

Sate Goreng Pak Eko Tanpa Rasa Gosong

SATE umumnya disajikan dengan cara dibakar dan dibumbui kecap, tapi di warung Sate & Tongseng Kambing Raos Echo, milik Pak Eko di Jalan Suyudono Semarang ini, beda dengan sate pada umumnya.

Adalah menu Sate Goreng, baik daging Kambing maupun Ayam. Menu ini belakangan jadi menu favorit, karena alasan cita rasanya yang nikmat dan

tidak terdapat daging yang gosong untuk disantap. Memang tampilan dan sajiannya berbeda, karena sate goreng ini disajikan tidak de-

ngan tusukan lidi bambu, melainkan disajikan dalam pir-ing lepek. Pak Eko punya cara tersendiri mengolah sate kambing



Tampilan sate goreng

KR-Chandra AN



KR - Chandra AN

Anak-anakpun suka dengan sajian sate goreng

maupun ayam, dengan olahan goreng. Namun cita rasa bakarnya masih tetap terasa. Lalu bagaimana membuatnya ? Awalnya sate memang dibakar namun tidak sampai gosong dan terdapat arang. Dibakarnya hanya anggangan atau tak sampe gosong. Hal ini, menurut Eko agar aroma bakarannya tetap

ada. Setelah dibakar atau dipanggang setengah matang, sate dilolosin dari tusuknya dan digoreng dalam wajan. Bumbunya pun kecap dan serbuk mrica atau lada. Sate Goreng ini disajikan dengan potongan kobis atau kol, lalu diberi potongan tomat yang menambah kesegaran.

Kadang pengunjung Warung Sate Khas Solo di Pak Eko Jalan Suyudono Semarang ini juga memilik Tongseng Ayam atau Kambing, sebagai kuliner penyerta dengan kuah khas yang kental. Yang penasaran, ayo ke Semarang kita coba kuliner Sate Goreng Pak Eko. (Chandra AN)-f

Membuat Siomay yang Nikmat

Siomay merupakan jajanan yang sangat populer. Entah direbus begitu saja atau digoreng. Pakar kuliner Renata Moelok menuturkan, bahan yang diperlukan terdiri dari kulit pangsit, daging ayam, udang cincang, garam, lada, bawang putih, bawang bombay, telur.

Bahan Utama :
* 300 grm daging ayam bagian paha haluskan
* 150 grm udang kupas tabur soda kue 1/2 sendok teh diamankan 15 menit lalu bilas dan cincang kasar (supaya garing).
Pelengkap :
- Daun bawang iris-iris
- Wortel parut untuk hiasan secukupnya

Bumbu :
- 1 sdm bawang putih goreng (bisa juga tidak digoreng)
- 2 sdm minyak wijen
- 1 butir telur
- 2 sdt gula pasir
- 1 sdt garam / secukupnya.
- 1 sdt penyedap jamur
- 1/2 sdt lada bubuk
- 5 sdm sagu
- Kulit pangsit khusus rebus secukupnya, pilih yg bentuk bulat
Cara membuatnya:
- Campur rata semua bahan, sambil di ulenin. setelah rata masukan sagu aduk rata.
- Ambil 1 sendok adonan, ratakan pada kulit pangsit lalu bentuk dengan pegangan garpu.
- Tambahkan wortel parut untuk hiasan.

- Kukus kurang lebih 20 menit .
- Campurkan tepung sagu cincangan daging ayam dan udang serta bawang, jangan lupa masukan juga lada dan garam secukupnya .
- Aduk semua adonan hingga rata. Setelah itu taruh adonan tersebut di atas kulit lumpia.
- Lipat bagian samping dengan padat, biarkan bagian atas siomay tetap terlihat.
- Susun siomay di atas kukusan, biarkan sekitar 15 menit hingga siomay mulai mengeras sempurna.
- Setelah itu, siomay dapat dinikmati dengan tambahanocolan saus, atau digoreng lagi pun tidak masalah. (Ati)-f



Renyah Lezat Jamur Enoki

Jamur Enoki merupakan jamur yang populer untuk berbagai menu masakan. Memiliki tekstur yang enak, membuat jamur enoki banyak diolah menjadi masakan bercitarasa krispy. Salah satunya adalah tumis jamur enoki krispy.

Bahan:
- Jamur enoki
- Tepung maizena dan terigu
- Bawang putih dan bawang merah
- Cabai merah atau rawit (sesuai selera)
- Daun bawang
- Lada bubuk dan garam

Cara membuatnya:
- Jamur enoki dicuci bersih, lalu rendam beberapa menit dalam larutan garam dan bawang putih cincang.
- Siapkan tepung terigu dua bagian dan maizena satu bagian. Beri sedikit lada bubuk.
- Siapkan tepung basah larutan terigu dan maizena secukupnya.
- Masukkan jamur enoki ke tepung kering lalu ke tepung basah dan kembali ke tepung kering.
- Goreng hingga warnanya keemasan. Tiriskan.
- Tumis bawang merah dan bawang putih, masukkan irisan cabe serta daun bawang.
- Tambahkan garam atau kaldu bubuk sesuai selera secukupnya.
- Masukkan jamur enoki yang digoreng krispy.
- Angkat siap disajikan.



Cara Benar Menyimpan Kentang

Kentang merupakan bahan makanan yang banyak dipergunakan, sehingga banyak yang menyimpan untuk persediaan. Namun, untuk menyimpan kentang masih ada yg menyimpannya dalam kulkas. Padahal cara ini tidak benar. Tidak semua bahan makanan bisa disimpan dalam kulkas, menjadi awet dan segar. Saat kentang berada di dalam kulkas, maka akan terpapar suhu dingin , kandungan pati di dalam kentang akan berubah menjadi gula, terutama saat dipanggang atau digoreng. Gula ini akan bergabung dengan asam amino asparagin dan menghasilkan zat kimia bernama acrylamide. Beberapa penelitian terhadap tikus menunjukkan konsumsi acrylamide dapat meningkatkan risiko terjadinya kanker. Meskipun demikian, sejauh ini belum ada bukti penelitian yang konsisten mengenai efek konsumsi acrylamide pada manusia. Beberapa tips menyimpan kentang:
- Simpan dalam suhu ruang sekitar 6 derajat Celcius ke atas bisa membuat kentang lebih tahan lama berminggu-minggu.
- Pada suhu yang tepat kandungan vitamin dalam kentang bisa terjaga. Juga menghambat proses pembusukan.
- Jauhkan kentang dari paparan

matahari karena bisa menghasilkan klorofil yang membuat kentang menjadi kehijauan. Juga bisa menimbulkan solanin atau bahan kimia yang menimbulkan rasa pahit dan rasa tidak enak di tenggorokan. Konsumsi banyak bisa menimbulkan mual dan diare. -Sebaiknya kalau mau disimpan di suhu ruang, kentang jangan dicuci. Kentang yang lembab karena dicuci bisa mendorong pertumbuhan jamur dan bakteri.

- Jauhkan kentang dari bahan makanan lainnya seperti sayuran dan buah buahan. Buah dan sayuran yang matang akan melepaskan gas etilen yang melembutkan buah dan meningkatkan kandungan gula. Ini membuat kentang menjadi lunak dan bertunas. - Sebaiknya kentang disimpan jangka waktu 15 hari untuk menjaga kualitas gizi. (Pra)-f

