

Senin			
<b>Sup Ampela Bebek dengan Ketimun Matang dan Kacang Hyacinth</b>	<b>Daging Babi Cincang Kukus dengan Berangan Air dan Jamur Shiitake</b>	<b>Telur Kukus</b>	<b>Tumis Kacang Buncis dengan Rebung</b>
<b>Bahan:</b> Timun masak 4 tael Ampela bebek 1/6 catty Kacang hyacinth 2 tael Manisan kurma 2 pcs  <b>Langkah:</b> 1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan lalu kecilkan apinya dan masak perlahan-lahan. 2. Lanjutkan memasak selama 2 jam; bumbu dengan garam.	<b>Bahan:</b> Babi 1/2 catty Berangan air 5 potong (dipotong-potong) Jamur shiitake kering 3 potong (dipotong-potong)  <b>Langkah:</b> 1. Campurkan daging babi cincang, berangan air, dan potongan jamur shiitake. 2. Tambahkan potongan jahe, kecap kedelai encer, merica dan campurkan rata. 3. Pipihkan daging babi cincang untuk membuat pai daging; kukus dalam wadah selama 10 menit.	<b>Bahan:</b> Telur ayam 2 Telur bebek asin 1 Telur yang diawetkan limau 1  <b>Langkah:</b> 1. Potong dadu telur bebek asin dan telur yang diawetkan limau. 2. Tambahkan telur yang sudah diaduk dan campur rata; beri bumbu dan aturlah di atas piring. 3. Kecilkan api dan kukus hingga kuah kentalnya keluar.	<b>Bahan:</b> Rebung (diiris tipis) 3/5 catty Kacang buncis 1/4 catty (potong-potong) Cabe merah 3  <b>Langkah:</b> 1. Masak sebentar kacang buncis dan rebung dalam air mendidih; angkat dan sisihkan. 2. Tambahkan minyak dan garam; panaskan hingga mendidih; tumis irisan jahe dan bawang putih, kacang buncis dan rebung sampai harum. 3. Tambahkan bumbu dan cabe merah yang disuwir-suwir; kentalkan sup dan hidangkan.
Selasa			
<b>Sup Baso Babi dan Kembang Kol</b>	<b>Tumis Daging Sapi dengan Jahe Muda</b>	<b>Kentang Presto</b>	<b>Tumis Suwiran Ikan dengan Labu Jelum</b>
<b>Bahan:</b> Baso babi 4 tael Kembang kol 1/2 catty  <b>Langkah:</b> 1. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas; tambahkan air secukupnya; tambahkan kembang kol dan masak sebentar. 2. Tambahkan baso babi; tambahkan garam dan didihkan lalu hidangkan.	<b>Bahan:</b> Daging sapi fillet (diiris) 2/5 catty Acar jahe muda (diiris) 2 tael Bawang putih hijau 1 (disuwir-suwir) Cabe merah 1 (disuwir-suwir)  <b>Langkah:</b> 1. Rendam irisan daging sapi fillet dalam bumbu selama 10 menit. 2. Goreng irisan daging sapi fillet dalam minyak panas; tambahkan suwiran cabe merah, bawang putih hijau. 3. Beri bumbu; kentalkan sup dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Kentang (diiris-iris) 2 Cabe merah kering secukupnya  <b>Langkah:</b> 1. Goreng hingga matang cabe merah kering dalam minyak panas tambahkan potongan daun bawang. 2. Tambahkan irisan kentang dan tumis hingga matang; bumbu dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Ikan karp lumpur 1/2 catty cincang (dipotong memanjang) Labu jelum (diiris) 1  <b>Langkah:</b> 1. Campurkan ikan karp lumpur cincang dengan lada putih bubuk; goreng hingga menjadi pai ikan lalu potong memanjang. 2. Goreng suwiran jahe dalam minyak panas; tumis labu jelum; tambahkan sedikit air dan masak hingga matang. 3. Tambahkan potongan ikan karp lumpur; tuangkan saus tiram, gula, kecap kedelai kental dan daun bawang.
Rabu			
<b>Sup Kepala Ikan dengan Tahu Kedelai</b>	<b>Veneripus Presto dengan Pare</b>	<b>Rebusan Udang Kering dengan Labu Berambut dan Bihun Kacang Hijau</b>	<b>Tumis Irisan Ayam Fillet dengan Merica Manis</b>
<b>Bahan:</b> Kepala ikan 1 (dipotong-potong) Tahu kedelai 2 potong  <b>Langkah:</b> 1. Bersihkan kepala ikan; keringkan kepala ikan dan tahu kedelai; sisihkan. 2. Goreng jahe dalam minyak panas; goreng kepala ikan; tuangkan sedikit air dan didihkan. 3. Tambahkan tahu kedelai dan masak cepat; bubuhkan garam dan lada putih bubuk dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Veneripus 1/2 catty Pare 1 (diiris dan dimasak sebenatr)  <b>Langkah:</b> 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan daging veneripus, garam dan anggur beras, lalu tumis hingga matang dan hidangkan. 2. Didihkan pare, gula, garam dan anggur beras; tambahkan sedikit air. 3. Goreng daging veneripus dalam wajan; masak hingga keluar sarinya dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Labu berambut 1 (dipotong-potong) Bihun kacang hijau 1 ikat Udang kering secukupnya  <b>Langkah:</b> 1. Goreng suwiran jahe; tuangkan kaldu dan air; didihkan; tambahkan labu berambut, bihun kacang hijau dan udang kering. 2. Masak di atas api sedang hingga 10 menit; beri bumbu dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Kacang mede 1 & 1/2 tael Seledri 1/4 catty (potong miring) Wortel (potong) 1 & 1/2 tael belah ketupat) Irisan daging ayam fillet 4 tael  <b>Langkah:</b> 1. Rendam irisan daging ayam fillet selama 10 menit. 2. Goreng jahe, merica manis dalam minyak panas; tambahkan seledri dan suwiran wortel; tambahkan bumbu. 3. Goreng suwiran ayam dalam wajan, tambahkan kacang mede dan campurkan.
Kamis			
<b>Sup Suwiran Babi dengan Tomat</b>	<b>Karp krusia Presto dengan Wolfberi Cina dan Suwiran Lobak Putih</b>	<b>Sayap Ayam dalam Cola</b>	<b>Tumis Belogo dengan Butiran Bawang Putih</b>

<p><b>Bahan:</b> Tomat (dipotong memanjang) 1/6 catty Daging babi tipis (disuwir-suwir) 1/6 catty Bihun kacang hijau (direndam) 1 &amp; 1/2 tael</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Panaskan wajan dengan minyak dan suwiran jahe; tambahkan suwiran babi tumis hingga terpisah. 2. Tambahkan air secukupnya, tomat dan bihun kacang hijau dan didihkan. 3. Terakhir, bubuhi garam dan merica; atur dalam mangkuk dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Ikan karp krusia 1/6 catty Lobak secukupnya (disuwir-suwir) Wolfberi cina secukupnya</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Panaskan wajan dengan minyak goreng dan irisan jahe; goreng karp krusia hingga kedua sisinya berwarna coklat. 2. Tuangkan air secukupnya ke dalam wajan; tambahkan suwiran lobak dan wolfberi cina; masak hingga matang. 3. Bubuhi dengan garam dan merica putih bubuk.</p>	<p><b>Bahan:</b> Sayap ayam 8 Kulit jeruk 1/2 sendok teh (disuwir-suwir) Cola 1 gelas</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Rendam sayap ayam dengan bumbu dan cola selama 30 menit. 2. Taruh sayap ayam dalam minyak goreng; goreng hingga sayap ayam berwarna keemasan dan matang seluruhnya. 3. Taburi dengan kulit jeruk dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Belogo 5/6 catty (dipotong dadu) Bawang putih 3 butir</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Masak sebentar belogo dengan air mendidih hingga matang; dinginkan belogo secara alami. 2. Tumis potongan dadu belogo hingga matang seluruhnya dan bumbui. 3. Tambahkan butiran bawang putih dan hidangkan.</p>
---	---	---	--

**Jumat**

<p><b>Sup Rusuk Babi dengan Labu Berambut dan Gurita</b></p> <p><b>Bahan:</b> Labu berambut (diiris) 2 Gurita kering (direndam) 1 Rusuk babi 1/2 catty</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan kemudian kecilkan api dan masak perlahan. 2. Lanjutkan memasak hingga 2 jam; bumbui dengan garam.</p>	<p><b>Tahu Kedelai digoreng dengan Serat Daging kering</b></p> <p><b>Bahan:</b> Tahu kedelai (dipotong-potong) 2 pcs Jamur shiitake kering (direndam dan dipotong dadu) 4 pcs Udang kering (direndam) 1 sendok makan Lobak kering (dipotong dadu) 1 sendok makan Serat daging kering 3 sendok makan</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Lumuri tahu kedelai dengan tepung caltrop; goreng hingga tahu berwarna keemasan; angkat; tumis hingga matang. 2. Goreng jamur shiitake dan keringkan udang dalam minyak panas; tambahkan lobak kering dan potongan daun bawang. 3. Tuangkan campuran tadi dan taburi dengan serat daging kering pada tahu kedelai dan hidangkan.</p>	<p><b>Tulang Iga Muda Kukus dalam Saus Sa Cha</b></p> <p><b>Bahan:</b> Tulang iga muda 3/5 catty Saus sa cha 2 sendok makan</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Lumuri tulang iga muda dengan saus sa cha; campur rata, rendam selama 15 menit. 2. Susun tulang iga muda di atas piring dalam satu baris; taburi dengan potongan bawang putih dan suwiran cabe merah di atas tulang iga muda; kukus dalam suhu panas selama 8 menit dan hidangkan.</p>	<p><b>Kukus Ikan Sebelah dalam Gaya Tradisional</b></p> <p><b>Bahan:</b> Ikan sebelah 2/3 catty Babi (disuwir-suwir) secukupnya Jamur shiitake segar (disuwir-suwir) secukupnya Kulit jeruk kepruk kering (disuwir-suwir) sedikit</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Letakkan ikan di piring dengan potongan daun bawang dan irisan jahe dibawah ikan; hiasi ikan suwiran babi, jamur shiitake segar dan kulit jeruk kepruk kering. 2. Kukus hingga matang; tuangkan minyak goreng dan kecap kedelai kental lalu hidangkan.</p>
---	--	--	--

**Sabtu/ Minggu**

<p><b>Sup daging Babi Tipis dengan Apel dan Jamur Kuping Kayu</b></p> <p><b>Bahan:</b> Apel (dipotong-potong) 3 Jamur kuping kayu 1/2 tael Daging babi tipis (dimasak sebentar) 5/6 catty Kurma merah 11 pcs</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Rebus sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan kemudian kecilkan api lalu masak perlahan-lahan. 2. Lanjutkan memasak hingga 2 jam; bumbui dengan garam.</p>	<p><b>Tumis Timun dengan Udang kering dan Babi Potong Dadu</b></p> <p><b>Bahan:</b> Timun (dipotong memanjang) 1/2 catty Udang kering secukupnya 6 tael daging babi (dipotong dadu)</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Panaskan wajan wok dengan minyak goreng, jahe dan bawang putih; goreng daging babi dan udang kering dalam minyak panas; tambahkan timun dan tumis semuanya. 2. Beri bumbu; campurkan dan tumis hingga matang.</p>	<p><b>Daging Sapi Fillet dengan Potongan Bawang Putih dan Jamur</b></p> <p><b>Bahan:</b> Daging sapi fillet (disuwir-suwir) 1/2 catty Jamur (diiris) 1/2 tael Cabe merah sedikit</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Goreng potongan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan daging sapi fillet dan tumis hingga matang. 2. Tambahkan jamur dan cabe merah; tumis hingga matang dan hidangkan.</p>	<p><b>Jamur Merang Segar yang dilumuri dengan Putih Telur</b></p> <p><b>Bahan:</b> Jamur merang (dibelah dua) 10 pcs Telur ayam 1</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Goreng jahe dan bawang putih dalam minyak panas; tambahkan jamur merang dan tumis cepat; taburi beberapa tetes anggur; bumbui dengan garam dan masak untuk menyerap saus; hidangkan. 2. Panaskan wajan wok; tuangkan kaldu super, gula, garam dan putih telur; didihkan; kentalkan sup. 3. Tuangkan campuran ke atas jamur.</p>
---	---	---	---