

# GO KITCHEN

Lisa Indriani, dkk.



ANEKA RESEP MASAKAN

Editor: Uswatun Hasanah, M.Pd.I

# GO KITCHEN



CV IQRO  
Penerbitan

ISBN 978-612-553-328-9



9 786025 533280

# GO KITCHEN

Oleh: Lisa Indriani, dkk.



CV.IQRO

PENERBITAN

# **GO KITCHEN**

ISBN: 978-602-5533-28-0

Penulis: Lisa Indriani, dkk.

Editor:

Uswatun Hasanah, M.Pd.I

Sampul dan Tata Letak: Tim CV. IQRO'

Cetakan Pertama, 2019

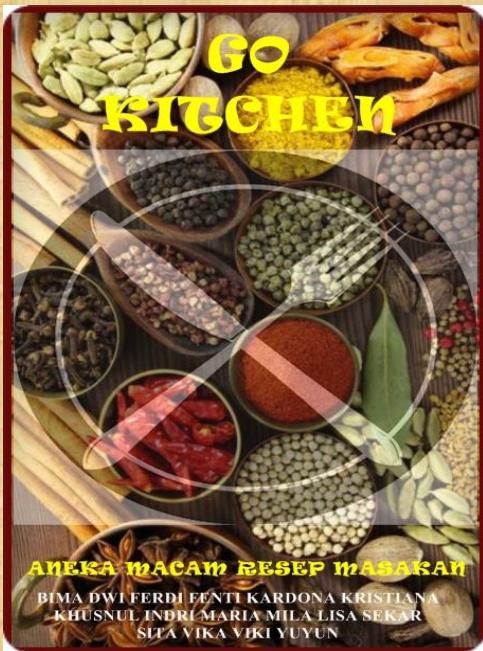
16 cm X 24 cm

85 halaman

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang

All Right Reserved

Penerbit: CV. IQRO, alamat: Jl. Jenderal A. Yani No.157 Iring  
Mulyo Kota Metro, Lampung, Telp: 081379404918, web:  
[iqrometro.co.id](http://iqrometro.co.id), e-mail: [team@iqrometro.co.id](mailto:team@iqrometro.co.id)



Oleh :

**Bima Maulana Yusuf, Dwi  
Rahmawati, Fenti Yuntobing, Kardona  
Hakim, Kristiana, Khusnul Khotimah,  
Indri Yuliani, Siti Komaria, Mila  
Anggraini, Lisa Indriani, Sekar  
Styaningrum, Sita Dinda Oktaviana, Vika  
Nurviana, Viki Nurviani, Yuyun  
Khasanah**

Editor

**Uswatun Hasanah, M.Pd.I.**

Penerbit

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran ALLAH SWT, atas karunianya kita masih diberi kesehatan pada hari ini, tak lupa solawat serta salam tercurahkan kepada nabi agung MUHAMMAD SAW, nabi akhir zaman yang kita nanti-nantikan syafaatnya di akhir zaman amin yarobal alamin.

Pada zaman sekarang memang bukan rahasia lagi, apabila banyak ibu-ibu yang tak bisa membuat resep masakan. Karena pada masa remajanya ia tak pernah belajar memasak atau membuat kue dan sebagainya. Sehingga ia hanya bisa memasak itu-itu saja.

Dengan tersusunnya buku ini, kami berharap dapat membantu ibu-ibu rumah tangga dan remaja dalam membuat masakan yang bermacam-macam sehingga suami betah makan di rumah. Didalam buku ini terdapat resep-resep masakan dari berbagai daerah yang mudah untuk di masak dirumah.

Semoga buku ini bermanfaat bagi para ibu-ibu dan remaja yang membaca buku ini agar lebih mudah dalam hal memasak dan kami memohon maaf apabila banyak kekurangan di buku ini.

Metro, 2 Mei 2019

Penyusun

## DAFTAR ISI

---

1. Tomat Telur Panggang.....	1	29. Sayur Lodeh Jawa Timur.....	29
2. Lumpia Telur Scrambled Pedas....	2	30. Sayur Lodeh Rebung Pedas.....	30
3. Sate Telur Gulung Pedas.....	3	31. Lodeh Pepaya Muda.....	31
4. Telur Petis.....	4	32. Lodeh Latah (labu siam tahu)....	32
5. Telur Balado.....	5	33. Tempe Mendoan.....	33
6. Telur Bumbu Bali.....	6	34. Bacem.....	34
7. Tumis Kangkung Saus Tiram.....	7	35. Steak Tempe.....	35
8. Tumis Tempe kacang panjang....	8	36. Sup Tahu Niso.....	36
9. Tumis Cumi Selera.....	9	37. Pepes Tahu.....	37
10. Tumis Terong Hijau.....	10	38. Pizza Tahu.....	38
11. Tumis Kikil Cabai Hijau.....	11	39. Tumis Oncom.....	39
12. Tumis Kulit Melinjo.....	12	40. Sambal Oncom.....	40
13. Tumis Jamur Tiram.....	13	41. Tongseng Jamur.....	41
14. Capcaii Kuah.....	14	42. Tahu Jamur Lada Hitam.....	42
15. Capcaii Udang Kuah Pedas.....	15	43. Jamur Super Crispy.....	43
16. Capcaii Ala Menu Sehat (no msg).	16	44. Sate Jamur Tiram Pedas.....	44
17. Capcaii Goreng Bakso Ayam.....	17	45. Omlet Jamur.....	45
18. Sayur Sop Bakso dan telur puyuh.	18	46. Tumis Pedas Jamur Wortel.....	46
19. Sup Bakso Jamur.....	19	47. Tumis Jamur Tiram Putih Buncis	47
20. Sup Daging Sapi Kental Pedas...	20	48. Abon Pedas Jamur Tiram.....	48
21. Sup Merah.....	21	49. Ayam Goreng Kremes.....	49
22. Ikan Pindang Balado.....	22	50. Ayam Betutu.....	50
23. Tumis Pindang Pedas Manis.....	23	51. Steak Ayam.....	51
24. Patin Asam Manis.....	24	52. Opor Ayam.....	52
25. Lodeh Tahu Puyuh Kacang.....	25	53. Chiken Katsu Crispy.....	53
26. Sayur Lodeh Terong Tempe.....	26	54. Ayam Rica-rica.....	54
27. Sayur Lodeh Tewel Komplit.....	27	55. Ayam Bakar Bumbu Rujak.....	55
28. Sayur Lodeh Manisa dan Ceker...	28	56. Ayam Panggang Bumbu Sate....	56
		57. Ayam Paprika.....	57
		58. Mie Gulung Sosis.....	58
		59. Omlet Mie Spesial.....	59

60. Seblak Mie Instan.....	60
61. Sapi Lada Hitam.....	61
62. Rendang Padang.....	62
63. Rawon Daging.....	63
64. Balado Daging.....	64
65. Krengsengan.....	65
66. Dendeng Balado.....	66
67. Cincang Daging.....	67
68. Capcai Udang Cumi.....	68
69. DAFTAR PUSTAKA	

## TOMAT TELUR PANGGANG

### Bahan-bahan:

- 4 buah tomat ukuran sedang (potong sedikit bagian atas dan buang isinya)
- 1 bungkus kobe bumbu nasi goreng pol ayam
- 4 butir telur (pisahkan kuning dan putih telur)
- 1 siung bawang putih (haluskan)
- $\frac{1}{2}$  sdt merica bubuk
- 1 batang daun bawang (iris halus)
- 50 gram keju cheddar parut



### Langkah-langkah:

1. Campur putih telur, kobe bumbu nasi goreng pol ayam, merica bubuk dan bawang putih. Kocok rata dan sisihkan
2. Ambil tomat yang sudah dipotong bagian atas. Olesi permukaan tomat dengan minyak goreng
3. Atur tomat dalam loyang masukkan sebagian campuran putih telur kedalam tomat.
4. Tambahkan 1 butir kuning telur dibagian tengahnya
5. Taburi daun bawang dan keju diatasnya panggang di dalam oven hingga matang.
6. Angkat dan tomat telur panggang siap disajikan<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> <http://www.dapurkobe.co.id/semaua/telur> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.12

## LUMPIA TELUR SCRAMBLED PEDAS

### Bahan-bahan

- 12 lbr lumpia
- 5 butir telur
- 100 ml susu cair
- 1 bks kobe nasi goreng pedas
- Minyak goreng secukupnya
- 300 gram kobe breadcrumbs



### Langkah-langkah:

1. Pecahkan 4 telur kedalam wadah. Campur dengan susuair dan 2 sdm kobe nasi goreng pol pedas. Kocok hingga rata
2. Panaskan minyak. Tuang adonan telur kemudian aduk-aduk hingga matang. Sisihkan
3. Pecahkan 1 butir telur kedalam wadah dan ambil putihnya saja
4. Siapkan kulit lumpia. Masukkan telur kedalam kulit lumpia.lkemudian gulung dan rekatkan ujung kulit menggunakan putih telur
5. Masukkan kulit lumpia kedalam telur, kemudian gulingkan kedalam kobe breadcrumbs
6. Goreng hingga kuning kecoklatan<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Ibid.

## SATE TELUR GULUNG PEDAS

### Bahan-Bahan:

- 2 butir telur
- 8 sdm air
- Satu bungkus kobe bumbu nasi goreng pedas
- Minyak goreng secukupnya (untuk menggoreng)
- 6 buah tusuk sate



### Langkah-langkah:

1. Campur telur, air dan 2 sdt kiobe nasi goreng pol pedas. Kocok hingga rata
2. Panaskan minyak. Tuang 1 sdm telur kedalam wajan
3. Gulung menggunakan tusuk sate hingga diputar satu arah. Lakukan terus hingga adonan habis. Sisihkan
4. Sajikan sate telur gulung pedas selagi hangat<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Ibid.

## TELUR PETIS

### Bahan-bahan:

- Telur ayam
- Minyak

### Bumbu halus:

- 4 siung bawang putih
- 6 butir bawang merah
- 3 butir kemiri
- 2 cm kunyit, bakar

### Bumbu lainnya:

- 4 lembar daun salam
- 4 lembar daun jeruk
- 4 cm lengkuas, memarkan
- 1 sdm petis
- 1 sdm kecap manis
- 2 sdm air asam jawa
- 2 sdt garam
- 1 sdt gula merah sisir
- 600 ml air



### Langkah-langkah:

1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus bersama daun salam, daun jeruk, dan lengkuas hingga halus
2. Masukkan petis, kecap manis dan air asam jawa aduk rata
3. Masukkan telur rebus. Aduk kembali
4. Tuangkan air dan bumbui dengan garam serta gula. Aduk rata dan masak dengan api kecil hingga kuah menyusut serta meresap. Angkat
5. Siap disajikan<sup>4</sup>

---

<sup>4</sup> Ibid.

## TELUR BALADO

### Bahan-bahan:

- 7 butir telur
- 8 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih
- 8 biji cabe keriting merah
- 3 biji cabe rawit merah
- 1 btang serai. Memarkan
- 3 lembar daun jeruk
- 1 sdt garam
- $\frac{1}{2}$  sdt gula
- 3 sdm minyak untuk menukar
- Air secukupnya



### Langkah-langkah:

1. Rebus telur sampai matang lalu kupas kulitnya
2. Haluskan bawang merah, bawang putih, cabe rawit dan cabe keriting cukup kasar saja
3. Tumis bumbu yang sudah dihaluskan, tambakan serai, daun jeruk tumis sampai harum
4. Tambahkan air masukkan telur
5. Masukkan garam dan gula pasir. Sesuaikan rasanya
6. Masak sampai air menyusut dan bumbu meresap.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup> Ibid.

## TELUR BUMBU BALI

### Bahan-bahan:

- 6 buah telur
- 1 sdm air asam jawa
- 1 sdm kecap manis
- 1 sdm gula merah, sisir halus
- 2 cm lengkuas memarkan
- 1 batang serai, memarkan
- 2 kembar daun salam
- 3 lembar daun jeruk  $\frac{1}{2}$  sdt kaldu bubuk
- $\frac{1}{2}$  garam
- Air secukupnya



### Bumbu halus

- 6 butir bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 2 cm jahe
- 1 sdt terasi, bakar

### Langkah-langkah:

1. Rebus telur hingga mateng. Kupas kulit telur lalu goreng dalam minyak panas hingga permukaan telur berkulit. Angkat sisihkan.
2. Tumis bumbu halus dengan sedikit minya hingga harum
3. Masukkan lengkuas, serai, daun salam, dan daun jeruk. Aduk hingga rata
4. Masukkan telur, aduk perlahan. Tambahkan air sedikit atau sesuai selera
5. Masukkan air asam jawa, gula merah, kecap manis, garam, dan kaldu bubuk. Aduk rata kemudian masak hingga air menyusut.
6. Angkat dan siap disajikan<sup>6</sup>

---

<sup>6</sup> Ibid.

## TUMIS KANGKUNG SAUS TIRAM

### Bahan-bahan

- 1 ikat kangkung
- 3 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih
- 2 buah cabe merah keriting
- 80 ml air
- 1 sdt saus tiram
- 2 sdm saus sambal
- 1-2 sdm kecap (sesuaiseleira)
- 1 sdm saus tomat
- Garam dan kaldu bubuk (sesuai selera)



### Langkah-langkah

1. Cuci bersih kangkung lalu dipotong-potong
2. Iris cabe, bawang putih dan bawang merah lalu tumis bawang putih dan bawang merah hingga harum, kemudian tambahkan irisan cabe masak hingga cabe layu
3. Tambahkan air, masak hingga air mendidih
4. Setelah medidih tambahkan aneka saus aduk hingga rata
5. Tambahkan irisan kangkung, aduk rata lalu tutup, masak sekitar 2-3 menit
6. Tata dipiring dan siap untuk dihidangkan
7. Selamat mencoba<sup>7</sup>

<sup>7</sup> [https://cookpad.com/id/resep/7645577-tumis-kangkung-saus-tiram?via=search&search\\_term=tumisan](https://cookpad.com/id/resep/7645577-tumis-kangkung-saus-tiram?via=search&search_term=tumisan)  
diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.48

## TUMIS TEMPE KECAP KACANG PANJANG

### Bahan-bahan

- 10 batang Kacang panjang
- Tempe secukupnya
- Kecap secukupnya
- Garam secukupnya
- Minyak goreng secukupnya
- 3 siung Bawang merah
- 2 siung Bawang putih
- 2 biji Cabe merah
- 4 biji Cabe rawit hijau
- Penyedap secukupnya



### Langkah-langkah

1. Potong semua bahan, lalu goreng tempe yang sudah dipotong jadi setengah kering
2. Tumis bumbu sampai mateng. Masukan kacang panjang, tempe, tambahkan kecap, garem, dan penyedap
3. Siap disajikan kira-kira untuk makan 3orang/porsi<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> Ibid.

## RESEP TUMIS CUMI SELERA

### Bahan-bahan

- 2 sendok makan saus tiram selera
- 1/2 sendok teh kecap asin
- 1/2 sendok teh minyak wijen
- 2 siung bawang putih (cincang halus)
- 1 sendok makan jahe cincang
- 2 sendok makan daun bawang
- 500 gram cumi (bersihkan, angkat kulit dan tintanya serta potong kotak)
- Garam secukupnya
- Lada secukupnya
- Gula secukupnya
- Minyak goreng secukupnya



### Langkah-langkah

1. Campurkan Saus Tiram Selera, kecap asin dan minyak wijen kedalam mangkok. Sisihkan.
2. Siapkan cumi dan campur dengan saus yang telah disiapkan, diamkan 30 menit agar bumbu meresap.
3. Panaskan wajan dengan 2 sendok makan, masukkan bawang putih jahe dan daun bawang. Tumis hingga harum.
4. Masukkan cumi. Masak 2-3 menit dengan api besar. Masak sebentar saja supaya daging cumi tidak keras.
5. Tambahkan garam, lada dan gula. Aduk hingga rata.
6. Angkat Tumis Cumi dan sajikan.<sup>9</sup>

<sup>9</sup> <http://www.dapurkobe.co.id/tumis-cumi-selera> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.49

## TUMIS TERONG HIJAU

### Bahan-bahan

- 250 gram terong hijau (buang tangkainya, cuci bersih, belah menjadi 4 bagian )
- 1 sachet saus tiram selera
- 3 siung bawang putih (cincang halus)
- 4 buah tomat hijau (belah menjadi 4)
- 2 buah cabe hijau besar (potong 2cm)
- 1 sendok makan garam (untuk merendam terong)
- 150 ml air (100ml untuk perendam terong setelah dibelah, 50ml untuk tumis)
- 6 sendok makan minyak goreng



### Langkah-langkah

1. Rendam terong yang sudah dibelah dengan larutan air garam supaya tidak menghitam.
2. Panaskan minyak, tumis bawang putih sampai harum.
3. Masukkan terong dan cabe hijau. Aduk-aduk dan masak hingga sedikit layu.
4. Masukkan tomat hijau, Saus Tiram Selera dan air. Aduk hingga rata.
5. Matikan api, angkat dan Tumis Terong Hijau siap disajikan.<sup>10</sup>

<sup>10</sup> [www.dapurkobe.co.id/tumis-terong-hijau](http://www.dapurkobe.co.id/tumis-terong-hijau) diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.58

## TUMIS KIKIL CABE HIJAU

### Bahan-bahan :

- Bawang merah
- Bawang putih
- Cabe hijau
- Daun jembak
- Kulit sapi / kikil
- Buah cempokak
- Garam,gula,penyedap rasa



### Langkah-langkah

1. Siapkan bahan-bahan terlebih dahulu
2. Sebelum nanti ditumis, kikilnya di rebus dahulu secara terpisah supaya agak lembut
3. Bumbunya agak di banyakin, daun jembaknya juga agak dibanyakin, terus kalo bisa tambah cabe rawit juga biar agak lebih pedes
4. Tumis bawang putih bawang merah terus daun jembak
5. Kalau sudah agak kering semuanya, masukin buah cempokaknya
6. Setelah itu masukan kikilnya
7. Terus masukin tomatnya (terakhiran aja)
8. Setelah itu masukan garam, gula, penyedap secukupnya
9. Selesai<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> Ibid.

## TUMIS KULIT MELINJO

### Bahan-bahan

- 3 sendok makan minyak goreng
- 10 siung bawang merah, iris kasar
- 2 siung bawang putih, iris kasar
- 1 buah tomat, iris tipis
- 5 buah cabai keriting, iris serong tipis
- 10 buah cabai rawit merah, iris serong
- 1 ruas jari lengkuas
- 2 lembar daun salam
- 250gr kulit melinjo, iris-iris
- 1 sachet Saus Tiram Selera
- 50 ml air



### Langkah-langkah

1. Panaskan minyak, tumis bawang merah, bawang putih dan tomat hingga layu.
2. Masukkan cabai keriting, cabai rawit merah, lengkuas dan daun salam. Aduk rata.
3. Masukkan kulit melinjo, masak hingga matang.
4. Masukkan Saus Tiram Selera dan air. Masak hingga bumbu meresap, matikanapi.
5. Tumis Kulit Melinjo siap disajikan.<sup>12</sup>

<sup>12</sup> <http://www.dapurkobe.co.id/tumis-kulit-melinjo> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 12.01

## TUMIS JAMUR TIRAM

### Bahan-bahan:

- 500 gr jamur tiram
- 100 ml air
- 2 buah cabe merah dan hijau
- 1 buah tomat
- 3 sdm saus tiram
- 1/2 sdt merica bubuk
- 1/2 sdt kaldu bubuk
- Garam dan gula secukupnya

### Bumbu yang dihaluskan:

- 5 buah cabe rawit
- 3 siung bawang putih dan bawang merah



### Langkah-langkah:

1. Suwir-suwir jamur tiram sesuai selera. Sisihkan.
2. Tumis bumbu halus yang sudah dihaluskan hingga harum.
3. Masukkan jamur, lalu aduk-aduk hingga rata.
4. Tambahkan garam, gula, tomat segar, merica dan kaldu ayam.
5. Tuangkan sedikit air dan masak hingga matang dan bumbu meresap.<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> <https://www.hipwee.com/tips/jika-sudah-mahir-memasak-8-resep-tumis-ini-tandanya-kamu-siap-jadi-istri/> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 12.07

## CAPCAY KUAH

### Bahan-bahan:

- 6 siung bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 7 buah cabe rawit (sesuai selera, kalau yang gak suka pedes bisa dikurangin)
- secukupnya Garam
- Secukupnya penyedap rasa (bila suka)
- Kecap manis (sesuai selera)
- secukupnya Merica bubuk
- secukupnya Air
- 6 buah bakso sapi
- 2 buah sosis sapi
- 3 lembar sawi hijau
- 1 buah wortel
- Kembang kol
- Brokoli
- 2 sendok tepung jagung
- 1 batang daun bawang



### Langkah-langkah:

1. Tuang sedikit minyak sayur, tumis bawang merah, bawang putih dan cabai sampai layu dan harum.
2. Setelah layu, masukkan air sesuai selera yaa (kalau saya karena suka dengan yang berkuah makanya saya kasih banyak air). Setelah itu masukkan bakso & sosis yang sudah dipotong kecil-kecil. Tunggu sampai bakso dan sosis sedikit matang, lalu masukkan wortel, brokoli, kembang kol, kaldu, kecap, merica dan garam.
3. Setelah semua bumbu dirasa sudah pas, masukkan sawi hijau, daun bawang dan aduk sebentar.
4. Dan yang terakhir masukkan 2 sendok tepung jagung kedalam mangkok dan beri sedikit air, aduk rata. Lalu masukkan kedalam kuah capcay hingga kuahnya menjadi sedikit mengental. Matikan kompor dan capcay kuah siap disantap<sup>14</sup>

<sup>14</sup><https://cookpad.com/id/resep/8322733-capcay-kuah> diakses pada 21 April 2019 pukul 19.27

## CAPCAY UDANG KUAH PEDAS

### Bahan-bahan:

- 1/4 kg udang ukuran sedang
- 5 lembar sawi putih
- 5 buah wortel ukuran kecil
- 1/2 lingkaran bawang bombay
- 2 siung bawang putih
- 3 siung bawang merah
- 3 buah cabai keriting
- 5 buah cabai rawit
- Secukupnya : air, saori saus tiram, kecap, garam, dan penyedap rasa
- Sedikit minyak goreng



### Langkah-langkah:

1. Siapkan semua bahan. Potong sayur, bawang, dan cabai.
2. Bersihkan udang dari kepala, kaki dan cangkangnya. Lalu bersihkan kotoran seperti benang hitam di bagian punggung udang, dengan cara mengorek punggungnya lalu tarik kotoran seperti benang hitam yg terlihat. Kemudian cuci dengan air mengalir.
3. Panaskan sedikit minyak. Tumis semua bawang dan cabai.
4. Jika sudah harum, tambahkan wortel.
5. Kemudian tambahkan udang, tumis sebentar. Jika sudah sedikit berubah warna udangnya, tambah air. Kemudian tambah sayur, secukupnya garam, penyedap rasa, saori dan kecap. Masaklah udang kurang lebih 5 menit ditandai warna udang sedikit kemerahan dengan api besar agar teksturnya masih lembut.
6. Capcay Udang Kuah Pedas siap santap<sup>15</sup>

<sup>15</sup> <https://cookpad.com/id/resep/8255770-capcay-udang-kuah-pedas> diakses pada 21 April 2019 pukul

## CAPCAY ALA MENU SEHAT (NO MSG)

### Bahan-bahan:

- Brokoli
- Buah Wortel
- Buncis
- Kobis
- Toge
- Kembang Tahu
- Baso sapi
- Bertolli (olive oil virgin)
- Garam (himalayan salt pink)
- Gula tropika slim (sedikit saja)
- Bawah merah
- Bawang putih
- Bawang bombay
- Cabe merah
- Tomat



### Langkah-langkah

1. Rendam kembang tahu pake air panas biar supaya lentur & baso godog sebentar biar empuk (pake air galon).
2. Goreng bawang2an beserta cabe dan juga tomat dgn olive oil lalu tambahkan air galon sedikit kemudian masukan sayur2an nya yang sudah di iris lalu tutup sebentar wajan nya biar sayurannya empuk (setengah mateng).
3. Lalu tambahkan garam himalayan salt pink secukupnya dan juga gula tropikana slim sedikit untuk penyedap rasa. Lalu aduk2 hingga di rasa udah cukup merata dan rasanya udah pas lalu tuang ke dalam piring.
4. Makanan siap di sajikan.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> <https://cookpad.com/id/resep/8347904-capcay-ala-menu-sehat-no-msg> diakses pada 21 April 2019 pukul 19.45

## CAPCAY GORENG BAKSO AYAM

### Bahan-bahan

- 1 potong kecil ayam, ambil dagingnya saja
- 5 buah bakso iris tipis
- 100 gram kol, sawi hijau, sawi putih, buah wortel, potong-potong
- 100 gram Jamur kuping dan Jagung acar
- 50 gram Bunga kol
- Air secukupnya, sedikit saja
- Minyak untuk menumis
- Lada bubuk, gula, garam
- Penyedap (jika dibutuhkan)
- 2 buah cabe merah keriting (boleh tidak pakai)
- 1 lembar Daun bawang
- Saus Tiram



### Bumbu yang diiris :

- 5 butir bawang merah Siapkan
- 4 butir bawang putih
- 1/2 bawang bombay

### Langkah-langkah:

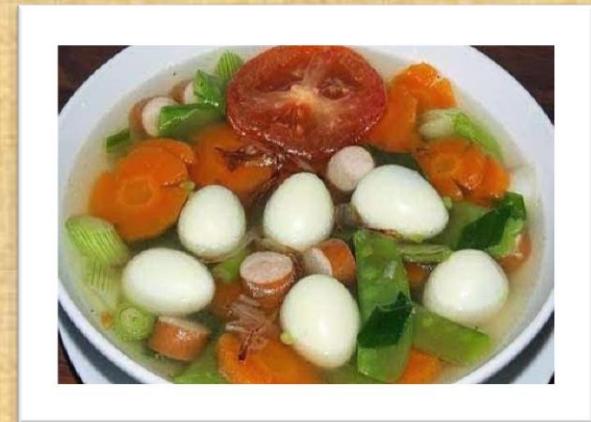
1. Bahan-bahan dicuci bersih semua sayuran & ayam kemudian iris sesuai dengan selera.
2. Panaskan minyak, tumis bumbu sampai tercipta aroma harum.
3. Masukan baso dan daging ayam tumis dan aduk hingga semua bahan berubah warna dan bercampur dengan bumbu.
4. Masukan semua sayuran,tumis hingga layu.
- 5.Tambahkan saus tiram,gula,garam dan penyedap rasa (jika dibutuhkan). Aduk hingga semua bahan tercampur rata.
6. Tambahkan air secukupnya, biarkan dan tunggu hingga mendidih.
7. Masak hingga matang. Tambahkan larutan maizena aduk rata.
8. Masak hingga kuah mengental. Angkat Siap di hidangkan<sup>17</sup>

<sup>17</sup> <https://cookpad.com/id/resep/8291857-capcay-goreng-bakso-ayam> diakses pada 21 April 2019 pukul 20.00

## SAYUR SOP BAKSO DAN TELUR PUYUH

### Bahan-bahan

- 2 buah wortel
- 1/2 kol ukuran sedang
- 5 buah buncis
- Seledri secukupnya
- Daun bawang secukupnya
- 10 butir bakso sapi
- 15 butir telur puyuh yang sudah matang
- 3 siung bawang putih
- Ketumbar secukupnya
- Lada secukupnya
- 1 ruas kunyit dan jahe
- 2 lembar daun salam
- 1 bungkus penyedap rasa sapi
- 1 sdt gula pasir
- Garam secukupnya
- 1 buah kemiri



### Langkah-Langkah:

1. Kupas semua sayuran dan cuci sampai bersih kemudian potong semua sayur sesuai selera.
2. Kupas kulit telur puyuh dan cuci bersih, kemudian bakso dipotong sesuai selera.
3. Haluskan bumbu seperti : bawang putih, kemiri, ketumbar, lada, kunyit dan jahe.
4. Didihkan air dalam panci kemudian masukan telur puyuh, bakso dan sayuran lainnya sampai lunak.
5. Tumis bumbu halus dan masukan 2 lembar daun salam sampai matang dan harum, setelah itu tuang bumbu yang sudah ditumis kedalam panci yang berisi sayuran kemudian tambahkan garam, masako, gula pasir, cicipi masakan apabila rasanya sudah pas, angkat dan sajikan selagi hangat
6. Sayur sop bakso dan telur puyuh siap disajikan.<sup>18</sup>

<sup>18</sup> <https://www.kaskus.co.id/thread/5a98c6dbd9d770950f8b4569/resep-sayur-sop-bakso-dan-telur-puyuh/> diakses pada 21 April 2019 pukul 20.15

## SOP BAKSO JAMUR

### Bahan-bahan:

- 3 siung bawang putih
- sesuai selera Bakso, jamur, kol, brokoli (banyaknya)
- 1 lbr daun salam
- 1 sdt bubuk pala
- 1 sdt merica
- 1 batang daun bawang
- Bawang merah goreng
- 1 sdt garam



### Langkah-langkah:

1. Potong2 bakso, jamur, brokoli dan kol.
2. Haluskan bawang putih, garam, merica dan pala.
3. Nyalakan api, taruh panci yang sudah diisi air diatas kompor.
4. Masukan bumbu yang sudah dihaluskan ke dalam panci, masukan bakso dan jamur. Jangan lupa masako daging sapinya.
5. Setelah mendidih barulah masukan sayuran berupa brokoli,kol, irisan daun bawang.
6. Tunggu 5 menit. Matikan api, taburi bawang goreng. Hidangkan<sup>19</sup>

---

<sup>19</sup> [http://kueresep.com/masakan/sop-bakso-jamur\\_46124.html](http://kueresep.com/masakan/sop-bakso-jamur_46124.html) diakses pada 21 April 2019 pukul 20.35

## SOP DAGING SAPI REMPAH KUAH KENTAL PEDAS

### Bahan-bahan:

- 1 kg daging sapi, iris dadu
- 500 gr buntut sapi

### Bumbu kasar:

- 5 buah kapulaga
- 7 buah cengkeh
- 3 buah bunga pekak
- 2 batang seledri
- 5 lembar daun jeruk, buang punggung daunnya
- 1 batang kayu manis (sekitar 5 cm)
- 1/2 sdt pala bubuk



### Bumbu halus:

- 5 siung bawang putih
- 8 siung bawang merah
- 1 sdt merica bubuk
- 1 buah bawang bombay, cincang
- 1-2 sdt garam, gula dan air secukupnya

### Langkah-langkah:

1. Rebus air hingga mendidih, masukkan daging dan buntut sapi dan masak hingga mendidih, buang busanya. Saring airnya.
2. Rebus lagi kuah bersama daging, masukkan bumbu kasar, masak hingga mendidih.
3. Tumis bumbu halus dengan minyak secukupnya. Setelah matang, tuang bumbu ke dalam kuah rebusan daging.
4. Masak terus hingga daging empuk, tambahkan gula dan garam secukupnya dan angkat jika sudah sedap.
5. Sajikan sop daging rempah dengan taburan bawang goreng, daun bawang dan bawang goreng<sup>20</sup>

<sup>20</sup> <https://www.fimela.com/lifestyle-relationship/read/3774533/resep-sop-daging-sapi-rempah-kuah-kental-sedap> diakses pada 30 April 2019 pukul 21.00

## SUP MERAH

### Bahan-bahan:

- 2 sdm minyak sayur
- 150 g bawang bombay, dicincang halus
- 1 L kaldu ayam
- 600 g tomat merah, dibuang bijinya, lalu haluskan
- 150 g wortel, potong dadu
- 20 g makaroni kering
- 1 sdm pasta tomat (*tomato paste*)
- 200 g dada ayam, direbus dan dipotong dadu
- 100 g jamur kancing kalengan, potong menjadi 2
- 50 g kacang polong
- 5 buah sosis sapi, iris bulat tipis
- 1 sdt garam
- 1/2 sdm gula pasir
- 1/2 sdt merica bubuk



### Langkah-langkah:

1. Panaskan minyak dalam panci, tumis bawang bombay hingga harum.
2. Tambahkan kaldu dan tomat, lalu masak hingga mendidih.
3. Tambahkan pula wortel, makaroni, dan pasta tomat. Rebus hingga makaroni hampir lunak.
4. Tambahkan ayam, jamur, kacang polong, dan sosis. Masak hingga mendidih.
5. Lalu tambahkan garam, gula, dan merica. Angkat, dan sajikan saat masih panas.<sup>21</sup>

<sup>21</sup> Ibid.

## **IKAN PINDANG BUMBU BALADO PEDAS GURIH**

### **Bahan-bahan:**

- 5 ekor ikan pindang (cuci bersih, buang isi perutnya)
- Minyak goreng (secukupnya)

### **Bumbu Halus :**

- 3 siung bawang putih;
- 6 siung bawang merah;
- 10 buah cabai rawit;
- 3 buah cabai merah besar (buang isi);
- Garam (secukupnya);
- Gula (secukupnya);
- Penyedap masakan (secukupnya jika suka);
- $\frac{1}{2}$  butir tomat.



### **Langkah-langkah:**

1. Goreng ikan pindang yang telah dicuci bersih. Saat menggoreng, kita bisa menambahkan sedikit garam agar rasanya makin gurih;
2. Haluskan bumbu kemudian tumis hingga harum;
3. Masukkan ikan pindang ke dalam tumisan bumbu, aduk rata dan masak sebentar saja;
4. Angkat ikan pindang bumbu balado pedas;
5. Sajikan menu ini bersama nasi putih hangat dan lalapan buah mentimun.<sup>22</sup>

<sup>22</sup> <https://m.fimela.com/tag/resep-masakan-ikan> diakses pada tanggal 01/05/2019. pukul 16.55

## TUMIS PINDANG PEDAS MANIS

### Bahan-bahan:

- 5 ekor ikan pindang (cuci bersih, goreng hingga kering);
- 3 siung bawang putih (iris tipis);
- 5 siung bawang merah (iris tipis);
- 10 buah cabai rawit (iris serong);
- Kaldu ayam bubuk (secukupnya);
- Gula (secukupnya);
- 1 buah tomat (cincang halus);
- Minyak (secukupnya).



### Langkah-langkah:

1. Panaskan minyak, tumis bawang putih dan merah hingga harum;
2. Tambahkan cabai kedalam tumisan;
3. Tambahkan kaldu ayam bubuk dan gula secukupnya, siram dengan sedikit air;
4. Masukkan ikan pindang kedalam bumbu, aduk rata hingga bumbu tercampur;
5. Tambahkan buah tomat, masak hingga semua bahan matang dan mendidih;
6. Koreksi rasa, jika sudah enak segera angkat tumis pindang yang telah matang.<sup>23</sup>

---

<sup>23</sup> Ibid.

## PATIN ASAM MANIS

### Bahan-bahan:

- 2 ekor ikan patin, potong sesuai selera;
- 1 buah jeruk nipis.

### Bumbu Kasar :

- 2 batang serai, memarkan;
- 5 lembar daun jeruk;
- 3 buah tomat hijau dan tomat merah, masing-masing potong jadi empat bagian;
- 7 buah belimbing wuluh;
- 4 batang daun bawang, potong-potong;
- 10 buah cabai rawit utuh dan air secukupnya.



### Bumbu Halus :

- 5 siung bawang putih;
- 10 siung bawang merah;
- 2 ruas kunyit dan lengkuas;
- 3 ruas jahe;
- 1 sdt ketumbar dan garam secukupnya.

### Langkah-langkah:

1. Lumuri ikan dengan jeruk nipis, biarkan kurang lebih 15 menit dan bilas bersih;
2. Tumis bumbu halus hingga harum, masukkan bumbu kasar dan tumis bumbu hingga matang;
3. Masukkan ikan dan aduk-aduk hingga tercampur bumbu, masak hingga ikan berubah warna, lalu tuang air secukupnya, biasanya sampai ikan terendam. Biarkan hingga mendidih, masukkan gula dan garam secukupnya;
4. Masukkan daun bawang, tomat dan belimbing wuluh dan masak lagi hingga sedap.<sup>24</sup>

<sup>24</sup>Ibid.

## **LODEH TAHU PUYUH KACANG**

### **Bahan-bahan**

- 6 buah tahu ukuran kecil
- 6 lonjor kacang panjang,
- 12 butir telur puyuh
- 2 lembar daun salam
- 2 lembar daun jeruk
- 2 buah cabai merah, potong 1 cm
- 2 buah cabai hijau, potong 1 cm
- 600 ml santan dari  $\frac{1}{2}$  butir kelapa/sesuaikan selera
- Secukupnya garam, gula, dan kaldu jamur
- Secukupnya minyak untuk menumis



### **Bumbu yang dihaluskan:**

- 5 siung bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 2 buah kemiri ukuran besar sangrai/goreng
- 1 ruas jari lengkuas

### **Langkah-langkah**

1. Rebus telur puyuh sampai matang, kupas, sisihkan. Lalu goreng sampai berkulit. Angkat, sisihkan.
2. Goreng tahu sampai berkulit. Angkat, tiriskan, sisihkan.
3. Panaskan minyak sayur, tumis bumbu halus, daun salam dan jeruk sampai harum dan matang. Masukkan santan. Aduk terus (supaya tidak pecah). Masak sampai mendidih. Masukkan potongan cabe, kacang panjang, tahu dan telur, aduk rata. Beri garam, gula dan kaldu jamur. Aduk rata kembali. Masak sampai kacang panjang matang. Koreksi rasa. Angkat, siap sajikan.<sup>25</sup>

<sup>25</sup> Ibid.

## SAYUR LODEH TERONG TEMPE

### Bahan-bahan

- 1 papan tempe panjang, potong dan goreng
- 2 buah terong hijau panjang, potong
- Secukupnya garam
- Secukupnya air

### Bumbu halus:

- 4 siung bawang putih
- 6 butir bawang merah
- 8 buah cabe rawit
- 5 buah cabe hijau, iris serong
- 1 bungkus santan kara instan
- 1 batang serai, memarkan dan ikat
- 5 cm lengkuas, memarkan
- 3 lembar daun jeruk dan 2 lembar daun salam
- Secukupnya merica
- 1 sdt gula pasir1 sdt ketumbar
- 3 butir kemiri
- 3 cm kunyit
- 4 cm jahe



### Langkah-langkah

1. Tumis bumbu halus bersama serai, lengkuas, daun jeruk dan daun salam hingga harum.
2. Masukkan terong, tempe dan air. Masak hingga mendidih.
3. Tambahkan gula, garam dan merica. Koreksi rasa. Masukkan santan instan dan aduk rata.
4. Masukkan irisan cabai hijau dan masak hingga matang.
5. Angkat dan sajikan.<sup>26</sup>

---

<sup>26</sup> Ibid.

## SAYUR LODEH TEWEL KOMPLET

### Bahan-bahan

- 2000 cc santan dari 2 butir kelapa
- 300 gram labu siam
- Potong 200 gram nangka muda
- Potong 100 gram daun melinjo muda
- 8 kacang panjang yang dipotong-potong
- 3 cm lengkuas
- 3 buah cabai hijau
- Iris 2 lembar daun salam
- 2 sendok makan garam
- 2 sendok teh gula merah sisir (bisa diganti gula pasir)
- 1 buah terong, potong



### Bumbu halus

- 8 butir bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 3 butir kemiri sangrai
- 2 cm kencur
- ½ sdt ketumbar

### Langkah-langkah

1. Rebus santan, bumbu halus, daun salam dan lengkuas sampai harum
2. Masukkan nangka muda, gula merah dan garam. Rebus hingga matang.
3. Masukkan labu siam, terong, kacang panjang, cabai hijau dan daun melinjo. Masak hingga lodeh matang.<sup>27</sup>

<sup>27</sup> Ibid.

## SAYUR LODEH MANISA DAN CEKER

### Bahan-bahan

- 30 ml santan kental
- 5 buah ceker ayam
- 4 buah udang kupas
- 4 cabai rawit, biarkan utuh
- 1 batang serai, memarkan
- 1 lembar daun salam
- $\frac{1}{2}$  buah labu siam ukuran besar, potong korek api
- $\frac{1}{2}$  papan tempe, potong dadu, goreng setengah matang
- 1/2 papan tahu, potong dadu, goreng setengah matang
- Minyak goreng secukupnya untuk menumis



### Bumbu halus

- 3 siung bawang merah dan 2 siung bawang putih
- 2 buah kemiri
- $\frac{1}{2}$  ruas jari kunyit
- 1 cabai merah

### Langkah-langkah

1. Haluskan bawang merah, bawang putih, kemiri, dan kunyit
2. Panaskan sedikit minyak, kemudian tumis bumbu halus sampai harum
3. Masukkan serai, daun salam, dan cabai rawit, kemudian tumis sampai harum
4. Masukkan udang, kemudian tumis sampai berubah warna. Tambahkan air matang dan santan, lalu bumbui dengan gula dan garam secukupnya.
5. Masak lodeh sampai ceker cukup empuk, kemudian masukkan labu siam matang, kemudian angkat dan sajikan.<sup>28</sup>

<sup>28</sup> Ibid.

## SAYUR LODEH JAWA TIMUR

### Bahan-bahan

- 1200 ml air
- 300 gram kerecek basah, potong serasi
- 250 ml santan
- 200 gram nangka muda, potong
- 100 gram kacang panjang, potong setelunjuk
- 100 gram tempe potong dadu
- 10 buah petai, belah dua
- 8 lembar daun melinjo
- 4 buah cabai hijau diiris menyerong
- 4 cm lengkuas, memarkan
- 2 sdt garam dan garam
- 2 lembar daun salam dan jahe
- Minyak goreng secukupnya



### Bumbu halus

- 4 siung bawang putih dan 4 siung bawang merah
- 3 butir kemiri dan  $\frac{1}{2}$  sdt terasi
- 1 buah cabai merah besar
- 1 sendok makan ketumbar dan 1 ruas kunyit

### Langkah-langkah

1. Panaskan air, rebus kerecek, daun salam, lengkuas, jahe, berikut garam dan gula sampai empuk
2. Panaskan minyak dan tumis bumbu halus hingga harum, kemudian masukkan petai.
3. Setelah petai layu, masukkan tumisan plus petai ke dalam rebusan
4. Masukkan nangka muda, kemudian masak hingga empuk
5. Terakhir tuangkan santan dan masak sampai mendidih<sup>29</sup>

<sup>29</sup> Ibid.

## SAYUR LODEH REBUNG PEDAS

### Bahan-bahan

- 100 ml santan kental
- ½ kg rebung, cuci bersih, rendam semalam
- ½ ikat kacang panjang
- 2 biji daun jeruk
- Gula secukupnya
- Garam secukupnya

### Bumbu halus

- 8 butir bawang merah
- 7 buah cabai rawit
- 5 siung bawang putih
- 3 buah kemiri
- 1 buah cabai merah
- 1 ruas lengkuas
- ½ jempol kunyit



### Langkah-langkah

1. Rebus rebung selama 10 menit, kemudian tiriskan airnya.
2. Didihkan air kurang lebih 500 ml
3. Tumis bumbu halus dan daun jeruk hingga harum, kemudian tuangkan kerebusan air.
4. Bumbui dengan gula dan garam. Masukkan kacang panjang dan santan. Aduk hingga mendidih agar santan tidak pecah
5. Setelah kacang panjang matang, sayur lodeh siap dihidangkan<sup>30</sup>

<sup>30</sup> Ibid.

## **LODEH PEPAYA MUDA**

### **Bahan- bahan**

- 500 gram pepaya muda,  
potong kecil-kecil
- 10 biji bawang merah
- 8 biji bawang putih
- 5 biji kemiri
- 20 biji cabai
- 1 sdm garam
- 1 sct royco
- 2 sct micin sasa
- 2 sct santan KARA
- 1 ruas lengkuas,geprek
- 3 lbr daun salam, disobek sedikit agar baunya keluar



### **Langkah-langkah**

1. Masukkan pepaya kedalam wadah, kemudian kasih garam  $1 \frac{1}{2}$  sdm garam. Kemudian kemas-kemas hingga getahnya keluar. Supaya pepaya tidak terasa pahit. Kemudian diamkan selama 2 menit supaya layu, kemudian cuci bersih kembali.
2. Goreng bumbu mentahnya, bawang merah, bawang putih, kemiri, cabai. Biar mudah menghaluskannya.
3. Didihkan pepaya yang sudah siap tadi dengan air 1 liter untuk kuah lodehnya. Kalau mau encer bisa pakai takaran  $1 \frac{1}{2}$  liter airnya. Masukkan daun salam dan lengkuas geprek.
4. Jika sudah mendidih, masukkan bumbu yang sudah dihaluskan kedalam manci, masak lagi hingga pepaya lunak sekitar 3-5 menit.
5. Jika sudah lunak masukkan 1 sdm garam, royco, dan micin. Aduk rata dan didihkan sebentar. Kemudian masukkan santan. Aduk rata, didihkan.
6. Lodeh pepaya siap disantap<sup>31</sup>

---

<sup>31</sup> Ibid.

## **LODEH LATAH (LABU SIAM TAHU)**

### **Bahan-bahan**

- 1 buah labu siam
- 100 g tahu putih kecil goreng
- Santan kental KARA



### **Bumbu halus**

- 5 siung bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 4 biji kemiri
- 5 biji cabe rawit/ sesuai selera

### **Bumbu lanjut**

- 3 lembar daun salam
- 2 ruas lengkuas geprek
- 1 ruas kunyit
- Secukupnya garam, gula dan masako
- 3 sdm minyak untuk mengoreng

### **Langkah-langkah**

1. Tumis bumbu halus sampai harum kemudian masukkan bumbu lanjutnya. Masak sampai tercium wanginya.
2. Masukkan dalam panci tahu goreng dan labu yang dipotong-potong, air secukupnya dan bumbu yang ditumis. Masak sampai labunya empuk
3. Tambahkan santan sesuai selera. Tunggu mendidih sebentar, angkat dan sajikan.<sup>32</sup>

---

<sup>32</sup> Ibid.

## TEMPE MENDOAN

### Bahan-bahan

- 15 buah tempe khusus mendoan
- 3 rumpun kucai, potong 1cm, 100 gram tepung terigu, 2sdm tepung beras
- 150 ml air, minyak goreng secukupnya untuk menggoreng



### Bumbu halus :

- 5 siung bawang merah, 3 siung bawang putih
- ¼ sdt ketumbar, 1 sdt garam

### Bahan sambal kecap :

- 5 siung bawang merah, cincang kasar dan goreng setengah matang
- 15 buah cabai rawit merah iris halus
- 6 sdm kecam manis, 1 jeruk limau peras airnya

### Langkah-langkah

1. Sambal kecap : campur semua bahan sambal kecap lalu aduk rata, sisihkan
2. Campurkan tepung terigu, tepung beras, kucai, bumbu halus dan air
3. Aduk semua bahan tersebut hingga tercampur merata
4. Celupkan 1 buah tempe mendoan kedalam adonan tepung
5. Goreng dalam minyak panas hingga  $\frac{1}{2}$  matang
6. Angkat dan sajikan tempe mendoan dengan sambal kecap.<sup>33</sup>

<sup>33</sup> Sisca Soewitomo, Resep Sajian Tahu Tempe Favorit ala sisca soewitomo, Jakarta:Gramedia Pustaka Utama, 2013, hlm.26

## TEMPE BACEM

### Bahan-bahan

- 1 plastik tempe 1 papan, iris tebal 1 cm
- ½ sdt ketumbar, 2-3 siung bawang putih,
- ½ sdt asam jawa, 1-2 gelas air putih matang
- Gula merah secukupnya, garam secukupnya



### Langkah-langkah

- Haluskan ketumbar, bawang putih,dan garam
- Masukkan irisan tempe ke dalam wajan lalu tuang bumbu halus
- Masukkan asam jawa dan gula merah kira-kira 1 buah
- Tuangkan air matang sebanyak 1-2 gelas, masak air sampe habis
- Goreng tempe tetapi jangan terlalu kering, angkat dan hidangkan<sup>34</sup>

---

<sup>34</sup> Ibid hlm.84

## STEAK TEMPE

### Bahan-bahan

- 300 gr tempe, kukus
- 3 siung bawang putih,  $\frac{1}{2}$  sdt merica, 1 sdt garam, 1 butir telur
- Tepung terigu serbaguna secukupnya, air secukupnya,

### Bumbu Saus:

- 3 sdm saus cabai, 2 sdm saus tomat
- 1 sdm saus tiram
- 1 buah bawang bombai, potong-potong, potongan tomat jika suka



### Langkah-langkah

1. Lumat tempe hingga hancur selagi hangat
2. Haluskan bumbu bawang putih, merica dan garam
3. Aduk rata semua bahan tersebut bersama dengan tempe lalu bentuk bulat-bulat pipih adonan tempe
4. Kocok lepas telur lalu celupkan adonan steak temped an gulung diaatas tepung terigu serbaguna
5. Goreng adonan tempe berwarna kecoklatan atau matang
6. Saus steak tempe : tumis bawang bombai dan tomat hingga layu masukkan semua saus biarkan sampai agak meletup-letup, tuang sedikit air dan masak hingga saus mengental.<sup>35</sup>

<sup>35</sup> Ibid hlm.28

## SUP TAHU MISO

### Bahan-bahan

- 200 gram tahu di potong kecil-kecil
- 3 sendok makan minyak goreng, 1 liter kaldu dashi
- 150 gram miso atau tauco
- 200 gram bayam



### Langkah-langkah

1. Bungkus tahu dengan kain bersih, tekan airnya keluar lalu potong kecil-kecil
2. Panaskan minyak dalam wajan, tumis tahu tersebut dan tiriskan, rebus kaldu dan masukan tofu
3. Cairkan miso dengan sedikit kaldu, lalu masukkan kedalam kaldu
4. Tambahkan bayam yang telah dipotong dan masak hingga kaldu mendidih<sup>36</sup>

---

<sup>36</sup> Ibid hlm.62

## PEPES TAHU

### Bahan-bahan

- 1 buah tahu besar, haluskan
- 2 lembar daun salam, 2 batang serai iris, 3 lembar daun jeruk iris
- 16 buah cabai rawit hijau
- 50 ml santan kental, 1 butir telur

### Bumbu yang dihaluskan :

- 5 buah cabai merah besar, 5 siung bawang merah, 3 siung bawang putih
- 2 sdt garam,  $\frac{1}{2}$  sdt merica bubuk, 1 sdt gula pasir



### Langkah-langkah

1. Campur tahu putih yang telah dihaluskan dengan bumbu yang telah dihaluskan aduk rata
2. Masukkan santan, telur, dan irisan daun jeruk, aduk rata, bagi adonan menjadi 4 bagian
3. Ambil 2 lembar daun pisang, taruh 1 lembar daun salam dan tata satu bagian adonan, dari batang serai dan cabai rawit hijau
4. Kemudian bungkus bentuk lontong dan semat dengan lidi
5. Kukus selama 30 menit hingga matang, angkat lalu sajikan selagi hangat<sup>37</sup>

---

<sup>37</sup> Ibid hlm.48

## PIZZA TAHU

### Bahan-bahan

- 100 gram tahu, lalu dipotong dadu
- 30 gram bawang bombai yang dipotong slice
- 20 gram paprika merah, potong dadu
- 20 gram paprika hijau potong dadu
- 10 gram tepung tapioca, 200 gram telut sebanyak 4 butir
- 50 ml susu cair segar, 150 gram keju yang sudah dipatut
- 1 bungkus kaldu ayam, 30 gram mentega



### Langkah-langkah

1. Campurkan telur, bumbu penyedap rasa ayam, susu segar, dan tepung tapioca
2. Kemudian kocok hingga tercampur sempurna, sipkan dan panaskan mentega dipanci
- 3.Tambahkan telur yang sudah di campur, masaklah dengan api kecil
4. Masukkan tahu, paprika merah, bawang bombai dan paprika hijau tutup panci dan tunggulah hingga benar-benar matang
5. Taburkan keju parut sesudahnya, siap untuk disantap<sup>38</sup>

---

<sup>38</sup> Ibid.hlm.76

## TUMIS ONCOM

### Bahan-bahan

- 250 ml minyak goreng, 200 gram (ulek kasar)
- 100 gram teri medan (rendam dalam air dengan dibungkus keran) kurang lebih 15 menit cuci dan tiriskan
- 1 bungkus kobe bumbu nasi goreng
- 100 ml air, 2 sendok makan gula merah, 100 gr leunca



### Langkah-langkah

1. Panaskan 200 ml minyak lalu goreng teri medan yang sudah bersih, goreng hingga matang dan kering sisihkan
2. Panaskan 5 sendok makan (50ml) minyak, tumis oncom yang sudah diulek kasar lalu tuang kobe bumbu nasi goreng pool pedas
- 3.Tambahkan 100 ml air dan 2 sendok makan gula merah aduk hingga rata
4. Tutup pengorengan lalu tunggu hingga benar-benar matang dan air sedikit asat. Masukkan teri yang sudah di goreng , masukkan leuca aduk hingga rata
5. Angkat dan tumis oncom siap disajikan.<sup>39</sup>

<sup>39</sup> Kirana wijaya, Lauk Tempe, Tahu Dan Oncom,Jakarta:2014, hlm.15

## SAMBAL ONCOM

### Bahan-bahan

- 250 gram oncom
- 5 buah cabai kriting merah iris, 6 buah cabai rawit merah iris
- 6 butir bawang merah, 3 siung bawang putih, 4 butir kemiri, di sangria
- 1 sdt terasi bakar, 2 lembar daun salam, 100 ml santan agak cair
- 50 gram gula jawa,  $\frac{1}{2}$  sendok garam,  $\frac{1}{2}$  sendok gula pasir, 1sdt merica putih
- Minyak, 1 ikat daun kemangi daunnya saja



### Langkah-langkah

1. Hancurkan oncom, sisihkan
2. Haluskan cabai keriting, cabai rawit, bawang merah, bawang putih, terasi dan kemiri dengan 3 sdm minyak
3. Panaskan 3 sdm minyak, masukkan daun salam dan bumbu halus. Tumis hingga wangi lalu masukkan oncom hingga rata
4. Tambahkan santan, gula jawa, garam, merica dan gula, aduk merata dan mengental
5. Kecilkan api, masukkan daun kemangi, lalu aduk sebentar
6. Sajikan<sup>40</sup>

---

<sup>40</sup> Ibid.hlm32

## TONGSENG JAMUR

### Bahan-bahan

- 1120 gr jamur kunci
- 120 gr jamur tiram
- 3 siung bawang putih dan bawang merah
- 2 buah miri dan kunir
- Secukupnya ketumbar
- Sedikit pala dan jahe
- 1 buah serai geprek
- 1 ruas lengkuas geprek dan 2 lembar daun salam
- 2 siung bawang putih
- 2 helai daun bawang
- sesuai selera Merica serbuk
- Santan dan kecap
- 1/2 buah tomat



### Langkah-langkah

1. Potong jamur, cuci, rebus sesaat dan tiriskan.
2. Haluskan bumbu.
3. Sangrai bumbu halus sesaat kemudian diikuti serai, salam, dan lengkuas. Tunggu hingga harum.
4. Masukkan air secukupnya hingga mendidih.
5. Masukkan jamur.
6. Tambahkan gula jawa, bawang iris, garam, kecap, merica bubuk.
7. Tambah santan (optional) dan tomat.
8. Tambahkan daun bawang.
9. Cek rasa, angkat, hidangkan.<sup>41</sup>

<sup>41</sup> [https://cookpad.com/id/resep/8393905-tongseng-jamur?via=search&search\\_term=tongseng%20jamur](https://cookpad.com/id/resep/8393905-tongseng-jamur?via=search&search_term=tongseng%20jamur)  
diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## TAHU JAMUR LADA HITAM

### Bahan-bahan:

- 200 gram jamur kancing
- 5 buah tahu putih
- 1 buah bawang bombay
- 1 sachet saori lada hitam
- 1/2 sdt maizena (larutkan dengan air)
- Secukupnya gula dan garam (saya tidak pakai)
- 150 ml air



### Langkah-langkah

1. Tumis bawang bombay hingga layu, kemudian masukkan jamur kancing aduk rata.
2. Masukkan saori saus lada hitam, aduk rata. Kemudian tuangkan air, masak hingga mendidih.
3. Masukkan larutan maizena aduk rata. Koreksi rasa, jika kurang pas bisa ditambahkan garam atau gula.
4. Masukkan tahu dan aduk pelan2 agar tahu tidak hancur. Masak hingga kuah menyusut. Angkat dan siap dihidangkan.<sup>42</sup>

<sup>42</sup>[https://cookpad.com/id/resep/8381316-136tahu-jamur-lada-hitam?via=search&search\\_term=tahu%20jamur%20lada%20hitam](https://cookpad.com/id/resep/8381316-136tahu-jamur-lada-hitam?via=search&search_term=tahu%20jamur%20lada%20hitam) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## JAMUR SUPER CRISPY

### Bahan-bahan:

- 250 gr jamur tiram
- 7 sdm tepung terigu
- 3 sdm tepung maizena
- Sejumput garam
- Secukupnya penyedap
- Secukupnya lada bubuk
- 2 siung bawang putih aku ganti 1 sdt bubuk bawang putih
- 30 ml air untuk campuran adonan basah



### Langkah-langkah

1. Cuci bersih jamur tiram
2. Campurkan semua bahan bumbu kecuali bawang putih
3. Ambil 3sdm adonan kering yg sudah d campur tadi, beri air serta bawang putih yang sudah d haluskan untuk adonan basah
4. Masukkan jamur tiram dalam adonan basah kemudian masukkan dalam adonan kering sampai merata
5. Goreng dengan minyak yang panas dengan api kecil saran agar jamur tercelup minyak semua (minyaknya agak banyak)
6. Goreng sampai kecoklatan dan sajikan, nikmati.dengan saos sambal<sup>43</sup>

<sup>43</sup>[https://cookpad.com/id/resep/8380937-jamur-super-crispy?via=search&search\\_term=jamur%20super%20crispy](https://cookpad.com/id/resep/8380937-jamur-super-crispy?via=search&search_term=jamur%20super%20crispy) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## SATE JAMUR TIRAM PEDAS

### Bahan-bahan:

- 1/2 kg Jamur tiram
- 3 siung Bawang merah dan putih
- 1/2 sdt Ketumbar dan 2 kemiri
- 7 bj Cabe rawit/ sesuai selera
- 1 sdm Kecap manis
- 1/2 sdm saos dan kecap
- secukupnya Margarin dan garam



### Bahan sambel kecap:

- 6 biji cabe rawit /sesuai selera dan tomat
- 3 bawang merah dan kecap

### Langkah-langkah

1. Cuci bersih jamur, peras sampai hilang airnya, lalu suwir2 jamur agak besar ajah biar nanti mudah munusuknya
2. Haluskan ketumbar, kemiri, bawang merah putih, dan cabe. Lalu tumis bumbu yang sudah dihaluskan tadi hingga harum. Masukkan jamur yang sudah disuir, masukkan juga kecap, saos tiram, kecap manis, sedikit garam, masak sampai jamur layu dan mengeluarkan air. Lalu diamkan kurang lebih 10 menit agar bumbu meresap.
3. Kemudian siapkan tusukan sate, tusuk jamur yang sudah dimasak sampai habis.
4. Siapkan teflon kasih margarin panggang sate lalu olesi dengan sisa bumbu yang ditambah sedikit kecap bolak balik sampai

### Cara membuat sambel kecap:

1. Potong cabe, bawang merah, potong dadu tomat buang bijinya, campur semua bahan, tambahkan kecap manis, aduk sampai rata.. Siap dihidangkan dengan sate.<sup>44</sup>

<sup>44</sup>[https://cookpad.com/id/resep/8378364-sate-jamur-tiram-pedas?via=search&search\\_term=sate%20jamur%20tiram](https://cookpad.com/id/resep/8378364-sate-jamur-tiram-pedas?via=search&search_term=sate%20jamur%20tiram) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## OMELET JAMUR

### Bahan-bahan:

- 3 butir telur
- 100 gram jamur tiram
- 1/2 buah Wortel
- 2 batang daun bawang
- 2 batang daun seledri
- 1/2 buah bawang bombay
- secukupnya Garam, merica bubuk
- Oregano secukupnya



### Langkah-langkah

1. Siapkan bahan, iris semua bahan, kocok telur
2. Tumis bawang bombay, wortel, jamur, daun bawang dan daun seledri. Taburi garam dan merica bubu aduk merata. Tumis sampai layu
3. Tuangkan kocokan telur dan taburkan oregano. Tunggu sampai matang. Angkat
4. Hidangkan<sup>45</sup>

<sup>45</sup>[https://cookpad.com/id/resep/8335545-89-omelet-jamur?via=search&search\\_term=omelet%20jamur](https://cookpad.com/id/resep/8335545-89-omelet-jamur?via=search&search_term=omelet%20jamur)  
diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## TUMIS PEDAS JAMUR WORTEL

### Bahan-bahan:

- 1/4 jamur tiram
- 1 buah wortel
- 3 siung bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 5 cabe rawit dan cabe besar
- 5 cabe ijo gede
- 1/2 bks bumbu penyedap
- Secukupnya garam dan gula
- 100 ml air



### Langkah-langkah

1. Bersihkan dulu jamurnya lalu rendam dengan air hangat kurang lebih 10 menit. Sisihkan. Ini dia bumbu yang akan kita gunakan. Semuanya di iris2 aja kecuali ale. Sisihkan. Kupas wortel lalu potong sesuai selera dan cuci bersih. Sisihkan
2. Buang airnya dan peras jamur. Bersihkan dari batangnya lalu suwir-suwir.
3. Sisihkan. Siapkan teflon/wajan beri sedikit minyak, tumis bawang putih+ bawang merah hingga harum. Setelah itu masukan aneka cabe + ale.
4. Tumis lagi sampai layu. Jika sudah layu, masukkan wortel, oseng terus sampai wortel agak matang. Kemudian masukkan jamurnya. Tambahkan sedikit air, tumis lagi sampai tercampur rata kemudian tambahkan kecap manis
5. Tambahkan juga bumbu penyedap , garam, gula. Tumis sampai bumbu tercampur rata. Jangan lupa di cicipin ya kalau dirasa kurang asin bisa ditambahkan lagi garamnya. Ini dia tumis pedas jamur wortel<sup>46</sup>

<sup>46</sup> [https://cookpad.com/id/resep/7663625-tumis-pedas-jamur-wortel?via=search&search\\_term=tumis%20pedas%20jamur%20wortel](https://cookpad.com/id/resep/7663625-tumis-pedas-jamur-wortel?via=search&search_term=tumis%20pedas%20jamur%20wortel) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## TUMIS JAMUR TIRAM PUTIH BUNCIS

### Bahan-bahan:

- 150 gr jamur tiram putih
- 5 buah buncis
- 4 siung bawang putih kecil
- 1 ruas jahe (geprek)
- 1 batang sereh (geprek)
- 2 lembar daun salam
- 1 buah daun bawang
- secukupnya Air
- Garam
- Gula
- Lada putih
- 3 sdm minyak goreng



### Langkah-langkah

1. Sobek-sobek jamur sesuai selera, potong memanjang buncis
2. Iris bawang putih, daun bawang
3. Geprek jahe dan sereh
4. Panaskan minyak, saute jahe, sereh, daun salam sampai wangi, lalu masukkan bawang putih sampai wangi juga
5. Masukkan jamur dan buncis, aduk sebentar, tambahkan garam, gula, lada putih, lalu tambahkan air secukupnya
6. Setelah agak matang, masukkan daun bawang, aduk sebentar dan koreksi rasa
7. Setelah air menyusut, matikan api dan tuangkan di piring, masakan siap disajikan<sup>47</sup>

<sup>47</sup>[https://cookpad.com/id/resep/6546920-tumis-jamur-tiram-putih-buncis?via=search&search\\_term=jamur%20tiram%20putih](https://cookpad.com/id/resep/6546920-tumis-jamur-tiram-putih-buncis?via=search&search_term=jamur%20tiram%20putih) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## ABON PEDAS JAMUR TIRAM

### Bahan-bahan :

- 500 gram jamur tiram (rebus dan suwir suwir)
- 4 lembar daun jeruk
- 2 ruas lengkuas (geprek)
- 2 ruas jahe geprek dan 1 serai geprek
- 3 sdm santan kental (pake santan instan)
- 70 ml air
- secukupnya minyak goreng



### Bumbu Halus :

- 4 siung bawang putih dan 8 bawang putih
- 2 sdt ketumbar dan ½ ketumbar
- 4 buah cabai rawit merah dan 2 cabe merah besar
- 1/2 sdt garam dan 2 sdt gula

### Langkah-langkah

1. Panaskan 2 sdm minyak goreng, tumis bumbu halus, tambahkan bumbu dapur, masak hingga harum
2. Tuang santan dan air. Masukkan jamur tiram yang sudah ditiris kan. masak hingga matang dan air mengering. Angkat.
3. Goreng jamur dalam minyak panas dan banyak hingga matang kecoklatan. (kalau punya bisa di spinner terlebih dahulu untuk meniriskan minyaknya). Letakkan jamur dalam loyang yang sudah dialas kertas roti beberapa lapisan (untuk menyerap minyak), lalu oven dengan suhu 150 dercel hingga jamur mengering dan minyak terserap ke kertas. sisihkan abon hingga agak dingin.
4. Setelah dingin, blender abon hingga halus. simpan dalam kemasan kedap udara.<sup>48</sup>

<sup>48</sup>[https://cookpad.com/id/resep/8361286-abon-pedas-jamur-tiram?via=search&search\\_term=abon%20pedas%20jamur](https://cookpad.com/id/resep/8361286-abon-pedas-jamur-tiram?via=search&search_term=abon%20pedas%20jamur) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

## AYAM GORENG KREMES

### Bahan-bahan :

- ½ kg daging ayam
- 1 butir telur (pisahkan putih dan kuningnya)
- ½ sdt merica bubuk dan garam
- 3 siung bawang putih (diparut)
- 3 sdm santan instan
- 1 sdt ketumbar bubuk
- 1 ruas lengkuas dan 1 batang serai (geprek)



### Bahan kremes :

- 5 sdm tepung sagu dan 250-300 ml air
- ½ sdt baking powder dan ½ sdm tepung beras
- Bumbu ungkepan ayam dan 1 butir kuning telur

### Langkah-langkah :

1. Ambil daging ayam yang sudah kita siapkan lalu cuci sampai ayam tersebut bersih dan beri perasan jeruk nipis agar tidak amis
2. Kemudian beri ketumbar bubuk, bawang putih parut, merica bubuk, garam, lengkuas, santan dan serai lalu aduk sampai rata
3. Setelah itu, ungkep ayam tadi sampai daging terasa empuk
4. Kemudian kocok putih telur lalu celupkan ayam tadilalu guring sampai matang dengan api kecil, angkat dan sisihkan
5. Untuk membuat kremesan ayam, siapkan wadah dan campur semua bahan kremes lalu masukkan sisa air ungkepan ayam dan aduk sampai rata
6. Panas kan minyak goring sampai benar-benar panas
7. Tuang adonan ayam kremes dengan sendok
8. Setelah mengeras, lipat menjadi 2 dan tunggu sampai kecoklatan lalu angkat dantiriskan<sup>49</sup>

<sup>49</sup>Umi, “aneka-resep-olahan-ayam-rumahan-paling-enak”, <https://www.resepumiku.com/2018/03/20-aneka-resep-olahan-ayam-rumahan-paling-enak.html?m=1>, diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 09.22

## AYAM BETUTU

### Bahan-bahan :

- 2 ekor ayam kampung
- Gula secukupnya
- Minyak goreng
- Lada secukupnya
- Garam secukupnya

### Bumbu yang dihaluskan :

- 1 sdm ketumbar
- 15 buah cabe rawit
- 3 batang sereh
- 5 jempol kencur
- 3 jempol lengkuas
- 1 sdm terasi
- 4 buah kemiri
- 2 ruas kunyit
- 3 jempol jahe



### Langkah-langkah:

1. Ambil ayam yang sudah disiapkan lalu bersihkan
2. Kemudian beri perasan jeruk nipis dan garam agar tidak amis, aduk rata dan sisihkan
3. Setelah itu panaskan minyak goreng
4. Kemudian masukkan bumbu Rajang halus, tunggu sampai baunya harum
5. Lalu masukkan bumbu halus, sereh geprek dan lada, masak semuanya sampai harum
6. Setelah itu masukkan ayam dan tambahkan air secukupnya dan masak sampai matang, angkat dan sajikan<sup>50</sup>

---

<sup>50</sup>Ibid.

## STEAK AYAM

### Bahan-bahan :

- 4 dada ayam fillet
- 2 buah kentang dan 2 buah wortel
- 1 buah jeruk nipis
- 1 sdm garam dan  $\frac{1}{4}$  kg cuciwiis

### Bumbu marinat :

- 1 siung bawang putih, cincang halus
- Saos lada hitam siap saji
- 1 sdm saos teriyaki



### Bahan untuk saos :

- 1 siung bawang putih, cincang halus
- 3 sdm saos bolognes dan 2 sdm saos lada hitam
- 1 sdt kecap manis dan 1 sdt merica
- $\frac{1}{2}$  bagian bawang Bombay, potong-potong

### Langkah-langkah :

1. Ambil dada ayam yang sudah disiapkan lalu cuci sampai bersih beri perasan jeruk agar tidak amis setelah itu marinat diamkan selama 12-20 menit
2. Ambil wortel lalu potong memanjang dan cuci bersih lalu tumis sebentar
3. Beri garam dan lada hitam bubuk setelah itu sisihkan
4. Cuci kentang dan potong menjadi 8 bagian dan rebus/goreng hingga kecoklatan
5. Lalu bersihkan cuci wis dan rebus sebentar tiriskan lalu tumis dan beri garam lada
6. Ambil ayamnya lalu panggang dengan Teflon
7. Olesi dengan sisa bumbu marinat dan panggang sampai ayamnya matang
8. Untuk saosnya, tumis bawang Bombay dan bawang putih sampai harum
9. Lalu masukkan dua saos dan kecap, aduk-aduk dan angkat
10. Plating saos tadi dengan ayamnya, dan siap disantap<sup>51</sup>

<sup>51</sup>Ibid.

## OPOR AYAM

### Bahan-bahan :

- 2 batang sereh,  $\frac{1}{2}$  ruas lengkuas, jahe
- 5 buah tahu, 6 butir telur
- $\frac{1}{2}$  ekor ayam
- $\frac{1}{2}$  butir kelapa santan dan 3 lembar daun salam
- $\frac{1}{2}$  papan tempe

### Bumbu halus :

- $\frac{1}{2}$  ruas kunyit,
- 4 butir kemiri, 10 siung bawang merah, dan 7 siung bawang putih
- Royco sapi
- Ladaku bubuk dan Ketumbar bubuk



### Langkah-langkah:

1. Ambil daging ayamnya dan cuci sampai bersih
2. Lalu tambahkan beberapa tetes jeruk nipis dan rebus dengan api sedang
3. Lalu ambil telurnya dan rebus juga
4. Setelah itu haluskan bumbu yang sudah disiapkan
5. Lalu geprek jahe dan lengkuas, kemudian tambahkan daun salam dan sereh
6. Kemudian tumis bumbunya sampai wangi
7. Setelah ditumis masukkan ayam, tahu, tempe dan telur, aduk hingga merata seluruhnya
8. Tambahkan santan, air dan garam secukupnya
9. Tunggu sampai matang dan angkat lalu sajikan<sup>52</sup>

---

<sup>52</sup>Ibid.

## CHICKEN KATSU CRISPY

### Bahan-bahan :

- 250 gr ayam fillet
- 2 sdm saos teriyaki
- Garam
- 2 butir telur, kocok
- Tepung panir
- Minyak goring
- 2 siung bawang putih
- 2 cm jahe
- Lada bubuk
- 5 sdm tepung terigu



### Langkah-langkah:

1. Ambil bawang putih dan jahe, haluskan lalu campur dengan saus teriyaki
2. Beri garam dan lada, setelah itu sisihkan
3. Kemudian fillet ayamnya
4. Dan lumuri dengan bumbu ayam tadi
5. Diamkan sampai beberapa menit agar bumbu meresap
6. Lalu bulir kan pada tepung terigu kemudian tambahkan telur dan tepung panir, ulangi sampai ayam habis
7. Setelah itu guring semuanya dengan api kecil dan tunggu sampai matang
8. Angkat dan sajikan dengan saos<sup>53</sup>

---

<sup>53</sup>Ibid.

## AYAM RICA-RICA

### Bahan-bahan :

- 10 potong daging ayam
- 8 siung bawang putih
- 3 siung bawang merah
- 10 buah cabe merah
- 2 cm kunyit
- 2 buah tomat
- Garam, gula dan penyedap secukupnya
- 6 sdm minyak goreng
- 200ml air



### Pelengkap hidangan ayam rica-rica :

- Nasi bungkus
- Daun kemangi
- Mentimun

### Langkah-langkah:

1. Cuci bersih ayam, rebus terlebih dahulu supaya daging ayam empuk dan tiriskan
2. Haluskan bumbu bawang putih, bawang merah, cabe, kunyit, dan tomat
3. Panaskan minyak goreng lalu tumis bumbu yang sudah dihaluskan sampai harum
4. Masukkan ayam kemudian tambahkan air, aduk-aduk sampai rata
5. Lalu tambahkan garam, gula dan penyedap sesuai selera, angkat dan sajikan<sup>54</sup>

<sup>54</sup>Ibid.

## AYAM BAKAR BUMBU RUJAK

### Bahan-bahan :

- 2 ekor ayam sedang
- 3 lembar daun jeruk purut muda
- 1 batang serai dimemarkan
- 3 siung bawang putih
- 5 buah kemiri
- 1 gelas santan yang kental
- 1 lembar daun salam ukuran besar
- 6 buah cabai merah



### Langkah-langkah:

1. Bersihkan ayam dan cuci, lalu potong ayam menjadi 4 bagian
2. Bumbu dihaluskan (kecuali serai, daun salam dan daun jeruk purut)
3. Kemudian ditumis sampai baunya harum
4. Setelah itu kita masukkan ayam yang sudah dipotong tadi, masukkan santan dan aduk sampai merata
5. Masak ayamnya sampai matang/kering, baru kemudian dipanggang sampai matang/kering<sup>55</sup>

---

<sup>55</sup>Ibid.

## AYAM PANGGANG BUMBU SATE

### Bahan-bahan :

- 2 ekor ayam yang besar

### Bumbu-bumbu :

- ½ jari lengkuas
- ½ jari jahe dan kunyit
- 2 biji tomat
- 10 biji cabe merah
- 10 biji bawang merah
- 5 siung bawang putih
- 3 lembar daun jeruk purut
- Minyak goreng dan minyak secukupnya
- Kencur dan garam secukupnya
- 1 sdt ketumbar halus
- Gula merah secukupnya



### Langkah-langkah:

1. 2 ekor ayam yang telah bersih dilumuri minyak goreng, lalu di oven.
2. Semua bumbu digiling halus, lalu tumis dengan mentega.
3. Setelah masak beri sedikit air, lalu masukkan gula merah, tomat, daun jeruk, dan kecap. Biarkan sampai kental, baru masukkan ayam panggang tersebut dan oven lagi hingga matang.<sup>56</sup>

<sup>56</sup>Ika,Wahyuni. ResepMakananEnakRasanya. (Surabaya: Penerbit Putra Jaya), hlm. 2

## AYAM PAPRIKA

### Bahan-bahan :

- ½ kg daging ayam

### Bumbu-bumbu :

- 1 buah paprika merah
- 1 ons jamur merang
- 1 sdm tepung sagu
- 2 siung bawang putih
- 1 iris jahe
- 1 sdt saus tiram
- 1 sdm minyak goring
- Minyak wijen, garam dan merica halus secukupnya



### Langkah-langkah:

1. Daging ayam yang sudah bersih dipotong-potong, dicampur dengan tepung sagu.
2. Paprika diiris-iris kasar, jamur dibersihkan dan bawang putih dimemarkan.
3. Ayam kemudian digoreng sebentar dengan minyak goreng.
4. Bawang putih dan jahe ditumis, lalu masukkan saus tiram, merica, minyak wijen dan garam.
5. Biarkan sampai agak matang, lalu masukkan daging ayam dan tambahkan sedikit air sambil diaduk dan biarkan hingga matang.<sup>57</sup>

<sup>57</sup>Ibid, hlm. 5

## MIE GULUNG SOSIS

### Bahan-bahan :

- 1 bks Indomie goreng
- 1 butir Telur ayam
- 6 ptg Sosis sapi
- 2 tangkai Daun bawang
- Bumbu indomie
- Minyak goreng secukupnya



### Langkah-langkah :

1. Potong sosis menjadi 3 bagian dan bentuk bunga pd bagian ujung sosis. Kemudian rebus indomie setengah mateng lalu tiriskan.
2. Kocok lepas telur. Iris daun bawang lalu campurkan ke dlm telur. Masukan bumbu indomie, aduk rata
3. Gulungkan mie pada sosis sesuai selera. Lalu celupkan ke dlm telur.
4. Panaskan minyak kemudian masukan sosis yg telah dicelupkan ke dlm telur. Goreng hingga kecoklatan. Angkat lalu tiriskan.
5. Hidangkan dengan sambal atau saus tomat.<sup>58</sup>

<sup>58</sup> <http://www.dapurkobe.co.id/sema/mie> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 13.01

## OMELET MIE SPESIAL

### Bahan-bahan:

- 3 butir telur ayam
- 2 bungkus mie instan, bisa merek Indomie atau yang lainnya (termasuk bumbunya)
- 2 buah cabai merah
- 1/2 sendok makan garam, sesuaikan selera
- 1/2 sendok makan merica bubuk
- 1 buah cabai rawit, bila suka pedas bisa ditambah
- Saus sambal secukupnya



### Langkah-langkah:

1. ambil 2 bungkus mie instan kemudian rebus mie tersebut dengan menggunakan air secukupnya (tanpa bumbu), Setelah matang, tiriskan hingga airnya habis.
2. Lalu irislah cabai rawit dan cabai merah besar ke dalam wadah tersebut.
3. Kemudian masukan mie instan, garam, lada, dan telur ke dalam wadah tadi.
4. Aduk-aduk sampai semua bahan dapat tercampur secara merata. Sekarang masukan bumbu mie instan tadi, tetapi usahakan tanpa menambahkan bumbu bawang.
5. Selanjutnya siapkan sebuah wajan penggorengan dengan minyak secukupnya. Panaskan wajan yang telah berisi minyak tersebut.
6. Setelah panas, tuang adonan omelet yang telah kamu buat dan goreng sampai matang. Tanda bahwa omelet sudah matang adalah berwarna kuning kecoklatan.
7. Setelah matang, angkat dan tiriskan omelet tersebut. Omelet mie ini dapat dimakan secara langsung dengan cocolan saus tomat dan bisa disajikan bersama dengan nasi putih hangat sebagai lauk.<sup>59</sup>

<sup>59</sup> [https://club.iyaa.com/bbs/board.php?bo\\_table=kuliner&wr\\_id=758](https://club.iyaa.com/bbs/board.php?bo_table=kuliner&wr_id=758) diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 13.01

## SEBLAK MIE INSTAN

### Bahan-bahan:

- Mie Instan Kuah
- Kerupuk Kering
- Bawang Bombay
- Bawang Merah
- Daun Bawang
- Cabe merah
- Bumbu Penyedap Rasa
- Gula, Garam, Merica
- Sosis dan Telur
- Minyak                  Goreng
- Secukupnya



### Langkah-langkah:

1. Pertama, iris tipis semua bawang dan cabe, tumis dengan api sedang hingga terciptanya aroma bawang.
2. Langkah selanjutnya, masukkan telur atau *topping* favoritmu.
3. Tambahkan air bersamaan dengan kerupuk kering sampai tekstur kerupuk menjadi kenyal.
4. Terakhir, masukkan mie instan bersamaan dengan bumbu penyedap rasa, gula, garam, dan merica.
5. Tunggu sampai matang. Seblak siap disajikan.<sup>60</sup>

<sup>60</sup> <http://www.databisnisekonomi.com/cara-membuat-seblak-mie-telor-basah/> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 13.01

## SAPI LADA HITAM

### Bahan-bahan

- 300 gr daging sapi haas dalam, iris tipis
- $\frac{1}{2}$  sdt bubuk lada putih
- $\frac{1}{2}$  sdt garam
- 1 buah bawang bombay, potong kotak
- 1 buah paprika merah, potong kotak
- 1 buah paprika hijau, potong kotak
- 1 sdt tepung maizena (campur dengan 1 sdm air)



### Bumbu:

- 1 siung bawang putih, cacah halus
- $\frac{1}{2}$  sdm kecap ikan
- 1 sdt minyak wijen dan kecap manis
- 1 sdm merica/lada hitam, tumbuk kasar
- $\frac{1}{2}$  sdt gula pasir
- 150 ml air

### Langkah-langkah

1. Bubuh irisan daging sapi dengan garam dan lada,diamkan 15 menit
2. Tumis bawang putih dan bawang bombay hingga harum
3. Tambahkan irisan daging dan masak sampai berubah warna
4. Masukkan kecap ikan, minyak wijen, kecap manis, merica hitam dan gula pasir
5. kemudian tambahkan air. Masak hingga air meresap dan daging empuk
6. Tambahkan potongan paprika hijau dan merah, aduk rata hingga layu
7. Tuang campuran tepung maizena dan aduk hingga mengental
8. Angkat dan sajikan<sup>61</sup>

<sup>61</sup>Baca Resep Dulu, “Resep Sapi Lada Hitam”, diakses dari <https://www.bacaresepduku.com/resep-sapi-lada-hitam/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## RENDANG PADANG

### Bahan-bahan

- 500 gr daging sapi, potong menjadi 10
- 600 ml santan kental, dari 1,5 kelapa
- 300 gr baby potato
- 5 sdm minyak goreng
- 300 ml air



### Bumbu halus:

- 10 buah cabai merah iris
- 6 butir bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 3 cm kunyit dan 3 cm jahe
- 3 cm lengkuas dan 1 sdm garam

### Bumbu lainnya:

- 1 lembar daun kunyit
- 1 batang serai
- 2 butir asam kandis

### Langkah-langkah

1. Tumis bumbu hingga harum, masukkan daging, aduk hingga berubah warna. Masukkan daun kunyit, serai, dan asam kandis. Aduk perlahan
2. Tuangkan air dan masukkan baby potato. Masak hingga air menyusut. Aduk perlahan sekali
3. Masukkan santan, masak dengan api sedang. Biarkan hingga daging empuk, kuah kering, dan berminyak.
4. Angkat dan sajikan.<sup>62</sup>

<sup>62</sup> Baca Resep Dulu, “Resep Rendang”, diakses dari <https://www.bacaresepduku.com/resep-rendang/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## RAWON DAGING

### Bahan-bahan

- 500 gr daging sandung lamur dan  
1000 cc air
- 1 lembar daun salam
- 4 lembar daun jeruk purut
- 1 batang serai, memarkan
- 3 buah kluwek, ambil daging  
buahnya (cicipi, pilih yang tidak  
pahit)
- 2 batang daun bawang, potong 2 cm
- 3 sdm minyak untuk menumis



### Bumbu yang dihaluskan:

- 3 siung bawang putih dan 1 cm kunyit
- 1 cm lengkuas dan 1 sdt ketumbar
- 1 sdt merica bulat dan 1 sdt asam
- 2 buah cabai merah
- 5 butir bawang merah dan 3 butir kemiri sangrai

### Langkah-langkah

1. Potong daging bentuk dadu, rebus hingga lunak dan airnya tersisa 1 liter
2. Tumis bumbu yang dihaluskan sampai harum, lalu masukkan serai, daun jeruk dan daun salam
3. Masukkan ke dalam rebusan daging
4. Rebus terus dengan api sedang sampai rasanya meresap pada daging
5. Angkat, hidangkan dengan taburan daun bawang segar.<sup>63</sup>

<sup>63</sup> Baca Resep Dulu, “Resep Rendang”, diakses dari <https://www.bacaresepduku.com/resep-rendang/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## BALADO DAGING

### Bahan-bahan

- 150 gr daging haas sapi, iris tipis dan memarkan
- $\frac{1}{2}$  sdt garam
- $\frac{1}{4}$  sdt merica bubuk
- 1 sdt air jeruk nipis
- 4 sdm minyak goreng
- 2 lembar daun jeruk, iris tipis
- 5 sdm air
- 1 sdt air asam jawa



### Bumbu, haluskan:

- 1 siung bawang putih
- 3 buah cabai merah
- 1 buah tomat

### Langkah-langkah

1. Campur daging dengan garam, merica, dan air jeruk nipis, aduk rata. Diamkan 10 menit
2. Panaskan 2 sdm minyak goreng, tumis bumbu halus dan daun jeruk hingga harum. Masukkan daging, aduk dan masak hingga berubah warna. Tuang air, aduk hingga kering. Tambahkan minyak goreng dan air asam, aduk rata, dan masak sebentar. Hidangkan selagi panas.<sup>64</sup>

<sup>64</sup> Baca Resep Dulu, “Resep Balado Daging”, diakses dari <https://www.bacarespdulu.com/resep-balado-daging/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## KRENGSENGAN

### Bahan-bahan

- 150 gr daging sapi, iris tipis
- 1 sdm kecap manis
- 1 siung bawang putih, cincang
- $\frac{1}{4}$  sdt merica bubuk
- $\frac{1}{2}$  sdt garam
- 1 sdm minyak goreng
- 1 buah tomat, cincang
- 1 buah cabai merah, iris
- $\frac{1}{2}$  gelas air



### Langkah-langkah

1. Campur daging dengan kecap manis, bawang putih, merica, dan garam, aduk rata. Diamkan 10 menit
2. Panaskan minyak goreng, masukkan daging berbumbu. Aduk dan masak hingga berubah warna. Tambahkan tomat dan cabai merah, tuang air. Aduk dan masak hingga bumbu meresap dan kuah mengental. Angkat dan hidangkan selagi hangat.<sup>65</sup>

<sup>65</sup> Baca Resep Dulu, “Resep Krengsengan”, diakses dari <https://www.bacaresepdulu.com/resep-krengsengan/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## DENDENG BALADO

### Bahan-bahan

- 1000 gr daging sapi tanpa lemak
- 2 sdm air jeruk nipis
- 1 sdt garam
- Minyak untuk menggoreng

### Bumbu:

- 2 buah cabai merah besar, belah dua, buang isinya
- 8 buah bawang merah, iris halus
- 2 sdm air jeruk nipis
- 2 sdm minyak untuk menumis
- 3 lembar daun jeruk
- 1 sdt garam



### Langkah-langkah

1. Balur daging dengan garam dan air jeruk sambil ditekan dan diamkan selama 30 menit
2. Masak air mendidih, masukkan daging hingga setengah matang, angkat, dinginkan atau lebih baik simpan di freezer selama 30 menit
3. Keluarkan daging, iris tipis dan melebar
4. Panaskan minyak dengan api agak besar, goreng daging hingga matang dan kering. Angkat. Tiriskan
5. Panaskan minyak di wajan, tumis bawang merah hingga matang, masukkan cabai merah, daun jeruk, garam dan air jeruk
6. Masukkan daging dalam tumisan cabai, aduk rata, angkat. Sajikan<sup>66</sup>

<sup>66</sup> Baca Resep Dulu, “Resep Dendeng Balado”, diakses dari <https://www.bacaresepduku.com/resep-dendeng-balado/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## INCANG DAGING

### Bahan-bahan

- 750 gr daging sapi (campur dengan yang berlemak atau bisa juga tetelan daging)
- 1 liter air untuk merebus
- 2 ruas ibu jari lengkuas, memarkan
- 2 batang serai, memarkan
- 5 lembar daun jeruk
- 3 lembar daun salam
- 2 sdm kecap manis
- 4 sdm minyak goreng untuk menukar



### Bumbu yang dihaluskan:

- 8 butir bawang merah dan 4 siung bawang putih
- 4 buah cabai merah dan 8 butir kemiri, sangria
- 1 sdt adas manis, sangria dan  $\frac{1}{4}$  butir pala
- $\frac{1}{2}$  sdt merica bulat dan garam secukupnya

### Langkah-langkah

1. Cuci bersih daging sapi, kemudian potong kecil-kecil atau cincang kasar, sisihkan
2. Didihkan air, masukkan daging dan biarkan mendidih kembali
3. Tumis bumbu halus, lengkuas, serai, daun jeruk dan daun salam hingga harum. Angkat, masukkan tumisan bumbu ini ke dalam rebusan daging yang sedang mendidih. Tambahkan kecap manis, aduk
4. Angkat dan sajikan hangat.<sup>67</sup>

<sup>67</sup> Baca Resep Dulu, “Resep Cincang Daging”, diakses dari <https://www.bacaresepduku.com/resep-cincang-daging/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

## CAPCAY UDANG CUMI

### Bahan bahan

- Wortel
- Bunga kol
- Brokoli
- Jagung semi
- Udang
- Cumi

### Bumbu :

- 2 siung bawang putih
- 4 buah ebi
- 1 buah bawang Bombay
- 1 sdt Saus tiram
- $\frac{1}{2}$  sdt minyak wijen
- $\frac{1}{2}$  sdt merica
- Garam secukupnya
- 1 gelas air



### Langkah-langkah

1. Uleg bawang putih dan ebi lalu oseng sampai harum.
2. Tambahkan air dan masukkan wortel masak sampai tengah matang
3. Masukkan udang, cumi hingga berubah warna
4. Tambahkan Bombay dan sayuran yang belum masuk, beri garam, marica bubuk, saus tiram dan minyak wijen.
5. Masak hingga matang lalu hidangkan<sup>68</sup>

<sup>68</sup><https://cookpad/tag/resep-masakan-seafood> (diambil 01/05/2019. 19.55)

## DAFTAR PUSTAKA

Kirana wijaya, Lauk Tempe, Tahu Dan Oncom,Jakarta:2014

Sisca Soewitomo,Resep Sajian Tahu Tempe Favorit ala sisca soewitomo, Jakarta:Gramedia Pustaka Utama, 2013

Ika,Wahyuni. Resep Makanan Enak Rasanya. (Surabaya: Penerbit Putra Jaya)

Baca Resep Dulu, “Resep Cincang Daging”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-cincang-daging/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

Baca Resep Dulu, “Resep Dendeng Balado”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-dendeng-balado/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

Baca Resep Dulu, “Resep Krengsengan”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-krengsengan/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

Baca Resep Dulu, “Resep Balado Daging”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-balado-daging/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

Baca Resep Dulu, “Resep Rendang”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-rendang/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

Baca Resep Dulu, “Resep Sapi Lada Hitam”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-sapi-lada-hitam/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

Baca Resep Dulu, “Resep Sapi Lada Hitam”, diakses dari <https://www.bacaresedulu.com/resep-sapi-lada-hitam/>, pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 12.09

<http://www.dapurkobe.co.id/sema/telur> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.12

<https://cookpad/tag/resep-masakan-seafood> (diambil 01/05/2019. 19.55)

<http://www.databisnisekonomi.com/cara-membuat-seblak-mie-telor-basah/> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 13.01

[https://club.iyaa.com/bbs/board.php?bo\\_table=kuliner&wr\\_id=758](https://club.iyaa.com/bbs/board.php?bo_table=kuliner&wr_id=758) diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 13.01

<http://www.dapurkobe.co.id/sema/mie> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 13.01

[https://cookpad.com/id/resep/8361286-abon-pedas-jamur-tiram?via=search&search\\_term=abon%20pedas%20jamur](https://cookpad.com/id/resep/8361286-abon-pedas-jamur-tiram?via=search&search_term=abon%20pedas%20jamur) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

[https://cookpad.com/id/resep/8335545-89-omelet-jamur?via=search&search\\_term=omelet%20jamur](https://cookpad.com/id/resep/8335545-89-omelet-jamur?via=search&search_term=omelet%20jamur) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

[https://cookpad.com/id/resep/7663625-tumis-pedas-jamur-wortel?via=search&search\\_term=tumis%20pedas%20jamur%20wortel](https://cookpad.com/id/resep/7663625-tumis-pedas-jamur-wortel?via=search&search_term=tumis%20pedas%20jamur%20wortel) diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 21.00

<https://m.fimela.com/tag/resep-masakan-ikan> diakses pada tanggal 01/05/2019. pukul 16.55

<https://www.fimela.com/lifestyle-relationship/read/3774533/resep-sop-daging-sapi-rempah-kuah-kental-sedap> diakses pada 30 April 2019 pukul 21.00

[https://cookpad.com/id/resep/7645577-tumis-kangkung-saus-tiram?via=search&search\\_term=tumisan](https://cookpad.com/id/resep/7645577-tumis-kangkung-saus-tiram?via=search&search_term=tumisan) diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.48

[www.dapurkobe.co.id/tumis-terong-hijau](http://www.dapurkobe.co.id/tumis-terong-hijau) diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 11.58

<http://www.dapurkobe.co.id/tumis-kulit-melinjo> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 12.01

<https://www.hipwee.com/tips/jika-sudah-mahir-memasak-8-resep-tumis-ini-tandanya-kamu-siap-jadi-istri/> diakses pada tanggal 2 Mei 2019 pukul 12.07

<https://cookpad.com/id/resep/8255770-capcay-udang-kuah-pedas> diakses pada 21 April 2019 pukul 19.37

<https://cookpad.com/id/resep/8347904-capcay-ala-menu-sehat-no-msg> diakses pada 21 April 2019 pukul 19.45

[http://kueresep.com/masakan/sop-bakso-jamur\\_46124.html](http://kueresep.com/masakan/sop-bakso-jamur_46124.html) diakses pada 21 April 2019 pukul 20.35

<https://www.fimela.com/lifestyle-relationship/read/3774533/resep-sop-daging-sapi-rempah-kuah-kental-sedap> diakses pada 30 April 2019 pukul 21.00

Umi, “aneka-resep-olahan-ayam-rumahan-paling-enak”,  
<https://www.resepumiku.com/2018/03/20-aneka-resep-olahan-ayam-rumahan-paling-enak.html?m=1>, diakses pada tanggal 1 Mei 2019 pukul 09.22

# GO KITCHEN

ANEKA MASAKAN RESEP MASAKAN

BIMA DWIFERDI EENTI KARDONA KRISTIANA  
KHUSNUL INDRI MARIA MILA LISA SEKAR  
SITA NIKHA VIKI YUYUN