

LECTURE NOTES

Week ke - 9

Nasi Goreng

LEARNING OUTCOMES

LO1: Mahasiswa dapat mengidentifikasi peralatan tradisional dan bumbu yang dipakai.

LO2: Mahasiswa dapat mengaplikasikan memasak makanan tradisional Indonesia dan macam-macam hidangan khas Indonesia.

LO3: Mahasiswa dapat menunjukkan persiapan dan proses memasak hidangan khas Indonesia

OUTLINE MATERI :

1. Macam Macam Nasi Goreng
2. Bumbu dan bahan yang dipakai dalam nasi Goreng
3. Alat masak yang digunakan saat memasak nasi goreng

ISI MATERI

Pada materi ini akan dibahas resepe-resep dan cara membuat beberapa jenis nasi goreng.

1. Nasi Goreng Jawa

Bahan:

- 500 gram nasi putih
- 1 potong paha ayam atas bawah, direbus, digoreng, disuwir-suwir
- 3 lembar kol, diiris kasar
- 1 batang daun bawang, dipotong 1/2 cm
- 2 butir telur
- 1 sendok makan kecap manis
- 1 sendok teh garam
- 3/4 sendok teh gula pasir
- 1 1/2 sendok makan bawang goreng untuk taburan
- 2 sendok makan minyak untuk menumis

Bumbu Halus:

- 1 buah cabai merah besar
- 3 buah cabai merah keriting
- 2 siung bawang putih
- 4 butir bawang merah
- 2 butir kemiri, disangrai
- 1/4 sendok teh merica
- 1/2 sendok teh ebi sangrai

Bahan Pelengkap:

- 1 buah mentimun, dipotong-potong
- 1 buah tomat merah, dipotong-potong

- 6 lembar daun selada

Cara Membuat Nasi Goreng Jawa:

1. Panaskan minyak. Tumis bumbu halus sampai harum. Sisihkan dipinggir wajan. Masukkan telur. Aduk sampai berbutir.
2. Tambahkan nasi putih, kecap manis, garam, dan gula pasir. Aduk rata. Masak sampai matang.
3. Masukkan ayam suwir, kol, dan daun bawang. Aduk rata.
4. Sajikan dengan pelengkap, dan taburan bawang merah goreng.

2. Nasi Goreng Ikan Asin

Bahan:

- 600 gram nasi putih dingin
- 75 gram Ikan Asin jambal roti, dicuci, dipotong kotak, digoreng kering
- 50 gram taoge
- 100 gram nanas, dipotong kipas kecil
- 4 siung bawang putih, dicincang halus
- 1 buah cabai merah keriting, dicincang halus
- 2 butir telur, dikocok lepas
- 1 sendok makan kecap ikan
- 1 sendok teh garam
- 1/4 sendok teh merica bubuk
- 1/4 sendok teh kaldu ayam bubuk
- 1 batang daun bawang, diiris
- 2 sendok makan minyak goreng untuk menumis
- 1 sendok makan bawang merah goreng untuk taburan

Cara membuat nasi goreng ikan asin:

1. Panaskan minyak. Tumis bawang putih dan cabai merah keriting sampai harum. Sisihkan di pinggir wajan. Masukkan telur. Aduk sampai berbutir kasar.
2. Tambahkan nasi, kecap ikan, garam, merica bubuk, dan kaldu ayam bubuk. Aduk rata.
3. Masukkan ikan gabus, taoge, nanas, dan daun bawang. Masak sambil diaduk sampai matang.
4. Sajikan dengan taburan bawang merah goreng.

SIMPULAN

Nasi goreng adalah masakan yang banyak disukai oleh masyarakat Indonesia saat pagi, siang ataupun malam. Dengan bumbu yang sederhana dan cara pembuatan yang mudah menjadikan nasi goreng ini dapat dibuat oleh siapa saja. Dengan pembuatannya yang praktis dan mudah diharapkan para peserta didik dapat membuat nasi goreng dengan macam macam variasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Flavors of Indonesia William Wongso Culinary Wonders (2016). ISBN: 978-979-8926-32-7
- Makanan tradisional Indonesia Gajah Mada University Press (2017). Eni Harmayani, Umar Santoso, Murdijati Gardjito. ISBN: 978-602-386-143-9
- Dapur Indonesia 300 resep makanan populer nusantara Yasa Boga (2014). Cetakan ke tiga Mei 2016. Gramedia. Jakarta. ISBN: 978-602-03-0813-5