



Terong Balado Ikan Teri

Bahan-bahan

- 300 gr terong ungu, potong ukuran jempol
- 40 gr ikan teri asin besar, goreng terpisah tidak terlalu kering
- 5 buah cabai merah keriting untuk bahan sambal balado
- 3 buah cabai rawit merah, bisa tambah sesuai selera untuk bahan sambal balado
- 4 siung bawang merah untuk bahan sambal balado
- 3 siung bawang putih untuk bahan sambal balado
- 1 buah tomat untuk bahan sambal balado
- 0.5 sdt lada untuk bahan bumbu balado
- 1.5 sdm gula merah untuk bahan bumbu balado
- 1.5 sdt Maggi Magic Lezat Rasa Ayam untuk bahan bumbu balado
- 0.5 sdt terasi untuk bahan bumbu balado
- 1 sdm minyak goreng segar untuk bahan bumbu balado

Cara Membuat

1. Tumis atau oseng terong dengan sedikit minyak sampai matang, tapi tidak terlalu layu. Sisihkan.
2. Haluskan bawang merah, bawang putih, dan tomat, kemudian tumis. Masukkan terasi, masak sampai wangi.
3. Masukkan lada, gula merah, dan Maggi Magic Lezat Rasa Ayam. Aduk rata, kemudian masukkan terong dan ikan teri.
4. Aduk rata, lalu angkat

Nutrisi

Karbohidrat	17.19 g
Energi	132.87 kcal
Lemak	5.75 g
Protein	5.24 g

25 Menit

3 Porsi