

Sajji

PANDUAN MEMASAK & USAHA

RESEP
TEMATIK:

"MENU MAKAN SIANG & MALAM
EKONOMIS RASA ISTIMEWA"

KREASI NUSANTARA
CITA RASA SEDAP
NASI KHAS
NUSANTARA
HAL. 10

HOW TO
PEDAS GURIH
CABAI TABUR
HAL. 8

TOP TRIK
TIPS PRAKTIS
MEMBESTA GULA
KUE GEMBLONG
HAL. 13

BUMBU KITA
AROMA UNIK
BERBUMBU
TEMUKUNCI
HAL. 12

Saji Edisi 485/XVIII
3 Maret - 16 Maret 2021
24 Halaman | Rp 17.000
(Rp 17.500 Luar P. Jawa,
Bali, NTB, NTT)

RAGAM MENU SARAPAN PRAKTIS & KAYA NUTRISI

GRID NETWORK TOUCH REAL AUDIENCE
SAJM210303





Halo Sajiers,

Walaupun saat ini kita masih lebih banyak di rumah saja, memulai hari dengan sarapan tetap dilakukan, dong. Menurut para ahli, makan pagi atau sarapan merupakan salah satu kegiatan penting yang sangat disarankan, terutama bagi anak-anak, agar aktivitas kita di hari itu dapat dilakukan dengan lebih semangat.

Sajiers tentu pernah mendapati si kecil terlihat lesu di saat masih harus belajar karena enggak sempat sarapan, kan. Entah karena menu sarapannya yang itu-itu saja atau karena biasanya di pagi hari menjadi masa-masa sibuk dibandingkan waktu lainnya, sehingga sering kali kita melewatkan momen penting ini.

Para ahli juga mengatakan, menu sarapan justru tidak perlu yang berat-berat atau full karbohidrat agar perut kita siap mencernanya di pagi hari. Menyantap 1-2 buah pisang, apel, atau telur rebus saja sudah cukup, lo, untuk membuat Sajiers lebih semangat menjalani kegiatan sehari-hari.

Nah, agar Sajiers dan keluarga tak lagi merasa bosan dengan menu sarapan sehingga kerap melewatkannya, di edisi 485 ini SAJI sengaja memberikan lebih banyak resep untuk

sarapan agar tidak membosankan lagi. Tak hanya itu, semua resepnya bisa diaplikasikan dengan sangat praktis dan waktu mengolah yang kilat, serta kombinasi bahannya yang kaya nutrisi.

Selain ragam menu sarapan yang antibosan, SAJI juga turut menyiapkan ragam resep inspiratif, praktis, dan sarat nutrisi untuk makan siang dan makan malam. Sama seperti momen sarapan, dengan resep-resep yang beragam dan antibosan, Sajiers dijamin makin semangat memasak dan menyantap aneka hidangan di atas meja pada jam makan siang dan makan malam bersama keluarga.

Momen makan bersama di rumah, pasti makin berkesan dan penuh kehangatan, dengan resep-resep ekonomis dan beroita rasa istimewa dari SAJI. Selamat memasak dan #jadiKokodiDapurSendiri ya, Sajiers!

#JadiKokodiDapurSendiri

Salam,
Intan Y. Septiani
Editor in Chief

f Intan Yusans
@intanyusans



Daftar Isi

3 Serial Resep

4 Sajian Utama

6 Pahami Bahan

7 Ide Cerdas

8 How To & Saran Kami

9 Kitchen Test

10 Kreasi Nusantara

11 Kue Tradisional

12 Bumbu Kita

13 Top Trik

14 Modifikasi

16 Resep Ibu & Bayi

17 Dapur Kaki 5

18 Inspirasi Menu

20 Varia Kuliner

SENSASI ASAM & MANIS SAJIAN TAPE SINGKONG

Tape singkong yang memiliki cita rasa manis legit dengan sentuhan sedikit asam ini punya banyak penggemar. Selain enak disantap begitu saja, dipanggang atau digoreng dalam balutan tepung, tape singkong juga bisa Sajiers jadikan bahan utama dalam pembuatan cake atau aneka kue, lo.



SENSASI PEDAS & GURIH SAJIAN PLUS CABAI TABUR

Wah, Sajiers sudah berhasil membuat sendiri cabai tabur dan berkreasi menambahkan aneka bahan sedap lainnya, sehingga cita rasanya makin menggoda. Kini, saatnya menambahkan cabai tabur ke dalam beragam sajian. Sensasi pedas dan gurihnya, terasa wow di lidah!

ANEKA RASA & TOPING KUE JOJORANG

Kue tradisional berbungkus daun pisang dan berwarna hijau, Jojorang, memang legit rasanya. Sangat pas disajikan di akhir pekan saat berkumpul bersama keluarga dan sahabat di sore hari, sambil ditemani secangkir kopi atau teh. Pasti laku juga ketika dijadikan ide jualan.



RISOTTO ALA ITALIA BIKIN SI KECIL 12 BULAN+ LAHAP MAKAN

Bagi Sajiers yang sedang bingung mengombinasikan bahan-bahan makanan buat si kecil usia 12 bulan+ yang kerap bosan makan, kini saatnya mencoba membuat Risotto ala Italia, yang pasti bikin si kecil jadi makin lahap makannya.

Dapatkan Tabloid SAJI Edisi Terbaru Melalui:

Langganan:



EDISI MENDATANG

SAJI 486
(17 - 30 MARET 2021)

SAJIAN UTAMA:
"VARIASI RASA PIZZA & DONAT
(MANIS & ASIN/GURIH)"

SAJI TEMATIK:
"ANEKA KREASI ROTI BUAT PEMULA
(OVEN, KUKUS, GORENG)"

TABLOID SAJI TERSEDIA JUGA DALAM FORMAT EMAGAZINE DI:



PERTANYAAN, KOMENTAR, KRITIK, ATAU SARAN MENGENAI SAJI, BISA MENGHUBUNGI NOMOR TELEPON 021-5330150/5330170 EXT. 33161-33167.

SETIAP ARTIKEL/TULISAN/FOTO, ATAU MATERI APA PUN YANG DIMUAT DI TABLOID SAJI DAPAT DIUMUMKAN, DIPERBANYAK, TERMASUK DIALIH WUJUDKAN KEMBALI DALAM FORMAT DIGITAL ATAU PUN NON-DIGITAL YANG TETAP MERUPAKAN BAGIAN DARI TABLOID SAJI.

Sedap
PUSAT EDITORIAL & KONTEN

Saji
PUSAT EDITORIAL & KONTEN

KOMPAS GRAMEDIA

EDITORIAL
EDITOR IN CHIEF
Intan Y. Septiani

KITCHEN TEST OFFICER
Qori Al Afghani (superintendent)
Resi Listiani

CULINARY OFFICER
Indri Indarti

DOCUMENTATION
Robertus A. Kristanto

Office: Kompas Gramedia Building Unit III
1st Floor, Jl. Panjang 8A, Kebon Jeruk,
Jakarta 11530,
Phone : (62-21) 533-0150/70,
email : editorialsajiansedap@gmail.com

PUBLISHING
GROUP DIRECTOR
Dahlan Dahi

DEPUTY GROUP DIRECTOR
Harry Kristianto

GROUP EDITORIAL DIRECTOR
Devly Q. Situmorang

BUSINESS
BRAND DIRECTOR
Narulita Widyasari

STRATEGIC AUDIENCE ANALYSIS DIRECTOR
Asti Krismardiyanti

DEPUTY DIGITAL &
PRINT MEDIA SALES DIRECTOR
Hendra Mulia

Office: Kompas Gramedia Building 1st Floor, Jl.
Panjang 8A, Kebon Jeruk, Jakarta 11530, Phone
: (62-21) 533-0150/70,
email : iklangrid@gridnetwork.id

SIRKULASI
CIRCULATION MANAGER
DS Wardhana

SUBSCRIPTION:
PHONE: (62-21) 533-6263,
FAX: (62-21) 536-99096, **EMAIL:**
subscribe@cc.kompasgramedia.com

MARKETING
MARKETING COMMUNICATION
Director Amarendra Adhipangestu

MARKETING COMMUNICATION MANAGER
Tiara TriHapsari

Office: Kompas Gramedia Building 2nd Floor,
Jl. Panjang 8A, Kebon Jeruk, Jakarta 11530,
Phone : (62-21) 533-0150/70,
email : marcom@gridnetwork.id

Tumis Usus Ayam

SEDAP BERAROMA DAUN JERUK

Jeroan usus ayam, jika tepat mengolahnya, sangat enak disajikan menjadi beragam hidangan, lo.

Bukan cuma dipepes atau digoreng sampai garing, ditumis dengan irisan daun jeruk, hmm... makin sedap beraroma!

Nah, dari satu resep Tumis Usus Ayam ini, Sajiers pun bisa berkreasi lebih lagi.

Tumis Usus Daun Jeruk

 Untuk 4 porsi

Bahan:

200 gr usus ayam, bersihkan, potong-potong
1 lbr daun salam
2 cm lengkuas, memarkan
1/2 sdm kecap manis
1/2 sdt garam
1/4 sdt gula merah
200 ml air
2 sdm minyak, untuk menumis

Bumbu Halus:

2 cm kunyit, bakar
4 lbr daun jeruk, buang tulang daunnya
8 btr bawang merah

3 siung bawang putih
3 bh cabai merah keriting
3 bh cabai rawit merah


Cara Membuat:

1. Rebus usus ayam bersama 2 lembar daun salam dan 2 cm jahe yang dimemarkan hingga mendidih. Tiriskan usus. Cuci bersih usus. Buang air rebusannya.
2. Tumis bumbu halus, daun salam, dan lengkuas hingga harum. Masukkan usus ayam. Aduk rata.
3. Bubuhi kecap manis, garam, dan gula merah. Aduk rata. Tuang air sedikit-sedikit. Masak sampai bumbu meresap.

Modifikasi

Nasi Topping Tumis Usus



 Untuk 2 porsi

Bahan:

1/2 resep Tumis Usus Daun Jeruk
1 sdm kecap manis
1/2 sdt kecap ikan
1 ikat caisim, potong-potong
3 lbr kol, potong-potong
1 btg daun bawang, iris halus
2 sdm minyak, untuk menumis
2 porsi nasi putih
1 sdm bawang merah goreng, untuk taburan
50 gr kerupuk, goreng, untuk pelengkap

Bumbu Halus:


1 btr kemiri, sangrai
1 sdt ebi, seduh
4 btr bawang merah
2 siung bawang putih

Cara Membuat:

1. Tumis bumbu halus sampai harum. Masukkan Tumis Usus Daun Jeruk. Aduk rata. Bubuhi kecap manis dan kecap ikan. Aduk rata.
2. Masukkan caisim dan kol. Masak di atas api sedang sambil diaduk hingga layu. Taburi daun bawang. Aduk rata.
3. Sajikan tumisan di atas nasi putih. Sajikan bersama kerupuk dan taburan bawang goreng.

Soyur Rebung Usus



 Untuk 2 porsi

Bahan:

1/2 resep Tumis Usus Daun Jeruk
200 gr rebung kaleng, iris korek api
5 lonjor kacang panjang
2 cm lengkuas, memarkan
1 lbr daun salam
1/4 sdt garam
1/4 sdt gula pasir
1000 ml santan, dari 1/4 btr kelapa
2 sdm minyak, untuk menumis

Bumbu Halus:


1 sdt terasi, bakar
3 bh cabai merah besar
2 bh cabai keriting merah
2 cm kencur
1 cm jahe
2 siung bawang putih

Cara Membuat:

1. Tumis bumbu halus bersama daun salam dan lengkuas sampai harum. Masukkan rebung. Aduk rata.
2. Masukkan Tumis Usus Daun Jeruk. Aduk rata. Tuang santan.
3. Bubuhi garam dan gula pasir. Aduk rata. Masak di atas api sedang sampai mendidih.
4. Masukkan kacang panjang. Aduk hingga matang.

Usus Goreng Lengkuas



 Untuk 2 porsi

Bahan:

1/2 resep Tumis Usus Daun Jeruk
4 btr bawang merah, iris halus
100 gr lengkuas, parut
100 ml santan, dari 1/2 butir kelapa
1/4 sdt garam
1/4 sdt merica bubuk
500 ml minyak, untuk menggoreng
2 sdm minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Tumis bawang merah dan lengkuas sampai harum. Masukkan Tumis Usus Daun Jeruk. Aduk rata.
2. Tuang santan sedikit-sedikit sambil diaduk rata. Masak di atas api sedang sambil diaduk sampai santan meresap.
3. Goreng usus bersama bumbunya di dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang, sampai kering. Tiriskan.

RAGAM MENU SARAPAN Praktis & Kaya Nutrisi

Sarapan dengan menu yang itu-itu saja, pasti bosan. Akhirnya, banyak yang melewatkan jam makan pagi, padahal penting dilakukan agar aktivitas sehari-hari Sajiers bisa dijalani dengan semangat. Yuk, coba semua resep inspiratif dari SAJI biar sarapan Sajiers makin istimewa sekaligus kaya nutrisi!



Bubur Ayam Havermut

🍲 Untuk 2 Porsi

Bahan Bubur:

100 gr	havermut
1 siung	bawang putih, goreng utuh
1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1 sdt	minyak wijen
300 gr	kaldu ayam

Bahan Pelengkap:

1 bh	paha ayam rebus, goreng, suwir kasar
1 bh	cakwe, potong-potong
50 gr	tongcai, cincang kasar
1 btg	seledri, cincang kasar
50 gr	kacang tanah goreng

1 sdm	bawang merah goreng
1 sdm	kecap asin
50 gr	emping goreng
50 gr	kerupuk

Cara Membuat:

1. Rebus kaldu hingga mendidih. Masukkan havermut ke dalamnya.
2. Cincang halus bawang putih goreng. Tambahkan ke dalam rebusan havermut. Masak di atas api kecil sambil diaduk hingga meletup-letup.
3. Bubuhi garam, merica bubuk, dan minyak wijen. Aduk rata. Masak hingga kaldu meresap.
4. Sajikan bubur di atas mangkuk. Tata pelengkap di atasnya.



Sandwich Telur Jagung

🍲 Untuk 2 porsi

Bahan:

4 lbr	roti tawar tebal
100 gr	jagung manis pipil, rebus
4 btr	telur, kocok lepas
1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
2 bh	sosis sapi, potong-potong, tumis sebentar
100 gr	keju cepat leleh, parut kasar
2 lbr	selada
25 gr	saus tomat
25 gr	mayones
25 gr	saus barbeque
2 sdm	margarin

Cara Membuat:

1. Panaskan margarin di atas pan (persegi) tamagoyaki.
2. Kocok telur, garam, dan merica bubuk. Tuang setengah bagian telur ke atas pan.
3. Taburi jagung rebus. Tambahkan sosis. Taburi keju cepat leleh. Balik telur. Masak hingga kedua sisinya matang. Sisihkan.
4. Panggang roti yang sudah dioles sedikit margarin di atas pan antilengket hingga kecokelatan kedua sisinya.
5. Ambil selembat roti. Corat-corek dengan saus tomat. Letakkan telur jagung di atasnya. Corat-corek dengan saus barbeque. Beri selada. Corat-corek dengan mayones. Tutup dengan selembat rotii lain.

Nasi Merah Tim Telur Asin

🍲 Untuk 4 Porsi

Bahan:

200 gr	beras merah, rendam 1 jam, cuci bersih
1/2 sdt	garam

Bahan Tumisan:

1/2 bh	bawang bombay, cincang halus
2 siung	bawang putih, cincang halus
2 bh	paha ayam, potong kotak
50 gr	jamur kaleng, iris-iris
1 1/2 sdm	saus tiram
1/2 sdt	kecap asin
1 sdt	kecap manis
1 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1/2 sdt	gula pasir
250 ml	air
2 btr	telur asin, belah 2 bagian
1 sdm	minyak, untuk menumis
800 ml	air kaldu ayam, dari rebusan tulang ayam

Bahan Kuah:

500 ml	kaldu ayam
1 1/4 sdt	garam
1/4 sdt	merica
1 sdt	minyak wijen
2 btg	daun bawang, iris halus

Cara Membuat:

1. Tumisan, panaskan minyak. Tumis bawang bombay dan bawang putih hingga harum.
2. Masukkan ayam. Aduk hingga berubah warna. Tambahkan jamur. Aduk rata.
3. Bubuhi saus tiram, kecap asin, kecap manis, garam, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata.
4. Tuang air. Masak sampai matang dan biarkan sedikit berkuah. Sisihkan.
5. Didihkan air kaldu ayam. Masukkan beras merah. Bubuhi garam. Masak di atas api kecil sampai kaldu meresap dan menjadi aron nasi.
6. Letakkan telur asin di dalam ramekin atau pinggan tahan panas bulat kecil. Sendokkan tumisan ayam di atasnya. Tutup dengan aron nasi merah hingga memenuhi ramekin/pinggan.
7. Kukus di atas api sedang, 45 menit hingga matang.
8. Kuah, rebus kaldu ayam hingga mendidih. Bubuhi garam, merica, dan minyak wijen. Taburi daun bawang. Aduk rata.
9. Sajikan nasi tim bersama kuah.



Kentang Panggang

🍲 Untuk 5 buah

Bahan:

5 lbr	daging asap, cincang kasar, sangrai sampai kering
5 bh	kentang ukuran sedang, kerat menyilang
2 sdm	margarin
3 btg	daun bawang kecil, iris

Bahan Saus:

200 ml	susu cair
150 gr	keju cheddar, parut halus
1/2 sdt	garam
1/8 sdt	merica bubuk
1/8 sdt	pala bubuk
1 sdt	maizena, larutkan di dalam 1 sdt air

Cara Membuat:

1. Saus, rebus susu cair dan keju cheddar sambil diaduk sampai keju larut.
2. Bubuhi garam, merica bubuk dan pala bubuk. Aduk rata. Tuang larutan maizena. Aduk sampai meletup-letup. Sisihkan.
3. Olesi kentang dengan margarin. Bungkus dengan aluminium foil.
4. Oven kentang menggunakan api bawah pada suhu 200 derajat Celsius, 60 menit sampai matang.
5. Buka aluminium foil. Tekan bagian bawah kentang sedikit saja hingga bagian atas kentang merekah.
6. Beri saus di atas kentang. Taburi daging asap dan daun bawang. Oven kembali kentang selama 5 menit.

Muffin Telur

 Untuk 14 buah

Bahan:


2 lbr	roti tawar, potong kotak
3 lbr	daging asap, potong kotak
200 ml	susu cair
2 btr	telur
1 btg	daun bawang, iris
1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk

Cara Membuat:

1. Aduk rata semua bahan.
2. Tuang ke dalam cetakkan muffin kecil antilengket.
3. Masukkan cetakan ke dalam oven. Tempatkan loyang berisi sedikit air di bagian bawah oven.
4. Oven menggunakan api bawah pada suhu 170 derajat Celsius, 25 menit sampai matang.



Omurice

 Untuk 2 porsi

Bahan:

2 porsi	nasi
2 siung	bawang putih, cincang halus
1/2 bh	bawang bombay, cincang halus
1/2 bh	paprika hijau, potong kubus kecil
150 gr	udang, kupas, cincang kasar
1 sdm	kecap inggris
3 sdm	saus tomat
1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
2 sdm	saus tomat

Bahan Telur:

3 btr	telur
1/4 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk

Cara Membuat:

1. Tumis bawang putih, bawang Bombay, dan paprika sampai harum. Masukkan udang. Aduk sampai berubah warna.
2. Masukkan nasi. Aduk rata. Bubuhi kecap inggris, saus tomat, garam, dan merica. Aduk sampai nasi matang. Sisihkan.
3. Campurkan telur, garam dan merica bubuk. Aduk rata.
4. Tuang setengah bagian telur ke dalam wajan antilengket. Biarkan berkulit. Taruh nasi di atasnya. Lipat telur menutupi nasi hingga membentuk setengah lingkaran.
5. Sajikan omurice bersama coretan saus tomat di atasnya.



Wafel Tuna Oatmeal

 Untuk 8 porsi

Bahan:

250 gr	tepung terigu protein sedang
50 gr	oatmeal, blender halus
1 sdt	baking powder
1 sdm	gula pasir halus
400 ml	susu cair
2 bh	kuning telur, kocok lepas
2 sdm	mentega tawar, lelehkan
1/2 sdt	garam
2 bh	putih telur
1 sdm	gula pasir halus

Cara Membuat:

1. Ayak tepung dan baking powder. Tambahkan havermut dan gula pasir. Aduk rata. Tuang susu cair sedikit-sedikit sambil diaduk rata. Masukkan kuning telur. Aduk rata. Tambahkan mentega leleh dan garam. Aduk rata. Sisihkan.
2. Kocok putih telur sampai setengah mengembang. Masukkan gula pasir halus. Kocok sampai mengembang kembali.
3. Masukkan ke dalam campuran tepung. Aduk perlahan sampai rata.
4. Tuang adonan sampai penuh ke cetakan wafel listrik bulat yang sudah dipanaskan dan diolesi sedikit mentega. Tutup cetakan dan biarkan adonan matang. Sisihkan.
5. Isi, tumis bawang putih sampai harum. Masukkan tuna, buncis, dan jamur kancing. Aduk rata.
6. Bubuhi garam, merica bubuk, dan gula. Aduk rata. Tuang air. Masak sampai mendidih dan matang. Kentalkan dengan larutan maizena. Masak sampai kental. Tambahkan daun bawang. Aduk menyebar.
7. Ambil sebuah wafel. Oleskan tumisan isi di atasnya.

Bahan Isi:

1 1/2	kaleng tuna in water, tiriskan
7 bh	buncis, potong 1/2 cm
75 gr	jamur kancing, iris
3 siung	bawang putih, cincang halus
3/4 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1/4 sdt	gula pasir
150 ml	kaldu ayam
1/2 sdm	maizena dan 1/2 sdm air, larutkan
2 btg	daun bawang, iris halus
1 1/2 sdm	minyak, untuk menumis



Tamago Lapis Sayur

 Untuk 2 gulung

Bahan:

7 btr	telur
1/4 sdt	garam
1/8 sdt	merica
1 sdm	air

Bahan Isi:

50 gr	jagung pipil, rebus
25 gr	bayam, siangi, rebus sebentar
50 gr	wortel, potong kotak, rebus

Cara Membuat:

1. Aduk rata bahan telur
2. Tuang 1 sendok sayur telur ke dalam pan (persegi) tamagoyaki.
3. Gulung telur sambal agak ditekan membentuk kotak. Lakukan 1 kali lagi.
4. Tuang telur, tata jagung di atasnya. Gulung.
5. Tuang kembali telur. Buat 2 lapisan gulungan telur tanpa isi.
6. Ulangi kembali menuang telur dengan taburan isi bayam. Lanjutkan dengan menuang telur polos 2 lapis lalu lapisan telur dengan taburan wortel. Gulung.
7. Potong-potong tamagoyaki saat akan disajikan.

Sensasi Asam & Manis

SAJIAN TAPE SINGKONG

Tape singkong yang memiliki cita rasa manis legit dengan sentuhan sedikit asam ini punya banyak penggemar. Selain enak disantap begitu saja, dipanggang atau digoreng dalam balutan tepung, tape singkong juga bisa Sajiers jadikan bahan utama dalam pembuatan cake atau aneka kue, lo.

1. Kue Kamir Isi Blueberry



12 buah

Bahan:

- 200 gr tepung terigu protein tinggi
- 50 gr gula pasir halus
- 3/4 sdt ragi instan
- 100 gr tape singkong, buang tulangnya, haluskan
- 1 btr telur
- 20 gr margarin, lelehkan
- 50 gr kismis, belah 2 bagian
- 100 gr selai blueberry, untuk isi
- 200 ml air

Cara Membuat:

1. Campur tepung terigu, gula pasir halus, dan ragi instan. Masukkan tape singkong. Kocok perlahan menggunakan mikser spiral.
2. Tambahkan telur dan air sedikit-sedikit sambil dikocok sampai licin.
3. Masukkan margarin leleh. Kocok rata. Tambahkan kismis. Kocok menyebar. Diamkan 20 menit sampai mengembang.
4. Panaskan cetakan carabikang yang telah diberi minyak agak banyak.
5. Tuang adonan 1/2 tinggi cetakan. Beri selai di bagian tengahnya. Tutup kembali dengan menuang adonan hingga memenuhi cetakan. Biarkan sampai berkulit. Balik adonan dan biarkan matang.

2. Proll Tape Kacang



15 buah

Bahan:

- 600 gr tape singkong, haluskan, buang seratnya
- 1/2 sdt garam
- 100 gr gula pasir
- 100 gr tepung terigu protein sedang
- 15 gr maizena
- 1/2 sdt baking powder
- 150 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
- 3 btr telur
- 50 gr margarin, lelehkan
- 1 bh kuning telur, untuk olesan
- 100 gr kacang tanah, sangrai, cincang

Cara Membuat:

1. Remas-remas tape singkong, garam, dan gula pasir hingga gula larut.
2. Tambahkan tepung terigu, maizena, dan baking powder. Uleni rata.
3. Masukkan santan. Uleni rata.
4. Tambahkan telur satu per satu sambil diuleni hingga rata.
5. Tuang margarin leleh ke dalam adonan. Aduk rata.
6. Masukkan adonan ke dalam loyang 30x10x4 cm yang diolesi margarin dan dialasi kertas roti. Olesi kuning telur. Taburi kacang tanah.
7. Oven menggunakan api bawah pada suhu 160 derajat Celsius, 75 menit hingga matang.

3. Rondo Royal Cokelat



12 buah

Bahan:

- 500 gr tape singkong
- 1 sdm santan kental instan
- 50 gr tepung sagu
- 1 btr telur
- 1/2 sdt garam
- 500 ml minyak, untuk menggoreng

Bahan Isi:

- 100 gr coklat masak pekat
- 1 sdm margarin

Bahan Pencelup (Aduk Rata):

- 50 gr tepung terigu
- 1 sdm tepung beras
- 1/4 sdt garam
- 100 ml air

Cara Membuat:

1. Isi, lelehkan coklat masak pekat bersama margarin. Aduk rata. Biarkan dingin. Bentuk bola-bola. Dinginkan.
2. Campurkan tape singkong, santan kental instan, tepung sagu, telur, dan garam hingga rata.
3. Ambil 45 gram campuran tape. Pipihkan. Beri isi. Bentuk bulat pipih. Sisihkan.
4. Celupkan tape ke dalam bahan pencelup hingga terbalut rata. Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan sampai matang.



Tape Singkong

Tape singkong terbuat dari singkong yang difermentasi dengan bantuan ragi tape dan disimpan selama 3-5 hari. Tekstur tape berbeda dengan singkong aslinya. Tape singkong memiliki tekstur yang lembut, dengan rasa manis dengan sedikit rasa masam.

Tape singkong, selain dapat langsung dikonsumsi begitu saja atau dipanggang dan digoreng dalam balutan tepung, sering kali juga digunakan sebagai bahan utama pembuatan cake maupun aneka kue, salah satunya mangkok.

Pilihlah tape yang teksturnya lembut, tidak terlalu kering ataupun terlalu berair. Pilih juga tape yang rasanya manis. Jika terlalu lama disimpan, rasa tape singkong akan menjadi pahit akibat kandungan alkohol alami yang terbentuk dari proses fermentasi.

Trik Mudah Gorengan Makin Beraroma

Sajiers tentu suka juga menyantap aneka gorengan, kan.

Kudapan digoreng ini cocok disajikan di pagi hari ataupun sore hari, untuk teman menyeruput teh atau kopi.

Nah, agar aneka gorengan yang bercita rasa asin gurih maupun manis buatan Sajiers makin beraroma, yuk, coba trik mudah dari SAJI ini!

Buat ide jualan, gorengan buatan Sajiers pasti selalu diborong pembeli.



Bahan:

- 500 ml minyak, untuk menggoreng
- 2 lbr daun pandan, ikat simpul
- 3 siung bawang putih, memarkan

Gorengan Asin Gurih:

1. Ketika akan membuat aneka gorengan yang bercita rasa asin gurih dari bahan tempe, tahu, atau bakwan, masukkan dahulu bawang putih ke dalam minyak yang telah dipanaskan.
2. Goreng adonan tempe, tahu atau bakwan sampai matang dan keokelatan. Tiriskan.



Gorengan Manis:

1. Sementara untuk membuat gorengan yang bercita rasa manis, dari bahan pisang atau ubi, masukkan dahulu daun pandan yang telah diikat simpul ke dalam minyak.
2. Goreng adonan pisang atau ubi sampai matang dan keokelatan. Tiriskan.



TEKS & FOTO: DOK. SAJI | VISUAL: ANITA Q.

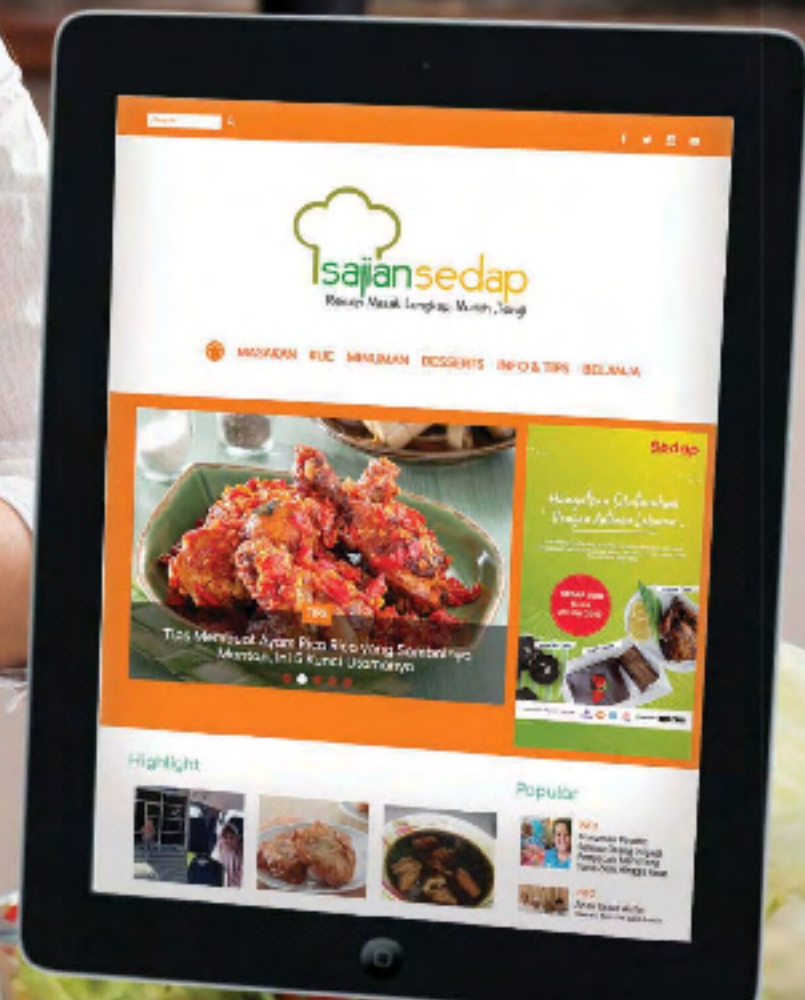
GRID
NETWORK
TOUCH REAL AUDIENCES



“Belajar Masak
Kapan pun &
di Mana pun
Bersama

sajiansedap.com”

sajiansedap
Masak Lengkap, Mudah, Teruji



sajiansedap.com



facebook.com/sajiansedap



Sajian Sedap



Sajian Sedap



Sajian Sedap



Sajian Sedap



Sajian Sedap

Pedas Gurih CABAI TABUR

How To



Walaupun Sajiers bisa dengan mudah membeli cabai tabur di pasaran, namun tetap akan lebih memuaskan jika Sajiers bisa membuatnya sendiri. Kualitas bahan dan cita rasanya pasti lebih terjamin karena dapat disesuaikan dengan selera pribadi. Distok pun pasti awet.



Untuk 240 gram

Bahan:

250 gr	cabai kering, blender kasar
5 bh	cabai rawit merah, cincang kasar
2 sdm	garam
1/2 sdm	gula pasir
1/4 sdt	merica bubuk

Cara Membuat:

1. Sangrai cabai kering dan cabai rawit di atas api kecil hingga cabai rawit layu.
2. Bubuhi garam, gula pasir, dan merica bubuk. Aduk-aduk di atas api kecil hingga cabai rawit layu.

Kombinasi Enak CABAI TABUR

Saran Kami

1. **CABAI TABUR EBI**
Tambahkan ebi yang sudah disangrai dan dihaluskan ke dalam bahan Cabai Tabur. Aduk hingga tercampur rata.

2. **CABAI TABUR REBON**
Tambahkan udang rebon yang telah disangrai ke dalam bahan Cabai Tabur. Aduk hingga tercampur rata.

3. **CABAI TABUR ABON IKAN**
Tambahkan abon ikan slap pakal ke dalam bahan Cabai Tabur. Aduk hingga tercampur rata.

4. **CABAI TABUR DAUN JERUK**
Tambahkan irisan daun jeruk ke dalam bahan Cabai Tabur. Sangrai semua bahan sambil diaduk hingga daun jeruk layu dan harum.

8. **CABAI TABUR TERI**
Tambahkan teri nasi yang sudah digoreng sampai kering dan ditiriskan ke dalam bahan Cabai Tabur. Aduk hingga tercampur rata.

7. **CABAI TABUR IKAN ASIN**
Tambahkan ikan asin jambal yang sudah digoreng dan disuwir-suwir kasar ke dalam bahan Cabai Tabur. Aduk hingga tercampur rata.

6. **CABAI TABUR KEJU**
Tambahkan keju parut yang sudah dioven hingga kering ke dalam bahan Cabai Tabur. Aduk hingga tercampur rata.

5. **CABAI TABUR BAWANG PUTIH**
Tambahkan bawang putih iris ke dalam bahan Cabai Tabur. Sangrai semua bahan sambil diaduk hingga bawang putih kecekelatan. Sambil diaduk hingga bawang putih kecekelatan.



Sensasi Pedas & Gurih SAJIAN PLUS CABAI TABUR

Wah, Sajiers sudah berhasil membuat sendiri cabai tabur dan berkreasi menambahkan aneka bahan sedap lainnya, sehingga cita rasanya makin menggoda. Kini, saatnya menambahkan cabai tabur ke dalam beragam sajian. Sensasi pedas dan gurihnya, terasa wow di lidah!

1. Jamur Crispy Pedas

Bahan:

250 gr	jamur tiram, potong-potong
3 sdm	Cabai Tabur (lihat HOW TO), untuk taburan
500 ml	minyak, untuk menggoreng

Bahan Pencelup (Aduk rata):

250 gr	tepung terigu protein sedang
65 gr	tepung sagu tani
2 sdt	baking powder
2 sdt	Cabai Tabur
1 sdt	garam
1/8 sdt	merica bubuk
2 sdt	bawang putih bubuk
1.000 ml	air

Bahan Pelapis (Aduk Rata):

200 gr	tepung terigu protein sedang
50 gr	tepung sagu tani
1 sdt	baking powder
1 sdt	garam
1/8 sdt	merica bubuk
1 sdt	bawang putih bubuk

Cara Membuat:

1. Celupkan potongan jamur tiram satu per satu ke dalam larutan pencelup. Gulingkan di atas pelapis, sambil diucubit-ucubit hingga keriting.
2. Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang sampai kuning keemasan. Tiriskan.
3. Saat akan disajikan, taburi Cabai Tabur hingga merata.



Untuk 4 porsi

2. Martabak Mercon

Bahan Kulit:

250 gr	tepung terigu protein tinggi
1/4 sdt	garam
200 ml	air
45 gr	minyak goreng
75 gr	keju cepet leleh, untuk topping
2 sdt	Cabai Tabur Bawang Goreng (lihat SARAN KAMI), untuk taburan
500 ml	minyak goreng, untuk merendam
150 ml	minyak, untuk menggoreng

Bahan Isi:

350 gr	daging giling
3 siung	bawang putih, haluskan
6 btr	bawang merah, haluskan
2 sdt	Cabai Tabur Bawang Goreng (lihat SARAN KAMI)
1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1/2 sdt	gula pasir
50 ml	air
1 sdm	minyak, untuk menumis

Bahan Campuran (Aduk Rata):

2 btg	daun bawang, iris
3 btr	telur ayam, kocok lepas
50 gr	bawang bombay, cincang kasar
1/4 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk

Cara Membuat:

1. Kulit, campur tepung terigu dan garam. Tuang air sedikit-sedikit sambil diuleni sampai kalis. Tambahkan minyak goreng. Uleni sampai elastis.
2. Timbang adonan kulit masing-masing 75 gram. Bulatkan. Rendam di dalam minyak goreng selama 2 jam. Sisihkan.
3. Isi, tumis bawang putih dan bawang merah sampai harum. Tambahkan daging giling. Aduk sampai daging berubah warna.
4. Bubuhi garam, merica bubuk, gula pasir, dan Cabai Tabur Bawang Goreng. Aduk rata.
5. Tuang air. Masak sampai meresap. Sisihkan.
6. Ambil adonan kulit. Pipihkan hingga melebar dan tipis sekali, jangan sampai sobek. Sisihkan.
7. Panaskan minyak di atas wajan antilengket. Letakkan selembar adonan kulit. Beri tumisan isi di atasnya. Lipat tiap sisi adonan kulit hingga membentuk amplop.
8. Goreng di dalam minyak sambil disiram-siram minyak panas hingga matang dan kecokelatan. Tiriskan.
9. Saat akan disajikan, taburi martabak dengan keju. Blow torch atau dioven/dipanggang di atas pan hingga keju meleleh. Taburi Cabai Tabur Bawang Goreng.



Untuk 2 buah

3. Ramen Pedas Berempoh

Bahan:

200 gr	mi ramen kering, rebus, tiriskan
--------	----------------------------------

Bahan Kuah:

3 bh	paha ayam
2.000 ml	air
2 btg	daun bawang, potong-potong besar
1 bh	bawang bombay, iris panjang
3 siung	bawang putih, memarkan
3 cm	jahe, memarkan
2 sdm	Kikkoman
1 sdt	cabai bubuk
3/4 sdt	cabai tabur
2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1/2 sdt	gula pasir

Bahan Pelengkap:

100 gr	jamur hioko kering (bisa diganti jenis jamur lain), rebus, iris
2 lbr	nori, iris tipis
2 btr	telur rebus, belah 2 bagian
2 btg	daun bawang, iris halus
2 sdt	Cabai Tabur (lihat HOW TO)

Cara Membuat:

1. Kuah, rebus ayam di dalam 2.000 ml air. Tambahkan daun bawang, bawang putih, bawang bombay, dan jahe sampai berkald. Angkat ayam. Saring kaldu dan ukur 1.750 ml. Sisihkan.
2. Pisahkan ayam dari tulangnya. Potong-potong kotak daging ayam.
3. Rebus kembali kaldu. Bubuhi Kikkoman, cabai bubuk, Cabai Tabur, garam, merica bubuk, dan gula pasir.
4. Masak sambil sesekali diaduk sampai mendidih.
5. Tata mi ramen di dalam mangkuk. Tuang kuah ramen. Tambahkan potongan daging ayam dan pelengkap. Taburi atasnya dengan Cabai Tabur.



Untuk 4 porsi

Cita Rasa Sedap NASI KHAS NUSANTARA

Berbagai daerah di Indonesia memiliki sajian tradisional berupa set nasi lengkap dengan lauk pauk khasnya. Seporsi sajian nasi ini cukup mengenyangkan, dengan cita rasa yang komplet dan sedap di lidah. Pas untuk sajian istimewa di akhir pekan atau pun ide berjualan.

1. NASI BOGANA (CIREBON)



4
porshi

Bumbu Halus:

3 bh cabai merah besar
6 btr bawang merah
3 siung bawang putih

Bahan Pelengkap:

2 btr telur rebus, belah 2 bagian

Cara Membuat:

1. Nasi, rebus santan, garam, dan daun pandan. Masukkan beras. Masak sampai air meresap dan menjadi aron nasi. Angkat.
2. Kukus aron nasi di dalam pengukus yang sudah dipanaskan di atas api sedang, 45 menit sampai matang. Sisihkan.
3. Oseng tempe, panaskan minyak, tumis bumbu halus, daun salam, dan lengkuas sampai harum. Masukkan tempe dan kacang panjang. Bubuhi garam, kecap manis dan gula merah. Aduk rata. Tuang air. Masak sampai matang dan meresap. Sisihkan.
4. Sajikan nasi bersama oseng tempe kacang panjang dan pelengkap.

Bahan Nasi:

400 gr beras
750 ml santan, dari 1 btr kelapa
1 sdt garam
2 lbr daun pandan

Bahan Oseng Tempe:

250 gr tempe, potong kotak 1x1 cm
5 lonjor kacang panjang, potong 2 cm
2 lbr daun salam
2 cm lengkuas, memarkan
1 sdt garam
1 sdm kecap manis
1 sdt gula merah sisir
300 ml air
1 sdm minyak, untuk menumis

2. NASI JAMBLANG (CIREBON)



4
porshi

10 bh petai, belah dua 2 lbr daun salam
2 cm lengkuas, memarkan
1/2 sdt garam
1/2 sdt gula merah sisir
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
1 sdm minyak, untuk menumis

Bumbu Halus Sambal:

2 bh cabai merah besar
3 bh cabai merah keriting
5 btr bawang merah
2 siung bawang putih
1 bh tomat
1 cm kencur
1/4 sdt terasi

Cara Membuat:

1. Semur hati sapi, panaskan minyak, tumis bumbu halus, daun salam, cengkih, dan kayumanis sampai harum. Tambahkan hati sapi. Aduk sampai berubah warna.
2. Masukkan tahu. Bubuhi kecap manis, garam, gula merah, dan pala bubuk. Tuang air. Masak sampai meresap. Sisihkan.
3. Sambal goreng, panaskan minyak, tumis bumbu halus, daun salam, dan lengkuas sampai harum. Masukkan udang dan petai. Aduk sampai berubah warna.
4. Tuang santan. Bubuhi garam dan gula merah. Aduk rata. Masak sampai matang dan meresap.
5. Bungkus nasi dengan daun jati. Sajikan bersama semur hati, sambal goreng, dan perkedel.

Bahan:

800 gr nasi putih
4 lbr daun jati, untuk membungkus
4 bh perkedel kentang, untuk pelengkap

Bahan Semur Hati Sapi:

300 gr hati sapi, potong 3x3cm
4 bh tahu goreng segitiga
2 lbr daun salam
3 btr cengkih
2 cm kayumanis
4 sdm kecap manis
1/2 sdt garam
1 sdt gula merah sisir
1/2 sdt pala bubuk
600 ml air
1 sdm minyak, untuk menumis

Bumbu Halus Semur:

2 siung bawang putih
5 btr bawang merah
1/2 sdt merica

Bahan Sambal Goreng:

300 gr udang, kupas, sisakan ekor

3. NASI CAMPUR (BALI)



4
porshi

Bumbu Halus Ayam:

6 btr bawang merah
3 siung bawang putih
1 cm kencur
2 cm lengkuas
3 btr kemiri, sangrai
1 cm kunyit, bakar
2 bh cabai merah besar
4 bh cabai merah keriting

Bumbu Sambal (Haluskan):

6 btr bawang merah, goreng
3 siung bawang putih, goreng
3 bh cabai merah besar, buang biji, goreng
2 bh cabai merah keriting, buang biji, goreng
1 bh tomat, potong-potong, goreng
1/2 sdt terasi, goreng
3/4 sdt garam
3/4 sdt gula pasir
1 sdt air jeruk limau

Cara Membuat:

1. Jukut urab, aduk rata kelapa parut kukus dan bumbu halus. Masukkan semua bahan lainnya. Aduk sampai rata. Tambahkan bawang merah goreng. Aduk rata. Sisihkan.
2. Ayam pelalah, lumuri ayam dengan bumbu halus, garam, gula pasir, daun salam, dan serai. Diamkan 30 menit.
3. Oven ayam menggunakan api bawah pada suhu 180 derajat Celsius, 50 menit sampai matang. Dinginkan. Suwir-suwir kasar daging ayam.
4. Aduk rata suwiran ayam dan bumbu sambal yang sudah dihaluskan.
5. Sajikan nasi putih bersama sate lilit, jukut urab, sambal matah, dan ayam pelalah.

Bahan:

800 gr nasi putih
12 tsuk sate lilit
100 gr sambal matah

Bahan Jukut Urab:

5 lbr kol, iris kasar, rebus
1 ikat bayam, rebus
6 lonjor kacang panjang, potong 3 cm, rebus
2 bh cabai merah besar, buang biji, iris tipis
50 gr taoge, seduh sebentar
200 gr kelapa parut kasar, kukus
1 sdm bawang goreng

Bumbu Halus Urab:

6 btr bawang merah
3 siung bawang putih
6 bh cabai merah keriting
2 lbr daun jeruk, buang tulang daunnya
1 cm kencur
1 1/2 sdt garam
1 sdt gula pasir
1/4 sdt terasi

Bahan Ayam Pelalah:

1/2 ekor ayam, potong-potong
1/2 sdt garam
1/4 sdt gula pasir
1 lbr daun salam
1 btg serai, ambil bagian putihnya, memarkan

4. NASI LANGGI (SOLO)



4
porshi

2 bh cabai merah keriting
3 btr bawang merah
2 siung bawang putih
1 bh tomat, potong-potong
1/2 sdt terasi
1/2 sdm garam
1/2 sdt gula pasir
5 sdm minyak, untuk menggoreng

Bahan Pelengkap:

1 bh mentimun, iris
5 btg kemangi, siangi
2 lbr telur dadar, gulung, iris
150 gr kering tempe
2 sdm bawang merah goreng, untuk taburan

Cara Membuat:

1. Nasi, dididihkan santan, lengkuas, serai, dan bumbu halus sampai harum. Tambahkan beras. Masak sampai meresap dan menjadi aron nasi.
2. Kukus aron nasi di atas api sedang, 30 menit sampai matang. Sisihkan.
3. Lumuri daging dengan bumbu halus. Diamkan 1 jam di lemari es.
4. Panaskan minyak. Masukkan daging bersama bumbunya. Aduk sampai berubah warna. Bubuhi cengkih, lengkuas, garam, merica bubuk, pala bubuk, gula merah, dan kecap manis. Aduk rata.
5. Tuang santan sedikit-sedikit. Aduk rata. Masak sampai kuah dan bumbu mengering. Sisihkan.
6. Sambal, goreng semua bahan sambal yang sudah dihaluskan sampai matang dan harum.
7. Sajikan nasi bersama dendeng manis, sambal, dan pelengkap.

Bahan Nasi:

400 gr beras, ouci bersih
700 ml santan, dari 1 btr kelapa
3 cm lengkuas, memarkan
2 btg serai, ambil bagian putihnya, memarkan

Bumbu Halus:

3 siung bawang putih
5 btr bawang merah
1/2 sdt ketumbar
1/2 sdm garam

Bahan Dendeng Manis:

300 gr daging sapi has dalam, potong melawan serat
3 sdm kecap manis
2 btr cengkih
3 cm lengkuas, parut
1 sdt garam
1/2 sdt merica bubuk
1/2 sdt pala bubuk
1/2 sdm gula merah sisir
500 ml santan, dari 1 btr kelapa
2 sdm minyak, untuk menumis

Bumbu Halus:

5 btr kemiri, sangrai
8 btr bawang merah
3 siung bawang putih
1/2 sdm ketumbar

Bahan Sambal (Haluskan):

5 bh cabai merah besar

Aneka Rasa & Topping KUE JOJORANG

Kue tradisional berbungkus daun pisang dan berwarna hijau, Jojorang, memang legit rasanya. Sangat pas disajikan di akhir pekan saat berkumpul bersama keluarga dan sahabat di sore hari, sambil ditemani secangkir kopi atau teh. Pasti laku juga ketika dijadikan ide jualan.



1. Jojorang

Untuk 25 Buah

Bahan:

150 gr tepung beras
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
25 ml air suji, dari 20 lbr daun suji dan 3 lbr daun pandan, blender
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
1/2 sdt garam
30 gr tepung sagu
100 gr gula merah, sisir halus
10 lbr daun pandan, potong-potong
25 lbr daun pisang, bentuk takir ukuran 5x2 1/2x2 om

Bahan Topping (Aduk rata):

350 ml santan hangat, dari 1 btr kelapa
50 gr tepung beras
1/2 sdt garam

Cara Membuat:

- Masak tepung beras bersama 300 ml santan sambil diaduk sampai meletup letup. Angkat.
- Campurkan air daun suji, 300 ml santan, dan garam. Rebus sambil diaduk sampai mendidih.
- Masukkan campuran tepung beras ke dalam rebusan air suji dan santan. Aduk rata. Tambahkan tepung sagu. Aduk rata.
- Siapkan takir. Letakkan 2 helai daun pandan di dasar takir. Tambahkan 3 sdt gula merah. Tuang adonan jojorang sampai 2/3 tinggi takir.
- Kukus di dalam pengukus yang sudah dipanaskan di atas api sedang, 10 menit sampai matang.
- Tuang topping di atasnya. Kukus kembali 15 menit sampai matang.



2. Jojorang Pisang

Untuk 25 Buah

Bahan:

150 gr tepung beras
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
25 ml air suji, dari 20 lbr daun suji dan 3 lbr daun pandan, blender
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
1/2 sdt garam
30 gr tepung sagu
75 gr gula merah, sisir halus
3 bh pisang tanduk, potong-potong
10 lbr daun pandan, potong-potong
25 lbr daun pisang, bentuk takir ukuran 5 x 2 1/2 x 2 om

Bahan Topping (Aduk rata):

350 ml santan hangat, dari 1 btr kelapa
50 gr tepung beras
1/2 sdt garam

Cara Membuat:

- Masak tepung beras bersama 300 ml santan sambil diaduk sampai meletup letup. Angkat.
- Rebus 300 ml santan bersama air daun suji dan garam. Rebus sambil diaduk sampai mendidih.
- Masukkan campuran tepung beras ke dalam rebusan santan dan air suji. Aduk rata. Tambahkan tepung sagu. Aduk rata.
- Siapkan takir. Letakkan 2 helai daun pandan di dasar takir. Tambahkan 2 sendok teh gula merah. Tuang adonan jojorang sampai 2/3 tinggi takir. Letakkan pisang di atasnya. Kukus di dalam kukusan yang sudah dipanaskan di atas api sedang 10 menit sampai matang.
- Tuang topping di atasnya. Kukus kembali 15 menit sampai matang.



3. Jojorang Pisang Wijen

Untuk 25 Buah

Bahan:

150 gr tepung beras
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
25 ml air suji, dari 20 lbr daun suji dan 3 lbr daun pandan
300 ml santan, dari 1/2 btr kelapa
1/2 sdt garam
30 gr tepung sagu
75 gr gula merah, sisir halus
2 sdm wijen sangrai
3 bh pisang tanduk, potong-potong
10 lbr daun pandan, potong-potong
25 lbr daun pisang, bentuk takir ukuran 5 x 2 1/2 x 2 om

Bahan Topping (Aduk Rata):

350 ml santan hangat, dari 1 btr kelapa
50 gr tepung beras
1/2 sdt garam

Cara Membuat:

- Masak tepung beras bersama 300 ml santan sambil diaduk sampai meletup letup. Angkat.
- Rebus 300 ml santan bersama air daun suji dan garam sambil diaduk sampai mendidih.
- Masukkan campuran tepung beras ke dalam rebusan santan dan air suji. Aduk rata. Tambahkan tepung sagu. Aduk rata.
- Siapkan takir. Letakkan 2 helai daun pandan di dasar takir. Tambahkan 2 sendok teh gula merah dan wijen. Tuang adonan jojorang sampai 2/3 tinggi takir. Letakkan pisang di atasnya. Taburi wijen. Kukus di dalam pengukus yang sudah dipanaskan di atas api sedang, 10 menit sampai matang.
- Tuang topping di atasnya. Kukus kembali 15 menit sampai matang.

BISA JUGA DIBUAT



4. JOJORANG KELAPA MUDA

Tambahkan 1 buah kelapa muda yang dikeruk memanjang ke dalam bahan pada resep Jojorang.



5. JOJORANG NANGKA PALEM

Tambahkan 3 buah mata nangka yang dipotong kotak kecil ke dalam bahan pada resep Jojorang. Ganti bahan gula merah dengan gula palem.



6. JOJORANG MUTIARA

Tambahkan 25 gr rebusan sagu mutiara merah ke dalam bahan pada resep Jojorang.



7. JOJORANG KURMA

Ganti bahan gula merah pada resep Jojorang dengan 100 gr kurma yang diblender bersama 50 ml air lalu dimasak sampai kental

Aroma Unik Masakan BERBUMBU TEMUKUNCI

Bisa jadi Sajiers termasuk jarang menggunakan bumbu temukunci ketika memasak. Padahal, ada beberapa sajian khas Nusantara yang aroma masakannya menjadi unik dan makin sedap dengan bumbu temukunci. Yuk, coba memasak dengan bumbu temukunci, seperti 3 resep dari SAJI ini!



Sayur Bening Bayam Jamur

Untuk 4 porsi

Bahan:

1 ikat	bayam, siangi
100 gr	jamur merang, belah 2 bagian
75 gr	kacang merah segar, rebus 3/4 matang
4 btr	bawang merah, iris halus
3 siung	bawang putih, iris halus
2 lbr	daun salam

3 cm temukunci, memarkan

13/4 sdt	garam
2 1/2 sdt	gula pasir
1.200 ml	air

Cara Membuat:

1. Rebus air bersama bawang merah, bawang putih, daun salam, dan

temukunci sampai mendidih.

2. Masukkan kacang merah. Rebus sampai matang.
3. Tambahkan bayam dan jamur. Aduk sampai setengah matang.
4. Bubuhi garam, merica, dan gula. Aduk rata. Masak sampai matang.

Ikan Kuah Santan

Untuk 3 porsi

Bahan:

2 bh	ubi merah, potong-potong
1 bh	jagung manis, sisir
1 ikat	daun katuk, siangi
3 ekor	ikan gabus, potong-potong
1 sdt	air jeruk nipis
1/2 sdt	garam
5 cm	temukunci, memarkan
2 btg	serai, memarkan
2 lbr	daun salam

1.800 ml santan, dari 1 btr kelapa

3 3/4 sdt	garam
2 sdt	gula
2 sdt	air asam

Bumbu Halus:

6 btr	bawang merah
2 siung	bawang putih
2 bh	cabai merah keriting
1/2 sdt	ketumbar

Cara Membuat:

1. Lumuri ikan dengan air jeruk nipis dan garam. Biarkan 30 menit.
2. Tumis bumbu halus. Masukkan serai, daun salam, dan temukunci sampai harum. Tuang santan. Didihkan.
3. Masukkan ikan, ubi, dan jagung. Bubuhi garam dan gula. Aduk rata. Biarkan sampai matang.
4. Tambahkan daun katuk dan air asam. Aduk rata. Masak hingga matang.



Sayur Oyong Ceker

Untuk 4 porsi

Bahan:

1.500 ml	air
4 psg	ceker ayam, bersihkan, potong ujung-ujung jarinya
5 btr	bawang merah, iris tipis
3 siung	bawang putih, iris tipis
1 lbr	daun salam
4 cm	temukunci, memarkan
1 bh	wortel, kupas, iris serong

3 bh oyong, bersihkan, potong bulat 1 cm

1 sdm	garam
1 sdt	gula pasir

Cara Membuat:

1. Rebus air dan ceker sampai mendidih.
2. Tambahkan bawang merah, bawang putih, daun salam, dan temukunci.

Rebus sampai harum.

3. Masukkan wortel. Rebus sampai setengah layu. Tambahkan oyong. Aduk rata.
4. Bubuhi garam dan gula pasir. Aduk rata. Masak hingga mendidih.



Temukunci

TRIK MEMILIH

Pilihlah temukunci yang terlihat masih utuh, segar, dan tidak keriput bagian terluarnya. Biasanya masih ada sedikit akar-akar yang menempel. Lebih baik lagi jika membeli yang sudah bersih, sehingga keutuhannya terlihat jelas.

CARA SIMPAN

Temukunci bisa disimpan di suhu ruang di dalam keranjang kering atau dibungkus kertas terlebih dahulu lalu simpan di lemari es. Namun

temukunci tidak lama masa simpannya. Maka, beli saja secukupnya atau gunakan segera setelah membelinya.

PENGGUNAAN

Keruk dahulu bagian kulit terluar temukunci, cuci di bawah air mengalir, lalu memarkan. Penggunannya cukup satu rimpang saja untuk membuat satu panci masakan. Satu rimpang biasanya terdiri dari 2-3 cabang temukunci.

MASAKAN DENGAN TEMUKUNCI

Temukunci pada umumnya digunakan untuk berbagai masakan berkuah, seperti sayur bening atau pecak khas Betawi. Masakan berkuah santan juga terasa enak, kok, ditambahkan bumbu temukunci. Begitu juga ketika Sajiers memasak aneka sajian khas Tiongkok (di negeri Tirai Bambu, temukunci disebut chinese ginger). Masakan Thailand pun cocok ditambahkan temukunci, bila suka aromanya.



Kue Gemblong

Untuk 14 Buah

Bahan Kue:

200 gr	tepung ketan putih
30 gr	tepung sagu
200 gr	kelapa parut
2 sdt	air kapur sirih
1/2 sdt	garam
130 ml	santan cair, dari 1/4 btr kelapa
500 ml	minyak untuk menggoreng

Bahan Lapisan Gula (Besta):

175 gr	gula merah
75 gr	gula pasir
50 ml	air

Cara Membuat:

1. Campurkan tepung ketan, tepung sagu, kelapa parut, air kapur sirih, dan garam. Aduk rata.
2. Tuang santan sedikit-sedikit sambil diuleni sampai rata. Ambil sedikit adonan. Bentuk bulat sebesar telur ayam. Pipihkan.
3. Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang sampai matang dan berwarna keokelatan. Tiriskan.
4. Lapisan gula, dididihkan air, gula merah, dan gula pasir sambil diaduk hingga kental dan tampak berambut saat diangkat.
5. Kecilkan api. Masukkan kue gemblong sambil diaduk hingga terbalut gula secara rata. Angkat. Dinginkan.

Trik Praktis dan Sukses MEMBESTA GULA PADA KUE GEMBLONG

Sekilas, ketika Sajiers menyantap kue tradisional Gemblong, barangkali berpikir kue ini mudah sekali dibuat. Namun sering kali banyak yang gagal ketika melapisi kue gemblong dengan larutan gula, yang disebut dengan proses membesta. Nah, mari perhatikan dengan saksama cara membesta kue gemblong agar hasil melapisi larutan gulanya mulus dan terbalut sempurna.

TOP TRIK KUE GEMBLONG

- Tepung sagu perlu ditambahkan ke dalam adonan agar kue gemblong tetap bertekstur lembut ketika dingin.
- Santan perlu dituang sedikit demi sedikit agar adonan tidak menggumpal dan mengakibatkan adonan jadi bergerindil (tidak llin).
- Goreng adonan kue gemblong di dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang agar gemblong langsung menyokelat dan tidak meletus.
- Lapisan gula dibuat dari campuran gula pasir, gula merah, dan air yang direbus dalam waktu lama, bukan gula yang dibuat karamel.
- Lapisan gula harus dimasak sampai tampak berambut (saat diangkat terlihat seperti berambut) agar hasil akhirnya pada kue gemblong gula menjadi kering dan mengeras.
- Sebaliknya, jika gula belum tampak berambut tapi gemblong sudah dimasukkan ke dalam larutan gula, maka kue gemblong akan menjadi basah. Dan jika gula sampai berkaramel, justru akan sulit melakukan pengadukan saat kue gemblong dimasukkan ke dalam larutan gula.
- Setelah gula berambut, api harus segera dkecilkan agar tidak lekas gosong. Kemudian masukkan kue gemblong dan diaduk terus sampai benar-benar terbalut larutan gula dan mengering.



Peluang Usaha SAJI

Si roti Panjang, Long John, kendati sudah lewat tren-nya, tapi tetap jadi favorit banyak orang dan masih dicari karena kreasi isinya yang enak dan tak membosankan. Sajiers juga bisa membuatnya sendiri atau menjadikannya ide jualan, yang pasti potensial untuk mendapatkan keuntungan.

Hasil Survey

Isi Roti Long John yang Disukai

74%
DAGING



15%
AYAM



11%
SOSIS



Bumbu Roti Long John yang Digemari

59%
LADAHITAM



19%
TERIYAKI



12%
MERCON



10%
KARI



Tambahan Isi yang Menarik

61%
JAMUR



20%
SAYUR



19%
JAGUNG



Jenis Roti Long John yang Digemari

60%
ROTI TONGKAT



29%
ROTI SOBEK



11%
ROTI TAWAR



Daya Tarik Roti Long John

78%
RASA



10%
UKURAN ROTI



9%
HARGA



3%
MEREK



Kreasi Isi SI ROTI PANJANG "LONG JOHN"



Untuk 4 porsi

Long John Klasik

Bahan:

500 gr tepung terigu protein tinggi
9 gr ragi instan
2 sdt garam
300 ml air
100 ml susu cair, untuk olesan

Bahan Pelapis Telur:

4 btr telur, kocok lepas
1/2 sdt garam
1/8 sdt merica bubuk
1 btg daun bawang, iris halus

Bahan Tumisan Isi:

100 gr daging giling
2 siung bawang putih, cincang
1/2 sdt garam
1/8 sdt merica bubuk

Bahan Pelengkap:

1/2 bh bawang bombay, iris
1 bh tomat, iris bulat
1 bh mentimun, iris
100 gr keju parut
100 gr saus sambal

Cara Membuat:

1. Campurkan tepung terigu dan ragi instan sampai rata. Tuang air sedikit-sedikit sambil diuleni sampai elastis.
2. Tambahkan garam. Uleni sampai rata. Diamkan 40 menit sampai mengembang.
3. Kempiskan adonan. Bagi adonan menjadi 4 bagian.
4. Letakkan di atas loyang yang sudah diolesi margarin. Diamkan 90 menit sampai mengembang. Olesi susu cair.
5. Oven menggunakan api bawah pada suhu 200 derajat Celsius, 15 menit sampai matang. Sisihkan.
6. Tumisan isi, tumis bawang putih sampai harum. Masukkan daging giling. Aduk sampai berubah warna. Bubuhi garam, merica bubuk dan kari bubuk. Aduk sampai matang. Sisihkan.
7. Pelapis telur, aduk rata semua bahan. Tuang di atas pan datar. Letakkan roti yang sudah di belah 2 tidak putus di atasnya. Biarkan sampai menyokelat. Balikkan roti balut telur. Beri pelengkap dan tumisan isi. Tutup roti.



Untuk 4 porsi

Long John Ayam Jamur

Bahan Roti:

500 gr tepung terigu protein tinggi
1 bks ragi instan
50 gr gula pasir
2 btr telur
25 gr susu bubuk
220 ml air
75 gr margarin
1 sdt garam

Bahan Tumisan Isi:

3 siung bawang putih, cincang
1/2 bh bawang bombay, cincang
100 gr ayam giling
100 gr jamur kalengan, iris
1/2 sdt garam
1/4 sdt merica bubuk
100 ml air
1 sdm saus tomat
1 sdt kecap manis
2 sdm minyak, untuk menumis

Bahan Pelapis Telur:

4 btr telur, kocok lepas
1/4 sdt garam
1/4 sdt merica bubuk
1 btg daun bawang, iris halus

Bahan Pelengkap:

5 lbr daun selada

100 gr keju cepat leleh, parut
1 bh mentimun, iris

Cara Membuat:

1. Uleni tepung, ragi, gula, telur, susu bubuk, dan air sampai kalisis.
2. Tambahkan margarin dan garam. Uleni sampai elastis. Diamkan 30 menit sampai mengembang.
3. Kempiskan adonan. Bagi adonan menjadi 4 bagian. Bulatkan. Pipihkan. Gulung memanjang.
4. Oven menggunakan suhu 190 derajat Celsius, 15 menit sampai matang. Sisihkan.
5. Tumisan isi, panaskan minyak, tumis bawang putih dan bawang bombay sampai harum. Tambahkan ayam giling. Aduk sampai berubah warna.
6. Masukkan jamur. Aduk rata. Bubuhi garam dan merica bubuk. Aduk rata.
7. Bubuhi saus tomat, kecap manis dan air. Aduk sampai matang. Sisihkan.
8. Pelapis telur, aduk rata semua bahan. Aduk rata. Tuang di atas pan datar. Letakkan roti di atasnya. Setelah menyokelat, balikkan roti balut telur. Biarkan sampai kedua sisinya menyokelat.
9. Beri pelengkap dan tumisan isi di atas roti. Coret-coret mayones dan saus sambal. Tutup roti.

MODIFIKASI

Roti Long John



Peluang
Usaha
SAJI



Long John Kori

Gunakan resep roti pada resep Long John Klasik. Tambahkan 1 sdt kari bubuk ke dalam bahan tumisan isi.



Long John Teriyaki

Gunakan resep roti pada resep Long John Klasik. Tambahkan 1 sdm saus teriyaki siap pakai ke dalam bahan tumisan isi.



Long John Mercon

Gunakan resep roti pada resep Long John Klasik. Tambahkan irisan 20 bh cabai rawit merah ke dalam bahan tumisan isi.



Long John Lada Hitam

Gunakan resep roti pada resep Long John Klasik. Tambahkan 1 sdm saus tiram, 1 sdm kecap manis, dan 1/2 sdt merica hitam kasar ke dalam bahan tumisan isi.

Long John Ayam Jagung

Gunakan resep roti pada resep Long John Ayam Jamur. Ganti bahan jamur pada bahan tumisan isi dengan 100 gr jagung pipil.



Long John Tuna Mayo

Gunakan resep roti pada resep Long John Ayam Jamur. Ganti bahan ayam giling dengan suwiran 100 gr ikan tuna yang dikukus terlebih dahulu pada bahan tumisan isi.



Long John Ayam Barbeque

Gunakan resep roti pada resep Long John Ayam Jamur. Tambahkan coretan 100 gr saus barbeque sebagai bahan pelengkap pada saat penyajian.



Long John Makaroni Keju

Gunakan resep roti pada resep Long John Ayam Jamur. Ganti bahan jamur dengan 100 gr makaroni yang sudah direbus ke dalam bahan tumisan isi.



Risotto Ala Italia

BIKIN SI KECIL 12 BULAN+ LAHAP MAKAN

Bagi Sajiers yang sedang bingung mengombinasikan bahan-bahan makanan buat si kecil usia 12 bulan+ yang kerap bosan makan, kini saatnya mencoba membuat Risotto ala Italia, yang pasti bikin si kecil jadi makin lahap makannya.

RESEP: MONICA NOVARA HARDINI, S.GZ

1. Risotto Udang Brokoli



Bahan:

- 45 gr beras, cuci bersih
- 50 gr udang kupas, cincang kasar
- 25 gr brokoli, potong kecil
- 1 siung bawang putih, memarkan, cincang halus
- 1 btr bawang merah, cincang halus
- 1 lbr daun salam
- 300 ml kaldu ayam
- 20 gr keju cheddar, parut
- 1 sdt minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak, tumis bawang putih dan bawang merah hingga harum. Tambahkan daun salam. Aduk rata. Masukkan udang. Aduk hingga udang berubah warna.
2. Masukkan beras dan brokoli. Aduk rata.
3. Tuang 1/2 bagian kaldu. Aduk sampai meresap. Tambahkan sisa bagian kaldu. Masak kembali sampai meresap.
4. Taburi keju. Aduk rata.
5. Tuang ke dalam piring saji. Sajikan hangat.

Estimasi Kandungan Gizi:

	Per Resep	Per Porsi
Energi	324 kkal	162 kkal
Karbohidrat	37 gr	18,5 gr
Protein	16,2 gr	8,1 gr
Lemak	12,2 gr	6,1 gr

2. Risotto Ayam Labu Kuning



Bahan:

- 40 gr beras, cuci bersih
- 50 gr ayam fillet, cincang kasar
- 30 gr daging buah labu kuning, tanpa kulit dan biji, potong dadu kecil
- 1 btr bawang merah, cincang halus
- 1 lbr daun salam
- 20 gr keju cheddar, parut
- 1 btg daun seledri, cincang halus
- 300 ml kaldu ayam
- 1 sdt minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak, tumis bawang merah hingga harum. Masukkan daun salam dan daging ayam. Aduk hingga daging ayam berubah warna.
2. Tambahkan beras dan labu kuning. Aduk rata.
3. Tuang 1/2 bagian kaldu. Aduk sampai meresap. Tambahkan sisa bagian kaldu. Masak kembali sampai meresap.
4. Masukkan keju parut. Aduk rata.
5. Tuang ke dalam piring saji. Taburi seledri. Sajikan hangat.

Estimasi Kandungan Gizi:

	Per Resep	Per Porsi
Energi	313,2 kkal	156,6 kkal
Karbohidrat	33,6 gr	16,8 gr
Protein	17,8 gr	8,9gr
Lemak	11,7 gr	5,7gr

3. Risotto Daging dan Tomat



Bahan:

- 50 gr beras, cuci bersih
- 50 gr daging sapi giling
- 1 btr bawang merah, cincang halus
- 1 siung bawang putih, cincang halus
- 1 lbr daun salam
- 25 gr tomat merah, tanpa kulit dan biji, cincang kasar
- 300 ml kaldu daging
- 20 gr keju cheddar, parut
- 1 btg daun bawang, iris halus
- 1 sdm minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak, tumis bawang merah dan bawang putih hingga harum. Masukkan daun salam dan daging sapi. Aduk hingga daging berubah warna.
2. Tambahkan beras dan tomat. Aduk rata. Masukkan daun bawang. Aduk rata.
3. Tuang 1/2 bagian kaldu. Aduk sampai meresap. Tambahkan sisa bagian kaldu. Masak kembali sampai meresap.
4. Masukkan keju parut. Aduk rata.
5. Tuang ke dalam piring saji. Sajikan hangat.

Estimasi Kandungan Gizi:

	Per Resep	Per Porsi
Energi	395,7 kkal	197,8 kkal
Karbohidrat	41 gr	20,5 gr
Protein	16,5 gr	8,2 gr
Lemak	18,3 gr	9,1 gr



Saran Makan Untuk Bayi MPASI (Usia 6 Bulan+)

Setiap resep selingan buah masing-masing dapat menghasilkan 2 porsi. Namun bila dirasa porsi masih terlalu banyak bagi bayi, Sajiers bisa membaginya menjadi 3 porsi, sehingga tabel nilai gizi pada tiap resep tinggal dibagi 3.

Untuk bayi usia 6 bulan, pemberian MPASI sebaiknya dilakukan bertahap. Di awal bisa diberikan selingan buah sebanyak 2-3 sendok makan setiap kali makan. Jadwal makan si kecil disarankan 2 kali dalam sehari, di sela pemberian ASI setiap 2-3 jam sekali (sekehendak bayi ingin menyusui). Misalnya, pukul 06.00 ASI, 09.00 MPASI (selingan buah). Dilanjutkan pukul 12.00 ASI, 15.00 ASI, 18.00 MPASI (selingan buah), dan pukul 21.00 ASI.

Seiring waktu dan perkembangan usia bayi, frekuensi pemberian MPASI bisa ditingkatkan, dari 2x dalam sehari menjadi 3x dalam sehari. Artinya, setelah selama 1-2 minggu mendapatkan MPASI pertama dan bayi sudah mengalami penyesuaian, berikutnya bisa ditambahkan porsinya.



Bakso Aci Ceker

 8 porsi

Bahan:

100 gr	daging sapi sengkak, potong-potong
1 1/2 sdt	garam kasar
1/2 sdt	poly powder
2 bh	putih telur
250 gr	es serut
1/8 sdt	penyedap rasa
1 siung	bawang putih, haluskan
1/2 sdt	merica bubuk
1/2 sdm	bawang putih goreng
1/2 sdm	bawang merah goreng
250 gr	tepung sagu aren

Bahan Kuah:

5 siung	bawang putih, goreng utuh, memarkan
500 gr	ceker ayam ukuran besar
3.500 ml	air
3 btg	seledri, ikat
3 btg	daun bawang, ikat
1 1/2 sdt	garam
1/2 sdt	merica bubuk
1 sdt	gula pasir
50 gr	bawang merah goreng

Cara Membuat:

- Masukkan daging sapi dan garam ke dalam food processor. Giling sebentar sampai agak lembut.
- Masukkan poly powder, putih telur, es serut, penyedap rasa, bawang putih, merica bubuk, bawang putih goreng, dan bawang merah goreng. Giling kembali sampai lembut.
- Tambahkan tepung sagu. Giling rata sampai lembut dan kalis.
- Ambil sedikit adonan. Bentuk bulat. Masukkan ke dalam air hangat. Rebus sampai matang dan terapung. Tiriskan.
- Rebus ceker bersama seledri dan daun bawang di atas api kecil sampai berkaldu.
- Bubuhi bawang putih goreng, garam, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata. Masak sampai mendidih.
- Tambahkan bawang merah goreng. Aduk menyebar.
- Sajikan bakso bersama pelengkap, kuah, dan sambal.

VARIASI BAKSO ACI

Hangat Berkuah Gurih

Jajanan khas kaki lima asal Jawa Barat, Bakso Aci, makin disukai karena teksturnya yang kenyal, cita rasa kuahnya yang gurih, plus pelengkap yang bikin tambah sedap. Disajikan hangat dengan sambal pedas, wah, bikin enggak cukup makan semangkuk! Potensial buat dijadikan ide jualan.



Bakso Aci

 6 porsi

Bahan:

200 gr	daging sapi sengkak, potong-potong
1 1/4 sdt	garam kasar
1/2 sdt	poly powder
2 bh	putih telur
250 gr	es serut
1 siung	bawang putih, haluskan
1/8 sdt	merica bubuk
1/2 sdm	bawang merah, goreng
1/2 sdm	bawang putih, goreng
200 gr	tepung sagu

Bahan Kuah:

5 siung	bawang putih, goreng utuh, memarkan
750 gr	tulang sapi
3.500 ml	air
3 btg	seledri, ikat
3 btg	daun bawang, ikat
2 sdm	garam
1/4 sdt	merica bubuk
2 sdm	gula pasir
50 gr	bawang merah goreng

Cara Membuat:

- Masukkan daging sapi dan garam kasar ke dalam food processor. Giling sebentar sampai agak lembut.
- Tambahkan poly powder, putih telur, es serut, bawang putih, merica bubuk, bawang putih goreng, dan bawang merah goreng. Giling kembali sampai lembut.
- Masukkan tepung sagu. Giling sampai kalis.
- Ambil sedikit adonan. Bentuk bulat. Masukkan ke dalam air panas. Rebus sampai matang dan terapung. Tiriskan.
- Kuah, rebus tulang sapi, air, seledri, dan daun bawang di atas api kecil sampai berkaldu.
- Tambahkan bawang putih goreng, garam, merica bubuk, dan gula pasir. Masak di atas api sedang sampai mendidih.
- Tambahkan bawang merah goreng. Sajikan bakso bersama pelengkap, kuah, dan sambal.

Bakso Aci Pangsit Kuah



 6 porsi

Bahan:

200 gr	daging sapi sengkak segar tanpa dicuci, potong-potong
1 1/4 sdt	garam kasar
1/2 sdt	poly powder
2 bh	putih telur
250 gr	es serut
1/8 sdt	penyedap rasa
1 siung	bawang putih, haluskan
1/8 sdt	merica bubuk
1/2 sdm	bawang putih goreng
1/2 sdm	bawang merah goreng
200 gr	tepung sagu aren
15 bh	kulit pangsit siap pakai

Bahan Kuah:

750 gr	tulang sapi
3.500 ml	air
3 btg	seledri, ikat
3 btg	daun bawang, ikat
2 sdm	garam
1/4 sdt	merica bubuk
2 sdm	gula pasir
50 gr	bawang merah goreng

Bumbu Halus:

6 siung	bawang merah
3 siung	bawang putih
4 bh	cabai merah besar
3 bh	cabai rawit merah

Cara Membuat:

- Masukkan daging sapi dan garam ke dalam food processor. Giling sebentar sampai agak lembut.
- Masukkan poly powder, putih telur, es serut, penyedap rasa, bawang putih, merica bubuk, bawang putih goreng dan bawang merah goreng. Giling kembali sampai lembut.
- Tambahkan tepung sagu. Giling rata sampai lembut dan kalis.
- Ambil sedikit adonan. Bentuk bulat. Sisakan adonan sebagian, untuk isi pangsit. Masukkan adonan bakso aci dan pangsit yang sudah diisi ke dalam air hangat. Rebus sampai matang dan terapung. Tiriskan.
- Rebus tulang sapi, air, seledri, dan daun bawang di atas api kecil sampai berkaldu.
- Tumis bumbu halus sampai harum. Masukkan ke dalam rebusan kaldu.
- Bubuhi garam, merica bubuk, dan gula pasir. Masak sampai mendidih. Tambahkan bawang merah goreng. Aduk rata.
- Sajikan bakso bersama pelengkap, kuah, dan sambal.

Seblak Bakso Aci

 4 porsi

Bahan:

150 gr	daging sapi sengkak, potong-potong
1 1/4 sdt	garam kasar
100 gr	lemak sapi, cincang
1/2 sdt	poly powder
2 bh	putih telur
250 gr	es serut
1/8 sdt	penyedap rasa
1 siung	bawang putih, haluskan
1 sdt	garam
1/2 sdt	merica bubuk
1/2 sdm	bawang putih goreng
1/2 sdm	bawang merah goreng
2.500 gr	tepung sagu aren

Bahan:

100 gr	kerupuk kanji oranye, rendam
1 btr	telur, kocok lepas
3 btg	caisim, potong 2 cm
300 ml	air
1 1/4 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1/2 sdt	gula pasir
1 btg	daun bawang, iris
2 sdm	minyak, untuk menumis

Bumbu Halus:

2 btr	bawang merah
-------	--------------

Bahan:

2 siung	bawang putih
2 cm	kencur
4 bh	cabai merah besar, buang biji

Cara Membuat:

- Bakso aci, masukkan daging sapi dan garam kasar ke dalam food processor. Giling sebentar sampai agak lembut.
- Masukkan poly powder, putih telur, es serut, penyedap rasa, bawang putih, garam, merica bubuk, bawang putih goreng, dan bawang merah goreng. Giling kembali sampai lembut.
- Tambahkan tepung sagu. Giling rata sampai lembut dan kalis. Tambahkan lemak sapi. Aduk rata.
- Ambil sedikit adonan. Bentuk bulat. Masukkan ke dalam air panas. Rebus sampai matang dan terapung. Tiriskan.
- Tumis bumbu halus sampai harum. Sisihkan di pinggir wajan. Tambahkan telur. Aduk sampai berbutir.
- Masukkan bakso aci dan caisim. Aduk sampai caisim layu.
- Tambahkan kerupuk kanji. Aduk rata. Bubuhi garam, merica bubuk, gula dan air. Aduk rata. Masukkan daun bawang. Aduk menyebar. Masak sampai matang.



Minggu Ke-3:

- 1**
- UDANG PAPRIKA MASAK JAMUR
 - Tumis Taoge Petai Cina
 - Gimbali Tahu Goreng

- 2**
- IKAN BAKAR DABU DABU
 - Nangka Muda Masak Petai Gurih
 - Bala Bala Jagung Kangkung

- 3**
- TELUR PUYUH OSENG BUNCIS
 - Semur Ayam Bumbu Goreng
 - Perkedel Kucai

- 4**
- ONCOM MASAK KUCAI PEDAS
 - Pecak Gurame
 - Sayur Asam Merah

Minggu Ke-4:

- 1**
- PINDANG IGA
 - Tumis Baby Pokooy
 - Bola Bola Jamur Tahu

- 2**
- KERANG GORENG SAUS TIRAM
 - Sup Lobak Kembang Tahu
 - Telur Dadar Petai

- 3**
- BUNTIL DAUN SINGKONG
 - Ayam Pop
 - Tahu Goreng Komet

- 4**
- SAYUR LABU TERI
 - Ikan Kuwe Bakar Kallo
 - Sambal Tempe Kemangi



1 Udang Paprika Masak Jamur

Untuk 4 Porsi

Bahan:

400 gr	udang jerbung, kerat punggung
1/2 sdt	garam
1 sdt	air jeruk nipis
2 siung	bawang putih, cincang halus
1/2 bh	bawang bombay, potong kotak
2 cm	jahe, memarkan
100 gr	jamur merang, belah 2 bagian
75 gr	paprika merah, potong kotak
100 gr	paprika kuning, potong kotak
1 sdt	kecap ikan
1 sdt	kecap jamur
3/4 sdt	garam
1/2 sdt	gula pasir
50 ml	air
1 sdm	minyak, untuk menumis

Cara membuat:

1. Lumuri udang dengan garam dan air jeruk nipis. Diamkan selama 20 menit.
2. Tumis bawang putih, bawang bombay, dan jahe sampai harum. Masukkan udang. Aduk sampai berubah warna.
3. Tambahkan jamur merang, paprika merah, dan paprika kuning. Aduk rata. Bubuhi kecap ikan, kecap jamur, garam, dan gula pasir. Aduk rata.
4. Tuang air. Aduk rata. Masak sampai matang.

3 Telur Puyuh Oseng Buncis

Untuk 4 Porsi

Bahan:

15 btr	telur puyuh rebus, goreng berkulit
10 bh	jantung ayam, masing-masing belah dua
3 siung	bawang putih, iris tipis
8 btr	bawang merah, iris tipis
2 bh	cabai merah, iris tipis
2 cm	jahe
2 lbr	daun salam
2 cm	lengkuas, memarkan
100 gr	buncis, iris miring
2 sdm	kecap manis.
3/4 sdt	garam
1/2 sdt	merica bubuk
200 ml	air
2 sdm	minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih, bawang merah, cabai merah, jahe, daun salam, dan lengkuas sampai harum.
2. Masukkan telur puyuh dan jantung ayam. Aduk sampai berubah warna. Tumis sampai harum. Tambahkan buncis. Tumis sampai setengah layu.
3. Bubuhi kecap manis, garam, merica bubuk. Aduk sampai semua bahan terbalut bumbu. Tuangkan air. Masak sampai meresap.



2 Ikan Bakar Dabu-Dabu

Untuk 4 Porsi

Bahan:

4 ekor	ikan ekor kuning ukuran kecil, kerat-kerat	10 bh	cabai rawit hijau, potong miring
1 sdt	air jeruk nipis	1 sdm	air jeruk lemon
		1/4 sdt	garam

Bumbu Halus:

3 cm	kunyit, bakar
5 siung	bawang putih
2 cm	jahe
1/2 sdm	garam
1/2 sdt	merica bubuk

Bahan Olesan (Aduk rata):

3 sdm	margarin, lelehkan
100 ml	kecap manis
2 sdt	kecap asin
2 sdm	madu

Bahan Sambal Dabu-Dabu (Aduk Rata):

2 bh	tomat, buang biji
5 siung	bawang merah, potong-potong

Cara Membuat:

1. Rendam ikan di dalam campuran bumbu halus dan air jeruk nipis. Diamkan 1 jam di dalam lemari es.
2. Panaskan pan yang sudah diolesi tipis minyak. Panggang ikan sambil dioles bahan olesan sambil dibolak-balik sampai kedua sisinya matang.
3. Sajikan ikan bersama sambal dabu-dabu.

4 Oncom Masak Kucai Pedas

Untuk 4 Porsi

Bahan:

400 gr	oncom, bakar, potong kotak kecil	5 bh	cabai merah keriting
		2 cm	kenour
		1 bh	tomat

75 gr	leunca
2 lbr	daun salam
2 cm	lengkuas, memarkan
5 bh	cabai rawit merah, iris
1 1/4 sdt	garam
1 sdt	gula merah sisir
5 btg	daun kucai, potong 2 cm
	daun bawang, potong 1 cm
1 btg	air
150 ml	minyak, untuk menumis

Bumbu Halus:

7 btr	bawang merah
3 siung	bawang putih

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus, daun salam, lengkuas, dan cabai rawit sampai harum.
2. Tambahkan oncom dan leunca. Aduk rata.
3. Tuang air. Aduk rata. Masukkan daun bawang. Aduk menyebar.
4. Bubuhi garam dan gula merah. Aduk rata. Masukkan kucai. Aduk sampai harum dan matang.



1 Pindang Iga

Untuk 4 Porsi

Bahan:

- 5 bh belimbing wuluh, belah dua memanjang
- 6 bh tomat hijau, belah dua
- 4 bh cabai merah besar, bakar, belah dua memanjang
- 750 gr iga sapi
- 2.000 ml air
- 10 bh cabai rawit merah
- 2 lbr daun salam
- 1 sdm garam
- 1 sdt gula pasir
- 1/8 sdt merica bubuk
- 1 sdm air jeruk lemon

Bumbu Bakar:

- 8 btr bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 3 cm jahe
- 6 cm kunyit

Cara Membuat:

1. Haluskan bawang merah, bawang putih, jahe, dan kunyit.
2. Rebus iga hingga mendidih berkaldau. Ukur kaldunya 1.750 ml.
3. Didihkan kembali kaldau. Tambahkan bumbu halus, tomat hijau, cabai rawit merah, cabai merah bakar, dan daun salam. Bubuhi garam, gula pasir, dan merica. Rebus sampai bumbu meresap.
4. Menjelang diangkat, tambahkan air jeruk lemon. Rebus kembali sampai mendidih.

2 Kerang Goreng Saus Tiram

Untuk 4 Porsi

Bahan:

- 300 gr kerang hijau
- 1/4 sdt garam
- 1/4 sdt merica bubuk
- 2 siung bawang putih, parut
- 1/2 sdt kecap ikan
- 2 sdm minyak, untuk menumis
- 500 ml minyak, untuk menggoreng

Bahan Pelapis:

- 25 gr tepung serbaguna
- 125 gr tepung terigu protein sedang
- 1 sdt cabai bubuk

Bahan Saus Tiram:

- 3 siung bawang putih, cincang halus
- 1 bh cabai hijau, iris serong
- 25 gr kacang polong
- 2 sdm saus tiram
- 300 ml air
- 1 sdt maizena dan 1 sdt air, larutkan

Cara Membuat:

1. Lumuri kerang hijau dengan garam, merica bubuk, bawang putih, dan kecap ikan. Diamkan 20 menit di lemari es.
2. Gulingkan kerang di atas bahan pelapis hingga terbalut rata. Celupkan ke dalam air es. Gulingkan kembali di atas tepung pelapis.
3. Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang sampai matang. Tiriskan.
4. Saus. Tumis bawang putih dan cabai hijau sampai harum. Masukkan kacang polong dan saus tiram. Aduk rata.
5. Tuang air sambil diaduk sampai mendidih. Kentalkan dengan larutan maizena. Aduk sampai meletup-letup.
6. Sajikan kerang bersama saus.

3 Buntill Daun Singkong

Untuk 4 Porsi

Bahan:

- 2 ikat daun singkong lebar, rebus sebentar
- 300 gr kelapa parut kasar
- 200 gr tempe, potong-potong
- 1 sdt garam
- 1 sdt gula pasir
- 50 gr petai cina
- 100 cm benang kasur, untuk mengikat

Bumbu Halus:

- 4 siung bawang putih
- 6 btr bawang merah
- 6 bh cabai merah keriting
- 1 cm lengkuas
- 1 btg serai, ambil bagian putihnya, memarkan
- 1 cm jahe
- 1 lbr daun jeruk, buang tulang daunnya
- 2 cm kenour

Bahan Kuah:

- 2000 ml santan, dari 1 btr kelapa
- 6 bh cabai rawit merah utuh
- 6 bh cabai rawit hijau utuh
- 2 lbr daun salam
- 2 btg serai, ambil bagian putihnya, memarkan
- 6 bh cabai merah keriting, haluskan
- 10 btr bawang merah, haluskan
- 1 sdt ketumbar
- 4 sdt garam
- 2 sdt gula pasir

Cara Membuat:

1. Campurkan kelapa parut, tempe, petai cina dan bumbu halus. Aduk rata.
2. Ambil 6 lembar daun singkong. Sendokkan campuran kelapa parut ke atas daun singkong. Lipat kanan dan kiri daun singkong. Bungkus bentuk kotak. Ikat kencang dengan benang kasur.
3. Kukus di atas api sedang, 30 menit sampai matang.
4. Kuah, rebus semua bahan kuah sampai mendidih.
5. Masukkan buntill. Masak sampai kuah mengental.

4 Labu Masak Teri

Untuk 4 Porsi

Bahan:

- 1 bh labu siam, potong korek api
- 1/2 bh tahu cina, potong 2 x4 cm, goreng berkulit, tiriskan
- 50 gr teri, goreng sebentar, tiriskan
- 1 papan petai, potong-potong
- 300 ml santan, dari 1/4 butir kelapa
- 2 lbr daun salam
- 2 cm lengkuas, memarkan
- 1/4 sdt garam
- 1/4 sdt gula pasir
- 50 gr krecek

Bumbu Halus:

- 1/2 sdt terasi
- 5 btr bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 2 bh cabai merah keriting
- 1 sdt ketumbar
- 3 cm kunyit

Cara Membuat :

1. Rebus santan, bumbu halus, daun salam, dan lengkuas sambil diaduk hingga mendidih.
2. Tambahkan labu, tahu goreng, teri goreng, dan krecek. Aduk rata.
3. Bubuhi garam dan gula. Aduk rata. Masak sampai semua bahan matang.

"Gemesis Kulit Wajahmu" dengan YOUVIT x ERHA Collagen

Sebagai pionir dalam gummy multivitamin untuk dewasa di Indonesia, Youvit berkolaborasi dengan Erha, yang sudah lebih dari satu dekade menjadi spesialis perawatan kulit, menghadirkan cara baru yang inovatif namun simple untuk mempertahankan keremajaan kulit.

Kolaborasi antara brand vitamin dan perawatan kulit ini merupakan yang pertama kalinya di Indonesia, menghadirkan Youvit x Erha Collagen, perpaduan suplemen kolagen 1.000 mg dan vitamin C dalam format gummy kualitas premium yang inovatif, dengan rasa strawberry yang enak.

Youvit x Erha Collagen berfungsi menutrisi kulit dari dalam, mengurangi garis-garis halus, dan menjaga elastisitas kulit, sehingga kulit tampak lebih muda dengan hanya mengonsumsi dua gummy setiap hari.

"Kami bangga mempersembahkan kolaborasi antara Youvit dan Erha yang menciptakan cara baru dalam mempertahankan keremajaan kulit, melalui suplemen kolagen berbentuk gummy yang simple, enak rasanya, dan lengkap bagi perempuan dan laki-laki usia 25-38 tahun," tutur Wouter van der Kolk, CEO PT You Indonesia.

"Kolaborasi Erha dan Youvit mendorong kami menghasilkan produk kesehatan-kecantikan yang inovatif, juga mudah dijangkau konsumen," imbuh Alfons Sindupranata, CEO Arya Noble Dermatology.

"Banyak yang belum sepenuhnya menyadari, perawatan kulit dari dalam harus dimulai sejak usia muda dan tentu membutuhkan komitmen jangka panjang agar hasilnya lebih baik," ungkap Rachel Olsen B.Sc, Nutrition Expert Youvit. Menurut Rachel, sejak usia pertengahan hingga akhir 20-an, kolagen mulai berkurang dan menyebabkan kulit menjadi lebih kering dan tipis. Elastisitas kulit pun menurun dan menyebabkan munculnya garis-garis halus.

"Di samping pertambahan usia, gaya hidup kurang tidur, kurang asupan nutrisi dan air, sering terpapar sinar matahari dan polusi udara, merokok, atau konsumsi alkohol juga bisa mengakibatkan kolagen pada kulit semakin berkurang," tutur Nutrition Expert YOUVIT Puteri Aisyaffa S. Gz, RD.



Perawatan kulit secara topikal akan jauh lebih baik jika didukung perawatan kulit dari dalam untuk hasil optimal. "Kolagen diperlukan dalam struktur kulit dan pertahanan elastisitas kulit. Konsumsi kolagen secara rutin akan melengkapi penggunaan perawatan kulit secara topikal dalam menjaga kesehatan kulit," ungkap Angelyn Bunardi, VP Product - Erha Skincare.

Berdasarkan pengalaman Beauty Vlogger Heidiana Tjahjadi, make-up yang diaplikasikan sering kali tak tampil maksimal ketika kita mengabaikan perawatan kulit. Itu sebabnya, perawatan kulit menjadi penting diperhatikan agar bisa terus sukses di bidang kecantikan yang ia geluti.

"Youvit x Erha Collagen benar-benar unik. Dilengkapi kemasan yang praktis dibawa ke mana saja, format gummy yang mudah dikonsumsi dan tinggal kunyah, dan rasa strawberry-nya yang enak, sangat cocok bagi kesehariannya yang super sibuk, tapi tetap bisa merawat kulit," ungkap Heidi.

Produk terbaru ini diluncurkan pertama kali secara eksklusif dan online di marketplace Shopee pada 22-28 Februari 2021 dan Tokopedia pada 1-3 Maret 2021. Melalui jaringan toko offline, produk ini akan dijual resmi di Guardian, Ranch Market, Farmers Market, Food Hall, dan Lion Super Indo pada Maret 2021.

Youvit x Erha Collagen juga bisa ditemukan di seluruh jaringan klinik Erha, Erha Store Botani Square Bogor & Trans Studio Mall Cibubur, website erhastore.co.id dan Erha official store di e-commerce. Sajiers pun bisa mendapatkannya dengan promo menarik untuk setiap pembelian 2 (dua) kemasan Youvit x Erha Collagen akan mendapatkan make-up pouch bermotif strawberry.

Untuk mendukung peluncuran produk baru ini, Youvit dan Erha mengajak para followers berkreasi kreatif mungkin membuat video TikTok, memamerkan gaya seru dan kulit kenyal bersama teman-teman.

Youvit juga secara khusus mempersembahkan filter Instagram #GemesisKulitWajahmu yang bisa didapatkan melalui akun Instagram @Youvitforlife. Filter Instagram ini membuat kulit wajah tampak lebih halus, kenyal, dan lebih muda, untuk menunjukkan hasil akhir yang bisa didapatkan jika mengonsumsi Youvit x Erha Collagen secara rutin.

Kulit sehat bisa dimiliki sejak dini lewat rutinitas perawatan kulit, tak hanya dari luar tapi juga dari dalam dengan mengonsumsi Youvit x Erha Collagen. "Gemesis kulit wajahmu" sekarang dan #AlamiKenyalnya!

TEKS: INTAN YS, FOTO: DOK. YOUVIT & PT ASTRA | VISUAL: ANITA O.

Royakan HUT ke-64

Astra Kurangi 420 Ton Sampah Plastik



Pengolahan sampah plastik dilakukan melalui program 6R: refine, reduce, reuse, recycle, recovery, retrieve to energy, tak hanya menghasilkan produk kerajinan tangan, tapi juga bahan bakar.

Hingga kini, gerakan Semangat Kurangi Plastik diikuti perusahaan-perusahaan Grup Astra dan yayasan di bawah naungan Astra, melibatkan masyarakat luas untuk ikut serta mengurangi pencemaran lingkungan dari limbah ini.

Inspirasi bagi masyarakat luas ini juga ditunjukkan Kampung Berseri Astra (KBA) Pekayon, Bekasi Selatan, bersama-sama mengajak masyarakat untuk selalu sadar pentingnya mengurangi penggunaan sampah sekali pakai demi melestarikan lingkungan sekitarnya.

Berbagai aksi dilakukan guna menekan pengurangan sampah plastik sekali pakai di wilayah KBA Pekayon. Salah satunya melalui program Gerakan Mengurangi Plastik Pasar (Gempar) yang baru diluncurkan.

KBA Pekayon juga memiliki program bank sampah yang mengajak para warga memahami dalam memilah sampah, hingga para warga berhasil mengumpulkan 570 kg sampah plastik sekali pakai, serta program pemanfaatan minyak jelantah sebagai bahan dasar sabun organik.



KITA BANGKIT

Telah hadir jawaban untuk mengakhiri pandemi!

Tunggu dulu, ini bukan janji-janji

Atau angan-angan

Ini adalah sebuah keyakinan

Jawaban dari semua keraguan

Kita sudah punya solusinya

Dari protokol kesehatan

Sampai vaksin Covid-19

Yang belum kita punya

Hanya kemauan untuk melakukan

Kalau bisa vaksin sekarang, kenapa harus menunda?

Kalau ada protokol kesehatan, kenapa harus melanggar?

Kalau bisa beli produk lokal, kenapa harus beli dari negara tetangga?

Lakukan apa yang benar

Dan lakukan sekarang

Ayo ikut dalam misi menyelamatkan Indonesia!



Kitabangkit.id



media



Saji

PANDUAN MEMASAK & USAHA

RESEP TEMATIK

ANTIBOSAN
MENU MAKAN SIANG & MALAM
RASA ISTIMEWA



MENU MAKAN SIANG & MALAM

Sajiansedap.ID

SAJI EDISI 485 - TH XVIII | 3 - 16 MARET 2021

SAJI TEMATIK

RASA ISTIMEWA MAKAN SIANG & MALAM

Dengan mencoba semua resep-resep inspiratif dari SAJI ini, dijamin Sajierng enggak akan merasa bosan makan siang dan malam di rumah. Praktis dibuat dengan cita rasa super istimewa!



Lomi Masak Tiram

Lomi Masak Tiram

Untuk 4 porsi

Bahan:

- 200 gr lomi, seduh hingga lunak
- 3 siung bawang putih, cincang kasar
- 1 bh bawang bombay, cincang
- 2 btr telur
- 100 gr ikan kakap fillet, potong kotak 2 cm
- 100 gr wortel, potong korek api
- 5 lbr kol, potong 1 cm

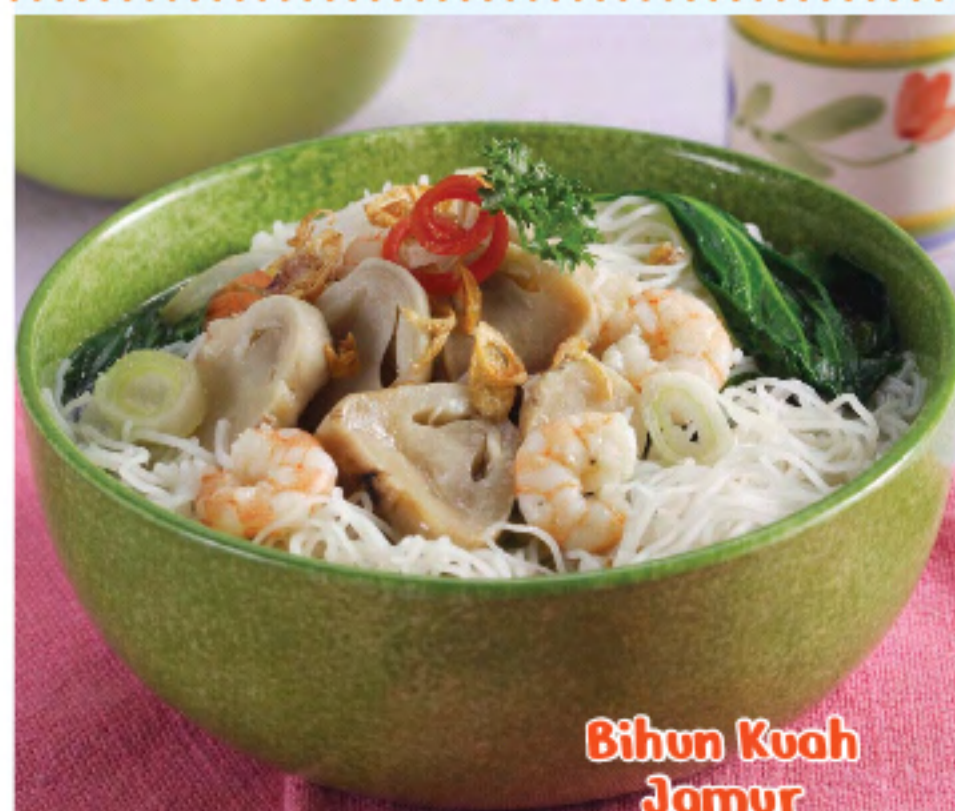
- 100 gr pokcooy, potong-potong
- 50 gr taoge
- 2 sdt kecap ikan
- 2 sdm saus tiram
- 1/2 sdt garam
- 1/2 sdt gula pasir
- 1/4 sdt merica bubuk
- 150 ml air
- 1 btg daun bawang, potong 2 cm
- 1 sdm minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Tumis bawang putih dan bawang bombay sampai harum. Sisihkan di

pinggir wajan. Tambahkan telur. Aduk sampai berbutir.

2. Masukkan ikan kakap. Aduk sampai berubah warna.
3. Tambahkan wortel, kol, pokcooy, dan taoge. Aduk sampai setengah layu.
4. Masukkan lomi. Aduk rata. Bubuhi kecap ikan, saus tiram, garam, gula pasir, dan merica bubuk. Aduk rata.
5. Tuang air. Aduk rata. Masak sampai matang. Menjelang diangkat, taburi daun bawang. Aduk menyebar.



Bihun Kuah Jamur

Bihun Kuah Jamur

Untuk 4 porsi

Bahan:

- 100 gr bihun
- 2 siung bawang putih, cincang halus
- 75 gr udang api api kupas
- 150 gr jamur merang, potong 2 bagian
- 1 ikat pokcooy
- 1 sdm garam

- 1/8 sdt merica bubuk
- 1 sdt gula pasir
- 1 btg daun bawang, potong-potong
- 1000 ml kaldu ayam
- 1/2 sdm minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Didihkan 1000 ml air. Masukkan bihun. Seduh sebentar. Angkat. Tiriskan
2. Panaskan minyak. Tumis bawang putih sampai harum. Masukkan udang.

Aduk sampai berubah warna.

3. Tambahkan jamur merang dan pokcooy. Aduk sampai setengah layu. Tuang kaldu ayam. Masak sampai mendidih.
4. Bubuhi garam, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata. Masak sampai matang.
5. Masukkan bihun dan daun bawang. Aduk rata. Masak sebentar. Angkat.

SAJI TEMATIK



Nasi Ayam Telur

Untuk 3 Porsi

Kwetiau Teriyaki Sosis

Untuk 4 porsi

Bihun Goreng Bumbu Kare

Untuk 6 porsi

Bahan:

600 gr nasi putih pulen

Bahan Telur:

3 btr telur, kocok lepas

Bahan:

500 gr kwetiau basah

Bahan:

200 gr bihun, seduh hingga lunak, tiriskan

Bahan Saus Siraman:

1/2 bh bawang bombay, cincang kasar

1/4 sdt garam

1/4 sdt merica bubuk

1 btg daun bawang, iris halus

1 sdm margarin

4 siung bawang putih, cincang kasar

1/2 bh bawang bombay, potong-potong

3 bh cabai hijau besar, iris serong

1 sdt jahe, parut

3 bh sosis ayam, iris miring

2 sdm saus teriyaki siap pakai

1 1/4 sdt garam

1/2 sdt gula pasir

1/2 sdt merica bubuk

100 ml air

2 sdm minyak, untuk menumis

1/2 sdm kecap ikan

1/2 sdm kecap manis

1/2 sdt minyak wijen

1 bks bumbu kare siap pakai

3 bh cabai hijau, iris serong

50 gr ebi, memarkan

1 bh paha ayam fillet, potong-potong

5 bh bakso ikan, iris halus

150 gr baby pokcooy, potong ujungnya

100 gr wortel, potong serong

2 btg daun bawang, potong 1 cm serong

100 gr taoge

1 sdt garam

1/2 sdt merica bubuk

100 ml kaldu ayam

1 sdm minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Telur, kocok telur, garam, merica bubuk, dan daun bawang. Panaskan margarin. Tuang telur. Orak-arik. Sisihkan.
2. Siraman, tumis bawang bombay hingga harum. Tambahkan ayam dan jagung. Aduk hingga berubah warna. Tuang kaldu ayam. Biarkan mendidih. Bubuhi garam dan merica bubuk. Aduk rata.
3. Kentalkan dengan larutan maizena. Aduk hingga meletup-letup. Taburi daun bawang. Aduk rata.
4. Tata nasi dan telur di atas piring saji. Siram saus siraman.

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih, bawang bombay, cabai hijau, dan jahe sampai harum. Tambahkan sosis. Aduk rata.
2. Masukkan kwetiau. Bubuhi saus teriyaki, garam, gula pasir, dan merica bubuk. Aduk rata.
3. Tuang air. Masak hingga matang dan meresap.

Cara Membuat:

1. Lumuri bihun dengan kecap ikan, kecap manis, dan minyak wijen. Aduk rata.
2. Panaskan minyak. Tumis bumbu kare sampai harum. Masukkan cabai hijau, ebi, dan paha ayam fillet. Aduk sampai paha ayam matang.
3. Tambahkan bakso ikan, baby pokcooy, wortel, daun bawang dan taoge. Aduk hingga setengah layu.
4. Masukkan bihun. Bubuhi garam dan merica bubuk. Aduk rata. Tuang kaldu ayam. Aduk sampai matang.

Mi Sayuran Hakka

Untuk 3 porsi



Bahan:

500 gr mi bulat ukuran sedang
 3 siung bawang putih, cincang kasar
 1/2 bh paprika hijau, iris panjang
 200 gr kol, iris halus
 2 bh wortel, iris korek api
 1 sdm kecap asin
 1 sdm saus sambal
 1 sdt garam
 1/2 sdt merica bubuk
 50 ml air
 2 sdm minyak, untuk menumis
 2 btg daun bawang, potong 1cm

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih dan paprika sampai harum.
2. Tambahkan kol dan wortel. Masak setengah layu.
3. Masukkan mi. Aduk rata.
4. Bubuhi kecap asin, saus sambal, garam, dan merica bubuk. Aduk rata. Tuang air. Masak sampai matang dan meresap.
5. Menjelang diangkat, taburi daun bawang. Aduk menyebar. Masak hingga matang.

SAJI TEMATIK



Nasi Bakmoy

Untuk 5 Porsi

Bahan:

1000 gr	nasi putih
2 btg	seledri, iris, untuk taburan
3 siung	bawang putih goreng, cincang halus/remahkan, untuk taburan
5 bh	kerupuk udang
2 bh	telur ayam, rebus, belah 2 bagian

Bahan Tumisan:

4 siung	bawang putih, cincang
2 bh	paha ayam, potong kotak kecil
200 gr	tahu, potong 1x1 cm, goreng sebentar
2 bh	kekian goreng, potong 1x1 cm
1/2 sdm	kecap asin
4 sdm	kecap manis
1 sdm	garam
1/2 sdt	merica bubuk
225 ml	air
1 btg	seledri, iris
1 sdt	minyak wijen
1 sdm	minyak, untuk menumis

Bahan Kuah:

1.000 ml	kaldu ayam
4 siung	bawang putih utuh, goreng, memarkan
1 btg	seledri, ikat
1 sdm	garam
1 sdt	gula pasir
1/4 sdt	merica bubuk

Cara Membuat:

1. Tumisan, tumis bawang putih sampai harum. Masukkan ayam. Aduk berubah warna.
2. Masukkan tahu dan kekian.
3. Bubuhi kecap asin, kecap manis, garam, dan merica bubuk. Aduk rata. Tuang air. Aduk sampai meresap.
4. Tambahkan seledri dan minyak wijen. Aduk rata. Sisihkan.
5. Kuah, rebus kaldu ayam, bawang putih, dan seledri sampai mendidih. Bubuhi garam, gula pasir, dan merica bubuk. Masak sampai mendidih.
6. Sajikan nasi putih bersama tumisan, taburan seledri dan bawang goreng, telur rebus, kerupuk udang, dan kuah.



Mi Caring Siram Telur Puyuh

Untuk 5 Porsi

Bahan:

150 gr	mi telur, rebus
12 btr	telur puyuh, rebus
1/2 bh	bawang bombay, iris panjang
2 siung	bawang putih, memarkan
2 cm	jahe, memarkan
1 bh	wortel, iris miring
100 gr	kembang kol, potong per kuntum
50 gr	jamur merang, belah dua
3 btg	caisim, potong-potong
3 sdm	saus tiram
1 sdm	kecap ikan
1 sdt	minyak wijen
1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
600 ml	kaldu ayam
2 btg	daun bawang, potong-potong
2 sdm	maizena, larutkan dengan 2 sdm air
1 sdm	minyak, untuk menumis
300 ml	minyak, untuk menggoreng

Cara Membuat:

1. Tata mi di atas saringan. Panaskan minyak. Masukkan mi sambil agak ditekan menggunakan saringan lain. Goreng sampai matang dan kering. Tiriskan.
2. Panaskan minyak untuk menumis. Tumis bawang bombay, bawang putih, dan jahe sampai harum.
3. Masukkan wortel, kembang kol dan jamur. Tumis sampai layu. Tambahkan caisim. Aduk hingga layu. Masukkan telur puyuh. Aduk rata.
4. Bubuhi saus tiram, kecap ikan, minyak wijen, garam dan merica bubuk. Aduk rata. Tuang kaldu ayam. Masak sampai mendidih. Tambahkan daun bawang. Aduk rata.
5. Kentalkan dengan larutan maizena. Aduk sampai meletup-letup. Sajikan mi bersama siraman kuahnya.



Spageti Ayam Katsu Saus Putih

Untuk 5 porsi

Bahan:

250 gr	spageti
2 sdm	margarin, untuk menumis
2 siung	bawang putih, dicincang halus
2 sdm	tepung terigu protein sedang
400 ml	susu cair
50 gr	keju cheddar parut
1 sdt	garam
1/2 sdt	merica hitam kasar
1 sdt	seledri, cincang halus, diperas

Bahan Ayam Katsu:

1 bh	dada ayam tanpa tulang, potong 2 bagian, potong kembali 2 bagian, memarkan
1/4 sdt	merica bubuk
1/4 sdt	garam
1/2 sdt	air jeruk nipis
300 ml	minyak, untuk menggoreng

Bahan Pelapis:

1 btr	telur, kocok lepas
150 gr	tepung panir putih halus

Cara Membuat:

1. Rebus spaghetti di dalam air mendidih. Tambahkan 1 sdm minyak. Rebus hingga matang. Tiriskan.
2. Ayam katsu, lumuri ayam dengan merica bubuk, garam, dan air jeruk nipis. Diamkan 15 menit. Celupkan ke dalam telur. Gulingkan di atas panir halus.
3. Goreng di dalam minyak yang sudah dipanaskan di atas api sedang hingga matang.
4. Saus, panaskan margarin. Tumis bawang putih hingga harum. Masukkan tepung terigu. Aduk hingga bergumpal. Tuang susu cair sedikit-sedikit hingga licin. Tambahkan keju parut, garam, dan merica hitam kasar. Aduk rata.
5. Sajikan pasta bersama chicken katsu, saus, dan taburan seledri cincang.



Fusilli Ikan Sarden Pedas

Untuk 6 porsi

Bahan:

300 gr	fusilli, rebus
1 kg	ikan sarden, tiriskan
2 siung	bawang putih, cincang halus
2 cm	jahe, memarkan
2 bh	cabai merah, buang biji, potong kotak
3 bh	cabai rawit, belah 2 bagian
150 ml	kuah sarden
2 sdm	saus tomat
2 sdm	saus sambal
1 sdt	garam
1/2 sdt	merica bubuk
50 ml	air
1 sdm	minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Tumis bawang putih dan jahe sampai harum. Masukkan cabai merah dan cabai rawit. Aduk sampai layu.
2. Masukkan kuah sarden, saus tomat, saus sambal, garam, dan merica bubuk. Aduk rata.
3. Tuang air. Masukkan ikan sarden. Aduk perlahan sampai air sedikit meresap.
4. Tata fusilli di atas piring. Siram dengan tumisan sarden.



Nasi Bayam

Untuk 4 porsi

Bahan:

1 ikat	bayam, siangi
600 gr	nasi putih dingin
3 siung	bawang putih, cincang kasar
1 btr	telur, kocok lepas
150 gr	dada ayam fillet, iris tipis melebar
50 ml	santan kental instan
1 sdt	kecap ikan
3/4 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1 sdm	minyak, untuk menumis

Cara Membuat:

1. Tumis bawang putih sampai harum. Masukkan telur. Aduk sampai berbutir kasar.
2. Tambahkan ayam. Aduk hingga berubah warna. Tuang santan dan tambahkan bayam. Aduk hingga setengah layu.
3. Tambahkan nasi putih, kecap ikan, garam, dan merica bubuk. Aduk sampai matang.



Nasi Gurih Sayuran

Untuk 3 porsi

Bahan:

200 gr	beras
2 siung	bawang putih, cincang halus
1 cm	jahe, memarkan
1 bh	wortel, potong kotak
50 gr	buncis, potong 1 cm
50 gr	kacang polong
1 1/4 sdt	garam
1/4 sdt	gula pasir
350 ml	kaldu ayam, dari rebusan tulang ayam
1 sdm	minyak, untuk menumis
3 bh	telur ceplok, untuk pelengkap

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih dan jahe sampai harum. Tambahkan beras. Aduk rata.
2. Tuang kaldu ayam. Aduk sampai meresap dan menjadi aron nasi. Masukkan wortel, buncis, kacang polong, garam, dan gula pasir. Aduk rata. Angkat.
3. Kukus di atas api sedang 45 menit sampai matang.
4. Sajikan bersama telur ceplok.



Nasi Jagung Ayam Suwir

Untuk 3 Porsi

Bahan:

500 gr	nasi putih
2 siung	bawang putih, cincang halus
75 gr	ayam tanpa tulang, rebus, suwir
150 gr	jagung manis pipil, rebus, tumbuk halus
1 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1 btg	daun bawang, iris halus
1 1/2 sdm	minyak, untuk menumis

Bahan Pelengkap:

1 sdm	bawang goreng
2 btr	telur, kocok lepas, buat dadar rawis

Cara Membuat:

1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih sampai harum. Tambahkan ayam, jagung manis, garam, dan merica bubuk. Aduk rata.
2. Tambahkan nasi putih dan daun bawang. Aduk rata.
3. Sajikan bersama pelengkap



Misoa Tahu Telur

Untuk 6 Porsi

Bahan:

50 gr	misoa
3 siung	bawang putih, memarkan
100 gr	dada ayam fillet, potong kotak
200 gr	tahu cina, potong kotak
2 1/2 sdt	garam
1/4 sdt	merica bubuk
1/2 sdt	gula pasir
1 btg	daun bawang, potong 1 cm
2 btr	telur, kocok lepas
1.500 ml	kaldu ayam

Cara Membuat:

1. Rebus kaldu ayam dan bawang putih sampai harum. Tambahkan ayam. Rebus sampai berubah warna.
2. Masukkan tahu cina. Aduk rata.
3. Bubuhi garam, merica bubuk, dan gula pasir. Aduk rata. Masak sampai matang.
4. Tambahkan misoa dan daun bawang. Aduk rata. Masak sampai mendidih.
5. Tuang telur kocok sedikit-sedikit sambil diaduk sampai berserabut. Masak sampai matang.