

Sebenarnya gak ada resep yang khusus diperuntukkan untuk usia 11 bulan karena sejak usia 10 bulan – 12 bulan pengenalan makanannya sama. Ini hanyalah kumpulan resep yang dibrowsing dan dicopy paste baru dipraktekan saat mencari variasi menu Ganesh untuk usia 11 bulan...

### ☀️ PANCAKE UBI KEJU

Resep dari member milis mpasirumahan Inta mama Bitu

#### Bahan:

½ potong ubi merah, kukus dan haluskan  
2 sdm tepung terigu  
1 butir kuning telur  
100 ml air kaldu ayam (kurang lebih)  
2 sdm keju parut  
1 sdm mentega cair

#### Cara membuatnya:

Campurkan semua bahan, masukkan air kaldu terakhir sedikit demi sedikit hingga tekstur adonan tidak terlalu kental, tidak terlalu encer. Panaskan wajan dadar mini, masak pancake hingga kedua sisi matang. Sajikan hangat

Note : ubi bisa diganti kentang

### ☀️ SOP LEMBUT AYAM KABUCHA

Resep dari empunya milis mpasirumahan Depe emaknya Azwa

Sop ini dibuat menggunakan ESC atau kompor biasa. Dan kalo anaknya udah mulai pingin megang-megang, bisa disajikan dengan roti tawar yang ditost. Pertama kali dicobain ke Azwa..dia makan semangkok full.

#### Bahan:

200 gram labu kabucha/labu parang yang matang (pilih yang kuning-orange) kupas kulit dan potong kotak  
50 gram daging ayam potong kotak  
1 batang daun bawang dan seledri diikat jadi Satu  
300 ml air matang  
50 gram keju parut

#### Cara membuat

ESC : Masukkan semua bahan kecuali keju parut dalam ESC. Masak di Low selama 5 jam. Angkat daun bawang-seledrinya. Tambahkan keju parut. Sajikan hangat

Kompor biasa: taruh semua bahan di panci yang cukup tebal, lalu masak dengan api kecil dan panic tertutup hingga labu lembut dan daging empuk. Buang daun bawang-seledrinya. Tambahkan keju parut sebelum disajikan.

## ☀ PUDING ROTI TEMPE

Resep dari member milis mpasirumahan

### Bahan

2 lembar roti, potong kotak kira<sup>2</sup> 2cm  
Tempe kira<sup>2</sup> 2 potong kecil, iris halus  
Tomat cerry, potong kasar,  
Keju cheddar diamond kira<sup>2</sup> 5cm, parut  
Kuning telur ayam kampung, kocok ditambah bubuk kayu manis  
Pisang kira<sup>2</sup> 5cm, iris

### Cara membuat

Siapkan mangkuk alumunium, masukan roti paling bawah, pisang, tempe, tomat, keju, ulang sampe bahan habis, terakhir siram pake telur kayu manisnya.  
Panaskan panci kukusan, kukus deh ampe ngembang banget.

## ☀ MIE TELOR SAYUR KEJU

Resep dari member milis mpasirumahan Sitha Bundanya Ayya

### Bahan :

mi telur  
sayur-mayur warna-warni (wortel/brokoli/buncis/zucchini/bayam/kangkung ato yg ada di kulkas deh)  
daging cincang (ayam/sapi)/telor/tahu putih/  
air/kaldu (ayam/sapi)  
bawang putih/bawang bombay  
keju parut  
merica bubuk

### Cara buat :

tumis bawang putih/bombay sampe harum, masukin air/kaldu. Kalo udah mendidih masukin daging cincang sampe mateng/mendidih lg & agak2 juicy. Stl daging mateng, masukin merica (secukupnya) & sayur2an (biasanya aku sih pake 2-3 macem sayuran) berturut2 dr sayuran yg teksturnya keras (misalnya wortel) sampe lembut (misalnya zucchini/bayam). Masak sampe setengah mateng terakhir masukin mi telur, masak sebentar sambil dikasih parutan keju. Matiin kompor.....tarrrrraaaaaaa.....jadi deh.

## ☀️ NASI KUKUS SAYURAN

Resep dari nestle, dimodif dikit..

### Bahan

100 gram beras, cuci dan tiriskan  
1 sdm unsalted butter  
¼ buah bawang Bombay, cincang halus  
2 siung putih, cincang halus  
100 gr ayam giling  
150 ml air  
50 gr kacang polong  
1 buah wortel, potong dadu kecil  
1 sdm seledri cincang halus

### Cara Membuat

Panaskan unsalted butter, tumis bawang Bombay dan bawang putih hingga harum, masukkan ayam giling dan beras aduk rata  
Tuangi air, aduk rata hingga air habis, masukkan kacang polong, wortel, seledri, aduk rata  
Masukkan campuran nasi ke dalam mangkuk tahan panas lalu kukus hingga matang. Angkat

## ☀️ LABU KEJU

Resep cemilan dari empunya milis mpasirumahan Depe emaknya Azwa

### Bahan:

300 gr labu kabucha/parang kuning, biarkan kulitnya lalu dipotong kotak besar seperti bikin kolak  
Keju cheddar parut

### Cara membuat

Kukus labu sampai empuk, setelah matang langsung taburi dengan keju parut  
Kalau mau lebih sensasional, lanunya taro di loyan rata yang udah dioles margarine trus atasnya ditabur campuran keju mozzarella dan cheddar (banyakin mozarellanya) terus dipanggang dengan api kecil selama 20 menit.

## ☀ ES ROTI RASA BUAH

Resep dari empunya milis mpasirumahan Depe emaknya Azwa

### Bahan:

1 Bungkus tepung Hunkwe (hunkue) plain

500 ml sari buah jeruk/pir/apel/lainnya.

(sari buah bisa dibuat sendiri dirumah, caranya buah diblender lalu disaring pakai kain muslin atau pakai aja juicer)

100 ml air masak

### Cara membuat:

Campur semua bahan jadi satu di panci, jangan sampai ada yang 'nggrendel' yah.

Panaskan di atas kompor dengan api kecil sambil diaduk terus sampai mendidih dan mengental.

tuang ke wadah/loyang, dinginkan di lemari es. kalo udah dingin, potong kecil-kecil sebesar genggam bayi, bungkus clingwrap lalu bekukan di freezer. Kalo udah beku, teksturnya jadi seperti roti basah yang dibekukan.. tapi ini lebih lembuuut.

## ☀ SOP SALMON

Resep :member milis mpasirumahan Margaret emaknya Ayska

### Bahan:

- 30gr salmon cincang (lepaskan kulitnya sebagai kaldu)
- 50gr apel malang manalagi, parut kasar
- 40gr tomat, parut
- 1 bh bawang putih, haluskan
- 1 siung bawang merah, haluskan
- ¼ batang daun bawang, iris halus
- ½ ruas jari jahe, keprek
- ½ ruas jari lengkuas, keprek
- 1 lembar daun salam
- 1 lembar daun jeruk utuh (gak usah diambil tulangnya)
- ½ sdt keju parut
- 150 cc air

### Cara membuat:

Panaskan air, masukkan kulit salmon, bawang merah+putih, jahe, lengkuas, daun jeruk & daun salam, rebus sampai mendidih.

Masukkan salmon sampai berubah warna.

Masukkan apel & tomat, keju serta daun bawang.

Masak sampai air tinggal sedikit, angkat kulit salmon (kalo anaknya doyan ya gak usah dibuang..hehehe).

Angkat, sajikan hangat.

## ☀️ GARLIC BREAD

Dari milis mpasirumahan

### Bahan

roti tawar potong segitiga  
Unsalted butter  
bawang putih (sedikit saja), haluskan  
keju/basil/oregano (optional)

### Cara buat:

aduk butter dgn bawang putih, oleskan tipis ke 2 sisi roti  
tabur parutan keju, basil, atau oregano bila suka  
panggang/masukkan toaster/goreng tanpa minyak  
angkat begitu keemasan  
Tips: bawang putihnya dikit aja, nanti pahit.

## ☀️ BOLA TAHU SALUT KEJU

Resep dari Mother & baby edisi November 2008 tapi di modif yaa

### Bahan:

250 gr tahu putih, haluskan  
100 gr daging ayam cincang  
1 sdm daun bawang iris halus  
4 dm tepung terigu  
1 kuning telur ayam, kocok lepas  
½ sdt garam (optional)  
¼ sdt merica bubuk  
Mentega untuk menggoreng

### Topping:

2sdm mentega  
150 gr keju cheddar parut memanjang

### Cara membuat:

1. Campur tahu, ayam, daun bawang, tepung telur garam dan merica, aduk hingga rata. Bentuk bola-bola sebesar bola pingpong.
2. Goreng bola tahu dalam minyak panas diatas api sedang hingga matang, angkat, tiriskan.
3. Oles bola tahu dengan mentega, gulingkan diatas keju parut hingga tersalut rata, sajikan segera.

## ☀️ PANCAKE

Resep dari : member milis mpasirumahan VB Bhubunnya Khai

### Bahan :

A - campur jadi satu  
375 ml Yoghurt Plain  
3 butir kuning telur ayam kampung  
1 sdm butter cair (dipanaskan)

### B

400gr tepung terigu (klo dah setaun bole kali ditambah baking powder 1sdt biar ngembang)

### C - kocok sampai kaku

2 butir putih telur ayam kampung

### Cara membuat:

Setelah bahan A tercampur rata, masukkan bahan B (tepung terigu) aduk rata, setelah tercampur rata masukkan putih telur yg telah dikocok hingga kaku. Setelah semua tercampur diamkan kurang lebih 15 menit kemudian panggang di wajan. Jika menggunakan penggorengan biasa, oles butter sedikit sebelum dituang, jika menggunakan teflon, cukup panasi teflon - gunakan api kecil- lalu tuang adonan.

Jika permukaan atas sudah berlubang dan kering, balik pancake -Gunakan sendok makan atau sumpit kayu untuk menghindari goresan pada teflon.

## ☀️ SUP TOMAT

Resep dari member milis mpasirumahan Mbak Inta mamanya Bitu

### Bahan:

2 bh tomat, cuci, kupas, blender halus, saring (sebelum diproses tomat sebaiknya direbus/siram dengan air panas dan dikupas kulitnya) – tx to mba depe bt pencerahannya  
1 cangkir air matang  
2 sdm daging ayam cincang  
Daun bawang cincang halus  
1 sdm oatmeal halus sebagai pengental

### Cara membuat:

Masak ayam dengan 1 cangkir air matang dan daun bawang cincang

Setelah ayam matang, masukkan tomat dan oatmeal aduk2 hingga matang. Sajikan

Note: Oatmeal di grinder dahulu sampai halus (kalau rajin bisa diayak sebelum dipakai)

## ☀️ MAKARONI BAKAR DAGING KEJU

250 g macaroni elbow kering, rebus hingga lunak  
1 sdm unsalted Butter  
20 g bawang Bombay, cincang halus  
1 siung bawang putih, cincang  
75 g jamur kancing, cincang  
1 sdm tepung terigu  
250 ml ASIP / Sufor  
75 g daging giling  
50 g keju Cheddar parut  
Kaldu secukupnya  
2 butir kuning telur ayam, kocok  
**Taburan:**  
50 g keju Cheddar parut

### Cara Membuat :

- Siapkan mangkuk-mangkuk aluminium kecil, semir dengan unsalted butter. Sisihkan.
- Tumis bawang Bombay dan bawang putih hingga layu dan harum.
- Masukkan jamur, aduk hingga layu.
- Taburi tepung terigu, aduk hingga rata.
- Tuangi susu, aduk dan didihkan hingga kental.
- Masukkan kaldu daging, macaroni, daging giling, keju, dan kuning telur, aduk hingga kental. Angkat.
- Tuangkan adonan macaroni ke dalam mangkuk-mangkuk aluminium, taburi keju parut.
- Panggang dalam oven panas 180 C selama 30 menit.
- Angkat, sajikan hangat

## ☀️ TIM TAHU BUMBU TOMAT

Resep dari member milis mpasirumahan Inta mamanya Bitu

### Bahan:

Tahu putih secukupnya haluskan  
2 sdm fillet ayam cincang  
Dua ruas jari wortel parut  
Keju parut secukupnya  
1 sdm Bumbu tomat

### Cara membuat:

Campur semua bahan, taro di pinggan tahan panas, kukus hingga matang. Beres deh...

## ☀ KENTANG TAHU BAYAM

Resep dari member mpasi rumahan Margaret, emaknya Ayska yang diikutsertakan pada tantangan MHK Desember 2009

### Bahan

100 gram kentang, haluskan  
30 gram beef in gravy (daging yang dimasak menjadi kaldu kental)  
25 gram bayam, seduh sebentar di air panas, cincang halus  
25 gram tahu, kukus, haluskan  
1 sdm bawang Bombay cincang  
30 cc kaldu  
½ butir telur ayam

### Saus

1 sdm unsalted butter (margarine nya gw ganti butter)  
1 sdm bawang Bombay cincang  
30 gram beef in gravy  
125 cc air  
1 sdt tepung maizena larutkan dengan sedikit air

### Cara membuat

1. Campur kentang dengan beef in gravy dan kaldu, Aduk rata. Sisihkan
2. Campur bayam, bawang Bombay, tahu dan telur
3. Siapkan wadah/cetakan tahan panas. Masukkan ½ bagian adonan kentang, ratakan. Masukkan adonan bayam dan teman2nya, ratakan di atas kentang Tutup lagi dengan sisa adonan kentang
4. panggang selama 20 menit dalam oven bersuhu 180° C hingga matang. Angkat

### Saus

Panaskan unsalted butter, tumis bawang Bombay hingga wangi, Masukkan beef in gravy, aduk rata. Tuangi air sambil terus diaduk sampai mendidih. Masukkan larutan tepung maizena. Aduk rata. Angkat



## ☀ SUP BOLA-BOLA TAHU SAYURAN

Resep : nestle, dimodif dikit

### Bahan

200 gram tahu putih, haluskan  
50 gram bayam, iris halus  
1 batang daun bawang, iris halus  
3 sdm sagu  
1 liter air untuk merebus

Sup:

1 siung bawang putih, memarkan  
1 buah wortel, potong dadu kecil

### Cara membuat

Bola-bola : Campur tahu putih bayam, daging giling, daun bawang, sagu aduk hingga rata  
Ambil sedikit adonan, bulatkan. Didihkan air, masukkan bola-bola, pasang hingga terapung dan matang. Angkat dan tiriskan  
Didihkan air untuk merebus bola-bola, masukkan bawang putih dan wortel, masak hingga wortel matang  
Masukkan bola-bola aduk sebentar. Angkat, sajikan hangat

## ☀ MASHED POTATO SAUS JAGUNG

Resep : member milis mpasirumahan Echie Bunda Kakang

### Bahan

1 buah kentang, potong kotak<sup>2</sup> kecil  
10 gram daging giling  
½ buah wortel, iris tipis  
1 btg daun bawang  
1 btg seledri  
1 siung bawang putih  
5 gram keju, parut  
½ buah tomat, kupas, iris halus  
500ml air matang,  
2 sdm gasol tepung jagung

### Cara membuat:

Didihkan 250ml air, masukan kentang, wortel, daging giling masak sampai semua bahan empuk sampai bisa dimenyek<sup>2</sup> \*halah apa ya bahasa manusianya, diancurin gt deh\*, tiriskan.

Buat saus :

Didihkan 250ml air, masukan gasol tepung jagung, bawang putih, bawang daun dan seledri, aduk. Terakhir masukan tomat dan keju, aduk rata sampai asat, tapi tetep sedikit encer menuju kental. Tuang saus ke kentang yg telah dilumatkan.

*[Http://lafamilledewijaya.blogspot.com](http://lafamilledewijaya.blogspot.com)*

## ☀️ PASTA LAPIS AYAM SAYURAN

Resep dari Nestle, dimodif dikit

### Bahan

1 sdm unsalted Butter  
¼ buah bawang Bombay, cincang halus  
2 siung bawang putih, cincang halus  
100 gr ayam giling  
1 sdm kacang polong  
1 sdm jagung manis  
1 sdm tepung terigu  
150 ml air hangat  
1 sdm seledri cincang  
10 lembar lasagna, rebus hingga lembut, tiriskan  
100 gr keju parut

### Cara Membuat

Panaskan unsalted butter, tumis bawang Bombay dan bawang putih hingga harum, masukkan ayam giling masak hingga berubah warna. Tambahkan kacang polong dan jagung aduk rata  
Tambahkan tepung terigu, aduk rata hingga semua matang  
Di luar api, masukkan seledri lalu aduk rata  
Siapkan lasagna lalu beri tumisan ayam, ratakan dan taburi keju parut lapis kembali dengan lasagna, lakukan hingga selesai

## ☀️ BUBUR SUSU AYAM

Resep : nestle, dimodif dikit

Bahan:

120 gram kaldu ayam  
4 sdm SuFor  
20 gram daun bayam merah, rebus, cincang halus  
1 sdt kacang hijau rebus

Cara membuat

Aduk Sufor dengan kaldu ayam  
Tambahkan daun bayam dan kacang hijau  
Sajikan segera

Tips:

Daun bayam merah agak kasar dan liat karena itu rebus hingga benar-benar lunak  
Jika mau, air perebusnya bisa dipakai untuk melarutkan bubu

*[Http://lafamilledewijaya.blogspot.com](http://lafamilledewijaya.blogspot.com)*

## ☀ SUP JAGUNG BOLA WORTEL

Resep : nestle, dimodif dikit

### Bahan

1sdm unsalted butter  
20gram bawang Bombay, cincang halus  
2 buah jagung manis parut  
1 sdm daun bawang  
2 sdm kacang polong beku

### Bola Wortel

100 gram daging ayam cincang  
100 gram wortel serut halus  
1 kuning telur ayam  
2 sdm tepung terigu  
Air kaldu secukupnya

### Cara membuat

Bola wortel : Bentuk adonan menjadi kecil-kecil  
Tumis bawang Bombay hingga bening  
Masukkan jagung parut, air kaldu dan daun bawang. Didihkan  
Masukkan bola wortel, masak hingga mengapung  
Tambahkan kacang polong  
Sajikan hangat  
Tips:  
Pilih jagung manis yang cukup tua sehingga rasa sup lebih legit  
Bola wortel bisa direbus terpisah dalam air mendidih. Tambahkan ke dalam sup saat akan disajikan.

## ☀ NASI PANGGANG DAGING

Resep : nestle, dimodif dikit

### Bahan:

2 sdm unsalted butter  
1 siung bawang merah, cincang kasar  
100 gram daging sapi cincang  
3 buah jamur kancing, iris tipis  
2 sdm tepung terigu  
100 ml air  
½ sdt merica hitam bubuk  
250 g nasi pulen  
75 g keju Cheddar parut

### **Taburan:**

1 sdt daun peterseli cincang halus  
1 sdm keju Parmesan parut

*[Http://lafamilledewijaya.blogspot.com](http://lafamilledewijaya.blogspot.com)*

Tumis bawang Bombay dan bawang putih hingga kuning dan layu.

Tambahkan daging sapi, aduk hingga berubah warna dan kering.

Masukkan jamur, aduk hingga layu.

Taburi tepung terigu, aduk hingga rata.

Masukkan nasi, aduk rata dan didihkan hingga kering.

Angkat. Tambahkan keju, aduk rata.

Taruh dalam pinggan tahan panas. Panggang dalam oven panas 180 C selama 20 menit.

Angkat. Taburi bahan Taburan. Sajikan hangat.

#### **Tips :**

Jika tak ingin rasa keju dan nasi yang agak kering, tutup pinggan dengan kertas aluminium saat dipanggang.

Nasi panggang ini bisa dibuat sekaligus beberapa porsi. Tutup wadah dengan palstik atau kertas aluminium dan simpan dalam lemari es.

Panggang sebentar dalam oven saat akan disajikan.

#### **MAKARONI SAUS HIJAU**

Resep dari ownernya milis mpasirumahan, Depe Zahrial emaknya Azwa.

Bahan:

40 gram makaroni rebus hingga al-dente, jangan kematengan, tiriskan Daun bayam segenggam, cacah halus

2 sdm keju parut

3 sdm susu bubuk

100 ml air matang

1 siung bawang putih diiris halus

1 sdt unsalted butter / minyak zaitun untuk menumis

Cara membuat:

Saus

Panaskan butter/minyak zaitun, tumis bawang putih hingga harum. Masukkan bayam tumis sebentar. Masukkan air dan susu bubuk. Aduk-aduk sebentar sebelum dimasukkan keju. Masak hingga bayam matang.

Sajika dengan cara mencampurkan dengan makaroni atau dipisah.

## ☀️ NASI JAGUNG MANIS

Resep : nestle, dimodif dikit

### Bahan

1 sdt unsalted Butter  
1 siung bawang putih, cincang halus  
30 gram jagung manis, serut halus  
20 gram tempe, cincang kasar  
30 gram wortel, cincang kasar  
¼ sdt merica bubuk  
¼ sdt garam  
100 gram beras, cuci dan tiriskan  
150 ml kaldu

### Cara Membuat

Lelehkan mentega, tumis bawang putih dan masukkan daging cincang  
Masukkan jagung manis  
Masukkan wortel  
Masukkan tempe  
Masukkan beras dan kaldu, aduk rata sampai air menguap hilang  
Kukus selama 30-40 menit