



Iga Bakar

Bahan-bahan

- 1 kg Daging sapi muda, daging Australia, iga, daging iga panggang, ramping dan lemak terpisah, mentah
- 2 L Air, botolan, generik
- 1 lembar Bumbu, daun salam
- 1 batang Rumput lemon (serai), mentah
- 4 L Air, botolan, generik
- 2 gr Bumbu, pala, ditumbuk
- 3 butir Bumbu, cengkeh, ditumbuk
- 0.5 sdt Garam, meja
- 1 sdm Maggi Magic Lezat
- 4 cm Akar jahe, mentah
- 1 sdm Bawang merah, mentah
- 0.5 sdt Bumbu, merica, putih
- 1 sdm Kecap kedelai terbuat dari kedelai dan gandum (shoyu), sodium rendah
- 4 sdm Maggi Saus Tiram
- 3 sdm Kecap kedelai terbuat dari kedelai dan gandum (shoyu), sodium rendah
- 2 sdm Mentega, tanpa garam

Cara Membuat

- Siapkan panci, masukkan iga, tuangkan air lalu masukkan daun salam dan serai. Rebus hingga mendidih, setelah itu buang air rebusan pertama.
- Isi kembali panci yang berisi iga dengan 4 liter air, lalu masukkan sisa bahan B lainnya.
- Masak hingga mendidih, setelah itu kecilkan api, masak selama 2 jam atau sampai daging iga empuk.
- Sisihkan iga dari kuah.
- Campurkan semua bahan bumbu bakar, masukkan iga, aduk rata.
- Panggang atau bakar iga sambil sesekali diolesi bumbu bakar.

Nutrisi

45 Menit

Karbohidrat	15.12 g
Energi	612.31 kcal
Lemak	39.8 g
Protein	51.4 g

4