



Nila Goreng Sambal Bongkot

Bahan-bahan

- 600 gr ikan nila
- 24 gr minyak goreng
- 4 siung bawang putih
- 1 cm kunyit
- 1 sdm ketumbar
- 1 sachet Maggi Blok Rasa Ayam
- 0.5 sdt Garam
- 10 buah cabai rawit merah, iris
- 1 buah bunga kecombrang, iris tipis
- 8 siung bawang merah, iris tipis
- 1 sdt terasi bakar, hancurkan
- 2 buah Maggi Blok Rasa Ayam
- 3.65 gr Minyak kelapa
- 2 buah jeruk limau

Cara Membuat

1. Haluskan bawang putih, kunyit dan ketumbar menggunakan cobek. Kemudian tambahkan Maggi Blok Rasa Ayam. Aduk hingga merata.
2. Balurkan ke seluruh bagian ikan nila yang sudah dibersihkan, diamkan selama 10 menit hingga meresap, kemudian goreng hingga matang. Tiriskan.
3. Campurkan semua bahan sambal yang sudah diiris, aduk hingga merata. Kemudian tambahkan Maggi Blok Rasa Ayam dan terasi.
4. Panaskan minyak kelapa, kemudian siramkan ke atas campuran sambal, segera aduk hingga sedikit layu. Tambahkan perasan jeruk limau.
5. Sajikan ikan nila yang sudah digoreng dengan sambal bongkot di atasnya.

Nutrisi

Karbohidrat	9.18 g
Energi	250.89 kcal
Lemak	10.07 g
Protein	32.62 g

20 Menit

4 Porsi