

Senin			
Dried Tahu kedelai Soup dengan Jamur shiitake kering	Tonguesole Goreng	Ayam Rebus dengan Kecao hitam fermentasi	Orak-arik Telur dengan Buncis
Bahan: Jamur shiitake kering 4-6 (direndam dan dibelah) Tahu kedelai kering 2 pcs Langkah: 1. Goreng suwiran jahe sampai harum; tambahkan jamur shiitake kering dan tumis sebentar. 2. Tambahkan air dan didihkan; tambahkan tahu kedelai kering. 3. Bumbui dengan garam.	Bahan: Tonguesole 1 Langkah: 1. Bumbui ikan dengan garam. 2. Goreng irisan jahe sampai harum; goreng ikan sampai kedua sisi keemasan. 3. Hiasi dengan potongan daun bawang dan hidangkan.	Bahan: Ayam utuh 1 Langkah: 1. Goreng jahe dan daun bawang dalam minyak panas sampai harum; tambahkan kaldu super, kecap kedelai encer, kecap kedelai kental dan gula batu dan didihkan. 2. Masukkan ayam utuh; dimasak perlahan-lahan selama 1/2 jam dengan api kecil; rendam selama 15 menit matikan api; angkat ayam; potong-potong dan angkat.	Bahan: Buncis 8 tael Telur ayam 3 Langkah: 1. Cuci buncis dan potong tipis-tipis; tambahkan garam atau kecap kedelai encer ke dalam telur kocok dan campurkan dengan baik. 2. Panaskan minyak dan daging buncis sampai matang; tambahkan telur kocok dan tumis sebentar; angkat dan hidangkan.
Selasa			
Soup dengan Wortel dan Berangan air	Telur Rebus dengan Daging cincang	Sparidae sirip kuning Rebus dengan Mustard yang diawetkan	Kacang Buncis Goreng dengan Acar zaitun dan Daging babi cincang
Bahan: Wortel 1/4 catty (dipotong-potong) Berangan air 1/4 catty (dipotong-potong) Langkah: 1. Didihkan air didalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan dimasak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam dan hidangkan.	Bahan: Telur ayam 3 Daging babi (dicincang) 4 tael Langkah: 1. Cincang dan bumbui air garam daging babi; tambahkan sedikit garam kecap kedelai encer ke dalam telur kocok dan campurkan dengan baik. 2. Pipihkan daging babi di atas piring; tuangkan telur kocok ke atasnya. 3. Rebus sampai matang.	Bahan: Sparidae sirip kuning 1 Langkah: 1. Taruh batang daun bawang dibawah ikan; taruh suwiran jahe dan mustard yang diawetkan di atas ikan. 2. Rebus dengan api besar sampai ikan matang; tuangkan minyak dan kecap kedelai encer dan hidangkan.	Bahan: Daging babi 1/6 catty cincang Kacang buncis 1/2 catty Acar zaitun 1 sendok makan Langkah: 1. Bumbui dalam air garam daging babi cincang; goreng daging babi cincang dalam minyak sampai 80% matang. 2. Tambahkan sisa bahan dan tumis sampai matang; tambahkan bumbu dan hidangkan.
Rabu			
Sup Burung dara kukus dengan Bubur lengkung kering dan Yam Cina	Suwiran Daging sapi dengan Wortel dan Jamur shiitake kering	Orak-arik Telur dengan Daging babi bakar	Terong ungu Rebus dengan Bawang putih dan Cumi-cumi
Bahan: Burung dara 1 Buah klengkeng kering 2 tael Yam cina 2 tael Langkah: 1. Tempatkan seluruh bahan ke dalam panci rebus termasuk 1 irisan jahe; tambahkan air. 2. Rebus selama 2 & 1/2 jam dengan api kecil; bumbui dengan garam dan hidangkan.	Bahan: Daging sapi (disuwir) 4 tael Jamur shiitake kering 3 tael Wortel (disuwir) 4 tael Langkah: 1. Rebus wortel dan jamur shiitake kering dalam kaldu super sampai matang; angkat dan sisihkan. 2. Bumbui daging sapi dan tumis dengan suwiran jahe sampai matang. 3. Tempatkan daging sapi di atas wortel dan jamur shiitake kering dan hidangkan.	Bahan: Daging babi bakar 2/3 catty (dipotong dadu) Telur ayam 3 Langkah: 1. Goreng suwiran jahe sampai harum; tambahkan daging babi bakar dan tumis; tambahkan telur ayam; tambahkan garam dan tumis sampai matang. 2. Hiasi dengan potongan daun bawang dan hidangkan.	Bahan: Terong ungu 1 Cumi-cumi 8 tael Bawang putih yang dimemarkan 2 sendok teh Langkah: 1. Tempatkan terong ungu dan cumi-cumi di atas piring; tambahkan rebung potong dadu, merica merah dan bawang putih yang dimemarkan; rebus sampai matang. 2. Tiriskan air; tuangkan minyak dan kecap kedelai encer dan hidangkan.
Kamis			
Sup Daging babi tipis dengan Pir salju dan Kelapa laut	Daging sapi Suwir dengan Bihun kacang hijau	Ayam Kukus dengan Jamur bambu	Presto Perut ikan dengan Labu berambut, Udang kering, dan Bihun kacang hijau
Bahan: Daging babi 8 tael (dimasak sebentar) Pir salju 2 Kelapa laut secukupnya	Bahan: Daging sapi 1/3 catty (disuwir) Bihun kacang hijau 1/6 catty Lokio cina 1 3/10 tael	Bahan: Jamur bambu 2/5 tael (potong beberapa bagian) Ayam utuh 1 Kurma merah sedikit	Bahan: Perut ikan 12 tael Labu berambut 1 Udang kering secukupnya Bihun kacang hijau secukupnya

<p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Didihkan air didalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan dimasak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbu dengan garam dan hidangkan. 	<p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bumbui garam suwiran daging sapi dan sisihkan; masak setengah matang bihun kacang hijau dan sisihkan. 2. Tumis daging sapi sebentar dalam minyak; tambahkan bawang putih lokio dan tumis sampai matang; tempatkan ke atas bihun kacang hijau dan hidangkan. 	<p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tambahkan air, ayam, kurma merah dan jahe ke dalam panci rebus; rebus sampai ayam lembut. 2. Tambahkan jamur bambu dan garam; rebus sebentar dan hidangkan. 	<p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bumbui dalam air garam perut ikan; goreng sampai keemasan dan sisihkan. 2. Goreng daun bawang dan daun bawang sampai harum; tambahkan labu berambut dan tumis sebentar; tambahkan kaldu super dan garam dan didihkan. 3. Tempatkan perut ikan ke dalam wajan; tambahkan bihun kacang hijau dan masak sampai labu berambut matang.
---	--	--	---

Jumat

<p>Sup Udang segar dengan Lokio kuning</p> <p>Bahan:</p> <p>Lokio kuning 1/4 catty (potong beberapa bagian) Udang 2/5 catty (keluarkan uratnya)</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tambahkan air secukupnya ke dalam wajan dan didihkan. 2. Tambahkan udang segar; didihkan sampai matang lalu tambahkan lokio kuning; bumbu dengan garam. 	<p>Brokoli Keemasan</p> <p>Bahan:</p> <p>Brokoli 1 catty Kuning telur bebek asin 1</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas sampai harum; tambahkan brokoli dan tumis sampai lembut; tambahkan garam. 2. Hancurkan kuning telur bebek asin; tempatkan ke dalam wajan dan tumis bersamaan. 	<p>Kacang merah goreng Cepat</p> <p>Bahan:</p> <p>Daging babi 1/6 catty cincang Kacang merah 1/2 catty Acar secukupnya Sichuan yang secukupnya diawetkan udang kering</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Goreng kacang merah dalam minyak panas dan sisihkan. 2. Goreng jahe, potongan bawang putih dan daun bawang dalam minyak panas sampai harum; tambahkan daging babi, udang kering dan acar Sichuan yang diawetkan dan tumis sebentar. 3. Tempatkan kacang merah ke dalam wajan; percikkan anggur Shaohsing; tambahkan bumbu; masak sampai saus mengering 	<p>Tahu kedelai Goreng dengan Cincang Udang dan Daging babi</p> <p>Bahan:</p> <p>Tahu kedelai 2 pcs Udang 2 tael Daging babi 2 tael</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bumbui daging babi dan udang dalam air garam; campur sampai kental; tambahkan potongan jamur shiitake, kulit jeruk manis, putih telur, Peterseli Cina, tahu kedelai dan peteng jagung dan campur bersamaan. 2. Goreng tahu kedelai campur dengan daging cincang dalam minyak mendidih dengan sebuah sendok makan sampai keemasan; hidangkan.
--	---	--	---

Sabtu/ Minggu

<p>Sup Buku jari babi dikukus dengan Kacang</p> <p>Bahan:</p> <p>Kuku jari babi 2 (dipotong-potong) Kacang 2/5 catty</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Didihkan air didalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan dimasak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbu dengan garam dan hidangkan. 	<p>Tumis Mustar hijau diawetkan dengan Kacang kedelai hijau dan Tahu kedelai</p> <p>Bahan:</p> <p>Tahu kedelai 1 pc (dipotong-potong) Mustar hijau 1/6 catty diawetkan (dipotong dadu) Kacang kedelai hijau 1 tael</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Goreng bawang putih satuan sampai harum, tambahkan potongan merica merah dan tumis sampai harum. 2. Tambahkan kacang kedelai hijau lalu tumis; tambahkan air secukupnya. 	<p>Tunas kacang Goreng Cepat</p> <p>Bahan:</p> <p>Tunas kacang 1 catty</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Goreng potongan bawang putih sampai harum; tambahkan tunas kacang dan tumis sampai lembut. 2. Tambahkan garam dan gula. 3. Angkat dan hidangkan. 	<p>Kambing Tumis dengan rebung potong dadu dan Seledri</p> <p>Bahan:</p> <p>Kambing 1/6 catty (dipotong dadu) Rebung (dipotong dadu) 1/6 catty Seledri (dipotong dadu) 1/6 catty Putih telur bebek asin 1</p> <p>Langkah:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tambahkan putih telur bebek asin dan garam ke dalam kambing dan campurkan dengan baik. 2. Daging daun bawang, jahe, bawang putih sampai harum; tambahkan kambing, campur rebung potong dadu dan seledri potong dadu; tumis di atas api besar. 3. Tambahkan bumbu, besarkan api sampai sausnya terserap; tuangkan minyak wijen.
--	--	---	--