



Sup Iga Bakar

Bahan-bahan

- 1 kg Iga Sapi (untuk Iga)
- 1.5 L air
- 2 sdm Kecap manis
- 4 sachet Maggi Blok Rasa Sapi
- 1 lembar Daun salam
- 3 lembar daun salam
- 200 gr kentang, potong wedges, belah 2, rebus, sisihkan (untuk pelengkap)
- 200 gr wortel, potong bulat memanjang, belah 2, rebus, sisihkan (untuk pelengkap)
- 2 batang batang bawang daun, iris (untuk pelengkap)
- 0.5 sdt pala (untuk pelengkap)
- 2 buah cengkeh (untuk pelengkap)
- 1 buah pekak (untuk pelengkap) Kecap manis secukupnya untuk olesan (untuk pelengkap) Bawang goreng untuk taburan (untuk pelengkap)
- 5 sdm kecap manis untuk olesan (untuk pelengkap)
- 2 sdm Bawang goreng untuk taburan (untuk pelengkap)
- 4 siung bawang merah (untuk bumbu halus)
- 3 siung bawang putih (untuk bumbu halus)
- 3 cm lengkuas (untuk bumbu halus)
- 2 cm jahe (untuk bumbu halus)
- 2 butir telur (untuk bahan roti)
- 2 buah cabai merah tanpa biji (untuk bumbu halus)

Cara Membuat

1. Rebus Iga dari air dingin dengan jumlah air selevel dengan iga, lalu setelah itu buang airnya dan bilas iganya.
2. Masukkan kembali iga kedalam panci beserta Maggi Blok Rasa Sapi, pala, cengkeh, pekak, dan bumbu halus, didihka, lalu kecilkan api dan masak hingga iga empuk, kurang lebih 2 jam.
3. Angkat iga, campurkan dengan kecap manis, lalu bakar hingga kecap terkaramelisasi.
4. Siapkan mangkok, lalu isi dengan kentang, wortel dan tomat, tuangkan kuah lalu taburi bawang daun dan bawang goreng.
5. Sajikan.

Nutrisi

45 Menit

Karbohidrat	22.35 g
Energi	487.88 kcal
Lemak	24.09 g
Protein	45.72 g

5 Porsi