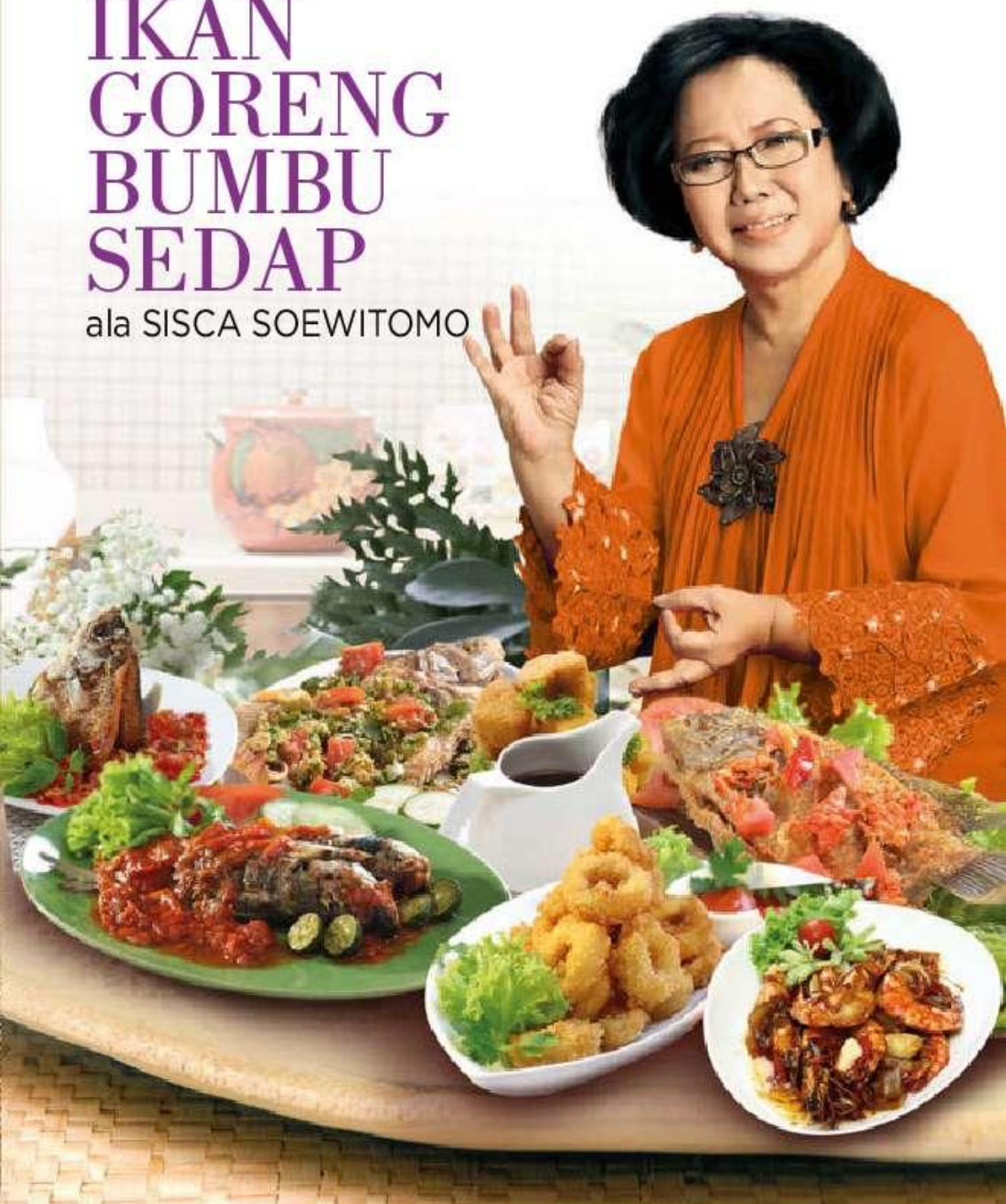


STEP *by* STEP



25 RESEP
**IKAN
GORENG
BUMBU
SEDAP**

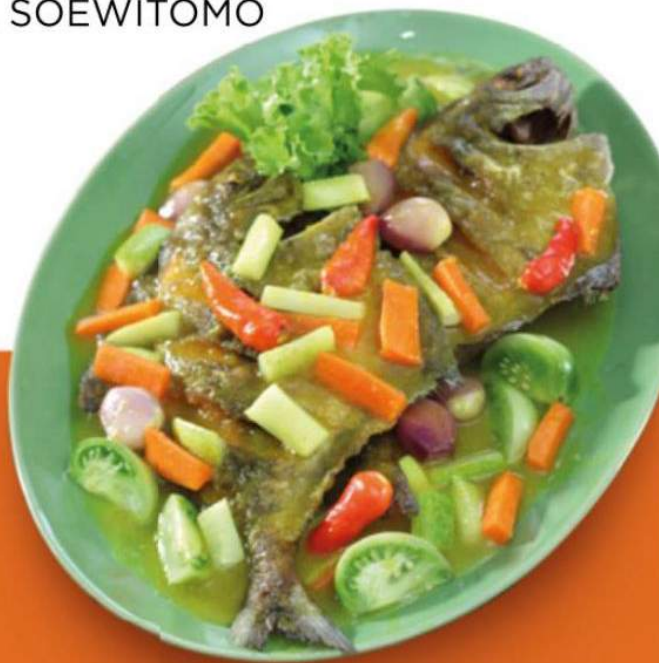
ala SISCA SOEWITOMO



STEP *by* STEP

25 RESEP
**IKAN
GORENG
BUMBU
SEDAP**

ala SISCA SOEWITOMO



Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta

KOMPAS GRAMEDIA

STEP *by* STEP

**25 RESEP
IKAN
GORENG
BUMBU
SEDAP**

ala SISCA SOEWITOMO

GM 21001150095

Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
Kompas Gramedia Building, blok I Lt. 5
Jl. Palmerah Barat 29 – 37, Jakarta 10270

Editor:

Petra Aquina & Intarina Hardiman

Fotografer:

CB Ariyo Pidekso, Sahroni

Food Stylist:

Indriani, Firta Hapsari, Rusmalia Salman

Artistik:

Ridwanul Hakim by In5design

Diterbitkan pertama kali oleh Penerbit
PT Gramedia Pustaka Utama
Anggota IKAPI, Jakarta, April 2015

ISBN 978-602-03-1618-5

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

**Sanksi Pelanggaran Pasal 72 Undang-undang Nomor 19 Tahun 2002
Tentang Hak Cipta:**

1. Barangsiapa dengan sengaja melanggar dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam pasal 2 Ayat (1) atau pasal 49 Ayat (1) dan Ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp 1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp 5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta atau hak terkait sebagai dimaksud pada Ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan /atau denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Dicetak oleh Percetakan Gramedia
Isi di Luar Tanggung Jawab Percetakan

Daftar Isi

PRAKATA	05
1. ACAR BAWAL GORENG	06
2. BANDENG BUMBU BALI	08
3. BANDENG KREMES	10
4. BAWAL GORENG BUMBU TAUCO	12
5. IKAN TAHU GORENG SAUS TIRAM	14
6. CUMI GORENG MENTEGA	16
7. CUMI GORENG TEPUNG	18
8. FISH BITES	20
9. FRITTERS IKAN	22
10. GURAME ACAR MERAH	24
11. IKAN GORENG CABAI	26
12. IKAN GORENG MASAK SAPO	28
13. IKAN KEMBUNG SAMBAL TOMAT	30
14. IKAN PANIR SAOS MAYO	32
15. IKAN SAUS ASAM MANIS	34
16. NUGGET IKAN	36
17. NUGGET UDANG PEDAS	38
18. OTAK-OTAK GORENG	40
19. TENGGIRI GORENG SAMBAL HIJAU	42
20. UDANG GORENG CABAI GARAM	44
21. UDANG GORENG GURIH	46
22. UDANG GORENG MENTEGA	48
23. UDANG GORENG TELUR ASIN	50
24. UDANG GORENG KUPU-KUPU	52
25. UDANG GORENG POP CORN	54
TENTANG PENULIS	56





Waktu saya kecil hingga remaja, kebiasaan makan bersama di meja makan merupakan keharusan. Saya anak pertama dari lima bersaudara, setiap pulang sekolah, kami duduk mengelilingi meja makan, yang di atasnya telah tersaji masakan buatan almarhumah ibu kami tercinta. Di malam hari acara makan lebih ramai lagi karena almarhum ayah kami juga bersama kami, sungguh suatu kenangan yang indah, terlebih lagi cita rasa masakan ibu yang istimewa selalu melekat sepanjang hidup kami.

Sejak kecil saya sudah menyenangi kegiatan memasak, almarhumah nenek banyak mengajarkan saya membuat kue-kue, terutama pada saat bulan Ramadhan, yaitu membuat kue kering Kaastengels. Saat itu saya belajar memoles permukaan kue kering tersebut dengan kuning telur dengan menggunakan bulu ayam, lalu dipanggang dalam oven yang menggunakan api arang. Sedang untuk sajian masakan saya belajar dengan membantu ibu saya, dari kebiasaan yang sangat saya sukai tersebut, saya banyak belajar keterampilan masak memasak yang lezat. Menyiapkan sendiri sajian yang istimewa selalu menjadi keinginan kita.

Saya telah menyusun banyak sekali resep-resep masakan, resep praktis dengan bahan yang mudah didapat di pasar tradisional ataupun pasar swalayan, yang mudah dibuat sendiri di rumah dengan penyajian yang menggoda selera.

Semoga buku ini ada di semua dapur sahabatku di seluruh Indonesia dan menjadi panduan sajian istimewa untuk keluarga tercinta. Terima kasih saya sampaikan kepada semua pemirsa siaran masak saya, pengunjung demo masak saya, atas dukungannya, yang memacu hingga saya dapat menyelesaikan banyak judul buku masak.

Salam manis,

Sisca Soewitomo

Bila ada yang akan ditanyakan mengenai sajian di buku ini, silakan menghubungi saya melalui: siscasoewitomo@gmail.com dan siscasoewitomo@yahoo.com

ACAR BAWAL GORENG

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

1 ekor ikan bawal putih/hitam, siangi
1 sdm air jeruk nipis
1 sdt garam
minyak untuk menggoreng
3 lembar daun jeruk
1 batang serai, memarkan

200 ml air

3 sdm gula pasir

2 sdm cuka masak

1 sdt tepung maizena, larutkan

dengan sedikit air

1 batang wortel, iris

1 buah mentimun, iris

4 buah tomat sayur

8 siung bawang merah utuh, kupas

8 buah cabai rawit merah

Haluskan:

5 buah bawang merah,

3 siung bawang putih

5 cm kunyit bakar



Cara membuat:

- 1 Ikan bawal, siangi, kerat-kerat, cuci bersih, lumuri air jeruk nipis dan garam, diamkan 10 menit, goreng hingga kering, angkat.
- 2 Panaskan 2 sdm minyak goreng, tumis bumbu halus bersama daun jeruk dan serai hingga harum. Masukkan air, gula pasir, dan cuka masak, aduk rata, setelah mendidih kentalkan dengan larutan maizena.
- 3 Masukkan wortel, mentimun, tomat sayur, bawang merah utuh, cabai rawit, masak sebentar, angkat.
- 4 Siapkan piringan, tata ikan, tuangkan saus dan isiannya.
- 5 Sajikan.

STEP BY STEP





BANDENG BUMBU BALI

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ±6 porsi

Bahan:

2 ekor bandeng berat @ 350 gram,
siangi

2 sdm air jeruk nipis

1 sdt garam

5 lembar daun jeruk

2 batang serai, memarkan

2 sdm air asam jawa

Irisan 1 tomat merah

Minyak goreng secukupnya

BAHAN



Bumbu yang dihaluskan:

12 buah cabai merah besar

10 buah bawang merah

8 siung bawang putih

1 sdt garam

1 sdt merica bubuk

2 sdm gula merah/gula jawa

Cara membuat:

- 1 Siangi bandeng, buang isi perutnya, potong menjadi 3 bagian, cuci bersih. Lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar.
- 2 Panaskan minyak, goreng potongan bandeng hingga matang, angkat.
- 3 Panaskan 3 sendok makan minyak sisa menggoreng. Tumis bumbu yang sudah dihaluskan bersama daun jeruk dan serai yang sudah dimemarkan. Setelah keluar aroma harum, masukkan air asam jawa dan masak hingga bumbu matang.
- 4 Masukkan potongan bandeng goreng, aduk-aduk hingga tercampur rata, angkat.
- 5 Sajikan bandeng bumbu bali selagi hangat sebagai lauk nasi.

STEP BY STEP





BANDENG KREMES

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 6 porsi

Bahan untuk bandeng presto:

1 kg bandeng, isi 2 ekor, siangi, potong jadi 3 bagian

1 liter air

15 lembar daun salam

5 cm lengkuas, memarkan

Bumbu yang dihaluskan:

8 cm kunyit, bakar

Parutan 3 cm jahe

10 buah bawang merah

8 siung bawang putih

2 sdt garam

Minyak untuk menggoreng secukupnya

Bahan pelengkap:

Daun pisang

Bumbu untuk kremes:

500 ml kaldu ayam

2 sdt garam

1 sdt merica bubuk

1 sdt kaldu bubuk

3 sdm tepung beras

Bumbu yang dihaluskan:

3 buah bawang merah

1 siung bawang putih

1 sdt ketumbar, sangrai

Bahan pelengkap:

Sambal terasi

Lalapan

BAHAN



Cara membuat:

1 Bandeng presto: siapkan panci tekan/presto, alasi dengan daun pisang. Bandeng setelah dicuci bersih, tiriskan. Tata daun salam, masukkan air dan bumbu yang sudah dihaluskan. Masukkan bandeng, dan lengkuas, tutup dengan daun pisang, tutup presto. Masak hingga terdengar suara mendesis, kemudian kecilkan api dan masak selama 90 menit, angkat. Panaskan minyak, goreng bandeng sebentar, angkat.

2 Bumbu kremes: campur kaldu ayam dengan garam, merica, kaldu bubuk, tepung beras, dan bumbu yang sudah dihaluskan. Aduk-aduk hingga tercampur rata dan masak hingga mengental, angkat. Panaskan minyak goreng, masukkan adonan sesendok-sesendok dan goreng hingga kering, angkat.

3 Sajikan bandeng dengan bumbu kremes selagi hangat dilengkapi dengan sambal terasi dan lalapan.

STEP BY STEP





BAWAL GORENG BUMBU TAOCO

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

2 ekor ikan bawal berat @ 350 gram

1 sdm air jeruk nipis

1 sdt garam

Minyak untuk menggoreng

3 lembar daun jeruk

1 batang serai, memarkan

3 cm jahe, memarkan

150 ml santan dari ½ butir kelapa

2 sdm kecap manis

10 cabai rawit merah

Irisan 1 tomat merah

Bumbu yang dihaluskan:

6 buah bawang merah

3 siung bawang putih

1 buah cabai merah besar

6 sdm taoco

1 sdt garam

1 sdt merica bubuk

1 sdt gula pasir

STEP BY STEP



BAHAN



Bahan untuk taburan:

Irisan halus 2 cabai merah besar, buang isinya, tumis hingga layu.

Cara membuat:

- 1 Ikan bawal siangi, cuci bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar. Cuci bersih kembali, tiriskan, goreng hingga matang, angkat.
- 2 Panaskan minyak sisa menggoreng, tumis bumbu yang sudah dihaluskan bersama daun jeruk, serai, dan jahe yang dimemarkan hingga keluar aroma harum.
- 3 Masukkan santan dan kecap manis. Setelah mendidih, masukkan cabai rawit merah dan irisan tomat merah, angkat.
- 4 Siapkan piring, tata ikan bawal yang sudah digoreng, tuangkan kuah.
- 5 Sajikan bawal goreng bumbu taoco ditaburi dengan tumisan irisan cabai merah besar.



IKAN TAHU GORENG SAUS TIRAM

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

- 250 gram daging ikan kakap
- 1 putih telur
- 3 sdm tepung sagu
- 2 buah *egg tofu*, potong-potong
- 2 sdm tepung maizena
- Minyak secukupnya, untuk menggoreng
- 2 siung bawang putih, memarkan
- 1 buah bawang bombai, iris
- 2 cm jahe, memarkan
- 3 sdm saus tiram
- 1 sdm kecap manis
- 2 sdm taosi/kacang hitam asin dalam kaleng
- 1 sdt merica bubuk
- 100 ml air
- 1 sdm tepung maizena, larutkan dengan sedikit air
- 200 gram brokoli, siangi
- 1 batang daun bawang, iris

BAHAN



Cara Membuat:

- 1 Iris daging ikan kakap, celupkan ke dalam putih telur dan lumuri tepung sagu, goreng.
- 2 Potong *egg tofu* menjadi 8 bagian, lumuri dengan tepung maizena, goreng hingga berwarna kuning kecokelatan dan matang. Angkat dan tiriskan.
- 3 Panaskan 2 sdm minyak sisa menggoreng, tumis bawang putih dan bawang bombai hingga layu. Masukkan jahe, saus tiram, kecap manis, taosi, merica bubuk, dan air. Setelah mendidih kentalkan dengan larutan maizena, masukkan brokoli dan daun bawang, masak sebentar. Tambahkan ikan goreng dan tahu goreng, aduk rata, angkat.
- 4 Sajikan hangat.

STEP BY STEP





CUMI GORENG MENTEGA

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

- 500 gram cumi segar
- 1 sdm air jeruk nipis dan 1 sdt garam untuk melumuri cumi
- 1 sdm air kapur sirih
- 1 liter air
- Minyak goreng secukupnya, untuk menggoreng dan menumis
- 2 sdm margarin, untuk menumis
- 3 siung bawang putih, memarkan
- 2 cm jahe, iris
- 1 buah bawang bombai, iris
- 5 sdm saus tiram
- 5 sdm kecap manis
- $\frac{1}{2}$ sdt garam
- 1 sdt merica bubuk
- 1 batang daun bawang, iris

BAHAN



Pelengkap:

5 lembar bokchoy, rebus matang

Cara membuat:

- 1 Iris cumi bentuk cincin, cuci bersih, rendam dalam air kapur sirih selama 10 menit, cuci bersih kembali. Lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar, cuci bersih kembali dan tiriskan.
- 2 Panaskan minyak, goreng cumi hingga matang, angkat.
- 3 Panaskan 5 sdm minyak sisa menggoreng bersama margarin. Tumis bawang putih, bawang bombai, dan jahe hingga harum.
- 4 Masukkan saus tiram, kecap manis, garam, merica, dan cumi goreng, aduk rata. Tambahkan daun bawang, aduk rata. Angkat.
- 5 Sajikan selagi hangat, lengkapi dengan bokchoy rebus.

STEP BY STEP





CUMI GORENG TEPUNG

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

500 gram cumi

1 sdm air kapur sirih, larutkan dalam
500 ml air

Adonan Pencelup:

200 gram tepung terigu protein

sedang, misal segitiga

25 gram tepung sagu

200 ml air

1 butir telur

½ sdt garam

½ sdt merica bubuk

1 sdt *baking powder*

Minyak secukupnya, untuk
menggoreng

Pelengkap:

Saus sambal atau saus asam manis

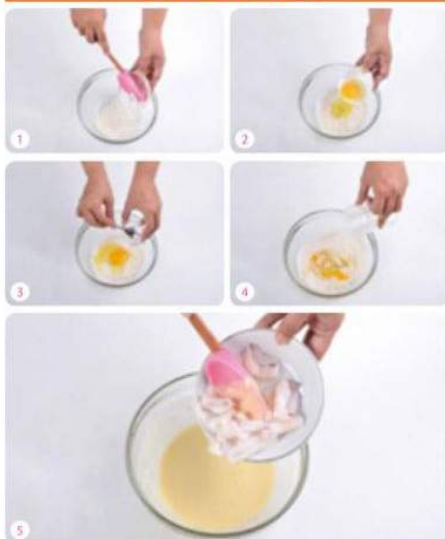
BAHAN



Cara membuat:

- 1 Cuci bersih cumi, siangi, potong bentuk cincin, cuci bersih kembali. Rendam dalam air kapur sirih selama 10 menit, angkat, cuci bersih kembali dan tiriskan.
- 2 **Adonan pencelup:** campur tepung terigu, tepung sagu, dan air, aduk rata. Masukkan telur, garam, merica, dan *baking powder*, aduk rata.
- 3 Panaskan minyak, celupkan cumi ke dalam adonan, goreng hingga matang, dan berwarna kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
- 4 Sajikan hangat dengan saus sambal atau saus asam manis.

STEP BY STEP





FISH BITES

BAHAN



Waktu untuk Persiapan $\pm$ 15 menit

Waktu untuk Masak $\pm$ 45 menit

Untuk $\pm$ 4 porsi

Bahan:

350 gram daging ikan kakap,
potong 8 x 1 x 1 cm
1 sdm air jeruk nipis
1 sdt garam

Panir:

1 butir putih telur, kocok lepas
150 gram tepung roti kasar
Minyak secukupnya, untuk
menggoreng

Saus:

3 sdm mayones
 $\frac{1}{4}$ sdt garam
 $\frac{1}{4}$ sdt merica bubuk
1 sdm air jeruk lemon
2 sdm susu kental manis
2 sdm bawang bombai, cincang
2 sdm acar mentimun cincang
1 sdt peterseli cincang

Cara membuat:

- 1** Cuci bersih daging ikan kakap, lumuri dengan garam dan air jeruk nipis, diamkan selama 15 menit, cuci kembali, dan tiriskan.
- 2** **Saus:** campur mayones, garam, dan merica, aduk rata. Masukkan air jeruk lemon dan susu kental manis, aduk rata. Tambahkan bawang bombai, acar mentimun, dan peterseli cincang, aduk rata. Simpan selama 30 menit dalam lemari es.
- 3** Panaskan minyak goreng, celupkan ikan ke dalam putih telur dan lumuri dengan tepung roti hingga seluruh ikan tertutup, dan goreng hingga matang berwarna kecokelatan, angkat.
- 4** Sajikan ikan hangat bersama sausnya.

STEP BY STEP





FRITTERS IKAN

Waktu untuk Persiapan $\pm$ 15 menit

Waktu untuk Masak $\pm$ 45 menit

Untuk $\pm$ 4 porsi

Bahan:

- 500 gram ikan tenggiri, haluskan
- 1 butir telur
- 2 sdm tepung sagu
- 2 sdm tepung roti
- 1 sdt garam
- $\frac{1}{2}$ sdt merica bubuk
- 1 sdm gula pasir
- 1 sdm irisan daun bawang, iris halus
- 1 sdm irisan daun jeruk
- Minyak secukupnya, untuk menggoreng

Pelengkap:

Saus sambal secukupnya

BAHAN



Cara membuat:

- 1 Campur ikan tenggiri, telur, tepung sagu, tepung roti, garam, merica, dan gula pasir, aduk rata. Tambahkan irisan daun bawang dan daun jeruk, aduk rata.
- 2 Panaskan minyak, ambil setiap kali 1 sdm adonan, bentuk bulat dan goreng hingga matang dan berwarna kuning kecokelatan. Angkat.
- 3 Sajikan *fritters* ikan hangat bersama saus sambal.

STEP BY STEP





GURAMI ACAR MERAH

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

- 1 ekor ikan gurami berat 500 – 750 gram
- Minyak secukupnya, untuk menggoreng
- 100 gram bumbu dasar merah
- 500 ml air
- 3 sdm cuka masak
- 2 sdm gula pasir
- 1 sdt garam
- 2 cm jahe, memarkan
- 3 lembar daun jeruk
- 3 batang daun bawang, iris
- 12 buah cabai rawit merah
- 1 buah tomat, potong-potong

BAHAN



Cara Membuat:

- 1 Goreng Ikan gurami hingga matang dan kering. Angkat dan tiriskan.
- 2 Masak bumbu dasar merah bersama air hingga mendidih. Masukkan cuka masak, gula pasir, garam, jahe, dan daun jeruk, dididihkan. Setelah mendidih masukkan daun bawang, cabai rawit, dan irisan tomat, masak sebentar. Angkat.
- 3 Siramkan di atas ikan goreng.
- 4 Sajikan hangat.

STEP BY STEP



Bumbu Dasar Merah | Untuk: 700 gram

Bahan: 500 gram cabai merah besar; 200 gram bawang merah; 150 gram bawang putih; 2 sdt garam; 1 sdt merica bubuk; 2 sdm terasi goreng; 150 ml air; 100 ml minyak goreng

Rempah daun: daun salam, daun jeruk, batang serai, jahe, dan lengkuas

Cara membuat:

- 1 Siapkan blender, masukkan cabai merah, bawang merah, bawang putih, garam, merica, terasi, dan air, haluskan.
- 2 Masak bumbu bersama daun salam, daun jeruk, serai, jahe, dan lengkuas hingga airnya habis. Masukkan minyak goreng, masak hingga bumbu matang dan harum, angkat. Hilangkan uap panasnya, masukkan dalam wadah bersih, tutup rapat dan simpan dalam lemari es. Siap untuk diolah.



IKAN GORENG CABAI

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

1 ekor ikan gurami berat 500 – 700 gram

1 sdm air jeruk nipis

1 sdt garam

5 lembar daun jeruk

3 cm jahe, memarkan

2 batang serai, memarkan

Minyak secukupnya, untuk menggoreng dan menumis

Sambal (Tumbuk kasar):

10 buah cabai merah besar atau cabai hijau besar

15 buah cabai rawit merah atau cabai rawit hijau

10 buah bawang merah

8 siung bawang putih

2 sdt garam

1 sdt merica bubuk

1 sdt kaldu bubuk, bila suka

Pelengkap:

Jeruk limau, irisan tomat merah atau tomat hijau

BAHAN



Cara membuat:

- 1 Sambal:** panaskan 2 sdm minyak goreng, tumis bumbu tumbuk bersama daun jeruk, jahe, dan serai hingga layu dan matang. Angkat.
- 2** Siangi ikan, cuci bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar hingga bumbu meresap. Goreng hingga matang dan kering. Angkat dan tiriskan..
- 3** Tata ikan di piring, tuangkan sambal di atasnya. Lengkapi irisan tomat dan perasan jeruk limau.

STEP BY STEP





IKAN GORENG MASAK SAPO

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

- 1 ekor ikan gurami berat ± 600 gram
- 5 cm jahe, parut, ambil airnya, campur dengan 2 sdm kecap asin
- Minyak secukupnya, untuk menggoreng
- 3 siung bawang putih, memarkan
- 1 buah bawang bombai, potong-potong
- 2 cm jahe, memarkan
- 200 ml kaldu ayam
- 1 sdt garam
- ½ sdt merica bubuk
- 1 sdm gula pasir
- 5 sdm saus tiram
- 1 sdm saus tomat
- 1 sdm tepung maizena, larutkan dengan sedikit air
- 100 gram rebung, potong-potong
- 100 gram jamur *shiitake* segar
- 1 batang daun bawang, potong-potong
- 2 batang wortel, potong serong
- 6 potong tahu telur, potong-potong, goreng

BAHAN



Cara membuat:

- 1 Siangi ikan gurami dan cuci bersih. Lumuri dengan campuran air jahe dan kecap asin, diamkan selama 15 menit hingga bumbu meresap. Goreng hingga matang dan kering dengan minyak panas sedang. Angkat dan sisihkan.
- 2 Panaskan 2 sdm minyak sisa menggoreng, tumis bawang putih dan bawang bombai hingga harum. Masukkan jahe, kaldu, garam, merica, gula, saus tiram, dan saus tomat, aduk dan masak hingga mendidih. Kentalkan dengan larutan tepung maizena, aduk rata.
- 3 Masukkan rebung, jamur, daun bawang, dan wortel, masak hingga matang, tambahkan tahu goreng, aduk rata.
- 4 Siapkan piring, masukkan ikan gurami goreng, tuangkan saus dan isinya di atas ikan.
- 5 Sajikan hangat.

STEP BY STEP





IKAN KEMBUNG SAMBAL TOMAT

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

2 ikan kembung berat @ 300 gram

1 sdm air jeruk nipis

1 sdt garam

Minyak goreng secukupnya

6 lembar daun jeruk

2 batang serai, memarkan

5 cm jahe, memarkan

5 cm lengkuas, memarkan

Bumbu yang dihaluskan:

8 buah cabai merah besar

15 buah cabai rawit merah

8 buah bawang merah

5 siung bawang putih

1 sdt terasi matang

BAHAN



1 sdt garam

1 sdt gula pasir

2 buah tomat merah

Bahan pelengkap:

2 buah jeruk limau

Cara membuat:

- 1 Siangi ikan kembung, kerat-kerat, cuci hingga bersih. Lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar, goreng hingga matang, angkat.
- 2 Panaskan minyak sisa menggoreng, tumis bumbu yang sudah dihaluskan bersama daun jeruk, serai yang dimemarkan, jahe yang dimemarkan, dan lengkuas yang dimemarkan hingga keluar aroma harum. Masukkan ikan kembung yang sudah digoreng, aduk-aduk hingga tercampur rata, angkat.
- 3 Sajikan ikan kembung sambal tomat selagi hangat bersama perasaan jeruk limau

STEP BY STEP





IKAN PANIR SAUS MAYO

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

350 gram daging ikan kakap,
potong 8 x 1 x 1 cm
1 sdm air jeruk nipis
1 sdt garam
Minyak secukupnya, untuk
menggoreng

Panir dan Pencelup:

1 sdm tepung terigu
5 sdm air
1 putih telur
150 gram tepung roti kasar

Saus:

3 sdm mayones
¼ sdt garam
¼ sdt merica bubuk
1 sdm air jeruk lemon
2 sdm susu kental manis
2 sdm bawang bombai, cincang
2 sdm acar mentimun cincang
1 sdt peterseli cincang

BAHAN



Cara membuat:

- 1** Daging ikan kakap cuci bersih. Lumuri dengan garam dan air jeruk nipis, diamkan selama 15 menit, cuci kembali, dan tiriskan.
- 2 Saus:** campur mayones, garam, dan merica, aduk rata. Masukkan air jeruk lemon dan susu kental manis, aduk rata. Tambahkan bawang bombai, acar mentimun, dan peterseli cincang, aduk rata. Simpan selama 30 menit dalam lemari es.
- 3** Panaskan minyak, celupkan ikan ke dalam adonan putih telur dan lumuri dengan tepung roti hingga rata. Goreng dengan minyak panas sedang hingga matang dan berwarna kuning kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
- 4** Sajikan hangat bersama sausnya.

STEP BY STEP





IKAN SAUS ASAM MANIS

Waktu untuk Persiapan $\pm$ 15 menit

Waktu untuk Masak $\pm$ 45 menit

Untuk $\pm$ 4 porsi

Bahan:

1 ekor ikan gurami

1 sdm air jeruk nipis

1 sdt garam

Pencelup:

1 putih telur

100 gram tepung sagu campur $\frac{1}{2}$ sdt
garam

Minyak secukupnya, untuk
menggoreng

Saus Asam Manis:

250 ml sari jeruk manis/jus jeruk
manis

50 ml saus tomat

3 cm jahe, memarkan

BAHAN



3 sdm gula pasir

2 sdm tepung maizena

Pelengkap:

Mentimun, mangga serut, dan cabai
merah besar iris

Cara membuat:

- 1 Siangi ikan gurami, ambil dagingnya, iris. Celupkan ke dalam putih telur dan taburi atau lumuri dengan tepung sagu, goreng hingga matang dan berwarna kuning keemasan.
- 2 **Saus asam manis:** campur sedikit sari jeruk dan tepung maizena, aduk rata. Sisihkan. Campur sisa sari jeruk dengan saus tomat, jahe, dan gula pasir, aduk rata. Tambahkan larutan maizena, masak hingga mendidih dan mengental, angkat. Masukkan mentimun, mangga serut, dan cabai.
- 3 Siapkan piringan, tata ikan, dan tuangkan saus di atasnya, sajikan.

STEP BY STEP





NUGGET IKAN

BAHAN



Waktu untuk Persiapan ± 15 menit
Waktu untuk Masak ± 45 menit
Untuk ± 20 potong

Bahan:

- 400 gram daging ikan tenggiri, haluskan.
- 100 ml susu cair
- 2 butir telur
- 50 gram tepung sagu
- 1 sdt garam
- ½ sdt merica bubuk dan 1 sdt gula pasir
- 2 sdm bawang goreng, remas-remas

Pembungkus:

- 1 butir telur, kocok
- 150 gram tepung panir kasar
- Minyak untuk menggoreng

Pelengkap:

- saus cabai dan saus tomat

Cara membuat:

- 1 Campur daging ikan tenggiri dengan susu cair, telur, tepung, garam, merica, gula pasir, dan bawang goreng, aduk rata.
- 2 Siapkan loyang segi empat panjang, ukuran 15 x 6 x 5 cm, olesi dengan minyak seluruh bagian dalam loyang, tuangkan adonan dan kukus selama 30 menit. Angkat dan dinginkan.
- 3 Potong menurut selera, celupkan potongan *nugget* ke dalam telur dan lumuri dengan tepung panir, simpan dalam lemari es selama 1 jam.
- 4 Panaskan minyak goreng, lalu goreng *nugget* hingga berwarna kecokelatan, angkat.
- 5 Sajikan hangat dengan saus cabai dan saus tomat.

STEP BY STEP





NUGGET UDANG PEDAS

Waktu untuk Persiapan ± 30 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 6 porsi

Bahan:

300 gram udang, haluskan
100 ml santan
2 butir telur
50 gram tepung sagu
2 sdt garam
1 sdt merica bubuk
2 sdt gula pasir
Minyak secukupnya, untuk menggoreng

Bumbu yang dihaluskan:

3 buah bawang merah
1 siung bawang putih
2 buah cabai merah besar
3 buah cabai rawit merah
1 lembar daun jeruk
1 sdt irisan batang serai

Panir:

1 butir telur, kocok
100 gram tepung roti

Pelengkap:

saus tomat atau mayones

Cara membuat:

- 1 Campur udang yang telah dihaluskan dengan santan, telur, tepung sagu, garam, merica, dan gula, aduk rata.
- 2 Tambahkan bumbu yang dihaluskan, aduk rata.
- 3 Siapkan loyang atau pinggan tahan panas, olesi dengan minyak goreng, tuangkan adonan dan kukus selama 20 menit, angkat dan dinginkan.
- 4 Setelah dingin, potong menurut selera, celupkan ke dalam telur kocok dan lumuri dengan tepung roti, dan simpan dalam lemari es selama 1 jam.
- 5 Panaskan minyak dan goreng hingga kecokelatan, angkat.
- 6 Sajikan bersama saus tomat, dan mayones.

STEP BY STEP





OTAK-OTAK GORENG

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

- 400 gram daging ikan tenggiri
- 175 gram tepung sagu
- 50 ml santan kental
- 1 sdm gula pasir
- 1 sdt garam
- ½ sdt merica bubuk
- 5 siung bawang merah, haluskan
- 2 sdm irisan daun bawang
- 1 butir telur
- Minyak secukupnya, untuk menggoreng

BAHAN



Cara Membuat:

- 1 Campur ikan tenggiri dengan tepung sagu, santan, gula pasir, garam, dan merica, aduk rata.
- 2 Masukkan bawang merah, aduk rata. Tambahkan irisan daun bawang dan telur, aduk rata.
- 3 Ambil adonan sesendok makan, bentuk lonjong memanjang, runcingkan kedua ujungnya, lakukan hal yang sama hingga adonan habis.
- 4 Panaskan air, rebus otak-otak hingga matang mengapung. Angkat, masukkan ke dalam air es, diamkan selama 5 menit, angkat, tiriskan.
- 5 Panaskan minyak, goreng otak-otak hingga berwarna kecokelatan. Angkat dan tiriskan.
- 6 Sajikan hangat dengan saus sambal.

STEP BY STEP





TENGGERI GORENG SAMBAL HIJAU

Waktu untuk Persiapan ± 30 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 6 porsi

Bahan:

6 potong daging ikan tenggiri, berat
@100 gram
1 sdm air jeruk nipis
1 sdm garam
Minyak untuk menggoreng

Bahan untuk sambal hijau, tumbuk kasar:

15 buah cabai hijau besar
20 buah cabai rawit hijau
10 buah bawang merah
8 siung bawang putih
2 sdt garam
1 sdt merica bubuk
6 lembar daun jeruk
5 cm jahe
2 batang serai

Bahan pelengkap:

Jeruk nipis
Tomat segar

BAHAN



Cara membuat:

- 1 Sambal hijau:** panaskan minyak goreng, tumis bumbu tumbuk bersama daun jeruk, jahe yang dimemarkan, dan serai yang dimemarkan hingga layu dan matang, angkat.
- 2** Potongan daging ikan tenggiri dicuci hingga bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar. Goreng hingga matang dan mengering, angkat.
- 3 Penyajian:** tata potongan daging ikan tenggiri yang sudah digoreng di atas piringan, tuangkan sambal hijau di atasnya dilengkapi dengan irisan tomat segar dan air perasan jeruk nipis.
- 4** Sajikan tenggiri goreng sambal hijau selagi panas.

STEP BY STEP





UDANG GORENG CABAI GARAM

BAHAN

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit
Waktu untuk Masak ± 45 menit
Untuk ± 4 porsi

Bahan:

350 gram udang sedang, buang kepala
1 sdm air jeruk nipis
1 sdt garam
1 batang serai, memarkan
2 cm jahe, memarkan
Minyak secukupnya, untuk
menggoreng dan menumis

Bumbu Iris:

3 buah cabai merah besar
15 buah cabai rawit merah
7 buah bawang merah
1 sdt garam
1 sdt kaldu bubuk rasa ayam



Cara membuat:

- 1** Cuci bersih udang, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam hingga rata. Diamkan selama 10 menit, cuci bersih kembali dan tiriskan.
- 2** Panaskan minyak, goreng udang hingga matang mengering. Angkat dan tiriskan.
- 3** Panaskan 5 sdm minyak sisa menggoreng, tumis serai, jahe, cabai merah, cabai rawit, dan bawang merah hingga layu. Masukkan garam, kaldu bubuk, dan udang, masak sebentar, angkat.
- 4** Sajikan selagi hangat.

STEP BY STEP





UDANG GORENG GURIH

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 6 porsi

Bahan:

- 12 ekor udang ukuran sedang, belah punggungnya
- 1 sdm air jeruk nipis
- 1 sdt garam
- 5 lembar daun jeruk
- 1 sdm margarin
- 3 sdm minyak goreng

Bumbu yang dihaluskan:

- 8 siung bawang putih
- 5 butir kemiri, sangrai
- 10 cm kunyit, bakar
- 2 sdt garam
- 1 sdt merica bubuk

Cara membuat:

- 1 Udang setelah dibelah punggungnya dicuci hingga bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar, cuci bersih kembali, tiriskan.
- 2 Lumuri udang dengan bumbu yang sudah dihaluskan, diamkan selama 15 menit.
- 3 Panaskan margarin bersama minyak goreng. Masukkan udang, masak hingga matang, angkat.
- 4 Sajikan udang goreng gurih selagi panas.

BAHAN



STEP BY STEP





UDANG GORENG MENTEGA

Waktu untuk Persiapan ± 15 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 5 porsi

Bahan:

- 500 gram udang sedang
- 1 sdm air jeruk nipis dan 1 sdt garam
- Minyak untuk menggoreng
- 2 sdm margarin
- 3 siung bawang putih, memarkan
- 2 cm jahe, memarkan
- 1 buah bawang bombai, iris
- 3 sdm saus tiram
- 2 sdm kecap manis
- ½ sdt garam dan 1 sdt merica bubuk
- 1 sdt kecap asin
- 10 batang daun bawang kecil

BAHAN



Hiasan:

daun ketumbar

Cara membuat:

- 1 Belah punggung udang, cuci bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan sebentar, cuci bersih kembali dan tiriskan.
- 2 Panaskan minyak goreng, goreng udang hingga matang, angkat.
- 3 Panaskan 5 sdm minyak sisa menggoreng bersama margarin, tumis bawang putih, bawang bombai, dan jahe hingga harum.
- 4 Masukkan saus tiram, kecap manis, garam, merica, udang goreng, dan kecap asin, aduk rata, tambahkan daun bawang, aduk rata, angkat.
- 5 Sajikan hangat.

STEP BY STEP





UDANG GORENG TELUR ASIN

BAHAN



Waktu untuk Persiapan ± 30 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 6 porsi

Bahan:

350 gram udang sedang

1 sdm air jeruk nipis

1 sdt garam

Minyak secukupnya, untuk
menggoreng

5 kuning telur asin, haluskan

Bumbu Iris:

25 buah cabai rawit merah, iris

10 buah bawang merah, iris

8 siung bawang putih, iris

Cara membuat:

- 1** Udang cuci bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam. Diamkan selama 10 menit, cuci bersih kembali dan tiriskan.
- 2** Panaskan minyak, goreng udang hingga matang kering, angkat.
- 3** Panaskan sedikit minyak sisa menggoreng, tumis cabai rawit, bawang merah, dan bawang putih hingga harum. Masukkan udang goreng dan kuning telur asin, aduk rata, angkat.
- 4** Sajikan hangat.

STEP BY STEP





UDANG GORENG KUPU-KUPU

Waktu untuk Persiapan ± 30 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 5 porsi

Bahan:

500 gram udang ukuran sedang,
buang kulit, sisakan ekornya
Minyak secukupnya, untuk
menggoreng

Pencelup:

40 gram tepung terigu
10 gram tepung sagu
½ sdt garam
¼ sdt merica bubuk
100 ml air
1 butir putih telur

Panir:

150 gram tepung roti kasar

Pelengkap:

saus sambal

Cara membuat:

- 1** Udang cuci bersih dan tiriskan, belah punggungnya hingga membentuk seperti kupu-kupu, sisihkan.
- 2** **Pencelup:** campur tepung terigu, tepung sagu, garam, merica, air, dan putih telur, aduk rata.
- 3** Celupkan udang ke dalam adonan dan lumuri dengan tepung roti kasar, padatkan dan simpan dalam lemari es selama 1 jam.
- 4** Panaskan minyak goreng dan goreng udang hingga kecokelatan, angkat.
- 5** Sajikan hangat dengan saus sambal.

STEP BY STEP





UDANG GORENG POP CORN

Waktu untuk Persiapan ± 30 menit

Waktu untuk Masak ± 45 menit

Untuk ± 4 porsi

Bahan:

350 gram udang kupas
1 sdm air jeruk nipis dan 1 sdt garam
Minyak secukupnya, untuk menggoreng

Adonan Pencelup:

1 butir telur
3 sdm tepung terigu
150 ml air
½ sdt garam
¼ sdt merica bubuk

Tepung bumbu (aduk rata):

250 gram tepung terigu protein sedang,
misal segi tiga
50 gram tepung sagu
1 sdt garam
½ sdt merica bubuk
1 sdt cabai bubuk
½ sdt *baking powder*

Pelengkap:

saus sambal dan mayones

Cara membuat:

- 1** Kupas udang, cuci bersih, lumuri dengan air jeruk nipis dan garam, diamkan selama 15 menit, cuci bersih kembali dan tiriskan.
- 2** **Adonan pencelup:** campur telur, tepung terigu, air, garam, dan merica bubuk, aduk rata.
- 3** Masukkan udang ke dalam adonan pencelup, angkat, lumuri dengan tepung bumbu, ratakan. Simpan dalam lemari es selama 1 jam
- 4** Panaskan minyak goreng, goreng udang hingga matang dan berwarna kecokelatan, angkat.
- 5** Sajikan hangat dengan saus sambal botolan dan mayones.

STEP BY STEP





Tentang Penulis

Hj. Sis Cartica (Sisca) Soewitomo adalah ibu dari 3 anak yang sudah dewasa serta nenek dari 5 cucu. Tahun 1977–1991, perempuan kelahiran Surabaya, 8 April 1949 ini bekerja sebagai asisten dosen dan dosen senior Akademi Pariwisata Trisakti, merangkap sebagai Kepala Bagian Humas, Kepala Bagian Pengabdian Masyarakat, dan sekretaris direktur akademi. Ia pernah pula menjadi dosen paruh waktu di Jurusan Perhotelan Universitas Pelita Harapan pada 1997–1999. Tahun 1991–1995, ia bekerja di PT Gaya Favorit Press sebagai manajer proyek khusus. Pada 1995–1999, ia bekerja di PT Fega Aquafarmino sebagai product development manager. Sejak 1999, perempuan yang pernah mengikuti pendidikan kuliner di China Baking School, Taipei, Taiwan dan American Institute of Baking, Manhattan, Kansas, USA pada tahun 1983 ini bekerja secara mandiri sebagai culinary consultant dan food stylist atau penata saji untuk kemasan atau iklan TV. Sejak tahun 1998, ia telah menulis lebih dari 75 buku masak yang diterbitkan oleh PT Gramedia Pustaka Utama, sebagian besar di antaranya masuk ke dalam kategori buku best seller, seperti 30 Menu untuk 1 Bulan, Dapur Enak Sisca Soewitomo - 250 Resep Masakan Terlezat, Dapur Enak Chinese Food ala Sisca Soewitomo, dan 30 Menu Hemat untuk 1 Bulan ala Sisca Soewitomo.



STEP *by* STEP

25 RESEP IKAN GORENG BUMBU SEDAP

ala SISCA SOEWITOMO

Siapa tidak kenal Sisca Soewitomo? Pakar kuliner Nusantara ini telah malang melintang di dunia kuliner sejak usia belia. Lebih dari 100 acara demo masak sudah dilakukannya di samping juga pernah membawakan program memasak kuliner Nusantara di salah satu stasiun televisi swasta sejak 1997 hingga sekarang. Karyanya berupa buku resep juga telah diterbitkan sebanyak lebih dari 100 judul yang sebagian besar masuk dalam kategori buku masak *best seller*.

Buku ini berisi 25 resep sajian ikan goreng dalam balutan aneka bumbu sedap yang digemari banyak orang. Dengan cita rasa Indonesia, Oriental, dan Barat. Dilengkapi dengan foto *step by step* yang semakin memudahkan untuk dipraktikkan.

Buku ini wajib dimiliki oleh pencinta kuliner serta pengusaha jasa boga dan restoran yang ingin mengeksplorasi khazanah kuliner nusantara dan mancanegara.

Penerbit

PT Gramedia Pustaka Utama

Kompas Gramedia Building

Blok I, Lantai 5

Jl. Palmerah Barat 29-37

Jakarta 10270

www.gramediapustakautama.com

ISBN: 978-602-03-1618-5



9 786020 316185
GM 21001150095

