

Resep ini merupakan kumpulan copy paste resep dari blog, milis mpasirumahan dan narasumber lainnya dengan editan yang aku sesuaikan untuk usia Ganessa.

TIM KENTANG AYAM KEJU

Bahan :

100 gr kentang, potong dadu kecil
250 cc air
25 gr daging ayam
25 gr tahu, potong kecil
25 wortel, parut kasar
10 gr keju parut

Cara membuat :

1. Rebus kentang dengan air bersama daging ayam dan tahu sampai matang.
2. Masukkan tomat dan wortel, masak hingga sayuran matang.
3. Masukkan keju parut, aduk sebentar, angkat.

TIM MAKARONI

Bahan :

25 gr makaroni
250 cc air
25 gr daging giling
25 gr tahu, potong kecil
25 gr wortel, parut kasar
10 gr keju parut

Cara membuat :

1. Rebus makaroni bersama dengan air, daging giling dan tahu sampai semua matang.
2. Masukkan wortel dan tomat, masak sampai sayuran matang. Angkat.
3. Tempatkan dalam wadah, taburi atasnya dengan keju parut.

TIM MIE AYAM

Bahan :

50 gr mi kering
250 cc kaldu
25 gr daging ayam
25 gr bayam merah
1 kuning telur
10 gr keju parut

Cara membuat :

1. Rebus mie dengan kaldu dan daging ayan hingga matang.
2. Masukkan buncis dan tomat, masak sampai sayuran matang.
3. Masukkan kuning telur dan keju parut, masak sebentar sambil diaduk rata. Angkat

TIM ROTI ISI GURAME

Bahan :

40 gr roti tawar, cabik-cabik
250 cc kaldu ayam
25 gr daging ikan gurame
50 gr tahu
25 gr bayam
1 sdt unsalted butter

Cara membuat :

1. Rebus roti dengan kaldu, daging ikan, dan tahu hingga daging matang.
2. Masukkan tomat dan buncis, masak hingga sayuran matang.
3. Tambahkan kecap manis dan margarin/mentega. Aduk rata. Angkat.

TIM HAVERMOUT ISI AYAM

Bahan :

25 gr havermouth
250 cc air
25 gr daging ayam giling
50 gr tahu, potong kecil
25 gr tomat
25 gr daun bayam, iris kasar
1 sdt margarin/mentega

Cara membuat :

1. Rebus havermouth dgn air, daging giling dan tahu sambil terus diaduk hingga menjadi bubur.
2. Masukkan daun bayam dan tomat, masak sampai sayuran matang
3. Masukkan margarin. Aduk rata. Angkat.

TIM TEMPE BROKOLI

Bahan:

40 gr beras
40 gr tempe, rebus, haluskan
50 brokoli, cacah halus
500 cc kaldu ayam

Cara Membuat:

-Masak beras dalam 250 cc kaldu hingga setengah matang. Angkat. Tambahkan bahan lain dan sisa kaldu, kecuali brokoli, aduk rata.
-Taruh di mangkuk tahan panas dan tim (rebus dalam panci yang lebih besar yang berisi air).
-Sejenak sebelum diangkat, tambahkan potongan brokoli. Teruskan menyetim hingga matang. Sajikan selagi hangat.

TIM HAVERMOUT ISI KEJU

Bahan :

25 gr havermouth
250 cc ASIP/Sufor
25 gr daun kangkung, iris kasar
25 gr daun bayam, iris kasar
1 kuning telur
10 gr keju parut

Cara membuat :

- Rebus havermouth dengan susu sambil terus diaduk hingga menjadi bubur.
- Masukkan kangkung, masak sampai sayuran matang
- Masukkan kuning telur dan keju. Masak sebentar sambil diaduk rata Angkat.

TIM IKAN ISI WORTEL

Bahan:

50 gr bawal/gurame, haluskan
50 gr wortel, parut kasar
100 gr labu kuning, parut kasar
100 gr kentang, parut kasar
1 butir telur
25 gr keju parut
50 cc kaldu sayuran (secukupnya)

Cara Membuat:

- Campur semua bahan, kecuali keju, lalu aduk hingga rata.
- Bagi dua dan taruh dalam mangkuk tahan panas yang telah diolesi margarin, taburi keju, dan tutup dengan kertas aluminium.
- Taruh di wadah tahan panas yang lebih besar dan isi dengan sedikit air. Panggang di oven hingga matang.

MAKARONI SAUS KEJU

Bahan:

2 sdm makaroni
1 ½ cangkir kaldu ayam
1 sdm keju parut
2 sdm labu parang parut
1 butir kuning telur, haluskan
Bawang bombay secukupnya, cincang halus

Cara membuat:

Masak makaroni dengan 1 cangkir kaldu ayam hingga matang, haluskan, sisihkan
Saus keju:
Tumis bawang bombay dengan 2 sdm kaldu ayam sampai layu dan wangi
Masukkan ½ cangkir kaldu ayam, labu parang, dan keju, aduk rata dan masak hingga kental
Masukkan kuning telur, aduk rata, angkat. Sajikan makaroni saring dengan saus keju.

TAHU IKAN PATIN

Bahan:

1 potong tahu putih (+uk 4 x 9 cm)
1 potong ikan patin
Daun bawang cincang halus
Bawang bombay cincang halus
2 cangkir air matang
1 potong kecil jahe, memarkan

Cara membuat:

Rebus ikan patin, tahu, daun bawang dan bawang bombay
Setelah matang, angkat tahu dan ikan patin, haluskan, campur, aduk rata, siram dengan kuah ikan
Sajikan hangat.

- Jenis Tahu disesuaikan dengan si anak yah, soalnya bita gak suka tahu putih biasa, jadi pake tahu sutra deh..

SUP DUA KACANG HIJAU

Bahan

1 liter air
150 gr daging potong kecil-kecil
150gr kacang hijau, cuci, tiriskan
1 sdm unsalted butter
10 gram bawang bombay, cincang halus
1 batang daun bawang,iris kasar
100 gr wortel, potong kecil
60 ml ASIP/Sufor
½ sdt pala bubuk
100 gram kacang polong
Keju parut secukupnya

Cara Membuat :

- Didihkan air, rebus daging hingga hampir lunak.
- Masukkan kacang hijau, rebus hingga kacang hijau merekah dan lunak.
- Tumis bawang Bombay dan daun bawang hingga layu. Angkat, tuangkan ke dalam rebusan kacang dan daging.
- Tambahkan wortel, bumbu dan kacang polong. Rebus terus hingga semuanya lunak.
- Angkat, taburi keju parut sajikan hangat

Tips :

- Jika ingin lebih cepat empuk, rendam kacang hijau kering selama 1-2 jam lalu tiriskan. Jangan lupa, buang kacang yang rusak atau busuk yang mengapung.

BUBUR ROTI PISANG KEJU

Bahan

1 lbr roti gandum
1 cangkir ASIP /SuFor
½ potong pisang sunpride
Keju parut secukupnya

Cara bikin:

Masak semua bahan kecuali keju parut aduk rata selama kurleb 3 menit, angkat taburkan keju parut di atasnya

TUMIS BAYAM DAGING

Bahan:

10 lembar bayam, cincang halus
2 sdm daging rebus cincang
1 sdt bawang bombay cincang halus
Unsalted butter untuk menumis
Keju parut secukupnya

Cara membuat:

Tumis bawang bombay hingga wangi dan layu, masukkan bayam aduk rata, tambahkan 3 sdm air matang, masukkan daging cincang, aduk rata hingga bayam lemas. Angkat. Sajikan dengan bubur beras yang dimasak dengan kaldu daging dan taburi keju parut.

SUP IKAN TAHU SUTRA

Bahan :

½ lembar fillet gurame/bawal
2 potong tahu sutra
1 ruas jahe-cincang
1 lembar daun salam
½ siung bawang putih-cincang
Air secukupnya

Cara membuat:

-Cuci bersih ikan, lumuri dengan jahe. Diamkan beberapa saat kira-kira 10 menit kemudian potong kecil-kecil atau diblender.

-Masak dengan satu cangkir air, daun salam dan bawang putih. Setelah matang masukkan tahu sutra yang sudah dipotong kecil-kecil. Didihkan sekali lagi. Angkat. Sajikan hangat.

SETUP MAKARONI

Bahan:

- 2 sdm makaroni
- 1 sdm mentega tawar (unsalted butter)
- 2 butir bawang merah iris tipis/parut
- 2 butir bawang putih iris tipis/parut
- 20 gr daging sapi cincang
- 100 ml kaldu sapi
- 2 sdm keju parut
- 1 sdm peterseli/seledri iris halus
- 2 sdm oatmeal halus dicairkan dengan 50 ml air matang (resep aslinya pake susu bubuk)

Cara membuat:

Didihkan air , rebus makaroni hingga matang dan empuk benar. Tiriskan, haluskan, sisihkan.

Panaskan unsalted buter, tumis bawang merah dan bawang putih hingga harum. Masukkan daging, aduk hingga matang dan berubah warna.

Tuang oatmeal cair dan kaldu, didihkan.

Masukkan makaroni, aduk rata, angkat. Tambahkan keju parut dan peterseli cincang, aduk rata.

ORAK-ARIK TAHU (dari smartnwise.wordpress.com)

Bahan:

- 1/2 tahu putih besar, hancurkan
- 1 siung bawang putih, cincang
- 1 batang daun bawang, iris halus
- 1 buah wortel kukus, cincang halus
- 2 butir kuning telur, kocok lepas
- unsalted butter ntuk menumis
- 1 sdt keju parut

cara membuat:

1. tumis bwang putih dan daun bawang hingga harum, masukkan wortel dan tahu, aduk aduk hingga matang Tuang telur, acak rata. Beri parutan keju di atas piring saji.

SCHOTEL UBI NANO-NANO (Resep dari Jeung Ira)

Bahan:

1 kg ubi Jepang, dikukus hingga matang, kupas kulitnya, lalu haluskan
Kismis sesuai selera, dicincang
Keju cheddar sesuai selera, diparut
3 kuning telur ayam kampung mentah
3 sdm unsalted butter, diamkan dalam suhu ruang (atau kalo pake yg kotak-kotak kecil, 3 kotak ya)
150 ml air matang (cuma buat bikin adonan agak cair koq. Untuk di atas 1 yo, bisa dipake susu UHT plain)

Cara membuat:

-Campurkan ubi halus, kismis, butter, keju parut, air/susu dan kuning telur. Aduk-aduk hingga rata (lebih afdol pake tangan :-D)
-Masukkan adonan ke dalam mangkok aluminium kecil-kecil atau piringan tahan panas yg sebelumnya sudah dipoles mentega tipis-tipis.
-Taburi dengan parutan keju lagi (kalau suka).
-Kukus/panggang hingga matang (+/- 15 menit).