



Bakso Ayam Sayur

Bahan-bahan

- 500 gr dada ayam fillet
- 2 siung bawang putih, cincang
- 50 gr tepung sagu
- 0.5 sdt merica
- 1 sdt gula
- 1.5 sdm Maggi Magic Lezat Ayam
- 100 gr wortel, parut
- 100 gr Jamur kancing
- 75 gr brokoli
- 50 gr Ayam, tanpa daging
- 4 siung bawang putih
- 1 sdt merica
- 2 batang daun bawang
- 3 batang seledri, ikat
- 5 siung bawang merah
- 2 sdm Maggi Seasoning Cair
- 1 sdm Maggi Magic Lezat Ayam
- 1 sdt gula
- 2 L air
- 250 gr mie kuning basah
- 100 gr sawi hijau
- 100 gr Bakso
- 100 gr tahu
- 2 batang seledri
- 50 gr bawang goreng

Cara Membuat

- Masukkan ayam dan bawang putih ke dalam blender. Blender hingga halus.
- Masukkan tepung sagu, merica, bawang putih cincang, putih telur, es batu, gula, dan Maggi Magic Lezat Rasa Ayam. Haluskan dengan kecepatan tinggi.
- Masukkan adonan ke dalam wadah besar. Bagi adonan bakso menjadi beberapa bagian. Masukkan bakso ke dalam wadah berisi wortel parut, jamur cincang, dan brokoli cincang. Campur hingga merata.
- Olesi tangan dengan minyak, lalu ambil satu sendok adonan bakso kemudian bentuk adonan dengan bantuan mengepalkan telapak tangan dan kemudian sendokkan ke dalam panci berisi air yang sudah mendidih.
- Rebus bakso hingga bakso mengapung. Angkat dan tiriskan.
- Untuk kaldu, rebus semua bahan hingga mendidih, kemudian rebus kembali bakso ke dalam kuah kaldu bakso. Tambahkan tahu bakso dan cuanki, masak hingga mendidih.
- Sajikan dengan mie dan sawi, dan taburi dengan irisan seledri dan bawang goreng.

Nutrisi		30 Menit
Karbohidrat	40.37 g	
Energi	323.57 kcal	
Lemak	5.14 g	5 Porsi
Protein	28.24 g	