tutup dengan adonan sambil ditekan-tekan. Beri *topping* sesuai selera.
4. Panggang dalam oven yang sudah dipanaskan sebelumnya 220°C selama 13-15 menit (tergantung panas suhu oven/tingkat ketebalan/banyaknya *topping*).
5. *Pizza* siap disajikan.



Tips

1. Gunakan air hangat sekitar suhu 50°C karena kalau pakai air panas raginya tidak akan berfungsi.
2. Tusuk-tusuk adonan *pizza* dengan garpu sebelum diberi *topping* supaya adonan *pizza* tidak mengembang.
3. Ulen adonan bisa menggunakan tangan atau mikser dengan *dough hook*.
4. Tepung terigu serbaguna bisa diganti dengan tepung terigu protein tinggi. Tekstur roti akan berbeda tetapi sama-sama enak.



RISOLLES Ragout

Salah satu camilan favorit keluarga jadi pasti cepat habisnya kalau bikin ini. Isian ragout memiliki tekstur yang agak kental dengan rasa gurih dan *creamy*. Risoles Ragout cocok juga buat dijadikan sarapan di pagi hari.

UNTUK 15 BUAH

BAHAN KULIT:

100 g tepung terigu
1 butir telur ayam
¼ sdt garam
300 ml susu cair
1 sdm mentega cair

BAHAN ISI:

3 siung bawang putih, cincang halus
½ buah bawang bombai, cincang halus
2 sdm mentega
4 sdm tepung terigu
200 g dada ayam, potong kotak kecil
1 buah wortel, potong kotak kecil
350 ml susu cair
250 ml kuah kaldu ayam
1 buah keju lembaran
1 sdt garam
2 sdm gula pasir
¼ sdt merica
1 batang daun bawang, iris

PELAPIS:

2 butir telur ayam, kocok lepas
250 g tepung roti
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT KULIT:

1. Campur dan aduk rata tepung terigu, telur, garam, dan susu kemudian disaring. Masukkan mentega cair dan aduk rata.
2. Panaskan wajan anti lengket diameter 22 cm. Tuang adonan kulit sebanyak 1 sendok sayur seperti dadar tipis. Masak dengan api sedang sampai kulit matang kemudian angkat. Lakukan seterusnya hingga adonan habis.

CARA MEMBUAT ISI:

1. Tumis bawang putih dan bawang bombai dengan mentega hingga harum.
2. Masukkan tepung terigu dan aduk hingga rata dan tidak ada gumpalan.
3. Masukkan dada ayam dan wortel. Tumis hingga matang kemudian masukkan susu cair dan kuah kaldu ayam. Tambahkan keju lembaran, garam, gula pasir, merica, dan daun bawang. Aduk rata dan koreksi rasa.

PENYELESAIAN:

1. Ambil selembar kulit dan beri isian di bagian tengah, lipat kedua sisinya kemudian gulung. Lakukan hingga semua bahan habis.
2. Celupkan risoles ke dalam telur kemudian balur dengan tepung roti.
3. Goreng risoles dalam minyak yang sudah dipanaskan sebelumnya hingga berwarna kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
4. Risoles Ragout siap disajikan.



Tips

1. Pada saat membuat kulit risoles cukup sampai kulit tidak basah.
2. Putar-putar wajan antilengket setelah adonan kulit dituang ke wajan sehingga ketebalan kulit rata. Bisa juga menggunakan wajan khusus untuk membuat kulit risoles.
3. Jangan terlalu lama menggoreng risoles karena kulitnya bisa pecah dan isian keluar.



RISOLES SMOKED

Beef Mayonnaise

Risoles ini bisa menjadi pilihan jika ingin membuat risoles tanpa repot bikin isiananya. Rasanya tetap enak karena isinya ada *smoked beef*, telur, keju, dan mayones. Silakan dicoba yuk buat camilan yang satu ini.

UNTUK 15 BUAH

BAHAN KULIT:

100 g tepung terigu
1 butir telur ayam
¼ sdt garam
300 ml susu cair
1 sdm mentega cair

BAHAN ISI:

15 lembar *smoked beef*
3 butir telur rebus, potong memanjang
Keju, potong bentuk persegi panjang sekitar 4 cm
Mayones

PELAPIS:

2 butir telur ayam, kocok lepas
250 g tepung roti
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT KULIT:

1. Campur dan aduk rata tepung terigu, telur, garam, dan susu kemudian disaring. Masukkan mentega cair dan aduk rata.
2. Panaskan wajan antilengket diameter 22 cm. Tuang adonan kulit sebanyak 1 sendok sayur seperti dadar tipis. Masak dengan api sedang sampai kulit matang kemudian angkat. Lakukan seterusnya hingga adonan habis.

PENYELESAIAN:

1. Ambil selembar kulit dan di bagian tengah beri 1 lembar *smoked beef*, 1 potong telur rebus, 1 buah keju, dan mayones. Lipat kedua sisinya kemudian gulung. Lakukan hingga semua bahan habis.
2. Celupkan risoles ke dalam telur kemudian balur dengan tepung roti.
3. Goreng risoles dalam minyak yang sudah dipanaskan sebelumnya hingga berwarna kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
4. Risoles Smoked Beef Mayonnaise siap disajikan.



Tips

1. Pada saat membuat kulit risoles cukup sampai kulit tidak basah.
2. Putar-putar wajan antilengket setelah adonan kulit dituang ke wajan sehingga ketebalan kulit rata. Bisa juga menggunakan wajan khusus untuk membuat kulit risoles.
3. Jangan terlalu lama menggoreng risoles karena kulitnya bisa pecah dan isian keluar.



ROTI UDANG

Wijen

Salah satu ide untuk olahan roti tawar yang dominan dengan cita rasa yang gurih. Makannya dicocol sama mayones atau saus sambal. Lebih enak dinikmati saat masih hangat karena rasanya masih renyah.

UNTUK 16 POTONG

BAHAN:

4 lembar roti tawar (kupas kulit)
200 g udang kupas, cincang
2 batang daun bawang
1 sdm putih telur ayam
1 sdt minyak wijen
1 siung bawang putih, cincang
½ sdt garam
¼ sdt merica
3 sdm wijen putih
1 sdm wijen hitam
Minyak, untuk menggoreng

CARA MEMBUAT:

1. Potong 1 lembar roti tawar menjadi 4 buah segitiga.
2. Campur dan aduk rata udang cincang, daun bawang, putih telur, minyak wijen, bawang putih cincang, garam, dan merica. Beri adonan udang ke atas roti tawar dan tempelkan adonan udang ke campuran wijen putih dan wijen hitam. Lakukan seterusnya hingga habis.
3. Goreng dalam minyak yang sudah dipanaskan hingga matang. Angkat dan tiriskan.
4. Roti Udang Wijen siap disajikan.

Tips

1. Gunakan minyak goreng jangan terlalu banyak supaya roti tidak terendam minyak.
2. Goreng dengan posisi adonan udang menghadap ke minyak goreng karena roti tawar cepat berubah warna saat digoreng.





TALAS *Goreng*

Salah satu olahan talas yang enak dijadikan camilan karena kriuk-kriuk dan terasa gurih dari ebi. Cocok banget dimakan dengan sambal yang ada rasa asamnya gitu. Pasti gak bisa berhenti mengunyah. Hehehe.

UNTUK 20 BUAH

BAHAN:

500 g talas
2 sdm ebi, cuci bersih kemudian cincang kasar
5 sdm tepung maizena
6 sdm tepung terigu serbaguna
2 siung bawang putih, cincang halus
2 butir bawang merah, rajang halus
½ sdt garam
½ sdt merica
1 sdt gula pasir
100 ml air
Minyak, untuk menggoreng

BAHAN SAMBAL:

6 siung bawang putih
5 buah cabai rawit merah
10 buah cabai merah keriting
½ sdt garam
1 sdm gula pasir
1 sdt kecap asin
1 buah jeruk nipis

CARA MEMBUAT SAMBAL:

Haluskan semua bahan sambal
Beri perasan air jeruk nipis dan aduk rata.

CARA MEMBUAT:

1. Potong talas dan cuci di air mengalir. Rendam talas sebentar di air yang diberi garam supaya tidak bergetah kemudian bilas dengan air bersih.
2. Parut kasar talas dan aduk jadi satu dengan bahan lainnya.
3. Goreng dalam minyak banyak dengan api kecil supaya bagian luar tidak cepat gosong. Goreng hingga kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
4. Talas Goreng siap disajikan dengan sambal.

Tips

1. Jangan pakai parutan keju untuk parut talasnya karena hasilnya akan terlalu halus.
2. Takaran air tidak perlu ditambah karena memang adonannya kering.



SAMBAL *Serbaguna*

BAHAN:

25 buah cabai rawit merah
3 buah cabai merah besar
5 siung bawang putih
1 sdm gula pasir
½ sdt garam
100 ml air
Air untuk merebus

CARA MEMBUAT:

1. Rebus cabai dan bawang putih sampai setengah matang. Tiriskan.
2. Haluskan cabai, bawang putih, gula pasir, garam, dan air.
3. Masak cabai yang sudah dihaluskan hingga air mulai menyusut. Angkat.

Tips

Tambahkan 1 sdt cuka/air jeruk nipis ke dalam campuran sambal jika ingin rasa yang sedikit asam.



Yunita Anwar

Sebagai seorang ibu rumah tangga, Yunita Anwar belajar memasak secara autodidak sejak menikah dan terlebih lagi setelah memiliki anak. Yunita percaya bahwa masakan yang disajikan dari dapur sendiri akan lebih sehat, terjamin kebersihannya, dan tentunya lebih hemat. Ia meyakini bahwa masakan rumah memiliki kesan istimewa dan selalu dirindukan oleh keluarga tersayang.



Saat ini Yunita dan keluarga berdomisili di Amerika Serikat, sebelumnya mereka juga pernah berdomisili di Australia selama beberapa tahun. Kerinduan akan masakan rumahan dan masakan Indonesia setelah ia sekeluarga tinggal jauh dari kampung halaman membuatnya mencoba memasak berbagai variasi masakan untuk keluarganya.

Sebelumnya Yunita berprofesi sebagai dosen yang menyandang gelar doktor di bidang akuntansi dari Australia, saat ini Yunita bangga memfokuskan diri sebagai ibu rumah tangga penuh waktu untuk mengurus rumah tangga dan membesarkan dua orang putrinya, dimana putri pertamanya sudah bersekolah di tingkat Sekolah Dasar dan putri keduanya berusia satu tahun pada saat buku ini dicetak.

Awalnya Yunita memulai berbagi foto dan resep masakan serta kesehariannya melalui Instagram @yunitaanwar dan baru-baru ini menggunakan media YouTube. Respon positif dari sesama pengguna Instagram, banyaknya yang cocok dengan resep yang di-*recook*, membuat ia lebih bermotivasi untuk berbagi-salah satunya dituangkan melalui buku resep masakannya.

70 RESEP *Easy Cook* Praktis, Halal & Non-MSG

***Memasak hidangan yang lezat, sehat, dan praktis merupakan dambaan kita semua.
Terlebih masakan rumah selalu memiliki kesan istimewa
dan selalu dirindukan oleh keluarga.***

Melalui buku ini, Yunita Anwar—yang aktif di akun Instagram @yunitaanwar dan baru-baru ini di YouTube—menyajikan 70 resep masakan favorit keluarga yang halal, tanpa MSG, dan praktis dibuat.

Berbagai variasi resep *Indonesian Food*, *Asian Food*, dan *Western Food* dalam buku ini dapat memberikan inspirasi untuk menyajikan makanan yang bervariasi sehingga tidak membosankan dan bisa dinikmati oleh orang dewasa maupun anak-anak.

Resep-resep di dalam buku ini diantaranya adalah:

Ayam Goreng Lemon, Baked Rice Salmon Mentai, Bakwan Sayur Renyah, Chicken Nugget Mayonnaise, Ebi Furai, Empal Bumbu Kuning, Ikan Goreng Asam Manis, Japchae (Korean noodle), Kari Ayam Praktis, Mongolian Beef, Nasi Tim Kecap, Pizza, Risoles Ragout, Siomai Ayam Jamur, Thai Basil Chicken, Tim Tahu Jepang Udang, Zuppa Soup, dan lainnya.

Selamat menyiapkan hidangan lezat untuk keluarga Anda tercinta.



Penerbit
Gramedia Pustaka Utama
Kompas Gramedia Building
Blok I, Lt. 5
Jl. Palmerah Barat 29-37
Jakarta 10270
@bukugpu @bukugpu www.gpu.id

