

Remas.nu

Tumis Pare Tetelan Sapi

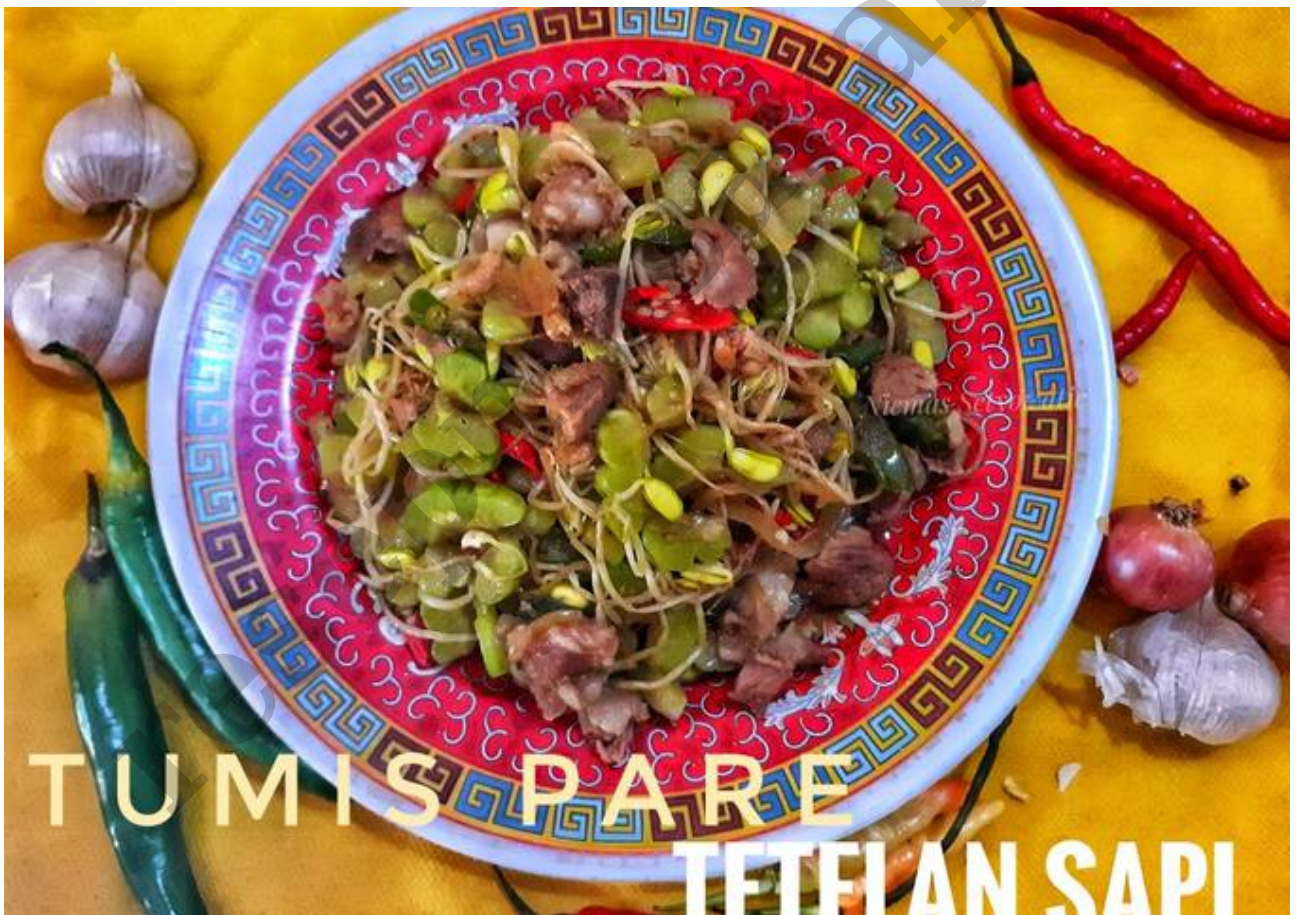
~ Niemas Setyowatie ~

Selalu bahagia kalau masak sayur dengan bahan pare. Walaupun rasanya pait tp ku cinta. ahahahaha. Spesial dipadukan dengan tetelan sapi yang bikin masakan semakin nyammyyy...

#cookpadcommunity_solo

#Homecooking

#dapurniemoe



~ [Info Selengkapnya](#) ~

Bahan-bahan

- **1 buah** pare uk besar (potong sesuai selera, taburi garam dan remas-remas secukupnya agar rasanya tidak terlalu pahit, lalu bilas dengan air bersih. Tiriskan)
- **250 gr** Tetelan sapi (rebus hingga setengah empuk buang airnya, lalu ganti dengan air yang baru, rebus kembali hingga empuk-lalu potong sesuai selera)
- **Secukupnya** toge kedelai
- **Secukupnya** Ebi (rendam air hangat)
- **Secukupnya** Kecap manis
- **Secukupnya** air kaldu (aku ambil dri air rebusan tetelan sapi)
- **Secukupnya** margarin/minyak untuk menumis

- **Bumbu - Bumbu :**
 - **1/4 Potong** Bawang Bombai (iris memanjang)
 - **3 Siung** Bawang Merah (iris tipis)
 - **3 siung** bawang Putih (iris tipis)
 - **4 buah** Cabai Hijau besar (iris serong)
 - **3 buah** Cabai merah besar (iris serong)
 - **5 buah** cabai rawit (optional - iris serong)
 - **2 Lembar** daun salam
 - **1 ruas** Lengkuas (geprek)
 - **Secukupnya** garam, merica bubuk, dan kaldu bubuk (aku pakai kaldu jamur)

Langkah-langkah pembuatan

- Cuci bersih semua bahan sebelum diolah.
- Siapkan semua bahan.





- Panaskan secukupnya minyak/margarin. lalu masukkan bumbu iris (trio bawang, trio cabai, daun salam, Lengkuas dan ebi). Tumis hingga harum.





- Setelah layu, masukkan tetelan yang sudah dipotong-potong. tumis sebentar. kemudian tambahkan secukupnya air kaldu. aduk rata.



- Masukkan toge kedelai dan pare. Aduk hingga tercampur rata.

resepmas



- Tambahkan garam, merica, kaldu bubuk dan kecap manis. Aduk rata. lalu koreksi rasa.

resepmas



- Masak hingga matang. Angkat dan Sajikan.



Resep-resep Terkait

- [Kue Apem Kukus Gula Merah](#)



- [MPASI #9months : Bubur Ayam Kampung](#)



- [Gulai Daun Singkong with Iga Sapi](#)



- [Rawon \(khas Jawa Timur\)](#)

