

Penguntingi  
*Dyah Ari Daya Ningrum*

# Warisan Rasa

Dari Generasi Ke Generasi,  
Resep Keluarga Terbaik

# Warisan Rasa

Dari Generasi Ke Generasi,  
Resep Keluarga Terbaik

**Alineaku Publisher**

Jl. Segoroyoso, Dahromo 1, Karanggayam, Pleret,  
Bantul, Yogyakarta

Email: [alineakupublisher@gmail.com](mailto:alineakupublisher@gmail.com)

Facebook: [www.facebook.com/sahabatmenulisalineaku](http://www.facebook.com/sahabatmenulisalineaku)

Instagram: [@alineaku.official](https://www.instagram.com/alineaku.official)

Website: [www.alineaku.co.id](http://www.alineaku.co.id)

Hak cipta dilindungi undang-undang  
All right reserved

# Warisan Rasa

Dari Generasi Ke Generasi,  
Resep Keluarga Terbaik

**Penyunting:**

**Dyah Ari Daya Ningrum**

**Penulis**

Suwarliningsih Chasijati, S. Pd | Arya Rizky Hutama, S. H., M. H | Mariza | Nanik Puji Mulyani, S.Pd. SD | Diana Nur Santi, S.E | Tri Wahyuni, S. S., M. Li | Dwi Asri Un | Heni Apriyani | Elfi Syahwani, S. E | Prof. Dr. Dra. Ari Pradhanawati, M.S | Faizah Fahmi | Debbysan | Emiliana Widarti | Dr. Ir. Manik Priandani, M. T | Ririn Aprilia, S. H., M. Kn | Siti Puryandani | Ervita Nityasari | Nuraini Indracahyati | Dra. Eti Suprapti, M. M. Pd | Fitria Supriyani, S. Pd | Awaliyah, S. E., M. A | Novrida Susanti, S. E | Diah Agustina, S. Pd | Maida Mei Safitri, S. S., M. Pd | Eko Supriyono | Yulia Chairani | Sulistyowati, S. Pd | Alberta Rika Pratiwi | Rizka Ellanda, S. ST | Imas Trimayanti, M. M |



# Warisan Rasa

(Dari Generasi ke Generasi, Resep Keluarga Terbaik)

Suwarliningsih Chasijati, S. Pd | Arya Rizky Hutama, S. H., M. H | Mariza | Nanik Puji Mulyani, S. Pd. SD | Diana Nur Santi, S. E | Tri Wahyuni, S. S., M. Li | Dwi Asri Un | Heni Apriyani | Elfi Syahwani, S. E | Prof. Dr. Dra. Ari Pradhanawati, M. S | Faizah Fahmi | Debbysan | Emiliana Widarti | Dr. Ir. Manik Priandani, M. T | Ririn Aprilia, S. H., M. Kn | Siti Puryandani | Ervita Nityasari | Nuraini Indracahyati | Dra. Eti Suprpti, M. M. Pd | Fitria Supriyani, S. Pd | Awaliyah, S. E., M. A | Novrida Susanti, S. E | Diyah Agustina, S. Pd | Maida Mei Safitri, S. S., M. Pd | Eko Supriyono | Yulia Chairani | Sulistyowati, S. Pd | Alberta Rika Pratiwi | Rizka Ellanda, S. ST | Imas Trimayanti, M. M |

## Penyunting

Dyah Ari Daya Ningrum

## Tata letak

Ila Rofiqoti Rizkya Rahma

## Desain Sampul

Rahmat Febriyanto

## Diterbitkan Oleh:

Alineaku

## ISBN:

978-623-8637-05-8

## Cetakan Pertama, Juli 2024

Hak cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk  
dan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit

*iv | Dari Generasi ke Generasi, Resep Keluarga Terbaik*

## Kata Pengantar

Kepada Para Pembaca yang Tercinta,

Salam hangat dari dapur yang penuh dengan aroma kelezatan dan kenangan manis. Saya sangat berbahagia dan bangga untuk mempersembahkan kepada Anda buku yang istimewa ini, "Warisan Rasa". Dalam setiap halaman, Anda akan dibawa dalam perjalanan yang mengharukan dan menggugah hati, menembus masa lalu dan menyatu dengan kehangatan keluarga.

Dalam karya ini, kita akan memasuki dunia di mana resep masakan menjadi lebih dari sekadar daftar bahan dan petunjuk. Mereka adalah jalinan tradisi yang menghubungkan satu generasi dengan generasi berikutnya, membawa kita pada perjalanan melintasi waktu dan ruang, di tengah-tengah dapur yang dipenuhi dengan cinta dan kehangatan keluarga.

Kisah yang terangkai di dalam halaman-halaman buku ini menggambarkan betapa pentingnya warisan kuliner dalam membentuk identitas sebuah keluarga. Dengan setiap sajian yang disajikan, kita melihat bukan hanya keahlian memasak, tetapi juga cermin dari kepedulian, perhatian, dan cinta yang dipersembahkan dari hati ke hati.

Melalui perjalanan ini, kita akan belajar tentang arti sejati dari keberlanjutan, menghargai tradisi yang kita warisi, dan menyadari kekuatan cinta yang menyatu dalam setiap suapan makanan. Karya ini mengajarkan kita bahwa kekayaan sejati terletak bukan hanya dalam rasa yang menggugah selera, tetapi juga dalam kebersamaan yang kita bangun bersama keluarga.

Saya berharap, melalui pengalaman membaca ini, Anda akan merasakan kehangatan keluarga, kelezatan masakan, dan keajaiban warisan yang terus hidup dalam setiap langkah kita. Selamat menikmati perjalanan ini, dan semoga kisah ini dapat menginspirasi Anda untuk mengeksplorasi, menghormati, dan merayakan kekayaan yang ada dalam keluarga Anda sendiri.

Selamat membaca!

Salam hangat,

[Penerbit]

# Daftar Isi

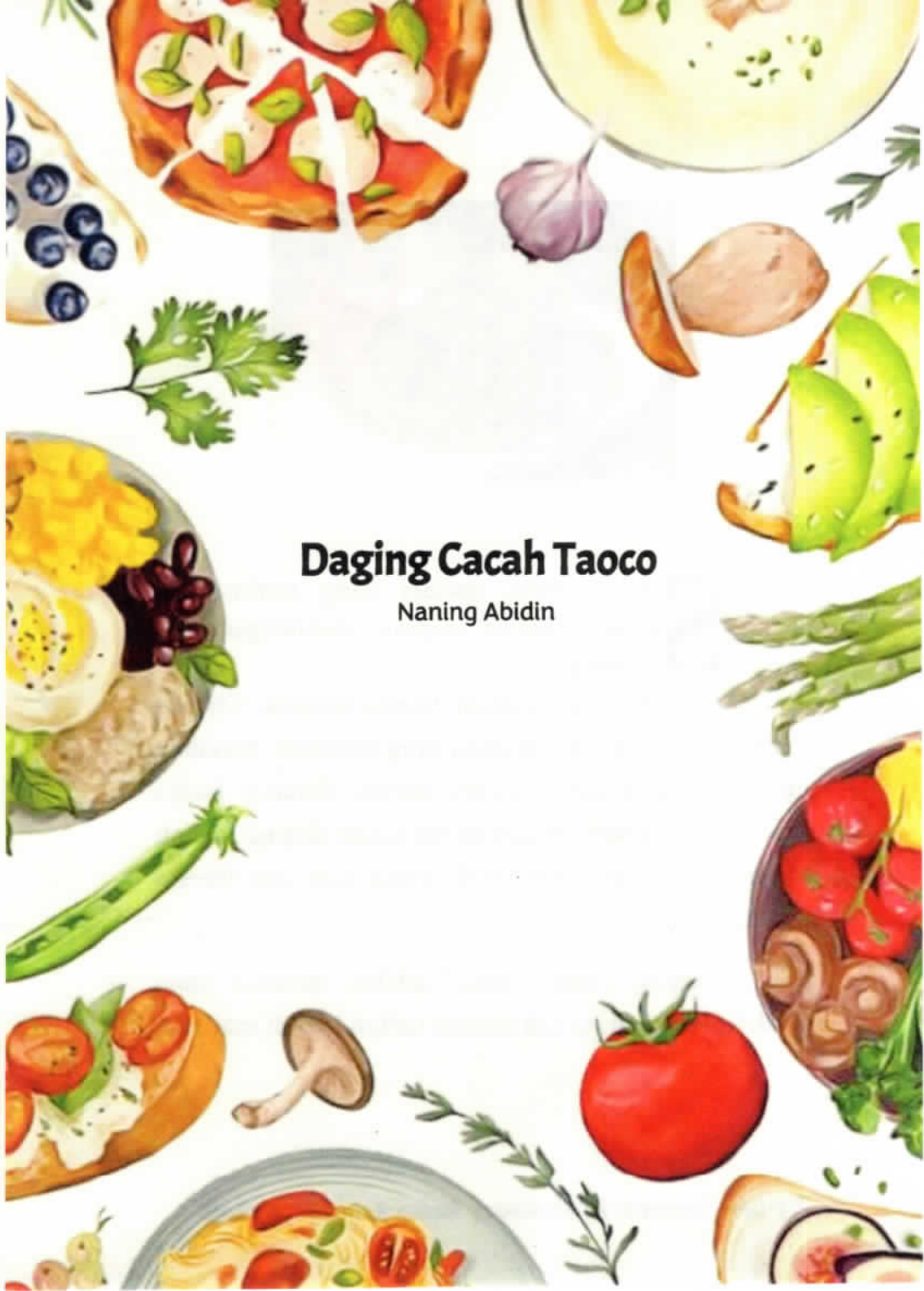
<b>Kata Pengantar</b> .....	<b>v</b>
<b>Daftar Isi</b> .....	<b>vii</b>
<b>Daging Cacad Taoco</b>	
Naning Abidin.....	1
<b>Wajik Legit Pulen</b>	
Arya Rizky Hutama .....	5
<b>Asam Padeh Daging</b>	
Mariza .....	10
<b>Oseng Tempe Gembus Telur Puyuh</b>	
Nanik Puji Mulyani .....	18
<b>Si Hitam Manis Tereng (Sate Goreng)</b>	
Diana Nur Santi, S. E .....	22
<b>Oseng Genjer Ikan Teri</b>	
Tri Wahyuni .....	27
<b>Sambal Kecombrang</b>	
Dwi Asri UN .....	33
<b>Sambal Tumis Kentang</b>	
Heni Apriyani.....	36



<b>Mi Rebus Medan</b>	
Elfy Daulay .....	40
<b>Lapis Daging</b>	
Ari Pradhanawati .....	45
<b>Dendeng Bakotok</b>	
Unni Izzah .....	47
<b>Ayam Bumbu Rujak</b>	
Debbysan .....	54
<b>Bongko Kacang Tholo Kesukaan Simbah</b>	
Emiliana Widarti .....	58
<b>Sayur Lodeh Seger</b>	
Priandani Manik .....	66
<b>Salad Climen</b>	
Rien .....	74
<b>Soto Klethuk</b>	
Anik Dimyati .....	79
<b>Ikan Patin Bakar Irit Bumbu</b>	
Ervita Nityasari .....	84
<b>Sate Maranggi</b>	
Nuraini Indracahyati .....	89

<b>Opor Daun Singkong Khas Sunda</b>	
Herti .....	96
<b>Tumis KembangTuri</b>	
Fitria Supriyani .....	100
<b>Empal Gentong Khas Cirebon</b>	
Awalya Arifin .....	104
<b>Asem-Asem Bandeng</b>	
Bunda Nouie .....	111
<b>Setup Pisang Kepok Plus</b>	
Diyah Agustina .....	116
<b>Ayam Bakar Kampung Bu Nik</b>	
Maida Mei Safitri .....	121
<b>Sambal Lethok Khas Klaten</b>	
Eko Supriyono .....	126
<b>Gulai Ayam Panyikek</b>	
Yulia Chairani .....	133
<b>Garang Asem Ayam Kampung</b>	
Sulistiyowati .....	139
<b>Sayur Asem Tales</b>	
Alberta Rika Pratiwi .....	145

<b>Tumis Taoge Ala Anak Rantau</b>	
EllandaRiz.....	150
<b>Sayur Godog Bumbu Merah Merekah</b>	
Imas Trimayanti .....	155
<b>Profil Penulis.....</b>	<b>160</b>



# Daging Cacah Taoco

Naning Abidin



Selain rindu, apalagi yang terlintas di pikiran ketika engkau mendengar kata “pulang”?

Ya, tentu saja masakan ibunda tercinta. “Daging Cacah Touco” adalah masakan yang *ngangeni*. Masakan ini tergolong istimewa karena dahulu dimasak hanya saat hari raya saja. Masakan berbahan daging adalah makanan mewah yang tidak setiap saat ada dimeja makan kami.

“Daging Cacah Touco” adalah masakan yang tidak kutemui di rumah handai taulan lain di saat hari

raya, sepertinya ini adalah menu spesial yang diciptakan oleh ibu sehingga tidak ada di tempat lain.

Salah satu keunikan masakan ini adalah daging sapi yang dicacah atau dicincang dan dimasak dengan penambahan bumbu taoco. Taoco adalah kedelai yang dimasak dan difermentasi sehingga memberi cita rasa umami (gurih) dan asin pada masakan, di samping itu taoco juga menimbulkan aroma yang khas.

Masakan ini terlihat “nyemek-nyemek” alias tidak kering tidak juga berkuah karena penambahan santan kental pada masakan dimasak sampai santan menyusut. Masakan ini sangat cocok dimakan dengan lontong ataupun ketupat.

**Bahan:**

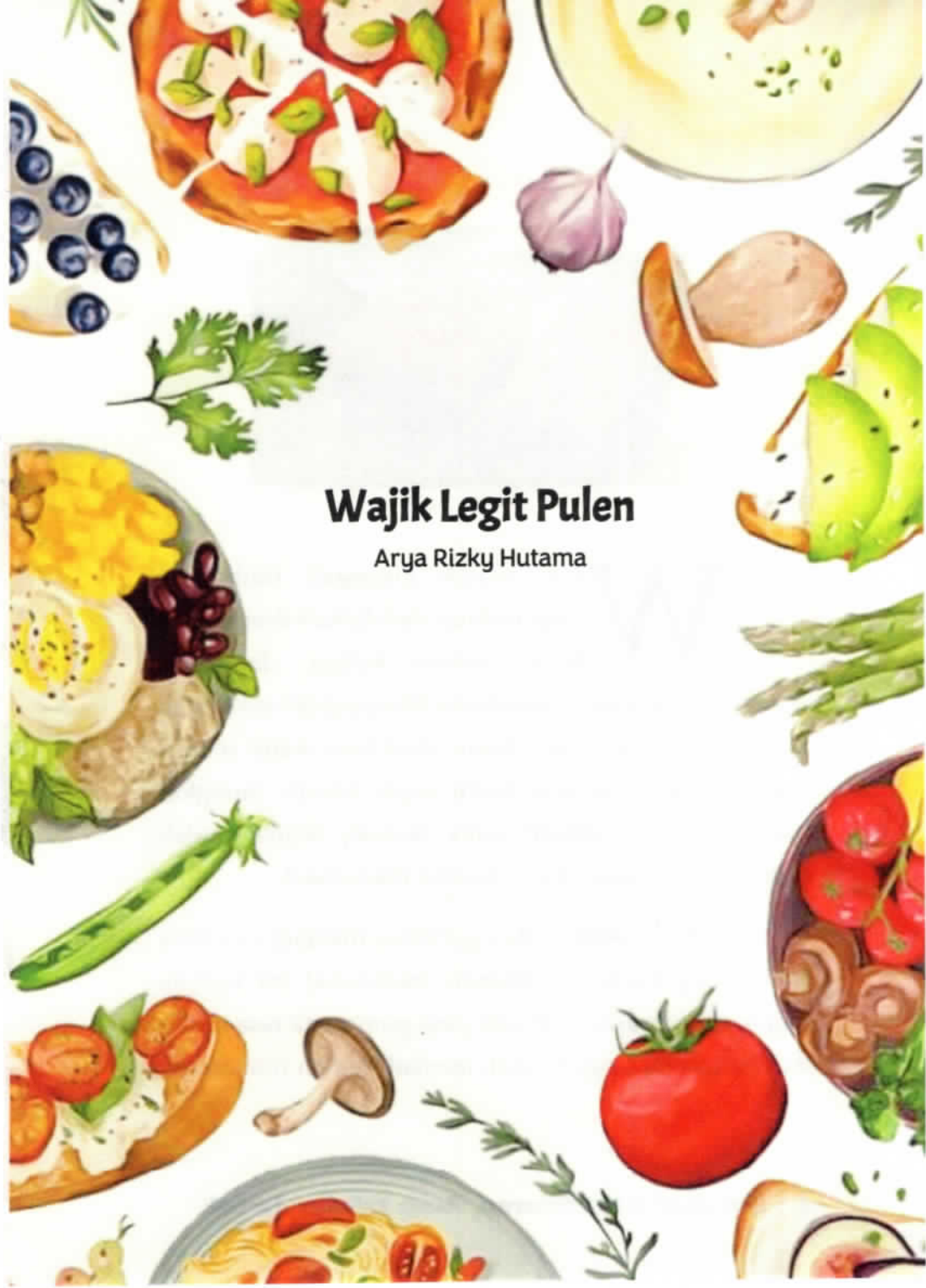
- 1/2 kg daging sapi Cacah/cincang/giling
- 100 ml santan kental
- 3 sdm tauco asin
- 10 buah cabai rawit
- 2 sdm kecap manis
- 1 sdt gula pasir
- 2 sdm minyak goreng

**Bumbu halus:**

- 5 butir bawang putih
- 3 butir bawang merah
- 1 sdt merica/lada
- 2 butir kemiri
- 1 ½ sdt garam

**Cara memasak:**

1. Tuang minyak goreng pada wajan, setelah cukup panas masukkan bumbu halus dan tumis sampai berbau harum dan bumbu sedikit kering.
2. Masukkan daging cacah/cincang/giling, aduk-aduk agar daging tercampur dengan bumbu. Masak sampai daging berubah warna.
3. Masukkan taoco, kecap manis dan gula pasir, aduk-aduk agar tercampur rata
4. Tuang santan kental, dan dimasak terus sampai santan menyusut dan masakan terlihat “nyemek-nyemek
5. Sesaat sebelum dimatikan api kompornya masukkan cabai rawit, aduk-aduk sebentar. Matikan api.
6. Dan masakan siap disantap dengan lontong atau ketupat. Selamat mencoba.



# Wajik Legit Pulen

Arya Rizky Hutama





**W**ajik adalah hidangan tradisional yang terbuat dari bahan dasar beras ketan, santan kelapa, dan gula merah. Wajik yang biasa dikenal masyarakat luas adalah wajik yang berasal dari ketan. Asal kata wajik sendiri biasa dikaitkan dengan kartu wajik, karena mungkin bentuknya yang seperti wajik (kotak). Wajik mudah ditemukan di pasar atau toko kue tradisional

Tekstur lembut dan gurihnya menjadi ciri khas wajik yang membuat jajanan tradisional ini banyak digemari masyarakat. Wajik yang punya cita rasa manis dan harum ini sangat cocok menjadi teman minum teh

tawar hangat. Wajik juga kerap dihidangkan dalam berbagai acara seperti pernikahan, arisan, kenduri, lebaran, pesta, reuni, jamuan, dan lain-lain. Di Pulau Sumatera, sajian wajik ini disebut dengan pulut manis.

Wajik ketan terbuat dari beras ketan yang dikukus kemudian dimasak dengan campuran santan dan gula hingga berminyak serta terasa lembut. Pada umumnya, wajik dibuat menggunakan ketan yang ditambahkan dengan berbagai rasa. Gula yang digunakan pada wajik jenis ini biasanya adalah gula merah. Gula merah yang digunakan akan membuat wajik menjadi berwarna cokelat muda hingga cokelat tua.

Setelah wajik diangkat dari tempat pengolahan, wajik kemudian akan dibentuk atau diiris sesuai dengan keinginan pembuat. Wajik memiliki cita rasa manis yang gurih. Rasa manis tersebut sering pula ditambahkan dengan aroma lain seperti rasa pandan dan vanili.

Selain berwarna cokelat, jenis wajik ketan ada pula yang memiliki warna lain seperti warna hijau dan warna merah muda. Wajik yang berwarna hijau dan

merah muda tidak menggunakan gula merah melainkan menggunakan gula pasir.

**Bahan:**

- 1,5 kg beras ketan
- 500 ml santan kental dari 1 butir kelapa
- 200 gram gula merah
- 2 sdm gula pasir
- ½ sdt garam
- 5 lembar daun pandan
- ½ sdt vanilli bubuk

**Cara membuat:**

1. Rendam beras ketan selama 2 jam lalu cuci bersih dan tiriskan.
2. Beras ketan dikukus di dandang selama 30 menit, angkat dan dinginkan.
3. Masak santan kental, gula merah, gula pasir, garam, dan 5 lembar daun pandan (kecuali beras ketan) di wajan anti lengket dengan api sedang



# Asam Padeh Daging

Mariza

sampai mendidih, lalu tambahkan vanilli bubuk dan diaduk-aduk sampai gula larut.

4. Masukkan beras ketan yang sudah dikukus matang ke wajan anti lengket, aduk kembali hingga santan terlihat menyatu dengan beras ketan dan mengering sampai terlihat bentuk butiran ketannya. Setelah itu, diangkat dan disaring.
5. Masukkan ketan panas ke dalam loyang.
6. Padatkan dengan cara ditekan-tekan sampai rata. Kemudian, diamkan sampai benar-benar dingin, lalu dipotong-potong sesuai selera.
7. Wajik siap dihidangkan.



**A**lmarhumah mamaku merupakan anak bungsu dari 6 bersaudara dan sejak bayi sudah tidak memiliki ayah karena ayahnya wafat setelah bermain bola sebelum mamaku dilahirkan. Mama yang yatim menjadi tumpahan kasih sayang nenekku yang sudah menjanda di usianya ke 30 tahun.

Nenekku perempuan tangguh. Beliau tetap menjanda hingga akhir hayatnya di usia 74 tahun. Nenek adalah pujaan kami sekeluarga dan banyak

orang. Cerdas lahir batin, paham ilmu politik internasional, jago menjahit, jago mencari uang menghidupi keenam anaknya hingga bersekolah tinggi, ilmu agamanya mumpuni dan jago mengumpulkan properti dan masakannya super lezat. Beliau disekolahkan oleh Pemerintah Belanda (jaman penjajahan Indonesia) ke sekolah *hospitality* terbaik se Sumatera Barat kala itu.

Mamaku si bungsu yang manja mendapatkan keahliannya memasak kuliner Minang yang khas dari nenekku yang luar biasa itu. Saat itu papaku ditugaskan di daerah yang bersuhu dingin, nenek mengajarkan mama memasak Asam Padeh Daging yang meribuat air liur meleleh dan nasi hangat di piring minta tambahan terus menerus. Karena kami sekeluarga menyukai sajian ini, sehingga jadilah menu ini rajanya meja makan kami.

Setelah nenek wafat, kami masih tinggal berpuluh tahun di daerah pegunungan sejuk tersebut, sehingga sajian Asam Padeh Daging selalu rutin muncul di meja makan kami. Rasanya memang khas, perpaduan pedas, asam dan asin dengan kuah kental tanpa santan.

Bila irisan dagingnya tepat, makan kuliner ini sungguh paripurna diremas dalam nasi hangat-hangat.

Meskipun di rumah kami tersedia panci-panci masak modern, namun mama memilih memasak di panci keramik karena mengikuti cara nenek yang memasak di dalam belanga tanah liat. Rasa daging berbumbu segar itu terasa memenuhi seluruh dapur rumah kami dan menimbulkan rasa lapar. Masakan mamaku ini rasanya persis sama dengan masakan nenek

**Bahan-bahan:**

- 1 kg daging sapi sandung lamur
- 1/4 kg cabai halus merah keriting, sesuai selera
- 10 siung bawang merah
- 4 siung bawang putih
- 3 butir kemiri sangrai
- 1 sdm ketumbar bubuk
- ½ sdt merica halus
- 2 cm kunyit
- 2 ruas ibu jari jahe
- 2 lembar daun kunyit



- 2 lembar daun salam
- 2 batang serai dimemarkan
- 3 lembar daun jeruk
- 4 keping asam kandis
- 1 batang daun bawang
- 5 buah tomat merah besar
- 1 sendok makan mentega
- 1,5 liter air bersih
- garam & penyedap rasa secukupnya

**Persiapan:**

Potong-potong daging sesuai selera atau boleh bentuk kubus atau irisan tipis agar lebih cepat empuk dan meresap. Cuci bersih daging dengan air mengalir, lalu masukkan ke dalam wajan. Jika ada, gunakan belanga yang terbuat dari tanah liat untuk sensasi rasa yang lebih autentik.

Usahakan pilih daging sandung lamur lemaknya tidak alot saat dikunyah. Penggunaan daging yang masih segar sangat berpengaruh pada cita rasa asam padeh lezat.

Usahakan dedaunan seperti daun, kunyit, daun salam, daun jeruk, batang serai dan daun bawang dalam keadaan hijau segar.

Persiapkan jus tomat. Caranya, cuci tomat merah hingga bersih. Rebus hingga kulit merekah. Kupas kulit tomat. Tomat dihaluskan dengan blender hingga lumat. Saring dua kali untuk mendapatkan air jus yang berwarna merah dan halus kental.

Kompor disiapkan dengan api sedang, lalu masak asam padeh dengan perlahan. Biarkan mendidih cukup lama dan aduk sesekali saja untuk memastikan daging tidak lengket di permukaan wajan. Jangan gunakan api besar karena bisa membuat daging menjadi keras.

Selalu diingat memasak terus asam padeh dengan api sedang. Sesekali periksa tingkat kematangan daging. Setelah daging dirasa mulai empuk dan kuah agak menyusut, kecilkan api kompor agar kuah tidak kering.

### **Cara Memasak:**

- Bumbu halus: 10 siung bawang merah, 4 siung bawang putih,  $\frac{1}{4}$  kg cabai halus merah keriting, 3 butir kemiri sangrai, 1 sendok teh ketumbar,  $\frac{1}{2}$  sendok teh merica, 2 cm kunyit.
- Tumis bumbu halus: Panaskan minyak goreng campur 1 sendok makan mentega dalam wajan, tumis bumbu halus hingga harum dan matang.
- Tambahkan bahan: Masukkan 2 lembar daun kunyit, 2 lembar daun salam, 2 batang serai dimemarkan, 3 lembar daun jeruk, 1 batang daun bawang (diikat cantik). Aduk rata.
- Masukkan daging: Tambahkan potongan daging sapi, aduk hingga daging berubah warna.
- Tambahkan cabai utuh (buang biji) bila kurang pedas.
- Tambah jus tomat yang sudah disaring. Aduk rata.
- Masukkan 4 butir asam kandis.

- Tambahkan air secukupnya hingga semua bahan terendam. Biarkan mendidih.
- Taburkan garam dan penyedap rasa (bila suka) secukupnya sesuai selera. Aduk rata dan cicipi rasanya.
- Masak hingga matang dengan api kecil hingga daging empuk dan bumbu meresap. Pastikan kuah relatif banyak namun kental.
- Sajikan: Angkat dan sajikan Asam Padeh Daging dalam mangkuk. Taburi bawang goreng bila suka. Nikmati dengan nasi panas.

Selamat mencoba membuat dan menikmati hidangan khas Minangkabau yang lezat ini!



**Oseng Tempe Gembus  
Telur Puyuh**

Nanik Puji Mulyani



**K**eluarga kami tinggal di Jombang, Jawa Timur. Suami saya berasal dari Cirebon dan saya asli dari Jombang, Jawa Timur. Ada banyak perbedaan tentang jenis makanan antara Cirebon dan Jombang, dan perlu waktu lama untuk menyesuakannya. Suami saya seorang anggota TNI AD yang bertugas di KODIM 0814 Jombang dan saya bekerja sebagai seorang guru dan kepala madrasah di salah satu madrasah di Jombang.

Memasak adalah hobi yang sangat menyenangkan bagi saya. Dengan mempunyai hobi memasak saya bisa menciptakan resep masakan yang

berbeda. Untuk mengatasi harga daging yang sangat mahal, saya mencoba membuat resep oseng tempe gembus telur puyuh.

Tempe gembus adalah jenis bahan masakan yang harganya murah. Tempe gembus bisa diolah menjadi gorengan dan makanan yang enak rasanya. Tempe gembus berasal dari ampas pembuatan tahu. Tempe gembus memiliki tekstur dan rasa yang khas.

Jika dilihat dari tampilannya, tempe gembus sangat mirip dengan daging sapi, lunak, dan bumbunya bisa meresap sampai ke dalam tempe gembus. Mudah-mudahan resep oseng tempe gembus telur puyuh bisa menjadi inspirasi ibu-ibu semua.

**Bahan:**

- Tempe gembus 1 potong (di Jombang harga 2000)
- Telur puyuh kupas 250 gr
- Minyak goreng untuk menumis

**Bumbu:**

- Bawang merah 5 butir
- Bawang putih 2 butir

- Kemiri sangria 3 butir
- Cabai rawit 5 biji (sesuai selera)
- Lengkuas 1 ruas jari di geprek
- Daun jeruk 2 lembar
- Kecap manis 2 sendok makan
- Gula, garam dan penyedap secukupnya

**Cara membuat:**

1. Potong tempe gembus kotak- kotak sisihkan.
2. Haluskan bumbu kemudian tumis dalam minyak panas kemudian masukkan tempe gembus daun jeruk dan lengkuas dan tambahkan sedikit air.
3. Masukkan telur puyuh.
4. Tambahkan kecap, gula dan garam kemudian koreksi rasa.
5. Oseng sampai air menyusut dan siap di hidangkan Bersama nasi hangat.





# **Si Hitam Manis Tereng (Sate Goreng)**

Diana Nur Santi, S. E



**K**eluargaku berasal dari Kota Dawet Ayu, kota kecil Banjarnegara, Jawa Tengah. Kami mempunyai keluarga besar. Jika anak cucu berkumpul kebiasaan yang kami lakukan adalah makan bersama. Nenek saya suka sekali dengan kegiatan perdapuran. Semua makanan yang tersaji saat Hari Raya Idul Fitri adalah hasil karya beliau. Semua masakan ini menjadi santapan yang ditunggu di meja makan. Sate goreng menjadi menu yang andalan. Daging yang dipilih bisa daging sapi atau daging kambing.

Bisa dibayangkan saat kami menikmati keindahan berkumpul bersama saat merayakan Idul Fitri. Saya yang waktu itu masih duduk di bangku sekolah sangat gembira jika hari raya tiba dengan momen makan bersama keluarga besar. Biasanya kami berbagi tugas untuk ikut mengolah aneka masakan.

Tereng ini menu favorit selain menu wajib lain yaitu opor kita semua antusias dan penuh semangat ketika mendekati hari H. Tak ada rasa lelah karena kami menikmati saat saat memasak bersama penuh gembira.

Tereng ini rasanya manis legit dilengkapi dengan sambal kecap. Bumbu bumbu yang digunakan juga mudah didapatkan dan simpel pengolahannya.

Dimakan dengan ketupat atau lontong ada yang menambahkan juga dengan kuah opor. Wah... nikmat yang sungguh luar biasa. Cobain deh... hehehe.

Inilah cara kami sekeluarga menikmati tereng, selain menu andalan nenek yang lain di hari spesial. Sekedar tips dari resep ini bahwa daging agar supaya cepat empuk lakukan bungkus daging dengan daun pepaya kurang lebih 30 menit sebelum daging diolah atau bisa juga menggunakan nanas yang diparut lalu balurkan.

Membuat tereng tidak sulit. Silakan dicoba. Mungkin cara orang lain menikmati berbeda beda jika memungkinkan resep ini juga bisa dibuat untuk bekal piknik. Praktis dan lezat tentunya, cihuiiii....

Tunggu apa lagi silakan praktikan.

**Bumbu :**

- 6 siung bawang merah
- 6 siung bawang putih
- 2 sdm ketumbar
- 1 sdt garam
- 50 gr gula jawa
- 5 butir kemiri
- 1 sdt lada bubuk
- 8 sdm kecap manis
- 2 sdm margarin

**Bahan:**

500 gr daging sapi / kambing

**Pelengkap:**

Daun kol, cabai rawit, irisan bawang merah sambal kecap.

### **Cara memasak:**

- Haluskan semua bumbu sisihkan.
- Potong kotak daging lalu masukan ke baskom bersama bumbu halus tambahkan kecap manis, gula jawa, margarin lalu remas remas sampai tercampur rata. Diamkan sesaat selamat 15 menit.
- Masak menggunakan panci baja lebih baik pada api sedang.
- Aduk terus dan sesekali cek kematangan daging.
- Tuang air panas sedikit untuk meratakan bumbunya agar terserap. Masak hingga air menyusut dan minyak keluar.
- Saat minyak keluar biarkan sebentar untuk memaksimalkan kematangan dan keluar aroma gosong.
- Siapkan piring saji, tata irisan daun kol tuangkan tereng taburi bawang merah potong, cabai rawit dan tomat.
- Si hitam manis tereng siap disajikan bersama keluarga.



**Oseng Genjer**  
**Ikan Teri**  
Tri Wahyuni

Pagi ini udara terasa dingin. Setelah salat subuh aku bergegas ke dapur bersiap masak untuk sarapan anak-anak. Kutengok di kulkas ada genjer yang terbungkus plastik, beli di warung tetangga kemarin sore. Kukeluarkan dari kulkas dan siap ku eksekusi. Kupandangi sejenak genjer itu. Aku tersenyum kecil, *dejavu*. Bagiku, genjer memang identik dengan mendiang ibuku. Beliaulah yang mengajarku memasak.

Ketika aku kecil, menu genjer adalah alternatif santapan kami hampir setiap hari. Aku patut bersyukur memiliki cerita masa kecil yang penuh nuansa alam. Ya,

aku tinggal di desa yang cukup jauh dari hiruk pikuk kota. Desa yang cukup mandiri pangan. Mayoritas masyarakat desaku saat itu memiliki lahan untuk digarap. Mulai beras hingga sayuran kami tidak berkekurangan, bahkan genjer yang memang banyak tumbuh di persawahan pascapanen menjadi “idola” selain daun kacang panjang yang masih muda sebagai sayur pendamping nasi dan tempe goreng. Kini, menu satu ini pun menjadi favorit keluarga kecilku.

Ada satu cerita ketika aku diajak Bapak ke sawah menengok kondisi air di lahan sawah pascapanen, sebab sebentar lagi tanah itu akan digarap lagi untuk ditanami padi. Bapak yang saat itu juga menggarap ladang di sebelah sawah yang sudah dipanen menyuruhku dan kakakku membantu beliau menyirami tanaman cabai dengan air *belik* yang ada di areal ladang. Kami berdua melihat ada banyak bebek yang digembala di area persawahan. Biasanya, bebek-bebek itu bertelur di sana. Kami tinggalkan tugas kami dan menuju ke area sawah itu. Kami cukup beruntung karena mendapatkan telur bebek di antara banyak tanaman genjer tumbuh di sana. Selain dapat telur bebek, kami pun dapat genjer. Namun, ketika Bapak tahu kami ambil telur bebek itu,



Bapak marah dan meminta kami mengembalikan telur itu pada si gembala bebek. Ya, pelajaran kejujuran memang sudah ditanamkan Bapak pada kami. Kami pun pulang, dan genjer kami berikan pada Ibu untuk diolah.

Mungkin tidak banyak yang tahu tentang tanaman genjer, terlebih anak-anak Gen-Z yang hidupnya dipenuhi dengan berbagai kemudahan. Tanaman yang memiliki nama latin *Limnocharis flava* ini merupakan tanaman dalam jenis eceng yang banyak tumbuh di rawa, sawah, atau perairan dangkal. Pengolahan genjer tidaklah sulit, tetapi membutuhkan trik agar terasa lezat dan nikmat, khususnya ketika mengolahnya. Berikut ini resep oseng genjer ikan teri yang biasa kusajikan untuk keluargaku.



## Resep Oseng Genjer Ikan Teri

### **Bahan-Bahan:**

- Genjer
- Ikan teri (sesuai selera)

### **Bumbu:**

- 1 siung bawang bombai ukuran sedang
- 3 siung bawang putih
- 5 siung bawang merah
- Cabai sesuai selera
- Terasi
- 2 butir kemiri
- Garam
- Gula pasir
- Penyedap
- Saus tiram
- Kecap manis
- Soda kue
- Daun salam
- Minyak goreng untuk menumis

**Cara memasak:**

Genjer dipotong sesuai selera masukkan ke baskom dan taburi soda kue dan tuangi sedikit minyak goreng. Didihkan air, tuang pada genjer yang sudah ditaburi soda kue, aduk dengan spatula, tiriskan. Haluskan semua bumbu, tumis dengan sedikit minyak goreng. Setelah harum dan agak kecokelatan, masukkan daun salam dan ikan teri yang sudah digoreng. Tuangkan saus tiram, kecap manis, dan penyedap. Tuangkan genjer yang sudah ditiriskan, aduk hingga merata. Tes rasa, angkat dan sajikan di piring saji. Lebih nikmat dimakan selagi hangat.



# Sambal Kecombrang

Dwi Asri UN

**B**erawal saat pandemi COVID-19 yang membatasi aktivitas keluar rumah dan harus tetap menyediakan lauk yang sehat misal ayam goreng, telur, ikan, tahu, tempe dll dan tentunya sambal sebagai pelengkap maka terciptalah resep sambal kecombrang yang bisa juga digunakan sebagai alternatif untuk bumbu nasi goreng.

**Bahan:**

- 200 gram cabai rawit merah
- 1 buah kecombrang
- 5 buah bawang putih
- 5 buah bawang merah

- 2 biji sereh
- 1 sendok teh garam
- 1 sendok teh penyedap
- ½ sendok teh gula pasir
- 250 cc minyak goreng

**Cara membuat:**

1. Semua bahan dicuci bersih dan ditiriskan.
2. Semua bahan diiris tipis.
3. Masukkan bahan yang sudah diiris kedalam wadah anti panas.
4. Tambahkan garam, penyedap, gula pasir dan aduk sampai semua tercampur.
5. Panaskan minyak goreng sampai mendidih dan siram ke bahan sambal.
6. Tunggu sampai dingin dan masukkan sambal ke dalam toples.
7. Sambal siap dinikmati.





## Sambal Tumis

### Kentang

Heni Apriyani



### Kisah tentang Resep warisan Keluarga Sambal Tumis Kentang

**H**ari Raya Idul Fitri adalah momen spesial bagi keluarga kami, tidak hanya karena berkumpulnya sanak saudara tetapi juga suasana makan-makan tentu saja. Nenek kami, yang kami sebut Mbah Putri sangat pandai memasak aneka makanan. Selain kue kering dan kue basah yang lezat, kami para cucunya sangat menantikan masakan yang hanya hadir saat hari raya, yaitu sambal tumis kentang. Buat kami, menu ini sangat istimewa dan berbeda dari sambal kentang pada umumnya.



Sangat cocok menemani ketupat dan rendang, sambal kentang kami yang unik, nikmatnya tiada tara. Setelah Mbah Putri wafat, kami cucunya mencoba memasak kembali, masakan penuh kenangan ini.

**Bahan:**

1. 300 gram kentang, iris kotak
2. 100 gram buncis, iris/ potong sekitar 0,5 cm
3. 3 buah ati ayam, direbus, potong kecil
4. 3 buah ampela ayam, direbus, potong kecil
5. 1 papan pete, iris sedang
6. 100 gram cabai hijau, potong sekitar 0,5 cm (boleh lebih jika suka pedas)
7. 7 siung bawang merah, iris
8. 5 siung bawang putih, iris
9. 1 buah tomat, potong-potong
10. Garam halus, gula pasir, penyedap secukupnya



**Cara membuat:**

1. Goreng kentang, tapi jangan terlampau kering, sisihkan.
2. Goreng buncis dan pete sampai setengah matang, sisihkan.
3. Goreng ati dan ampela, sisihkan.
4. Tumis bawang merah dan bawang putih sampai menguning dan harum.
5. Masukkan cabe hijau dan tomat.
6. Masukkan kentang, buncis dan ati ampela, aduk-aduk.
7. Beri garam halus, gula pasir dan penyedap secukupnya.
8. Koreksi rasa.



# Mi Rebus Medan

Elfy Daulay



Setiap hari-hari besar dan acara-acara besar di rumah menu mie rebus tidak pernah ketinggalan dan selalu ada. Apalagi kalau sanak saudara pada datang ke rumah orang tua saya pasti selalu minta dimasakin mie rebus. Karena buatan mie rebus mamak saya itu enak dan ngangenin. Katanya mie rebus medan yang dijual di restoran dan abang-abang kaki lima kurang enak, kuahnya encer, walaupun kental tidak seenak punya *mamak* saya (itu kata saudara saya dan anak-anaknya ya), kaldu

udangnya tidak berasa dan berbagai alasan lainnya. Makanya mie rebus jadi menu wajib di saat kumpul keluarga besar di rumah orang tua saya.

Mie keling atau mie rebus medan, pada dasarnya dari penduduk lokal peranakan India, yang kemudian diadopsi oleh penduduk Medan. Mie rebus medan kalau dimakan dalam keadaan panas dan di waktu hujan turun. Wow betapa nikmatnya. Karena mie rebus yang satu ini bukan sekedar mie yang direbus dengan air mendidih kemudian disajikan begitu saja. kuahnya yang kental dan penggunaan udang pada kuahnya yang menjadikan rasa mie rebus ini beda dengan mie rebus lainnya.

Udang yang digunakan adalah udang besar, karena harga udang besar lumayan mahal maka *mamak* saya mempunyai tips khusus. Dengan udang sedikit tapi kaldu udangnya terasa dengan cara memblender kepala udang yang sudah direbus untuk ditambahkan ke dalam kuah mie rebus.

Mie yang digunakan juga adalah mie kuning yang dicelur terlebih dahulu sebelum disajikan, membuat tekstur mie menjadi lebih lembut dan biasanya mie

rebus medan disajikan dengan kondimen yang tak kalah menarik. Ada tauge, kentang rebus, telur rebus, tahu putih goreng dan kerupuk merah putih yang menjadi salah satu ciri khas dari makanan ini.

**Bumbu halus:**

- Bawang merah 5 siung
- Bawang putih 5 siung
- Merica 1 sdt
- Jahe
- Pala
- Ebi kering/Udang
- Royco 1 bungkus kecil

**Bahan:**

- Tauge
- Mie kuning
- Kentang
- Tahu putih
- Daun bawang
- Seledri
- Telur rebus
- Gula merah

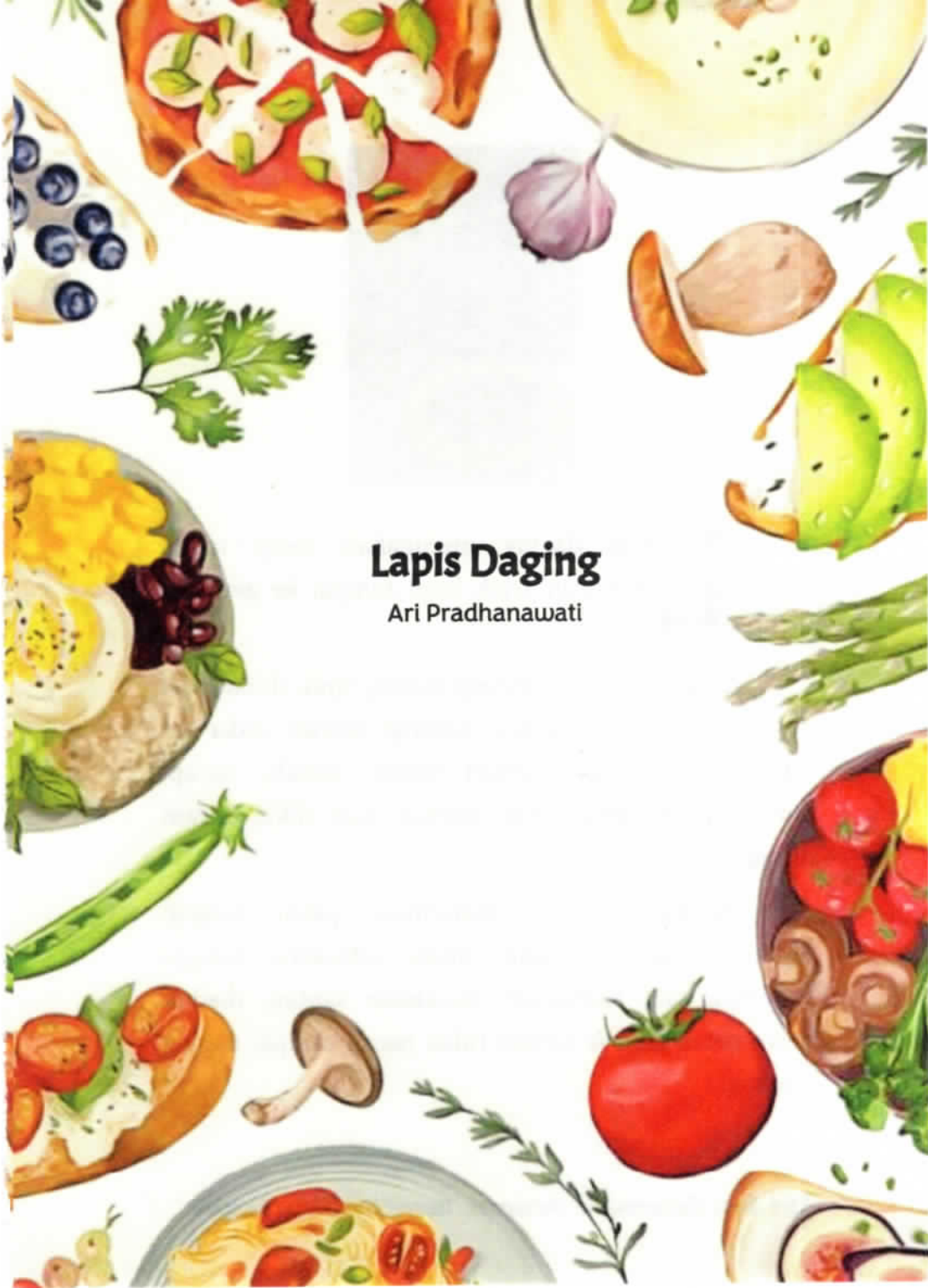
- Daun salam 3 lembar
- Daun jeruk 3 lembar
- Sereh 3 lembar
- Udang
- Tepung meizena

**Cara Membuat:**

Rebus udang sampai menjadi kaldu, kemudian ambil kepala udang yang sudah direbus lalu blender dan disaring, lalu masukkan ke dalam kaldu udang (tips rahasia *mamak* saya agar lebih kuat rasa udangnya).

Tumis bumbu yang sudah dihaluskan lalu masukan ke dalam kaldu udang.

Masukan gula merah, serai, daun jeruk dan daun salam. Tambahkan garam, merica dan royco sambil diaduk. Setelah mendidih kuahnya lalu kentalkan dengan meizena sambil diaduk lagi lalu kecilkan api kuahnya sudah bisa



# Lapis Daging

Ari Pradhanawati

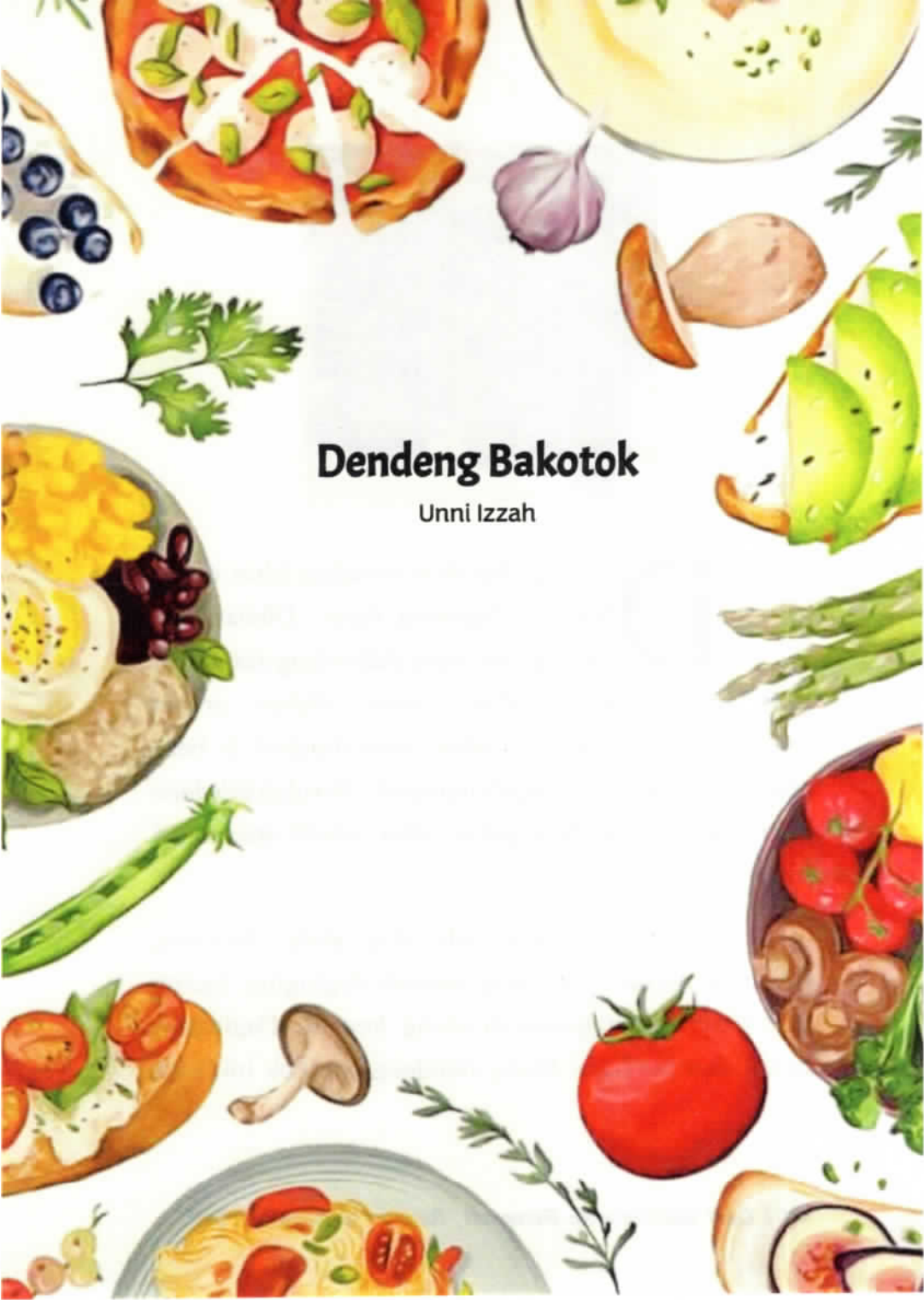




**L**apis daging merupakan resep turun menurun sejak kecil sampai ke generasi ke-4.

Daging 1/2 kg dipotong-potong tipis, dimarinasi dengan salam laos, irisan bawang merah, cuka 1/2 sendok makan dan irisan tomat merah, kecap, bumbunya bawang putih, merica, pala dikit, garam diuleg halus.

Setelah daging dimarinasi pakai tangan terus diletakan di wajan, ditata satu-satu, tunggu beberapa saat kemudian masukkan santan, diaduk pelan-pelan supaya santan tidak pecah sampai daging matang.



# Dendeng Bakotok

Unni Izzah



**D**endeng Batokok masakan khas orang Minang, Sumatra Barat. Dibuat dari daging sapi, yang didendeng atau diiris tipis dan lebar. *Batokok*, karena dalam proses memasaknya dendeng ditokok, atau dipukul di batu cobek agar dagingnya rapuh dan gurih. Barulah dibalado atau diberi cabai. Bisa pakai cabai merah atau cabai hijau (sesuai selera).

Dendeng batokok ada dua jenis. Pertama, dendeng *masiak*. Dendeng *masiak* dagingnya kering dan gurih. Yang kedua dendeng *lambok*. Dagingnya basah dan berkuah. Resep dendeng batokok ini, saya

pelajari dari Ummi saya. Dendeng Batokok Ummi, sudah menjadi *trade mark* tersendiri di keluarga besar kami. Ketika Ayah (*rahimahullah*) ke Jakarta, dendeng buatan Ummi selalu menjadi buah tangan. Semua orang suka. Bukan hanya karena rasa dendengnya tapi lebih karena *balado* atau sambelnya. Jadi, jika Ummi memasak dendeng, *ladonya* (sambelnya) dibuat lebih banyak. Maklumlah keluarga kami memang sangat suka sambel. Bahkan kalau dendengnya sudah habis dan sambelnya masih tersisa, tidak pernah sambelnya kami buang. Sambelnya saja kami makan sama nasi tetap enak.

Sekarang, Ummi sudah tidak sanggup lagi membuat dendeng batokok. Alhamdulillah, saya sudah bisa membuatnya. Ketika kemarin ke Jakarta, saya juga menjadikannya buah tangan dan sanak saudara mengira itu buatan Ummi. Alhamdulillah, kata orang sudah turun ilmu Ummi saya kepada saya.

Nah, berikut kita pelajari resepnya. Insya Allah jika diikuti cara dan *istitsna* (rahasia-rahasianya), teman-teman juga bisa membuatnya. Yuuk, kita coba!

### Bahan-bahan:

- 1 kilo daging sapi bagian has dalam diiris tipis
- 100 gram lemak daging diiris kecil-kecil. Ini *perai* alias gratis, saya minta saja ke tukang daging, bahkan diris-iriskan sekalian
- 200 gram asam jawa dibagi 2, @100 gram untuk memarinase daging dan membumbui cabai
- 250 gram cabai merah
- 15 – 20 siung bawang merah
- 8 – 10 siung bawang putih
- Secukupnya garam
- Secukupnya penyedap rasa

### Cara membuat:



1. Daging dendeng dimarinase dengan asam jawa dan garam halus. Lumuri daging dengan asam jawa dan garam secara merata.

2. Jemur daging di terik matahari. Saya menjemur di jemuran pakaian. Saya jemur tiga kali karena hari hujan. Jika belum kering, simpan dendeng di wadah kedap tertutup. Jika sudah kering, maka dendeng bisa digoreng.
3. Potong-potong dendeng lalu goreng selayang atau sebentar saja, dengan api kecil. Cukup satu kali balik saja, lalu angkat dan tiriskan.
4. Tokok-tokok dendeng di atas batu cobek. Tokok/pukul dengan perlahan-lahan dan merata. Hingga dendeng agak melebar dan menipis.
5. Goreng kembali tetapi dengan api kecil saja. Goreng sampai dendeng kering dan keluar wangi bumbunya.
6. Angkat dan tiriskan, setelah dingin, taruh di wadah kedap tertutup.



### **Cara membuat bumbu (sambel):**

1. Haluskan cabai, boleh juga *dichopper*. Cabe dipotong-potong lalu beri garam kasar secukupnya.
2. Ulek cabai dengan dua butir bawang merah, dihaluskan lagi hingga biji cabai tidak kelihatan. Diulek setelah menokok daging tadi saja, jadi batu cobeknya tidak perlu dicuci.
3. Goreng cabai dengan minyak menggoreng dendeng, yang sudah kita saring.
4. Masukkan lemak daging yang sudah diiris kecil-kecil, hingga mengecil bahkan bisa hancur meresap ke cabai gorengan.
5. Tambahkan air rendaman asam jawa boleh juga diganti dengan air perasan jeruk nipis. Tes rasa

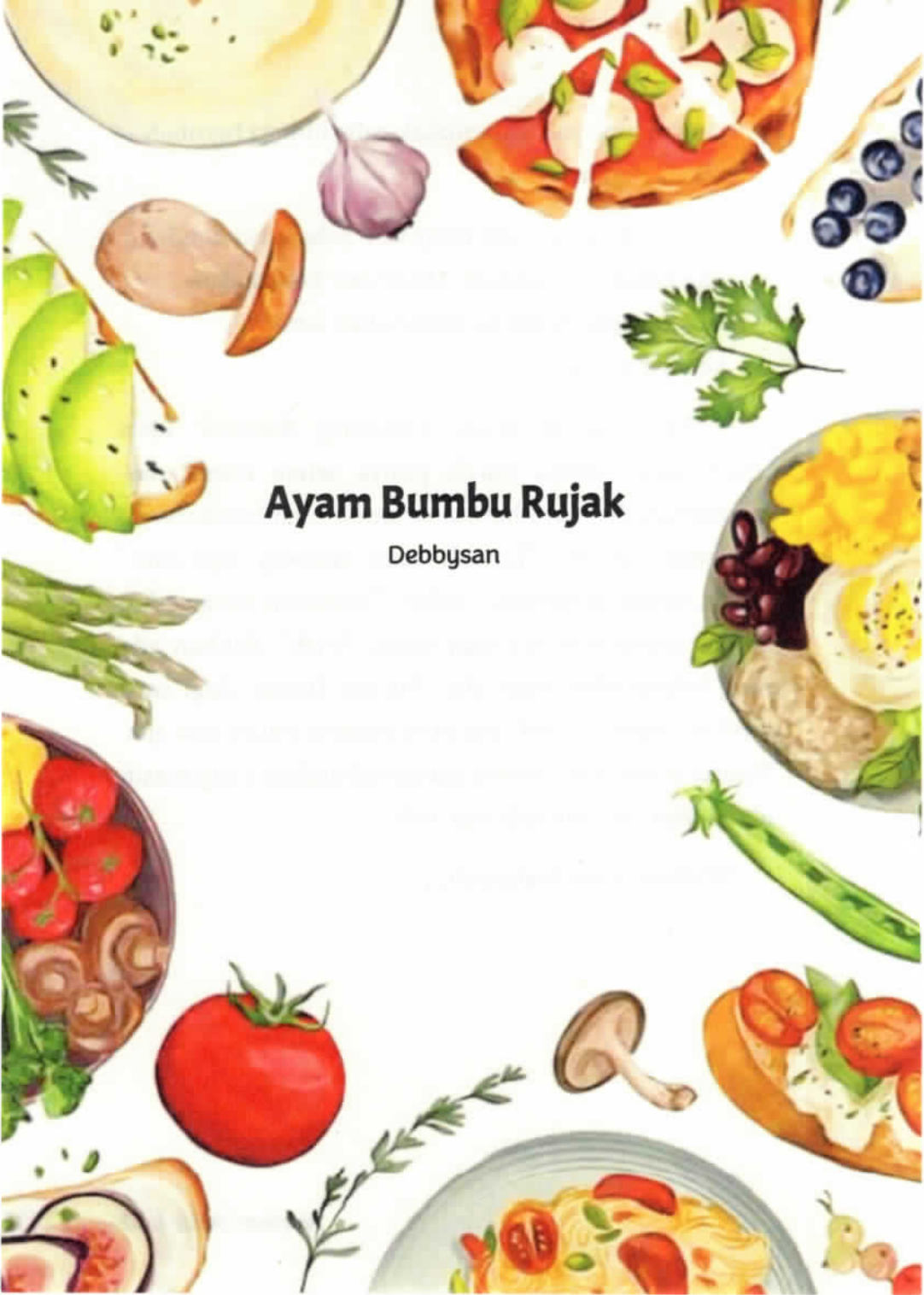
jangan lupa yaa. Lalu masak cabe hingga berubah warna dan matang.

6. Dendeng balado siap disajikan. Sebaiknya dendeng dan baladonya dipisah. Dicampur ketika akan makan, agar dendeng lebih tahan lama kegurihannya.

Demikianlah resep Dendeng Batokok khas Umami saya. Umami masih punya selera untuk menikmatinya dan saya berusaha untuk membuatnya. Komentar Umami, "*Lamak, raso dendeng den sari.*" (Enak, serasa dendengku dulu). Testimoni yang sudah pernah menikmatinya juga sama, "enak". Bahkan ada yang bilang lebih enak dari buatan Umami. Bagi saya sendiri, rasanya masih ada yang kurang, entah rasa apa. Berarti masih ada *istitsna* dendeng batokok yang masih harus saya cari dan gali lagi, nih.

*Wallahu a'lam bishowab....*





# Ayam Bumbu Rujak

Debbysan



**R**esep ini salah satu resep warisan andalan saya, karena bumbunya simpel dan mudah membuatnya. Meskipun tanpa bawang merah dan bawang putih, dijamin enak dan *ngabisin* nasi.

**Bahan-bahan:**

- 1 ekor ayam, potong jadi 12
- 1 kelapa tua diperas jadi  $\frac{1}{2}$  gelas santan kental dan 2  $\frac{1}{2}$  gelas santan encer
- Cabai besar merah 10, rawit merah (jumlah terserah, jika suka pedas)

- ½ sendok teh terasi
- 1 1/2 sendok makan garam
- 2 sendok makan gula pasir.



#### Cara memasak:

Ayam dicuci bersih, tiriskan, bakar di atas teflon atau di atas arang, bolak balik sampai kuning keemasan, sisihkan.

Haluskan semua cabai dan tomat (jika ada) masukkan di wajan.

Masukkan santan encer, ayam yang sudah dibakar, terasi, garam dan gula. Masak sampai ayam empuk dan air berkurang.

Terakhir masukkan santan kental, masak lagi sampai bumbu kental. Siap disajikan dengan nasi hangat dan kerupuk.



Tips: jika suka pedas tambahkan rawit merah. Jika mau mengurangi pedas, tambahkan tomat matang saat menghaluskan cabai. Lauk ini lebih enak dimakan keesokan harinya, bumbu sudah meresap. Selamat mencoba!



**Bongko Kacang Tholo  
Kesukaan Simbah**

Emiliana Widarti



### Bubur untuk Simbah

**B**ubur ini untuk Mbah Putri.” Kalimat dari ibu masih kuingat dengan jelas, meskipun terjadi beberapa dasawarsa yang lalu. Ibu mengucapkan kalimat itu sepulang dari pasar. Aku yang masih usia SD disuruh mengantar bubur yang dibeli ibu dari pasar, khusus untuk Mbah Putri. Ada dua macam bungkusan daun pisang. Bungkusan yang lebih besar daunnya hijau segar, berisi bubur dengan lauk telur semur. Bungkusan yang lebih kecil, daunnya berwarna coklat karena dikukus.



**Bahan dan bumbu:**

- 500 gr kacang tholo
- 1 butir kelapa muda
- 5 sdm gula merah sisir
- 2 sdt garam
- 2 sdt kaldu jamur (jika suka),
- 1 sdm ketumbar
- 10 siung bawang putih
- 10 siung bawang merah
- 10 butir kemiri
- 2 ruas kencur.
- Siapkan daun pisang dan lidi untuk membungkus.

**Cara membuat:**

1. Rendam kacang tholo selama 5 – 8 jam. Setelah mengembang dan agak lunak, cuci sampai bersih.





2. Haluskan semua bumbu (bisa diuleg atau diblender) dan tambahkan gula merah, garam, dan penyedap.



3. Tumbuk/uleg kacang tholo sampai pecah saja, tidak sampai halus (diblender kasar juga bisa)



4. Campurkan kacang, kelapa parut, dan bumbu sampai merata. Jika ada, tambahkan santan kental supaya lebih gurih dan lembut.



5. Bungkus dengan daun pisang yang diberi selembar daun salam. Setiap bungkus diisi 2 sendok makan.



6. Rapikan bungkusan dengan cara dipotong/  
digunting ujungnya.



7. Masukkan ke dalam panci pengukus dengan rapi  
supaya sari kelapa tidak bocor. Kukuslah selama 45  
menit sampai matang dan empuk.



8. Jika sudah matang, angkat dan tiriskan.



9. Sajikan, bongko kacang tholo siap dinikmati.



10. Bongko kacang tholo bisa dimakan dengan bubur.



**Selamat mencoba.**



# Sayur Lodeh Seger

Priandani Manik



**K**ami enam bersaudara dari bapak ibu yang berasal dari Jawa Tengah. Awalnya bapak ibu sama-sama berprofesi sebagai guru, tetapi akhirnya ibu memutuskan untuk tidak bekerja dan menjadi ibu rumah tangga saja saat kelahiranku. Setelah itu berturut-turut lahirlah keempat adikku.

Bapak ibuku membiasakan kami makan bersama di meja makan walau dengan lauk yang sederhana. Aku sebagai anak perempuan pertama dan dibantu oleh dua adik perempuanku mendapat tugas untuk menata meja dengan menyiapkan piring, sendok garpu, dan gelas beserta wijkian (mangkok berisi air untuk mencuci

tangan) untuk makan pagi (sarapan), makan siang, maupun makan malam. Tradisi makan bersama ini menjadikan ibu harus rutin memasak untuk kami.

Memasak secara mudah, praktis, cepat, dan enak serta sesuai selera bapakku, aku dan saudara-saudaraku menjadi motto ibu dalam memasak. Beberapa masakan atau sayur yang sering ibu masak mengacu pada selera kami, antara lain adalah cumi masak hitam, brongkos, semur lidah, asem-asem lidah, buntel daun talas, sayur asam, pecel terung, sayur bening misoa, sayur lodeh, dan beberapa yang lain. Semua masakan ini ibu modifikasi menjadi lebih praktis dan mudah dan segera dapat tersaji di meja makan.

cumi masak hitam, semur atau asem-asem lidah akan selalu tersedia menemani kupat dan lontong opor ayam serta sambal goreng krecek ati di setiap Hari Raya Idul Fitri. Namun, makanan yang selalu tersedia saat aku balik ke rumah, adalah sayur lodeh. Baik saat aku pulang dari sekolah, kuliah, ataupun saat aku kembali, setelah aku bekerja, berkeluarga, dan bertempat tinggal di luar pulau. Dapat dipastikan di hari kedua Raya Idul Fitri, telah tersaji sayur lodeh untukku. Ibu hafal sekali

dengan selera masing-masing anaknya. Betapa ini yang selalu membuatku terharu dan bersyukur bahwa aku memiliki ibu seperti ibuku.

Ibu memasak sayur lodeh dengan bumbu yang praktis dan sederhana karena harus memasak dengan cepat dan selanjutnya menyelesaikan tugas-tugas rumah tangga yang lainnya. Cara memasak sayur lodeh ini yang seterusnya aku tiru. Menurutku sayur ini terasa lebih segar, ringan, dan tidak membosankan. Dengan lauk lodeh ini dan ditemani oleh tempe goreng atau ikan layang/kembung goreng serta kerupuk kampung putih dan nasi pulen hangat, membuatku ingin selalu *tandhuk* (nambah) karena rasanya yang segar dan nikmat.

Dalam memasak sayur lodeh, ibu hanya menggunakan bumbu dasar bawang merah, bawang putih, cabai merah, cabai rawit “setan”, cabai besar hijau, dan ditambah terasi sangrai atau terasi goreng; tanpa memakai kemiri atau ketumbar. Cabai ditambahkan karena kami sekeluarga penyuka rasa pedas, dan sayur lodeh terasa lebih nendang bila ada tambahan cabai. Kami juga tidak perlu menyiapkan sambal terasi lagi bila cabai sudah ditambahkan dalam



sayur lodeh ini. Namun, bila kurang pedas, bapakku suka menyiapkan dan mengulek sendiri sambal terasinya. Terasi dan cabai adalah bumbu yang harus selalu ada di dapur kami.

Bumbu bawang dan cabai setan dan merah keriting diiris saja dan tidak diulek. Cabai hijau besar dipotong-potong seruas jari dan sebenarnya masuk ke kelompok sayuran yang lain (jagung, labu siam, terung, daun so, belinjo/mlinjo, kacang panjang, kol). Bumbu aromatiknya hanya memakai daun salam dan lengkuas, tanpa daun Jeruk dan juga serai. Menurutku tambahan kemiri dan ketumbar menjadikan sayur lodeh menjadi terasa “berat” dan peniadaan daun jeruk dan serai tidak mempengaruhi rasa dan bau sedapnya sayur lodeh. Aku sangat cocok dengan sayur lodeh bening dan segar ala Ibuku ini.

Demikian sayur lodeh seger nikmat kesukaanku, hasil ketulusan cinta ibuku yang terus aku ingat setiap waktu.

**Bumbu:**

- 6 butir bawang merah, iris tipis
- 4 siung bawang putih, iris tipis
- 4 buah cabai merah, iris serong
- 4 buah cabai rawit setan, iris serong
- 2 buah cabai hijau, potong seruas jari
- 1 potong terasi bakar
- 2 sdt garam
- 1 sdm kaldu sapi

**Bahan:**

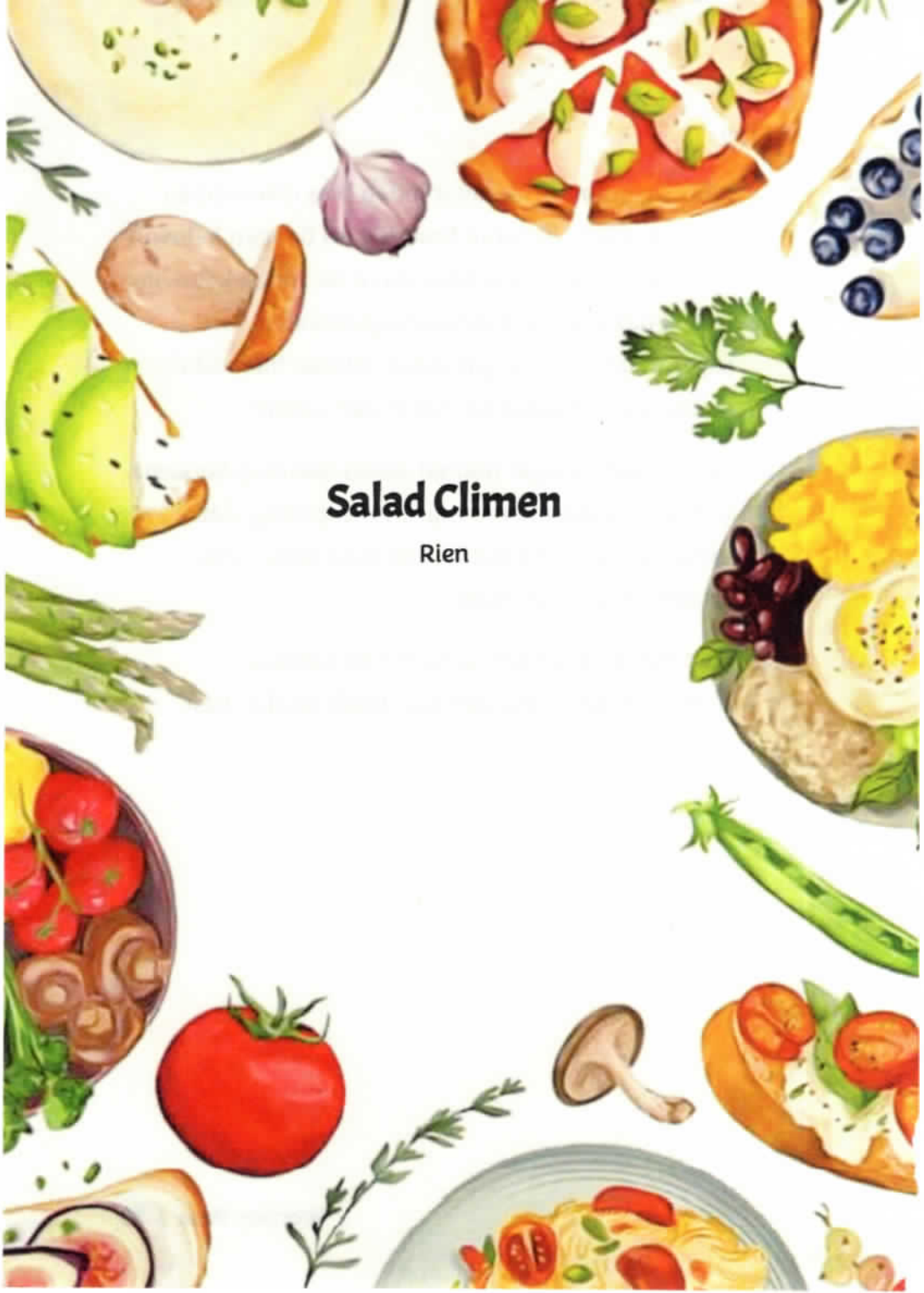
- 4 buah labu siam *baby*
- 2 buah terung ungu
- $\frac{1}{4}$  butir kol putih, diiris sesuai selera
- 7 helai kacang panjang, potong 3 cm
- 3 jagung muda, potong bulat 2 cm
- 50 gr daun melinjo muda (daun so)
- 15 buah melinjo muda
- 500 ml air
- 750 ml santan semi kental
- 4 lembar daun salam
- 3 cm lengkuas, memarkan

### **Cara Memasak:**

- Iris labu siam *baby* menjadi 3-4 bagian.
- Potong terung ungu menjadi ukuran 3 cm.
- Rebus jagung dan buah melinjo dalam 500 ml air.
- Setelah air mendidih dan jagung matang, masukkan bersama bumbu iris bawang merah, bawang putih, cabai merah, cabai rawit setan, terasi, lengkuas dan daun salam.
- Panaskan dengan api kecil hingga mendidih dan harum.
- Masukkan cabai hijau, kacang panjang, labu siam, rebus hingga hampir empuk.
- Tambahkan terong, kol, dan daun melinjo (so).
- Tambahkan garam dan kaldu jamur.
- Tuangkan santan, aduk hingga santan mendidih dan tidak pecah dan perbaiki rasa.
- Masak hingga sayuran matang dan segera angkat agar warna hijau sayuran tetap terjaga.

**Tips:**

1. Jenis sayuran untuk sayur lodeh bisa disesuaikan dengan selera. Sayuran bisa diganti dengan keluwih (sejenis nangka muda) dan daun so. lodeh keluwih lebih enak dan awet dibandingkan lodeh dari sayuran lain dan sangat sedap nikmat bila sudah menginap (dihangatkan lebih dari sehari).
2. Sayur lodeh hangat nikmat sekali disantap bersama tempe atau ikan kembung/layang goreng, dan kerupuk kampung putih. Bila suka pedas, bisa ditambah sambal terasi.
3. Saat menghangatkan sayur lodeh pastikan mendidih beberapa saat agar tidak mudah basi.



# Salad Climen

Rien



**18** tahun lalu ketika saya masuk dan menjadi bagian keluarga besar suami yang berasal dari Yogyakarta, hampir setiap hari raya dan acara-acara besar keluarga ada sebuah menu yang tidak pernah ketinggalan dan selalu disajikan dengan ciri khasnya. Jika hari raya selalu identik dengan ketupat dan opor ayam, maka di keluarga besar suami selain menu tersebut ada menu unik lainnya yaitu “salad climen” atau salad pleret karena nenek buyut yang asli Pleret, Bantul, Yogyakarta.

Salad yang pada umumnya berbahan dasar daging dan sayur-sayurnya, maka untuk salad climen ini, berbeda sekali, karena ada tambahan kentang goreng. Ditambah dengan rempah-rempah seperti cengkeh, lada, bawang merah ketika merebus dagingnya. Dan yang uniknya adalah untuk ketimunya harus dipotong tipis dibuat mirip seperti mie.

**Bahan utama:**

- 500 gr daging sapi khas dalam
- 200 gr bawang merah
- 5-10 biji cengkeh
- kecap manis secukupnya
- 1 sdt merica butiran
- Garam secukupnya
- 1 liter air (bila kurang empuk bisa ditambah)
- Semua bahan diatas dicampur untuk merebus daging hingga empuk (macam semur daging hingga berkuah).

**Bahan isian:**

- 8-10 butir telur rebus (pisahkan kuning telurnya) putih telurnya diiris tipis.
- Daun selada secukupnya (potong sesuai selera).
- 4 buah ketimun sedang (buang kulitnya lalu diiris tipis melingkar hingga habis, baru di iris tipis seperti mie).
- 4 buah tomat sedang (potong tipis).
- Daging semur yang sudah direbus dan empuk tadi diiris tipis (sesuai selera). Lalu semua bahan isian ditata di atas piring saji.





### **Bahan saus:**

- Kuah rebusan daging (semur)
- kuning telur
- 3 sendok makan mayonaise
- 2 sendok makan mustard
- cuka secukupnya
- garam secukupnya
- garam secukupnya
- Semua bahan saus di atas diblender sampai halus dan mengental, koreksi rasa jika dirasa cukup sisihkan dan sajikan di atas mangkuk saus.

### **Bahan pelengkap:**

- 3 buah kentang iris tipis dan goreng garing (mirip keripik kentang). Selamat mencoba.





# Soto Klethuk

Anik Dimyati



Jika ada yang mengatakan bahwa masakan terlezat sedunia adalah masakan Mbah Mur (ibuku namanya Murniati dan cucu-cucunya memanggilnya Mbah Mur), aku akan mengacungkan tangan setinggi mungkin dan berteriak, “Iya....” Sejak kecil aku suka sekali menguntit beliau ketika memasak. Karena kami hidup di desa memasak masih menggunakan arang. Salah satu tugasku adalah “*dadek geni*” atau menyalakan api membuat arang menjadi bara sehingga siap untuk digunakan memasak. Arang yang bagus akan cepat sekali membara dan percikan apinya akan berbunyi “*pletik... pletik*”. Semakin besar tugasku bertambah, mengupas bawang, memotong sayuran,

memarut kelapa, menguleg bumbu atau cabe membuat sambal.

Sambil memasak ibuku akan menjelaskan bumbu-bumbu yang dipakai dan bercerita tentang banyak hal, tidak hanya pengalaman yang beliau alami terkait dengan masakan tersebut. Ibuku sangat sabar meladeni kecerewetanku yang selalu bertanya macam-macam. Seperti ketika aku menanyakan kenapa disebut soto klethuk. Klethuk itu salah satu makanan pelengkap soto yang terbuat dari "*gemblong telo*" (ketela pohon dikukus kemudian ditumbuk halus menjadi adonan seperti *play dough*), dipotong kotak kecil, dijemur sampai kering dan digoreng. Klethuk ini akan menjadi topping utama, dan saat belum disiram kuah, ketika dimakan bunyinya gemeretak. Mungkin kalau anak sekarang berkomentar, "*Anjay.*"

Menurut ibuku, di setiap masakan itu selalu ada ceritanya, ada sejarahnya sampai kemudian menjadi terkenal dan banyak orang suka. Menurut ibu, ketela pohon yang dibuat klethuk itu harus yang bagus, jadi kalau dikukus akan mekar dan mudah ditumbuk untuk dibuat *gemblong*. Dijemur dibawah matahari langsung,

harus sampai kering sekali, baru bisa digoreng. Dan aku ingat ibuku menggunakan kaleng bekas susu untuk menyimpan klethuk tadi.

Selain klethuk, pelengkapya adalah telur rebus dipotong-potong, taoge panjang dan soun. Sudah pasti ditaburi bawang merah goreng dan juga daun kucai diiris halus. Sambal sotonya dari cabe rawit merah direbus dan diuleg kasar. Jika suka manis asam, bisa ditambah dengan kecap manis dan perasan jeruk nipis. Kuah soto ini bening dan gurih kaldunya terasa sekali. Pahal bumbunya sederhana saja, bawang merah, bawang putih, merica, kemiri dan sedikit kunyit. Kunyitnya dikupas dan dibakar dulu, kata ibuku supaya tidak sengir dan warnanya bagus. Bumbu aromatiknya jahe geprek dan sepotong kecil kayu manis. Ibu akan menggunakan ayam kampung betina yang sudah pernah bertelur. Bagian telur yang masih muda akan dibiarkan dan tidak disuir, dan sudah pasti itu hanya untuk bapak. Kata beliau, karena bapak yang cari duit dan kepala rumah tangga. Dulu aku merasa heran kenapa harus begitu, tetapi sekarang aku mengerti. Hal itu adalah bentuk penghargaan seorang istri kepada

suaminya. Memberikan layanan cinta terbaik melalui masakan.

Mbah Mur adalah ibu terhebat. Kesabarannya, kedermawanannya, ketekunan ibadahnya dan tentu kepandaiannya memasak. Semua itu menjadikan aku pribadi seperti sekarang. Aku ingin agar anak-anakku akan mengingat kebaikan, kehangatan, serta pelajaran berharga yang telah aku sampaikan, termasuk kenangan masakan yang aku buat. Meski rasa soto Klethuk buatkanmu masih kalah lezat buatan ibuku, namun kenangan penuh cinta yang mendalam akan menjadi warisan terbesar yang dikenang dengan penuh kehangatan oleh anak-anakku nanti. Memasak bagiku bukan hanya sekadar kegiatan rutinitas atau hobi, melainkan menjadi ekspresi dari cinta terhadap diri sendiri dan orang-orang yang kusayangi. Setiap kali memasak, terdapat sentuhan kasih sayang yang tercermin dalam pemilihan bahan-bahan segar, penggunaan rempah-rempah dengan penuh perhatian, dan upaya untuk menciptakan hidangan yang lezat dan bermakna. Terimakasih Bu, untuk banyak cinta dan pelajaran memasaknya.



**Ikan Patin Bakar**  
**Irit Bumbu**  
Ervita Nityasari

**S**aya adalah seorang ibu rumah tangga yang memiliki 3 orang anak dan saat ini berdomisili di Bintaro, Tangerang Selatan.

Saya lahir di Banjarmasin, Kalimantan Selatan 45 tahun yang lalu. Orang tua saya asli berdarah Kalimantan dan masa kecil saya dihabiskan di Banjarmasin, kampung halaman saya. Banjarmasin berlokasi dekat dengan sungai sehingga banyak hasil ikan hasil tangkapan dari sungai yang menjadi konsumsi utama Masyarakat sekitar. Patin adalah salah satu hasil tangkapan yang menjadi favorit masyarakat setempat. Selain itu ada banyak lagi jenis ikan lainnya seperti ikan gabus, di Banjarmasin terkenal dengan sebutan "iwak haruan".



Ada juga ikan papuyu. Ya, bentuknya mirip dengan ikan nila hitam.

Ikan patin sangat mudah didapat dan diolah, antara lain digoreng, dibakar, dipepes bahkan diolah menjadi sup ikan. Ikan patin merupakan salah satu ikan favorit dan menjadi masakan khas di keluarga kami, dagingnya tebal dan sedikit duri. Setiap melihat ikan patin selalu mengingatkan saya pada kenangan saat masih tinggal di Banjarmasin.



**Bahan:**

- 1 ekor ikan patin, potong sesuai selera, lumuri garam
- 2 siung bawang putih, geprek. Atau bisa diganti dengan 2sdm bawang putih bubuk
- Kecap manis, secukupnya

- Gula pasir, garam, merica
- 500mL air
- Daun pisang, untuk alas membakar

**Cara membuat:**

1. Rebus air sampai mendidih, lalu masukan bawang putih.
2. Masukan kecap manis, gula, garam, merica, aduk rata, tunggu mendidih.
3. Masukan ikan ke dalam air rebusan kecap, dengan urutan masukan lebih dulu bagian ekor, masak 1 menit lalu disusul bagian ikan lainnya. Masak sampai matang dengan api sedang hingga air susut.
4. Angkat ikan, bakar diatas panggangan yang sudah dialasi daun pisang, bakar sampai berwarna agak gelap. Angkat. Sajikan.

**Sambal:**

- 2 siung bawang merah, iris kasar
- Cabai merah keriting secukupnya
- Cabai merah rawit secukupnya
- 1/2 butir tomat, potong kasar
- Terasi, secukupnya
- Gula merah, secukupnya
- Garam, secukupnya
- Tumis semua bahan, kecuali gula merah dan garam. Lalu ulek bumbu hingga agak halus, masukan gula merah dan garam. Aduk. Siap disajikan. Tuang sedikit minyak bekas menggoreng cabai supaya sambal lebih gurih



# Sate Maranggi

Nuraini Indracahyati



**A**lmarhum bapak saya adalah seorang yang pencinta dunia kuliner. Walau pendiam saat memasak beliau bisa sangat rinci menjelaskan sesuatu tentang masakan. Selain pandai memasak beliau juga suka mengajari saya teknik memasak, tips dan trik seputar dunia kuliner. Beliau juga punya referensi tempat-tempat makan yang cita rasanya enak menurut lidah beliau. Salah satu cara mengajari memasak adalah mengajak mencicip makanan enak. Dari makanan yang dimakan, bapak bisa menceritakan bumbu yang digunakan. Beliau mengajak

saya menebak bumbu dan mengajari untuk peka terhadap rasa.

Hal lain yang mengesankan mengenai kebersamaan dengan beliau adalah saat Idul Adha. Saat itu tentu saja banyak daging kurban. Banyak bahan untuk berekspresi memasak berbahan dasar daging sesuai keahliannya.

Salah satu resep andalannya adalah sate maranggi. Beliau dengan detail mengajari cara memilih daging yang bagus dan juga cara memotong yang benar supaya masakan daging tidak alot.

Beliau juga mengajarkan tips agar daging empuk dengan menggunakan nanas atau daun pepaya.

Sate Maranggi buatan bapak, dagingnya empuk, aromanya wangi rempah yang lembut tapi masuk ke dalam daging. Dagingnya tidak amis. Bapak juga punya kecap favorit. Kecap lokal buatan tanah leluhur bapak di pesisir selatan Jawa. Citra manis dan gurihnya pas. Cocok sekali untuk sate Maranggi. Kekentalannya juga pas sesuai selera. Sayang, bapak tidak sempat mengajari membuat kecap sebelum meninggal dunia.

Sate Maranggi buatan bapak serasa terenak di dunia dalam ingatan saya.

Saya selalu menantikan akhir pekan dan berharap bapak membeli daging sepulang kerja. Walau keinginan tidak selalu terpenuhi tapi bapak tentu menggantikannya dengan aktivitas bersama yang lain. Sekedar menemani membaca, menggambar atau memancing bersama.

Bapak sudah menginspirasi saya untuk mencintai dunia kuliner. Salah satu bentuk menyalurkan kasih sayang kepada keluarga dengan menyajikan makanan yang terjaga kehalalannya enak, bergizi dan higienis.

Berikut ini resep dan cara memasaknya. Silakan mencoba.

**Bahan-bahan** (Untuk 12 tusuk sate)

**Bahan utama:**

- 300 gram daging has dalam

**Bahan bumbu halus:**

- 6 siung bawang putih
- 10 siung bawang merah
- 3 cm lengkuas, iris
- 2 sdt ketumbar, sangrai
- 2 lembar daun jeruk purut
- 3 sdm air asam jawa
- 4 sdm kecap manis
- 1 sdm gula merah
- 1 sdt garam
- 1 sdt merica
- ½ sdt kaldu jamur

**Bahan Sambal Kecap**

- 1 buah tomat potong dadu
- 5 cabai rawit merah iris
- 5 cabai rawit hijau iris



- 1 siung bawang putih potong kecil
- 3 siung bawang merah potong kecil
- 1 buah jeruk limau, diambil airnya
- 3 sdm kecap manis
- 1 sdm kecap asin
- 1 sdm madu
- Parutan nanas untuk merendam daging agar empuk

**Cara membuat:**

1. Iris daging memanjang, dengan arah memotong serat.
2. Rendam sekitar 5-10 menit di parutan nanas agar daging empuk. Segera angkat, jika terlalu lama daging bisa mudah hancur ketika dipanggang. Jika tidak ada nanas, bisa menggunakan daun pepaya untuk membungkus daging agar empuk.
3. Blender semua bumbu halus hingga benar-benar halus, tuang ke dalam daging aduk rata, marinasi daging minimal 1-2 jam.

4. Setelah dua jam, tusuk daging menggunakan tusuk sate yang sudah direndam terlebih dahulu, tusuk daging dengan arah zig-zag.
5. Panaskan pemanggang, bisa memakai arang atau panggangan lain yang ada. Oles dengan sedikit minyak atau lemak sapi, panggang kedua sisi sate sambil sesekali dioles dengan sisa bumbu halus, panggang sate dengan tingkat kematangan sesuai selera.
6. Untuk sambal kecap, campur semua bahan dan aduk rata, sajikan.
7. Sajikan sate maranggi dengan sambal kecap.
8. Tambahkan lalapan tomat, timun, irisan daun kol untuk pelengkap.



**Opor Daun Singkong**  
**Khas Sunda**

Herti

**D**aun singkong cocok dimasak menjadi sayur santan. Biasanya ditempat kami disebut gulau atau opir dengan bumbu rempah–rempah. Dulu ketika tinggal di kampung. Di samping dan belakang setiap rumah pasti ada tumbuhan singkong baik yang ditanam sengaja atau tidak sengaja, asalnya singkong ditanam untuk keperluan lalaban, tetapi karena terlalu banyak sehingga di rumah kami selain jadi lalaban dibuat pula opor yang sangat lezat, dan biasa disajikan apabila ada tamu istimewa atau menjelang acara tertentu untuk disantap semua keluarga.

Ibu kami yang selalu membuat opor daun singkong apabila anak-anaknya berulang tahun atau ketika Bapak kami yang ulang tahun sehingga sekarang setelah ibu kami tiada saya yang selalu sisaulat untuk membuat masakan ini. Saya selalu membuatnya ketika Hari Raya Idul Fitri dan Idul Adha, disajikan dengan ketupat dan sambel goreng ati ditambah kerupuk. Sajian sederhana yang sangat lezat.

**Bahan:**

- 2 ikat daun singkong
- 3 siung bawang putih
- 5 siung bawang merah
- 2 buah cabai merah
- ½ sendok the gara,
- Sejumput gula merah
- 2 sendok teh penyedap rasa
- 1 batang serai dimemarkan
- 1 cm lengkuas digeprek
- 650 ml santan
- 3 lembar daun salam

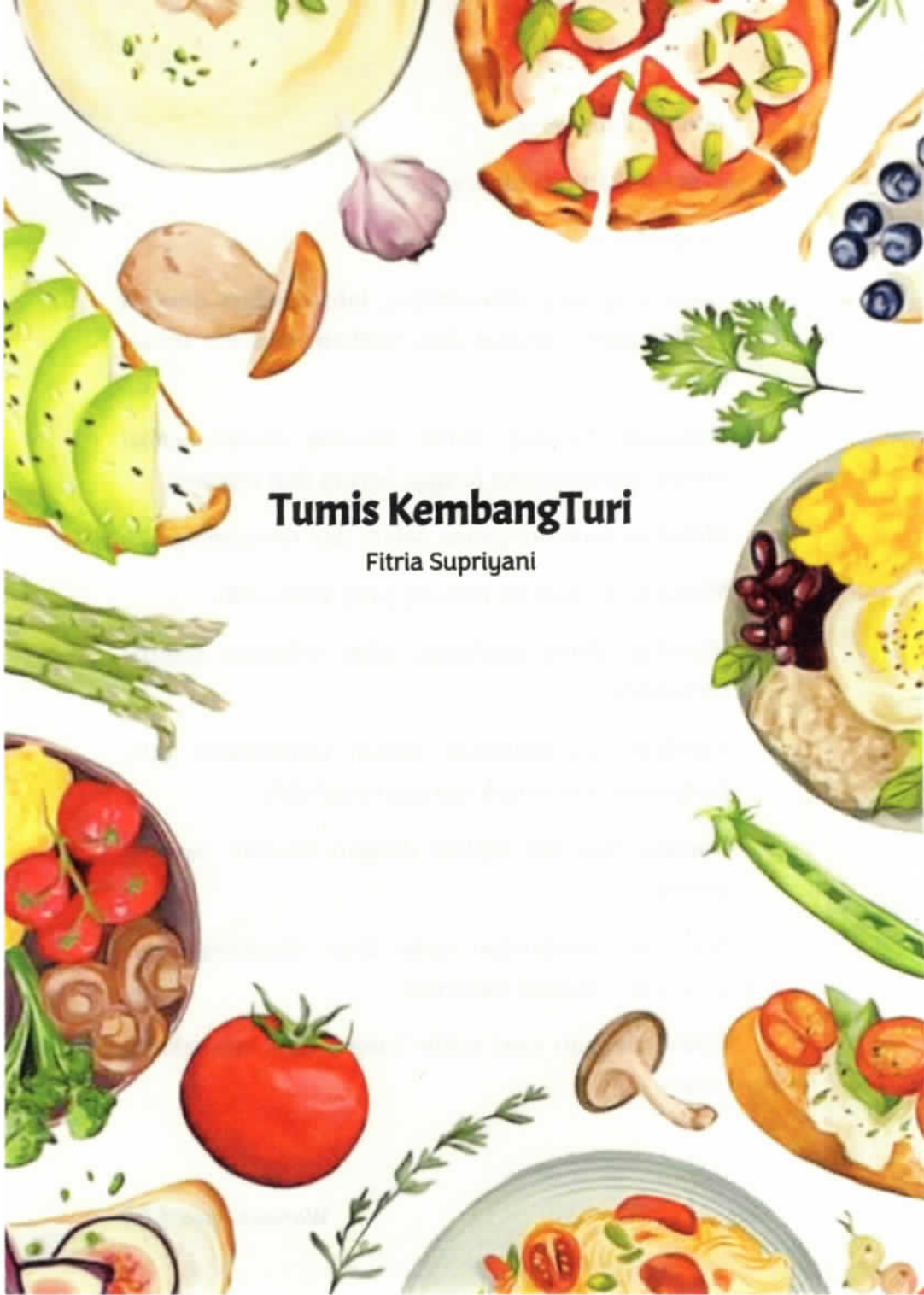
- 2 lembar daun jeruk
- 100 gram ikan teri digoreng

#### **Cara membuat**

- Daun singkong dibersihkan, lalu direbus dengan sedikit garam angkat dan tiriskan, lalu iris sesuai selera.
- Haluskan bawang putih, bawang merah, cabai merah, garam tumis hingga harum dan matang.
- Masukkan serai, lengkuas, salam dan teri goreng.
- Masukkan sedikit air matang yang mendidih.
- Masukkan daun singkong, aduk sebentar sampai mendidih.
- Kecilkan api, masukan santan tambahkan gula, penyedap rasa masak sampai mendidih.
- Koreksi rasa dan sajikan dengan taburan bawang goreng.

Demikian pembuatan opor daun singkong khas orang sunda... selamat mencoba.

Sajikan dengan nasi putih hangat dan tambahkan kerupuk!



# Tumis KembangTuri

Fitria Supriyani



**T**anaman turi adalah salah satu tanaman yang tumbuh subur di daerah kelahiran penulis yaitu di daerah Gunung kidul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Biasanya tanaman ini di tanam di tegal ataupun di pekarangan rumah. Bunga dari tanaman bisa dimasak dan menjadi salah satu masakan khas di daerah Gunung kidul. Kembang turi biasanya direbus untuk campuran pecel ataupun ditumis. Pada kesempatan ini, penulis akan membagikan resep tumis kembang turi. Semoga bisa



menginspirasi para pembaca dan tertarik untuk mencoba memasak tumis kembang turi.

**Bahan:**

- 250 gram kembang turi, buang putik dan tangkainya
- 7 butir bawang merang
- 4 siung bawang putih
- 3 cabai keriting merah
- 3 cabai keriting hijau
- 4 cabai rawit merah
- 2 buah tempe busuk
- 2 sendok makan udang rebon
- 1 ruas lengkuas
- 3 lembar daun salam
- 1 sendok teh gula jawa
- 1/2 sendok teh garam
- 1/2 sendok teh kaldu jamur
- 3 sendok makan minyak goreng

### **Langkah memasak:**

1. Bersihkan kembang turi, buang tangkai, putik dan benang sarinya, kemudian cuci hingga bersih.
2. Iris bawang dan cabai yang sudah dicuci.
3. Nyalakan kompor panaskan minyak goreng tumis bawang merah, dan bawang putih hingga harum.
4. Masukkan cabai, udang rebon, lengkuas, daun salam, dan tempe busuk, tumis hingga harum.
5. Masukkan kembang turi aduk sebentar.
6. Tambahkan gula jawa, garam, dan kaldu jamur.
7. Aduk rata, tunggu hingga kematangan yang diinginkan.
8. Koreksi rasanya, matikan kompor.
9. Tumis kembang turi siap dihidangkan.
10. Tumis kembang turi bisa dinikmati dengan nasi hangat.
11. Selamat mencoba!



# **Empal Gentong Khas Cirebon**

Awalya Arifin

**E**mpal gentong khas Cirebon merupakan salah satu kuliner tradisional yang berasal dari Cirebon, Jawa Barat. Paling populer dan terkenal di kalangan pecinta kuliner nusantara. Masakan ini mirip dengan gulai yang dimasak di atas gentong dari tanah liat. Jika tidak ada gentong maka dapat menggantinya dengan panci. Bagi keluarga kami resep ini sudah turun temurun sejak lama, mulai dari nenek lalu diturunkan ke ibu saya sampai akhirnya saya bisa mengeksekusi resep tersebut setelah berumah tangga di tahun 2012 lalu. Resep ini

menjadi salah satu resep favorit keluarga saat berkumpul.

Racikan empal gentong yang menggugah selera ini isinya adalah irisan daging dan jeroan sapi seperti paru, babat dan usus, kuahnya yang kuning kemilau dengan santan yang tidak terlalu pekat dan kaya akan aneka bumbu dan rempah-rempah seperti kayu manis, kapulaga, cengkeh dan kembang lawang yang membuat aromanya semerbak mewangi dan cita rasa yang aduhai memanggil-manggil kita untuk segera mencicipinya. Tidak lupa irisan daun kucai, taburan bawang goreng, cabai bubuk dan acar menambah nikmatnya sajian empal gentong khas Cirebon ini. Dapat juga menambahkan kucuran air jeruk nipis untuk membuat segar empal gentong ini.

Yang perlu mendapat perhatian adalah bumbu yang dihaluskan harus ditumis sampai benar-benar matang agar membuat rasa empal gentong tidak 'cemplang' alias hambar. Lalu semua bahan dimasukkan, daging dan jeroan dimasak hingga empuk dan tambahkan santan sampai matang dan tidak pecah.

Sajian ini sangat cocok disantap saat pagi, siang ataupun malam hari. Apalagi di saat cuaca dingin dan hujan hidangan empal gentong khas Cirebon ini dapat menghangatkan badan kita.

Anda dapat menikmati hidangan empal gentong khas Cirebon ini dengan nasi putih atau lontong dan kerupuk kulit. Berikut bahan-bahan dan cara membuatnya, ya.

**Bahan:** (untuk 3 porsi)

- 250 gram daging sapi dan 250 gram jeroan sapi berupa paru, babat dan usus, potong dadu ukuran 2 x 2 cm
- 500 ml santan yang tidak terlalu kental
- 800 ml s.d. 1 liter air untuk merebus daging dan jeroan, rebus terpisah ya. Untuk merebus jeroan dapat ditambahkan dengan daun salam, daun jeruk dan serai yang dapat berfungsi untuk mengurangi aroma yang menyengat dari jeroan tersebut

**Bumbu yang dihaluskan:**

- 4 siung bawang putih
- 6 siung bawang merah

- 5 butir kemiri sangrai
- 3 ruas jari kunyit, bakar
- 2 ruas jari jahe
- 3 ruas jari lengkuas
- 2 batang serai
- 1 sendok teh ketumbar sangria
- 1 sendok teh merica butiran
- $\frac{1}{4}$  sendok teh jintan
- 2 sendok makan minyak goreng untuk menumis

**Bahan lainnya:**

- 1 batang kayu manis
- 5 butir cengkeh
- 2 buah kembang lawang
- 3 buah kapulaga
- 5 lembar daun jeruk
- 3 lembar daun salam
- 1 sendok makan garam

- 3 sendok makan gula jawa yang disisir
- 3 sendok makan air asam jawa
- 1 ikat kecil daun kucai iris
- bawang merah goreng buat taburan
- cabai bubuk
- irisan jeruk nipis
- acar

**Cara Membuat:**

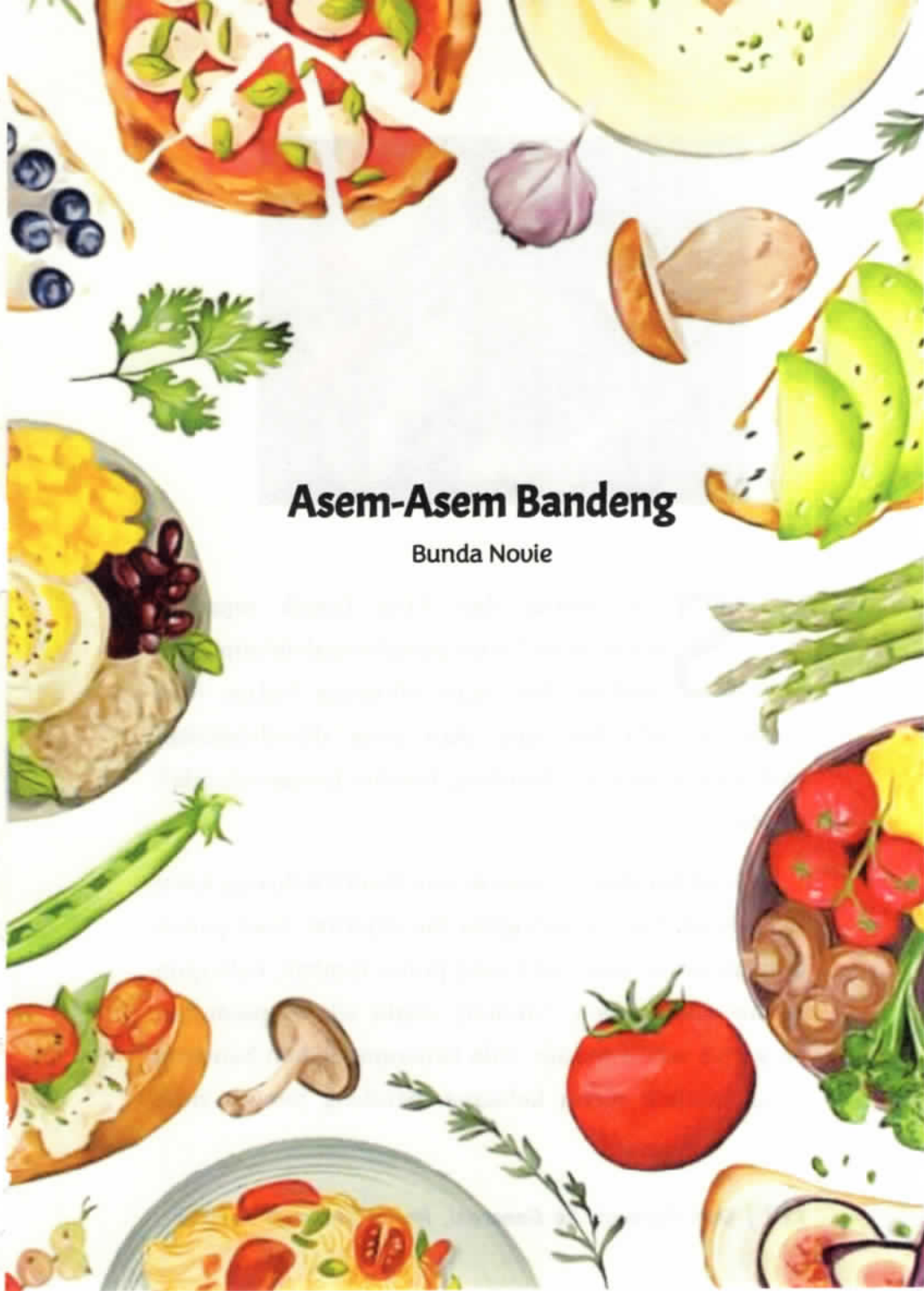
1. Panaskan 2 sendok makan minyak untuk menumis bumbu yang dihaluskan hingga harum dan matang. Masukkan daun salam, daun jeruk, serai, kayu manis, cengkeh, kembang lawang dan kapulaga, tumis hingga semua bumbu rempah layu dan wangi.
2. Tambahkan daging dan jeroan berupa paru, babat dan usus, aduk hingga daging berubah warna lalu tuangkan air 500 ml, masak dengan api sedang hingga daging dan jeroan empuk dan bumbu meresap.
3. Jika daging dan jeroan masih belum empuk maka dapat ditambahkan 200 ml air sampai daging dan



jeroan benar-benar matang. Dan air yang tersisa dalam panci sekitar 500 ml.

4. Masukkan santan dan air asam jawa sambil diaduk-aduk agar santan tidak pecah tunggu hingga santan mendidih dan harum.
5. Tambahkan 1 sendok makan garam dan 3 sendok makan gula jawa yang disisir, koreksi rasa. Gula jawa dan garam dapat disesuaikan sesuai selera.
6. Angkat dan taburi dengan daun kucai, bawang merah goreng dan cabai bubuk dan kucuran jeruk nipis iris. Sajikan empal gentong dengan nasi putih atau lontong beserta acar dan kerupuk kulit sebagai pelengkap. Selamat menikmati.





# Asem-Asem Bandeng

Bunda Novie



**S**aya berasal dari Kota Gresik tepatnya Kecamatan Cerme yang banyak mempunyai tambak ikan atau semacam kolam ikan budidaya. Ada beberapa ikan yang dibudidayakan waktu itu antara lain bandeng, tombro (semacam nila), udang dll.

Ikan bandeng termasuk ikan favorit keluarga kami sejak kecil, karena seringnya ibu dikirim hasil panen tambak kawan kawannya yang punya tambak. Kalaupun bukan masa panen, bandeng selalu ada di pasar, dan harganya relatif murah. Ada beberapa olahan bandeng yang menjadi menu keluarga, bandeng penyet, otak

otak bandeng dan asem asem bandeng. Karena cuaca kota gersik yang panas, asem asem bandenglah yang lebih sering dipilih. Selain karena berkuah, rasa asam dan pedas sangat cocok menemani makan siang kami.

Bandeng walaupun banyak durinya, mempunyai rasa daging yang sangat gurih, tanpa garam pun bandeng sudah mempunyai rasa gurih alami. Aromanya pun sangat sedap ketika sudah diolah. Kelebihan bandeng yang lain adalah kandungan gizi bandeng sangatlah lengkap, mulai dari vitamin, protein, mineral, omega 3 dan omega 6 yang jarang dimiliki sekaligus dalam prosentase yang tinggi.

Pada kesempatan kali ini saya akan membagikan resep keluarga kami yang masih saya pertahankan dalam menyajikan menu sehat untuk keluarga saya sekarang.

**Bahan:**

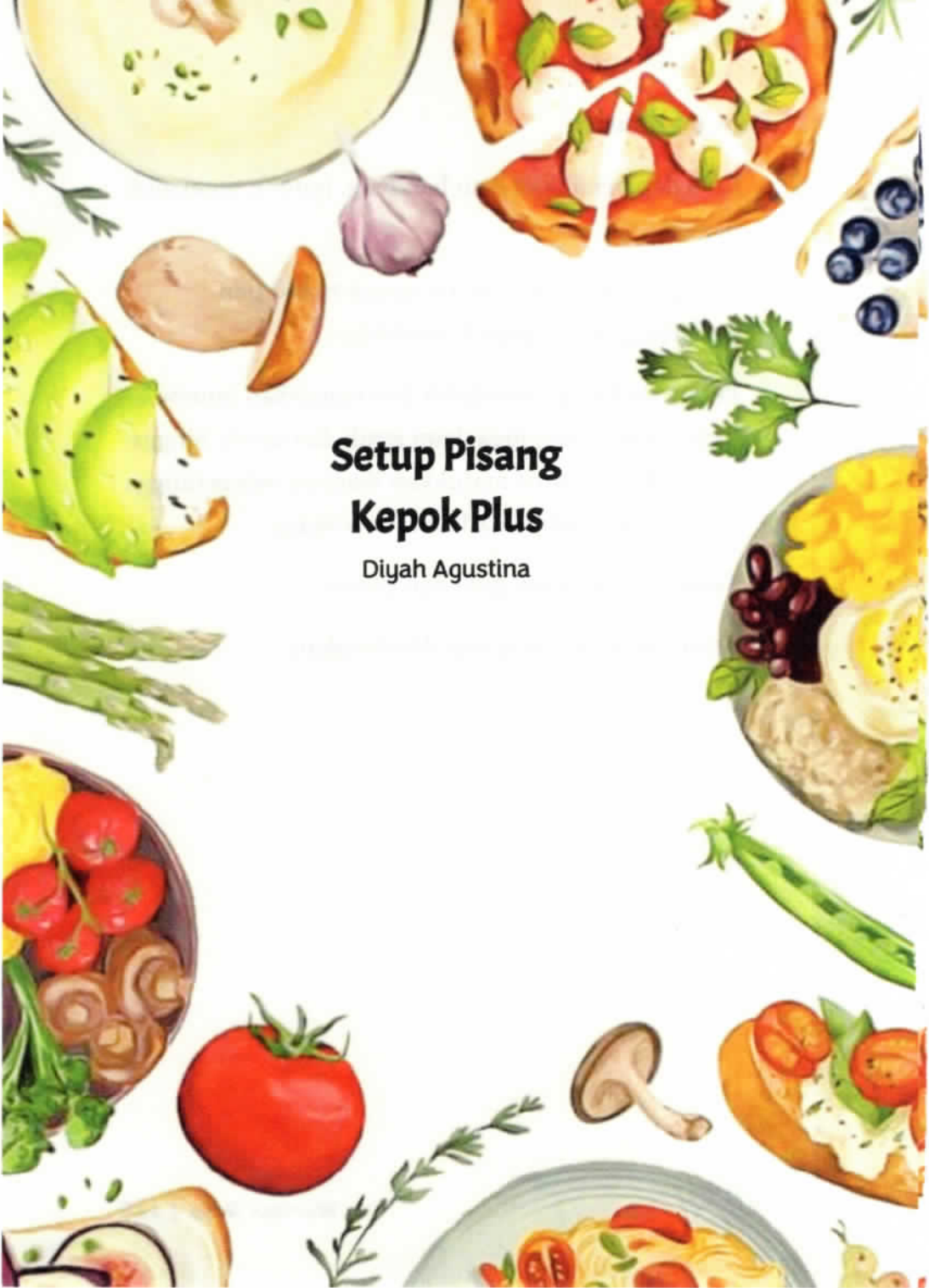
- 1 ekor ikan bandeng ukuran sedang segar (400gr)
- 3 buah tomat sedang
- 3 buah belimbing sayur

**Bumbu:**

- 5 siung bawang putih
- 7 siung bawang merah
- 1 batang sereh
- 3 cm(1, 5 ruas jari) kunyit
- 3 cm jahe
- 5 lembar daun jeruk purut
- 10 buah cabai rawit
- 1 sdt garam(selera)
- 1 sdt gula pasir
- Air 1 ltr untuk merebus

**Cara membuat:**

1. Cuci dan bersihkan ikan bandeng, potong menjadi 6 bagian.
2. Iris tipis semua bumbu, termasuk tomat dan belimbing sayur, geprek serehnya.
3. Rebus air hingga mendidih dan masukkan bumbu yang sudah diiris, juga daun jeruk dan sereh, hingga mendidih lagi baru masukkan ikannya, rebus hingga matang dan mengeluarkan aroma sedap.
4. Terakhir masukkan gula dan garam.
5. Asem asem bandeng siap dihidangkan.



**Setup Pisang  
Kepok Plus**

Diyah Agustina



**P**isang kepok merupakan jenis pisang olahan yang paling sering diolah menjadi pisang goreng dalam berbagai variasi. Selain itu sangat cocok diolah menjadi keripik, kolak, aneka olahan tradisional, dan tepung.

Saat ini penulis memilih mengolah pisang kepok menjadi minuman yang sangat menyegarkan yang konon bisa dapat menurunkan tekanan darah, memelihara energi, melumas usus, menawar racun, menurunkan panas, menghaluskan kulit, anti radang, dan meluruhkan kencing.



Apalagi jika ditambahkan dengan kolang-kaling yang juga bermanfaat bagi kesehatan seperti dapat melancarkan pencernaan, mengontrol gula darah, meredakan nyeri sendi, mencegah dehidrasi, dan memelihara kesehatan jantung. Jadi setup pisang plus ini bisa menjadi pilihan minuman yang menyegarkan sekaligus menyehatkan.

Selain itu penulis teringat masa kecilnya. Masa kecil penulis tinggal di rumah nenek. Di sekitar rumah nenek banyak ditumbuhi pohon pisang kepok. Kalau tidak ada tukang tebas yang membeli buah pisang tersebut, nenek akan membagikannya ke saudara, tetangga, atau mengolahnya sendiri. Kebetulan nenek suka sekali memasak. Salah satu masakan yang sering dibuat yaitu setup pisang.

Untuk membuat setup pisang plus ini sangat mudah dan tidak memakan waktu yang lama.

Lalu apa saja sih bahan untuk membuat setup ini dan bagaimana cara membuatnya? Yuk kita simak penjelasannya.

**Bahan yang disiapkan:**

1. Pisang kepok (pilih kepok kuning) 1 sisir
2. Kolang-kaling 250 gram
3. Gula pasir 200 gram
4. Kayu manis 2 jari telunjuk
5. Cengkeh 5 buah
6. Air 1.500 ml
7. Garam sejumput

**Cara membuat:**

1. Kupas pisang dan potong setebal ruas jari. Sisihkan
2. Rebus air, masukkan kolang-kaling, gula pasir, kayu manis, dan cengkeh. Tunggu sampai mendidih.
3. Setelah air mendidih dan kolang kaling lunak, masukkan potongan pisang. Tunggu lagi sampai mendidih untuk kedua kalinya dan tambahkan sejumput garam.
4. Tutup panci dan matikan api kompor. Tunggu kembali sampai kuah setup dingin agar aroma

cengkeh, kayu manis, dan pisang menyatu dengan kuah setup.

5. Setup pisang siap disantap. Bisa ditambahkan es batu bagi yang suka minuman dingin atau bisa dihangatkan untuk yang menyukai minuman hangat. Selamat mencoba.



**Ayam Bakar Kampung**  
**Bu Nik**

Maida Mei Safitri

**A**yam bakar merupakan salah satu hidangan favorit keluarga kami. Apalagi buatan ibu kami. Bumbunya pas dan bisa meresap ke dagingnya. Maka dari itu saya sebagai anaknya ingin menyimpan resep ini melalui buku ini. Agar seluruh pembaca bisa merasakan hidangan Ayam Bakar yang empuk dan legit ini bersama keluarga.

Berikut bumbu yang perlu disiapkan untuk 1 ekor ayam kampung.

- 2 ½ ons cabai merah besar
- 1 ons kemiri
- 1 ons kacang sambal

- 2 jari lengkuas
- 2 jari jahe
- Minyak goreng secukupnya
- Garam secukupnya
- Kaldu bubuk secukupnya
- Kecap manis secukupnya
- 1 liter air
- 3 butir bawang merah

**Cara membuat:**

1. Siapkan 1 ekor ayam kampung. Cuci bersih, tiriskan dan sisihkan dulu.
2. Panaskan minyak untuk menggoreng kacang sambal. Masukkan kacang sambal dan goreng kurang lebih 5 menit. Jangan sampai gosong, karena akan terasa pahit. Jika sudah tiriskan.
3. Belah cabe merah besar kemudian buang isinya dan cuci bersih lalu tiriskan.

4. Cuci juga kemiri, lengkuas dan jahe kemudian tiriskan. Iris tipis lengkuas dan jahe. Pilih lengkuas yang masih muda untuk memudahkan saat memblender.
5. Blender kacang sambal, cabai merah besar, kemiri, lengkuas dan jahe sampai halus.
6. Masukkan minyak goreng ke dalam wajan untuk menggongso bumbu. Lalu masukkan bumbu yang sudah diblender juga. Bumbu harus sering di aduk agar tidak gosong. Matikan api kompor jika sudah matang. Bumbu matang ditandai dengan letupan kecil dibumbu dan bumbu tampak kesat.
7. Siapkan wajan. Masukkan 1 liter air. Tambahkan bumbu yang sudah jadi. Aduk kemudian tambahkan garam, kaldu dan kecap manis secukupnya. Koreksi rasa.
8. Masukkan 1 ekor ayam. Boleh utuh atau dipotong sesuai selera. Pastikan ayam terendam bumbu kemudian tutup wajan dan pastikan memakai api yang sedang saja.

9. Setelah 30 menit masukkan irisan bawang merah kemudian periksa ayam sudah empuk atau belum, periksa juga apa bumbu sudah meresap kedaging ayam. Jika belum tutup kembali wajan dan cek setelah 15 menit kemudian.
10. Jika sudah matang angkat ayam dan tiriskan. Tunggu sampai dingin kemudian bakar ayam menggunakan alat bakaran.
11. Kuah bumbu ayam bisa dioleskan lagi Ketika proses membakar.
12. Ayam bakar siap dihidangkan.

*Note: jika menggunakan ayam sayur, lebih dulu digoreng agar ayam tidak hancur saat dimasak dengan bumbu. Dan pilih kecap manis yang tidak terlalu pekat agar warna ayam bakar lebih cantik dan menarik.*





**Sambal Lethok  
Khas Klaten**

Eko Supriyono



**S**ebagai orang Jawa yang lahir di Klaten, Jawa Tengah, aku merasa sangat bangga dengan kuliner Lethok yang melegenda sejak puluhan tahun lalu hingga zaman *now*. Di semua desa se-Kabupaten Klaten bisa dipastikan ada warung yang setiap hari khusus menjual Lethok.

Meskipun hanya berbahan utama tempe dan tahu, namun Lethok itu selalu membuatku ketagihan. Aromanya yang khas dari tempe semangit bercampur gurihnya santan berpadu bumbu dapur mampu membuat Lethok selalu ngangeni.

Menurut penuturan nenekku, Alm. Mbah Ardjo Sentono, salah satu bahan utama Lethok adalah tempe semangit. Tempe semangit itu bukan berarti tempe yang sudah busuk, melainkan menuju proses pembusukan. Penampakannya tidak lagi putih bersih sebagaimana tempe bagus atau yang masih segar. Wujudnya kisut, warnanya coklat keabu-abuan. Jika tempe itu berbungkus daun pisang, maka daunnya sudah mulai layu tidak segar lagi. Namun demikian tempe itu tidak berair ketika ditekan, menandakan belum busuk.

“Itulah tempe semangit yang dipilih menjadi bahan utama pembuatan Lethok,” ujar nenekku ketika aku masih kecil, menunggunya memasak Lethok.

Menurut ibuku, mulai usia enam bulan, setiap pagi aku pasti disuapi bubur Lethok. Mbah Djojo, demikian orang sedesaku mengenalnya adalah penjual Bubur dan Nasi Lethok di desaku. Meskipun ada yang jualan, tetapi semua emak-emak di desaku bisa memasak Lethok. Termasuk nenekku pun pintar membuat Lethok kesukaan keluargaku.

Beruntunglah aku selalu dekat dengan nenek. Maklum ayahku, Sahir Hadi Martono dan ibuku, Sulami sebagai PNS Guru SD lebih banyak aktivitas di luar rumah. Di rumah, aku sering membantu nenek di dapur, aku sering memperhatikan dan banyak bertanya jika beliau menyiapkan bahan-bahan untuk membuat Lethok.

Bagaimana kita membuat Tempe Semangit sendiri? Letakkan saja di meja tempe segar yang baru kita beli. Biarkan pada suhu ruang selama 3-4 hari. Tidak perlu diberi perlakuan apa pun dengan sendirinya sudah berubah menjadi Tempe Semangit.

Ada dua macam tempe yang diperlukan untuk membuat Lethok, yaitu tempe bagus atau tempe yang masih segar dan Tempe Semangit, dengan perbandingan Tempe Bagus 75% dan Tempe Semangitnya cukup 25%. Selain tempe, bahan lain adalah Tahu Magel, yaitu tahu yang digoreng setengah matang membentuk kulit coklatnya.

Resep warisan nenekku ini juga sudah menjadi resep andalan istriku, MT Tri Murtini. Sampai sekarang

menu Sambal Lethok ini selalu tersedia di rumah kami seminggu sekali.

Oh iya, Lethok memiliki keistimewaan khusus. Jika Anda memasak Lethok dalam jumlah banyak dan ternyata tidak habis sekali makan, jangan dibuang. Masih bisa disimpan untuk makan hari berikutnya. Berapa kali pun Lethok dipanasi, tidak akan berkurang rasa khasnya.

Meskipun sudah puluhan tahun aku hidup di Banjarmasin, aku tetap bisa makan Lethok Khas Klaten dengan cara memasaknya sendiri. Terima kasih kepada almarhumah nenekku yang mewariskan resep ini kepadaku.

Berikut adalah resep membuat Sambal Lethok ala keluargaku. Resep ini cukup untuk 20 porsi.

### **Bahan Utama**

Bahan utama yang dibutuhkan adalah 600gr tempe bagus, 150 gr tempe semangit, 30 potong tahu magel, 20 butir telur rebus, dan 2 bungkus santan kara.

### **Bumbu Halus**

Bumbu yang dihaluskan terdiri dari 9 cabai merah keriting, 9 cabai rawit merah, 50 gr bawang putih, 100 gr bawang ungu, 6 butir kemiri, 9 cm kunyit, 8 cm kencur, dan 2 sdt ketumbar.

### **Bumbu Penyedap dan Utuh**

Bumbu penyedap yang diperlukan adalah 25 gr gula merah, 1 sdm gula pasir, 2 sdt garam, dan 2 sdt royco atau Masako. Sedangkan bumbu utuhnya adalah geprekan 15 cm lengkuas, 9 lembar daun jeruk purut, 2 batang serai, dan 5 lembar daun salam.

### **Proses Memasak**

Potong-potong kecil tempe bagus dan tempe semangit. Rebus selama kurang lebih 10 menit. Angkat, buang air rebusannya. Uleg kasar setelah benar-benar dingin.

Ulek semua bumbu halus, Kemudian panaskan minyak goreng di wajan dan tumis semua bumbu sampai berbau wangi. Setelah dirasa cukup masukkan semua bumbu utuhnya.

Jika tumisan bumbu halus dan bumbu utuh sudah matang, segera tambahkan 1 liter air bening. Aduk-aduk hingga mendidih. Tambahkan santan dan terus diaduk hingga semua bumbu menyatu. Kecilkan api. Sambil terus diaduk kuah tumisan bumbu tersebut, langsung saja masukkan semua tempe yang sudah diuleg.

Jangan lupa juga masukkan tahu magel dan telur rebus. Tambahkan semua bumbu penyedap. Koreksi rasa. Matikan kompor kalau sudah mantab rasanya.

### **Penyajian Nasi Lethok**

Tuang nasi atau bubur di piring. Tumpangi dengan bayam, tauge, telur rebus, dan tahu magel. Siram lethok di atas sayuran. Taburi kemangi sesuai selera. Selamat Menikmati Lethok Khas Klaten.



**Gulai Ayam**  
**Panyikek**

Yulia Chairani





**O**rang tua saya asli Sumatera Barat, tepatnya nagari Sulit Air, Kabupaten Solok. Sulit Air memang nama yang kurang familiar, tapi percaya deh jika di google seperti apa nagari Sulit Air itu, pemandangannya sangat cantik, melewati Danau Singkarak yang biru, sepanjang danau orang banyak menjual aneka makanan dan cemilan, terutama ikan bili khas Danau Maninjau. Kemudian perjalanan lanjut naik ke atas gunung seperti puncak dan di balik gunung itulah nagari Sulit Air. Tersembunyi tapi memikat.

Mama dan Abak satu kampung, sebagaimana orang kampung pada umumnya mereka merantau dan tinggal di kota Pekanbaru Riau. Kami anak-anaknya lahir besar dan di rantau, biasanya kami pulang kampung ketika lebaran atau pada saat acara pulang basamo setiap dua tahun sekali pada saat lebaran. Saat itu orang yang di rantau di seluruh Indonesia bahkan yang tinggal di luar negeri pada pulang hingga kampung yang kecil ini bisa macet berjam jam karena mobil orang rantau yang memenuhi kampung.

Mama sangat pandai memasak makanan minang terutama khas kampung kami. Rasa masakannya enak dan diakui oleh banyak orang. Saat ini umur mama 83 tahun dengan kondisi sakit dan lebih banyak berbaring. Ingatan saya tentang mama semasa sehat adalah kesibukan yang tiada henti. Kesibukan seorang ibu rumah tangga yang setiap hari memasak untuk keluarga yang rasanya membuat kami berkeringat karena semangat melahapnya.

Sambal ayam panyikek merupakan khas masakan sulit air. Mama suka sekali dengan masakan ini. Apabila ada acara keluarga, ada tamu datang atau

mau ke rumah orang dan membawa bingkisan, di pastikan menu ini yang sering mama sediakan.

Jika saya di tanya kenangan masakan apa yang mengingatkan saya dengan mama, ayam panyikek ini yang akan saya sebut pertama kali. Masakan ini dasarnya sama seperti kalio yaitu gulai ayam yang kuahnya kental, yang membedakan ada daun singkong dalam masakan tersebut.

Mama terbiasa dengan bumbu dan santan yang banyak. Waktu baru belajar memasak saya ngeri sendiri ketika bertanya kepada mama, untuk satu kilo rendang kelapanya berapa, Ma? Empat kelapa, perasan kelapa pertama gak pakai air, sedangkan perasan ke dua memakai air kelapa. Kebayang jika mau masak dua kilo daging harus memakai delapan santan, haduh apa kabar kolesterol?

Kata mama orang dulu tetap sehat karena habis makan bergerak kerja di sawah lagian zaman susah dulu makan sambal ini hanya ada pada momen khusus seperti musim panen. Kalau anak sekarang habis makan selonjoran main HP.

Untuk ayam panyikek ini, biasanya memakai ayam kampung dan satu ayam kelapanya dua butir. Untuk daun singkongnya biasanya satu ayam saya memakai 2 ikat daun singkong. Pilih yang daunnya muda biar ga alot. Biasanya daun singkong ini setelah di petik di cuci bersih di jemur dahulu biar kering ketika dimasukan ke dalam masakan.

Dalam membersihkan ayam saya lihat ada perbedaan orang Sumatera dan Jawa. Orang Sumatera ketika membersihkan ayam kulitnya dibuang, sementara di Jawa rata-rata kulitnya tidak dibuang. Jadi ketika keluarga saya makan di restoran ketika di Yogya mereka teriak melihat ayam yang di hidangkan kata mereka ayamnya pakai baju.

Mama dan masakan adalah memori yang mengisi banyak hidup saya. Setelah saya menikah ketika menelepon mama untuk bertanya kabar, hal yang pertama mama tanyakan kepada saya, masak apa hari ini?

**Bahan:**

- Ayam kampung
- Daun singkong
- Cabai giling secukupnya
- Bumbu dasar gulai (bawang merah, bawang putih, kunyit, laos)
- Daun jeruk
- Daun salam
- Sereh
- Garam
- Santan
- Bumbu pemasak (ini *optional*, saya memakai ini karena bumbu favorit mama, buatan kampung sendiri isinya bermacam macam rempah).

**Cara membuat:**

Tumis bumbu dasar gulai dan cabe setelah harum masukan santan, diaduk sampai kuah mengental setelah itu masukan ayam, ketika di rasa ayam sudah empuk baru dimasukkan daun singkong. Tunggu sampai daun singkong layu, aduk, masakan siap disantap



**Garang Asem  
Ayam Kampung**

Sulistiyowati



**G**arang asem merupakan makanan kesukaan dari keluargaku. Garang asem adalah makanan khas Jawa Tengah. Garang asem terbuat dari olahan ayam yang dimasak menggunakan daun pisang dan didominasi oleh rasa asam dan pedas. Garang asem berasal dari Grobogan, tetapi kini garang asem populer di Kudus dan Jepara.

Garang asem biasa disajikan sebagai lauk pendamping nasi, ditambah dengan tusukan ayam asam manis, tempe goreng, dan perkedel.

Garang asem kaya akan rempah dengan cita rasa asam dari blimbing wuluh. Gurihnya berasal dari santan yang menggoyangkan lidah ketika mencicipinya. Garang asem perlu dikukus hingga berjam-jam. Penggunaan daun pisang ini dipercaya dapat menjaga cita rasa asli garang asem ini. Meskipun terlihat sederhana, tetapi pembuatan garang asem harus menggunakan teknik yang baik. Jika tidak maka garang asem yang disajikan akan bocor dan gagal.

Penggunaan rempah-rempah yang kuat dalam proses pembuatannya menjadikan garang asem memiliki harga menu yang paling mahal di beberapa rumah makan tradisional khas Jawa Tengah. Konon dulunya garang asem ini adalah makanan mewah yang hanya dapat dinikmati oleh kalangan atas atau bangsawan.

Hal tersebut dikarenakan daging ayam yang digunakan berasal dari ayam kampung yang harganya relatif mahal, sehingga masyarakat lebih senang membuat sendiri.



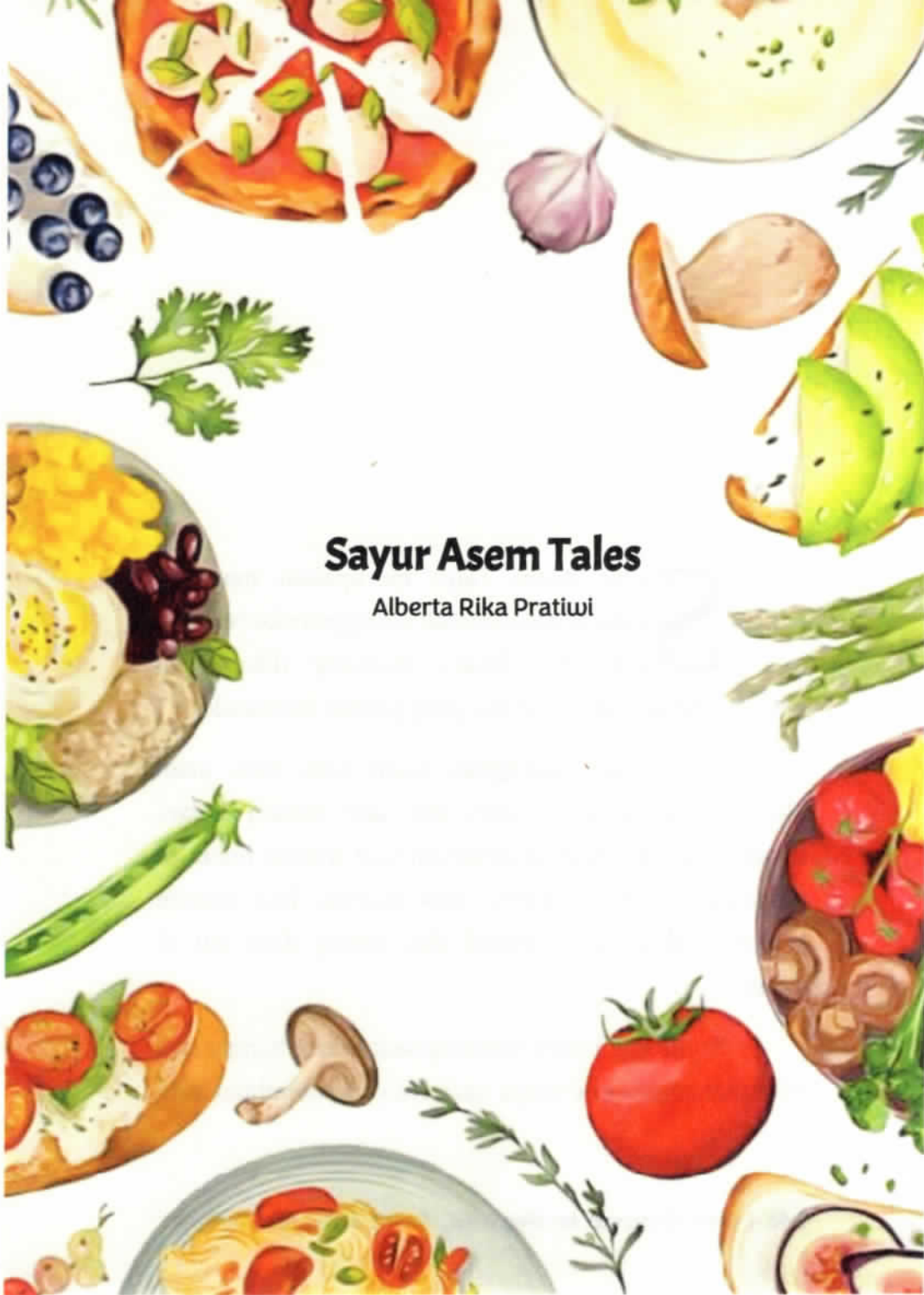
**Bahan garang asem:**

- 500 gram sayap ayam
- 5 butir bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 3 buah cabai merah keriting Cabai rawit utuh secukupnya
- 1 buah tomat merah
- 15 buah belimbing wuluh
- 1 batang serai
- 1 ruas lengkuas
- 1 ruas jahe
- 3 lembar daun salam
- 3 lembar daun jeruk
- 1 batang daun bawang
- Garam, gula, lada, kaldu jamur, dan minyak goreng secukupnya
- Air jeruk nipis secukupnya
- Santan secukupnya

### **Cara membuat garang asem ayam:**

1. Cuci ayam sampai bersih dan beri perasan air jeruk nipis.
2. Biarkan 10 menit.
3. Bilas dengan air bersih.
4. Marinasi ayam dengan garam dan lada sekitar 15 menit.
5. Iris bawang merah, bawang putih, cabai merah, belimbing wuluh, tomat, dan daun bawang.
6. Geprek lengkuas, sereh, dan jahe.
7. Siapkan daun salam dan daun jeruk.
8. Panaskan sedikit minyak goreng.
9. Tumis bawang merah dan bawang putih hingga harum.
10. Masukkan cabai merah, daun salam, daun jeruk, serai, lengkuas, dan jahe.
11. Tumis kembali sampai layu.
12. Masukkan ayam, masak sampai berubah warna.
13. Tuang air santan.
14. Tambahkan tomat dan belimbing wuluh.

15. Beri garam, gula pasir, dan kaldu jamur.
16. Koreksi rasa. Bungkus dengan daun pisang.
17. Masak ayam sampai matang.
18. Tambahkan daun bawang dan cabai rawi, dalam bungkusan daun pisang  
Angkat dan sajikan.



# Sayur Asem Tales

Alberta Rika Pratiwi

**S**ayur Asem Tales merupakan masakan yang selalu dimasak eyang putriku (nenek) dari ibu. Beliau memang dikenal di keluarga besar kami seorang yang pandai memasak.

Eyang putri panggilan kami para cucu akan memasak sayur asem tales jika saat musim hujan. Disamping tales banyak dijumpai saat musim hujan di pasar-pasar lalu harganya juga murah. Jika musim kemarau harga tales mahal dan jarang dijumpai di pasar.

Sayur asem tales disantap saat masih hangat dan dijambal begitu saja tanpa nasi. Itu yang membuat saya

senang karena tidak perlu dengan nasi, sudah mengenyangkan. Taleslah yang membuat kenyang. Rasa dari sayur ini segar ada asem dan sedikit pedas.

Saat saya remaja, makannya banyak, tetapi juga kepingin tetap langsing. Nah, sayur asem tales inilah masakan paling cocok untuk urusan ini. Sayur asem tales menurutku adalah sayur yang segar dan cocok untuk diet saat ini. Bahan utamanya tales (dalam Bahasa Indonesianya adalah talas atau keladi) yang ditambah dengan kangkung. Tales atau keladi memiliki kandungan gula yang tidak sama seperti nasi, sehingga dapat menjadi alternatif karbohidrat.



Sayur Asem Tales Siap Disantap

Bahan-bahan yang digunakan untuk membuat sayur asem adalah tales atau keladi jenis apa saja. Tetapi yang paling saya suka adalah talas yang kecil-kecil atau disebut *Enthik* (dalam Bahasa Jawa). Talas ini akan mengeluarkan sedikit lendir sehingga membuat sayur asam ini agak sedikit mengental. Bahan kedua adalah daun kangkung. Bumbu-bumbunya cukup sederhana, yakni:

1. Cabai merah 3 buah
2. Bawang merah 3 siung
3. Kemiri 2 butir
4. Terasi 1/2 ruas jari
5. Asem sesuai selera
6. Garam sesuai selera
7. Gula 1 sendok teh

**Cara mengolahnya:**

1. Tales dikupas, dicuci lalu dipotong dadu sesuai selera,
2. Bumbu dihaluskan kecuali gula dan asem,
3. Daun kangkung disiangi dan dicuci bersih,

4. Jerang air dalam panci sebanyak 1 L,
5. Bumbu yang sudah dihaluskan dimasukkan,
6. Berikutnya tales yang sudah dipotong dimasukkan,
7. Tunggu hingga mendidih dan tales menjadi lunak
8. Koreksi rasa, dimasukkan gula dan asam hingga mendapatkan rasa yang seimbang,
9. Terakhir kangkung yang sudah disiangi dimasukkan.
10. Matikan api segera supaya kangkung tidak lembek.
11. Siap dihidangkan.

Sayur Asem Tales ini di keluargaku menjadi santapan yang juga selalu dinanti. Saat ini, ibuku yang sudah 77 tahun usianya menggantikan eyang putri untuk memasak kami (aku dan adik-adikku) yang tetap menjadikan sayur Asem Tales ini sebagai sayur favorit. Sementara aku sendiri sesekali masak jika kangen eyangku. *Matur suwun* eyang yang telah mewariskan resep ini.





**Tumis Taoge**  
**Ala Anak Rantau**

EllandaRiz

**M**akanan ini bukan resep formal yang paten ada di keluargaku. Tapi selalu ada saat aku pulang dari pergi jauh. Tumis Taoge. Bahannya tidak susah untuk dicari, tapi rasanya selalu terngiang-ngiang dihati. Hingga saat ini sudah beranak dua masih saja menjadi menu andalan jika bingung menu harian. Yuk, cobain!

Bahan-bahan yang perlu disiapkan adalah Taoge, Bakso sapi, bawang putih, saus tiram, garam, merica bubuk, air matang, daun bawang.

**Bahan:**

- Taoge 250 gram
- Bakso sapi 7 butir kecil
- Bawang putih cincang 3 siung
- Saus tiram 1 sdt
- Garam 1/2 sdt
- Daun bawang 1 tangkai
- Minyak untuk menumis dan air 200 ml.



### Langkah memasak:

1. Tumis bawang putih cincang dengan minyak panas hingga harum. masukkan saus tiram dan air aduk hingga larut.



2. Lalu masukkan bakso gang telah di potong sesuai selera.



3. Masukkan Taoge aduk merata dan masukkan potongan bawang prei aduk hingga matang.



4. Sajikan. Siap di santap dengan nasi hangat.





**Sayur Godog**  
**Bumbu Merah Merekah**

Imas Trimayanti



**I**dul Fitri adalah hari raya yang dinantikan oleh seluruh umat islam di mana pun berada. Spesial? Jelas karena selain hari raya umat Islam, Idul Fitri adalah momen untuk berkumpul dan bersilaturahmi antar keluarga, sahabat, sanak saudara dan lainnya. Berkumpul, bercengkerama dan tentunya momen untuk saling memaafkan segala salah dan khilaf di hari nanti fitri setelah 1 bulan lamanya berpuasa.

Tentunya ajang silaturahmi dan berkumpul ini kurang lengkap jika tidak disuguhkan makanan-

makanan khas idul fitri. Kue kue dan masakan khas juga hal yang dinantikan karena prosesnya, penyajiannya dan tentunya dibuat dengan tangan-tangan penuh cinta dari orang tua atau orang-orang terkasih dalam pembuatannya.

Dalam keluarga saya salah satu makanan khas idul fitri yang dinantikan adalah sayur godog bumbu merah merekah kenapa special karena menu ini hanya disajikan saat idul fitri saja sebagai teman untuk menyantap ketupat/lontong sebagai menu utama idul fitri. Dengan proses memasak yang *tricky* menjadikan menu ini istimewa dan terasa sekali rasa cintanya dari almarhum ibu saya.

Lima tahun lalu ibu saya berpulang dan kami sangat merindukan sayur buatan ibu. Untungnya dulu ketika ibu membuat sayur ini saya sering membantunya dan diberitahu bahan juga proses memasaknya jadi tidak kehilangan sayur dengan cita rasa yang khas almarhum ibu.

Senang sekali rasanya resep ini bisa saya warisi dan saya aplikasikan dalam usaha catering saya sehingga orang lain bisa merasakan lezatnya menu ini, dan pada



kesempatan kali ini saya coba berbagi resepnya dibuku ini semoga berkenan yaaa.

**Bahan:**

- 1 kg kentang
- ½ kg wortel
- ¼ kg kacang panjang
- 2 papan pete (*optional*)
- 1 1/2 liter santan kental
- 4 lembar daun salam
- 4 buah sereh geprek
- 2 ruas lengkuas geprek
- Bawang goreng untuk pelengkap
- Garam secukupnya
- Gula pasir secukupnya
- Penyedap secukupnya

**Bumbu Halus**

- ½ kg cabai merah besar (buang bijinya)
- 10 siung bawang merah
- 10 siung bawang putih

- 1 sdm ketumbar sangrai
- 4 buah kemiri sangrai

### **Cara Membuat**

Kupas dan potong kentang dan wortel memanjang kira-kira sepanjang dua ruas jari dan jangan terlalu tipis agar tidak mudah hancur saat dimasak. Begitu pun dengan kacang panjang dipotong seukuran, sisihkan.

Tumis bumbu halus sampai benar-benar tanak dan matang sampai keluar minyaknya, jangan lupa sering diaduk agar tidak mudah gosong. Dalam teknik ini adalah kunci untuk mendapatkan warna merah yang merekah tandanya bumbu benar matang dan tanak.

Rebus santan kenal sampai mendidih, masukan bumbu halus sayuran dan bahan lainnya, tambahkan gula, garam dan penyedap secukupnya masak sampai kematangan sayuran pas.

Tambahan taburan bawang goreng saat penyajian. Sajikan hangat dengan potongan lontong atau ketupat.

## Profil Penulis

1. Nama : Suwarliningsih Chasijati, S. Pd  
Domisili : Perum. Puri Majasari, Jl. Anggrek  
No. 19, Ds. Majasari, Kec. Bukateja, Kab.  
Purbalingga, Prop. Jawa Tengah  
No. Handphone : 08121593737  
Alamat Email : Suwarliningsihchasijati  
@gmail.com  
Media Sosial : Naning\_Abidin (IG), Bunda  
Naning (FB)  
Motto Hidup : *Man Jadda Wajada*
2. Nama : Arya Rizky Hutama, S. H., M. H  
Domisili : Kota Bandar Lampung, Provinsi  
Lampung  
No. Handphone : -  
Alamat Email : Aryarizkyhp@gmail.com  
Media Sosial : @aryarizkyhutama (IG), Arya  
Rizky Hutama (FB)  
Motto Hidup : Keberhasilan bukan dinilai dari  
apa yang kita mulai. Melainkan  
dari apa yang kita selesaikan.

3. Nama : Mariza  
Domisili : Jakarta Timur  
No. Handphone : '08588353070  
Alamat Email : marizaangelonia@gmail.com  
Media Sosial : marizasyahrial (Instagram),  
marizaza (Facebook)  
Motto Hidup : Kehidupan yang manis (Dolce Vita)
  
4. Nama : Nanik Puji Mulyani, S.Pd. SD  
Domisili : Jombang, Jawa Timur  
No. Handphone : 085852955188  
Alamat Email : bnanik618@gmail.com  
Media Sosial : NanikMulyani (IG),  
Nanikpujimulyani (FB)  
Motto Hidup : Jangan lupa terus belajar
  
5. Nama : Diana Nur Santi, S.E  
Domisili : Jl. Yos Sudarso No. 23,  
Banjarnegara, Jawa Tengah  
No. Handphone : 082133874802  
Alamat Email : 79dianansan@gmail.com  
Media Sosial : santidiananur  
Motto Hidup : Hidup itu indah bila dinikmati  
dengan rasa syukur

6. Nama : Tri Wahyuni, S. S., M. Li  
Domisili : Kabupaten Kendal  
No. Handphone : 081369610009  
Alamat Email : twahyuni99@gmail.com  
Media Sosial : Yuni Nathansyah  
Motto Hidup : Dengan tulisan aku akan dikenang
  
7. Nama : Dwi Asri Un  
Domisili : Depok, Jawa Barat  
No. Handphone : 08159959394  
Alamat Email : dwias.un@gmail.com  
Media Sosial : Dwias Purnomo  
Motto Hidup : Berbagi buat sesama
  
8. Nama : Heni Apriyani  
Domisili : Kotabumi, Lampung Utara  
No. Handphone : 08127274417  
Alamat Email : heniapriyani31@gmail.com  
Media Sosial : apri8yani\_heni, Heni Apriyani  
Motto Hidup : Melakukan yang terbaik
  
9. Nama : Elfi Syahwani, S. E  
Domisili : Bogor

No. Handphone : '081310039696  
Alamat Email : elfisyahwani@gmail.com  
Media Sosial : Elfi Daulay  
Motto Hidup : Bersyukur, dinikmati dan  
dijalankan

10. Nama : Prof. Dr. Dra. Ari Pradhanawati, M.S  
Domisili : Semarang  
No. Handphone : 0816658849  
Alamat Email : pradhanawatiari  
@rocketmail.com  
Media Sosial : aripradhanawati (IG), Ari  
Pradhanawati (FB)  
Motto Hidup : Tetap berkarya dan menjadi  
inspirasi

11. Nama : Faizah Fahmi M.Pd  
Domisili : Pekanbaru  
No. Handphone : 081365793123  
Alamat Email : faizahfahmi2912@gmail.com  
Media Sosial : Faizah Fahmi  
Motto Hidup : Menggubah dunia dengan amal,  
menyinari zaman dengan iman, keduanya musti  
dengan ilmu

12. Nama : Debbysan  
Domisili : -  
No. Handphone : -  
Alamat Email : -  
Media Sosial : -  
Motto Hidup : -
13. Nama : Emiliana Widarti  
Domisili : Pamulang, Tangerang Selatan  
No. Handphone : 081907431452  
Alamat Email : emil.widarti@gmail.com  
Media Sosial : emilwid (IG), Emiliana Widarti (FB)  
Motto Hidup : Hiduplah bersahaja
14. Nama : Dr. Ir. Manik Priandani, M. T  
Domisili : Jl. Puri Bintaro PB 17/25, Bintaro  
sektor 9, Tangerang Selatan  
No. Handphone : 081347121621  
Alamat Email : manikpriandani@gmail.com  
Media Sosial : manik gatot, Manik Priandani  
Motto Hidup : *Just the way you are*

No. Handphone : '081310039696

Alamat Email : elfisyahwani@gmail.com

Media Sosial : Elfi Daulay

Motto Hidup : Bersyukur, dinikmati dan dijalankan

10. Nama : Prof. Dr. Dra. Ari Pradhanawati, M.S

Domisili : Semarang

No. Handphone : 0816658849

Alamat Email : pradhanawatiari@rocketmail.com

Media Sosial : aripradhanawati (IG), Ari Pradhanawati (FB)

Motto Hidup : Tetap berkarya dan menjadi inspirasi

11. Nama : Faizah Fahmi M.Pd

Domisili : Pekanbaru

No. Handphone : 081365793123

Alamat Email : faizahfahmi2912@gmail.com

Media Sosial : Faizah Fahmi

Motto Hidup : Menggubah dunia dengan amal, menyinari zaman dengan iman, keduanya musti dengan ilmu



15. Nama : Ririn Aprilia, S. H., M. Kn  
Domisili : Depok, Jawa Barat  
No. Handphone : -  
Alamat Email : Rienaprilia44@gmail.com  
Media Sosial : Instagram : @rienaprillia  
Facebook : @Ririnrienaprillia  
Motto Hidup : Sumarah kersaning Gusti
16. Nama : Siti Puryandani  
Domisili : Semarang  
No. Handphone : 085225455162  
Alamat Email : sitipuryandani@gmail.com  
Media Sosial : siti\_puryandani  
Motto Hidup : Menikmati indahnya hidup  
dengan berbagi
17. Nama : Ervita Nityasari  
Domisili : Emerald Townhouse AD 22.  
Parigi. Bintaro - Tangsel  
No. Handphone : 08112618276  
Alamat Email : vitasari878@gmail.com  
Media Sosial : dapur\_mama\_hazika  
Motto Hidup : Memberikan kebaikan agar  
hidup lebih bermakna

18. Nama : Nuraini Indracahyati  
Domisili : Yogyakarta  
No. Handphone : 081361564761  
Alamat Email : nunungmuhlis@gmail.com  
Media Sosial : @nuryung (IG), Nuraini  
Indracahyati (FB)  
Motto Hidup : Kebaikan diri sendiri harus bisa  
bermanfaat dan dinikmati orang lain di sekitar  
kita.

19. Nama : Dra. Eti Suprapti, M. M. Pd  
Domisili : Batujajar, Bandung, Jawa Barat  
No. Handphone : 082110154390  
Alamat Email : etisuprapti68@gmail.com  
Media Sosial : Herti Eti  
Motto Hidup : Belajar sepanjang hayat

20. Nama : Fitria Supriyani, S. Pd  
Domisili : Perum Puri Tuk Songo Jl. Arwana  
Raya No.51, Cacaban, Magelang Tengah, Kota  
Magelang  
No. Handphone : 0817466498  
Alamat Email : anifitriavip2@gmail.com  
Media Sosial : anifitria  
Motto Hidup : Sehat Itu Harus Bermanfaat

21. Nama : Awaliyah, S. E., M. A  
Domisili : Bekasi  
No. Handphone : 081210691979  
Alamat Email : awalya@gmail.com  
Media Sosial : fb: Awalya Arifin keluarga  
ig : awalya\_lia  
Motto Hidup : Berusaha menjadi pribadi yang lebih baik dan lebih bermanfaat bagi sesama
22. Nama : Novrida Susanti, S. E  
Domisili : Batam-Kepri  
No. Handphone : '08192659001  
Alamat Email : snovrida73@gmail.com  
Media Sosial : Novrida Susanti  
Motto Hidup : Berharap hanya pada Allah semata
23. Nama : Diyah Agustina, S. Pd  
Domisili : Perumahan Graha Jati Indah Blok B 14 Jati, Jaten, Karanganyar, Jawa Tengah  
No. Handphone : 085246019795  
Alamat Email : diyahagustinao877@gmail.com  
Media Sosial : emakgurudiyah (IG), Diyah Agustina (emakguruDiyah) (FB)  
Motto Hidup : Jalani, nikmati, dan syukuri

24. Nama : Maida Mei Safitri, S. S., M. Pd  
Domisili : Kediri, Jawa Timur  
No. Handphone : 082231146187  
Alamat Email : myd.syav3@gmail.com  
Media Sosial : maidameisafitri (Instagram),  
Maida Mei Safitri (FB)  
Motto Hidup : Cobalah! Maka kamu akan tahu  
Kualitasmu
25. Nama : Eko Supriyono  
Domisili : Banjarmasin  
No. Handphone : 081336511128  
Alamat Email : Klambisabi@gmail.com  
Media Sosial : -  
Motto Hidup : *God Always Love and Understand*  
(GALAU)
26. Nama : Yulia Chairani  
Domisili : Bekasi  
No. Handphone : -  
Alamat Email : yuliachairani@gmail.com  
Media Sosial : ig : @yuliachairani  
Motto Hidup : Menulis Untuk Menyebarkan  
Manfaat dan Kebaikan

27. Nama : Sulistyowati, S. Pd  
Domisili : Tunggul Pandean RT 6/RW 2,  
Kec. Nalumsari, Kab. Jepara Jawa Tengah  
No. Handphone : 085799876229  
Alamat Email : suistyowati74@gmail.com  
Media Sosial : Tyowati30/ Sulis Tyowati  
Motto Hidup : Jangan lelah berbuat baik
28. Nama : Alberta Rika Pratiwi  
Domisili : Kota Ungaran, Semarang  
No. Handphone : 083865591181  
Alamat Email : berthasoekisno@gmail.com  
Media Sosial : alberta\_rp  
Motto Hidup : Sehat itu cantik. Cantik pertanda  
sehat.
29. Nama : Rizka Ellanda, S. ST  
Domisili : Palembang  
No. Handphone : -  
Alamat Email : Lanzismyname@gmail.com  
Media Sosial : Rizkaellandasmito  
Motto Hidup : Akhirilah apa yang dimulai  
dengan proses terbaik

30. Nama : Imas Trimayanti, M. M  
Domisili : Cirebon  
No. Handphone : 085871386313  
Alamat Email : imastrimayanti@gmail.com  
Media Sosial : Imas\_3mayanti  
Motto Hidup : Lelah itu biasa, semangat terus  
itu  
baru luar biasa