

happyfresh

happyfresh

RESEP TERKINI

Bersama Bude Sumiyati



RESEP TERKINI

Bersama Bude Sumiyati



* BIKIN MERTUA HAPPY
Di MULAY DARI SINI

With LOVE. Bude



Supri

hăppyfresh



DAFTAR ISI

Risoles Ragout **6**
Bikin Semaput

Macaroni Schotel **14**
Asik (ala kadarnya seperti cinta kasih mertua)

Kremesan Ayam **18**
 (karna kalau kremesan hati gak ada yang mau)

Omelette Kampung **22**
Elite

Salad BUAHaya **26**
Bikin Nagih

Lontong Sayur **28**
 4 Sehat (tak ada yang) sempurna di dunia

DAFTAR ISI

Kunyit Asam **32**
Virgin Mojito (WOW banget gak sih?)

Cake Pisang **38**
Kasih Sayang

Lumpia Bihun **44**
Seadanya

RISOLES RAGOUT

BIKIN SEMAPUT

RISOLES RAGOUT

BIKIN SEMAPUT

RISOLES RAGOUT

BIKIN SEMAPUT



RISOLES RAGOUT

bikin semaput

BAHAN ISI

- 2 buah kentang, potong kotak kecil
- 3 batang wortel, potong kotak kecil
- 2 sendok makan minyak
- 1 sendok makan saus tiram
- 1 buah bawang bombay, rajang halus
- 5 slung bawang putih, cincang halus
- 1/4 buah pala parut halus
- 1 1/2 sendok teh merica bubuk
- 1 1/2 sendok teh garam
- 1 1/2 sendok makan gula pasir

BAHAN RAGOUT

- 3 sendok makan mentega
- 4 sendok makan tepung terigu protein sedang/serba guna
- 550 ml susu cair
- 50 gram keju cheddar parut

BAHAN KULIT RISOLES

300 gram tepung terigu
1 sendok makan tepung sagu (opsional)
1 sendok teh garam
3 butir telur, kocok lepas
750-800 ml susu cair

BAHAN PENGELUP ABUZZARIF SATU

1 butir telur
3 sendok makan tepung terigu
150-200 ml air

Bahan Tambahan:

Tepung panir
Minyak untuk menggoreng risoles

CARA MEMBUAT

1. Slapkan wajan, panaskan minyak. Tumis bawang bombay dan bawang putih hingga harum dan matang.
2. Masukkan saus tiram, aduk sebentar. Masukkan kentang, tumis hingga setengah matang.
3. Tambahkan wortel, merica, pala, gula dan garam. Tumis hingga semua bahan matang. Angkat dan sisihkan.
4. Slapkan panci, panaskan mentega hingga mendidih. Tambahkan tepung terigu sedikit demi sedikit sambil diaduk cepat dengan spatula hingga tercampur rata.
5. Tuangkan susu cair sedikit demi sedikit sambil diaduk kuat hingga terbentuk adonan kental.
6. Masukkan keju parut, aduk dan masak hingga keju lumer. Masak ragut hingga sedikit mendidih. Angkat, tuangkan ke tumisan sayuran dan aduk rata.

CARA MEMBUAT

7. Siapkan mangkuk, campur tepung terigu dan garam, aduk rata. Tuangkan telur dan susu cair sedikit demi sedikit sambil diaduk hingga rata.
8. Siapkan pan anti lengket diameter 24cm, oles permukaannya dengan tisu yang dibasahi minyak goreng.
9. Tuangkan 1 sendok sayur adonan kulit. Masak hingga kulit risoles mengeras dan bagian tepinya tampak lepas dari pan. Lepaskan kulit dengan ujung jari, angkat dan letakkan di piring datar.
10. Ambil satu sendok makan ragut dan letakkan di atas kulit risoles, gulung, kemudian rekatkan dengan adonan tepung.
11. Lakukan hingga semua adonan dan kulit habis.
12. Celupkan risoles ke dalam telur yang sudah dikocok.

CARA MEMBUAT

13. Balurkan dengan tepung panir, ulang prosesnya hingga dua kali.
14. Goreng dan sajikan.





STANDAR MERTUA SETINGGI GUNUNG KELUD?

Siapa Takut!

MACARONI SCHOTEL ASIK

*(ala kadarnya seperti
cinta kasih mertua)*



MACARONI SCHOTEL ASIK

ala kadarnya seperti cinta kasih mertua

BAHAN-BAHAN

1 buah bawang bombay
200 gram makaroni elbow rebus lalu tiriskan
berl minyak, aduk rata
140 gram keju parut (boleh dicampur cheddar,
mozzarella/edam)
1 kaleng kornet
4 butir telur utuh
320 ml susu cair full cream
Garam, pala dan merica sesuai selera
1 buah wortel potong dadu kecil
Tepung roti
Butter

BAHAN SAUS PUTIH

160 gr am keju parut cheddar, mozzarella dan
edam
300 cc susu cair
2 sendok makan tepung segitiga
2 sendok makan butter

CARA MEMBUAT

1. Tumis bawang bombay dengan 2 sendok makan butter sampai harum, masukkan kornet dan wortel, aduk sampai matang.
2. Masukkan makaroni rebus dan keju, aduk hingga rata.
3. Segera tuang campuran susu dan telur, lalu bumbu pala, garam, merica atau kaldu bubuk, dan gula sesuai selera. Masak lagi sekitar 5 menit.
4. Untuk *sous putih*: Panaskan butter, masukkan tepung terigu dan aduk cepat supaya tidak menggumpal. Segera masukkan keju dan susu perlahan. Masak api kecil sampai mengental dan keju larut.
5. Campur semua bahan ke dalam loyang, yang sudah ditaburkan tepung roti dan potongan butter di atasnya. Panggang makaroni 180 derajat celsius selama 30 menit.



KAMU BUKAN
TAHU
KRISPI
 TERIMA SAJA KALAU
SUSAH BIKIN
MERTUA
HAPPY

KREMESAN AYAM

karena kalau kremesan hati
gak ada yang mau



KREMESAN AYAM

bukan kremesan hati

BAHAN-BAHAN

125 gram am tepung sagu
3 sendok makan tepung beras
200 ml air sisa ungkepan ayam +100 ml
Santan instant kental
2 siung bawang putih, haluskan
1/4 sendok teh kunyit bubuk
1 butir telur
Garam dan bumbu penyedap sesuai selera
1/2 sendok teh baking powder double
action

CARA MEMBUAT

1.

Panaskan minyak dalam wajan, sambil menunggu minyak panas masukkan baking powder ke dalam adonan, aduk rata.

2.

Ambil adonan dengan tangan, kucurkan adonan di atas minyak sejauh 25 cm dari wajan dengan gerakan berputar. Tuang adonan paling sedikit 3-4 genggam setiap menggoreng.



Setelah adonan masuk, akan menyebar di wajan. Goreng sampai keemasan.

happyfresh

TIPS & TRICKS

1.

Pastikan minyak dalam keadaan panas supaya bisa bersarang. Setelah mulai bersarang, turunkan sedikit suhunya supaya matang merata dan tidak mudah gosong. Suhu minyak yang panas dapat membuat adonan langsung menyebar otomatis membentuk sarang.

2.

Pastikan minyak goreng dalam jumlah yang banyak.

3.

Boleh pakai air kaldu ayam asli dan lainnya atau sisa ungkepan ayam goreng.



—●●●—

**SEELIT-ELITNYA
MERTUAMU
INGAT!
IA PUN JAJAN
CILOK
WAKTU SMA**

—●●●—

**OMELETTE
KAMPUNG ELITE***telornya kampung jadinya elit***BAHAN-BAHAN**

2 butir telur ayam kampung
1 batang daun bawang
1/2 sendok teh lada bubuk
1 buah tahu, dipotong kotak tipis
Ikan teri
Butter
Daun parsley, untuk hiasan saja supaya
kelihatan elit

CARA MEMASAK

- 1 Campurkan semua bahan, goreng di atas pan anti lengket dengan sedikit butter.
- 2 Beri hiasan dengan daun parsley.

**OMELETTE
KAMPUNG ELITE**

**NGEMIL APA
YANG ENAK?**

NGEMILIKIN

*Atati
Rhertma*



uwuu..

uwuu..

uwuu..

uwuu..



SALAD BUAHAYA

**BUAHaya
bikin
nagih**

SALAD BUAHAYA

bikin nagih!

BAHAN-BAHAN

Potongan buah apel
Potongan buah anggur
Potongan buah semangka
Potongan buah melon
150 gram mayonnaisse
200 ml yoghurt
4 sendok makan susu kental manis
Keju cheddar parut secukupnya
Jelly rasa buah-buahan

CARA MEMBUAT

1. Campur bahan saus seperti yoghurt, mayonnaisse dan susu kental manis di wadah dan aduk rata.
2. Masukkan bahan isi, aduk rata. Kemudian taburkan dengan keju parut.
3. Setelah tercampur, simpan salad buah dalam kulkas.

LONTONG SAYUR

4 sehat (tak ada yang) sempurna di dunia

BAHAN-BAHAN

3 labu slam, potong korek api
 300 ayam, rebus dan suwir-suwir
 1 papan pete, belah 2
 5 kacang panjang, potong-potong
 2 ruas lengkuas memarkan
 2 daun salam
 1 serai
 10 cabai rawit utuh
 800 ml santan
 1 sendok teh garam
 1/2 sendok teh gula pasir
 1 sendok teh kaldu jamur (opsional)
 3 sendok makan minyak

BUMBU HALUS

5 cabai merah/keriting
 1 cm kunyit
 9 bawang merah
 7 bawang putih

LONTONG SAYUR

4 sehat (tak ada yang)
 sempurna di dunia



PELENGKAP

Lontong / ketupat
Telur rebus
Bawang goreng

CARA MEMBUAT

1. Panaskan minyak tumis bumbu halus hingga harum dan matang masukkan lengkuas, serai dan daun salam. Aduk rata.
2. Masukkan ayam suwir, kacang panjang, cabai rawit dan pete. Aduk rata.
3. Masukkan santan dan labu siam, tambahkan garam, gula pasir dan kaldu. Masak sambil sesekali diaduk agar santan tidak pecah.
4. Angkat dan siap disajikan dengan lontong dan bawang goreng.



**DIBALIK
SUAMI
PENYAYANG
ADA RESTU
MAMA
MERTUA.**



KUNYIT ASAM

virgin mojito

WOW banget ga sih?



KUNYIT ASAM

virgin mojito

(WOW banget ga sih?)

BAHAN - BAHAN YANG DIPERLUKAN

- 3 sachet kunyit asam
(bisa sachet bisa bikin sendiri)
- 12 buah strawberry, diiris sesuai selera
- 1 buah lemon iris tipis, buang bijinya
- 1 sendok teh selasih
- 2 sendok makan madu
- Daun mint, secukupnya
- Es batu

CARA MEMBUAT

1. Campur kunyit asam dengan 2 sendok makan madu.
2. Masukkan strawberry, lemon iris, selasih dan daun mint. Aduk hingga rata, dan beri es batu. Siap dinikmati. Akan lebih enak jika dibiarkan di dalam kulkas selama 4 jam terlebih dahulu.





**JUS APA YANG BIKIN
MERTUA LULUH?**

JUS KEEP TRYING, LUV

CAKE PISANG

kasih sayang



CAKE PISANG

kasih sayang

BAHAN - BAHAN YANG DIPERLUKAN

- 3 pisang yang sudah matang
- 2 cups tepung terigu
- 1/4 sendok teh garam
- 1 sendok teh baking soda
- 1 telur
- 1 cup gula
- 1/2 cup minyak goreng
- 2 sendok makan susu cair
- 1/2 sendok teh vanilla
- 1/2 cup walnut/almond (opsional)

CARA MEMBUAT

1.

Panaskan oven dengan suhu 160 celsius. Beri olesan mentega dan terigu tipis-tipis di loyang. Bisa pakai loyang roti ukuran 20, taburi tepung terigu, garam dan baking soda. Aduk rata, sisihkan.

2.

Di tempat terpisah, aduk telur, gula dan minyak sampai tercampur rata dengan spatula.

3.

Campur bahan kering ke adonan basah. Aduk rata, kemudian masukan susu, pisang dan vanilla. Aduk kembali, kemudian masukkan walnut/almond (saya pakai walnut). Aduk rata hingga semua tercampur.

4.

Tuangkan ke dalam loyang. Panggang hingga 50-75 menit. Cek dengan tusuk gigi, apabila bersih maka sudah matang.

5.

Dinginkan di rak pendingin. Potong-potong dan banana bread siap disajikan.

PENGENNYA DI
Love
MERTUA

DAPATNYA
omelan
TAK TERHINGGA



LUMPIA BIHUN SEADANYA



LUMPIA BIHUN

seadanya

BAHAN - BAHAN YANG DIPERLUKAN

Apa aja yang ada di dapur: campur, masak.
Namanya juga seadanya.
Gak ding, bercanda.

12-15 lembar kulit lumpia siap pakai,
pokoknya seadanya.
1/2 keping bihun, rebus atau seduh air panas.
wortel serut seadanya.
50 gram ayam cincang atau seadanya.
1 batang daun bawang.
3 siung bawang putih haluskan.
1 sendok makan kecap asin.
Garam, merica, gula pasir secukupnya.
Minyak goreng seadanya.
Perekat: terigu yang dilarutkan sedikit air.

CARA MEMBUAT

1. Tumis bawang putih hingga harum, masukkan ayam, aduk hingga berubah warna kemudian masukkan wortel.
2. Masukkan bihun, tambahkan kecap asin, garam, merica dan gula. Aduk rata dan masak hingga wortel lunak. Cicip hingga sesuai selera.
3. Menjelang diangkat masukkan iris daun bawang. Aduk rata, matikan api.
4. Ambil selembar kulit lumpia, beri isian dan lipat sambil dipadatkan. Beri perekat, lakukan hingga habis.
5. Panaskan minyak, goreng hingga matang berwarna kecokelatan. Angkat dan tiriskan.

