

Let's Celebrate *Eid Al-Fitr*

with Thermomix®



Prakata

Bulan Ramadan merupakan bulan yang penuh dengan keberkatan di mana seluruh umat Islam akan berpuasa iaitu menahan diri daripada makan dan minum serta segala perbuatan yang boleh membatalkan puasa, mulai dari terbit fajar sehinggalah terbenam matahari. Apabila seseorang itu berpuasa, perubahan ketara dari segi waktu makan dan tidur mempengaruhi jam biologi badan yang juga memberi kesan secara tidak langsung kepada fizikal dan juga mental.

Disebabkan dehidrasi dan lapar dari berpuasa, tubuh manusia secara langsung akan melambatkan kadar metabolisme untuk menjimatkan penggunaan tenaga. Bagi memenuhi jumlah tenaga dan nutrien yang diperlukan oleh tubuh pada siang hari, pengamalan diet yang seimbang adalah penting dengan memakan makanan yang kaya dengan protein, karbohidrat, vitamin dan mineral, dan minum air dengan secukupnya, dengan mengawal pemakanan ketika Sahur dan Iftar agak tidak memakan secara berlebihan yang boleh menyebabkan penambahan berat badan yang tidak diingini.

Ramadan adalah masa untuk muhasabah diri. Selain dari menahan lapar dan dahaga, hikmah dari berpuasa juga dapat meningkatkan disiplin diri untuk menjadi lebih pemurah dan penyabar, meningkatkan kepekaan untuk lebih empati dan bersimpati, dan sentiasa bersyukur dengan nikmat yang ada.

Waktu berbuka puasa merupakan waktu yang sentiasa meriah, dengan semua orang bergegas pulang awal untuk makan bersama sekeluarga. Para ibu memberikan lebih perhatian dalam merancang dan menyediakan hidangan yang istimewa, minuman, dan juga juadah manis. Ada juga yang mengambil kesempatan untuk pulang ke kampung halaman untuk melawat dan meluangkan masa dengan ibu bapa mereka dan berbuka puasa bersama-sama.

Dan apabila anak bulan kelihatan, ia menandakan berakhirnya Ramadan, kaum keluarga akan bersiap-sedia untuk menyambut Hari Raya Aidilfitri dengan pelbagai hidangan istimewa tradisi perayaan seperti rendang, ketupat, biskut raya dan kuih-muih.



Bamia



Sayur Lodeh



Sambal Tumis Udang



Pulut Pagi



Ayam Masak Lemak Cili Api



Rendang Tok with Pulut Kuning



Bubur Jagung



Agar-Agar Kelapa



Daging Goreng Berempah



Ayam Goreng Kunyit



Laksam



Air Katira



Kuih Qasidah



Biskut Arab

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 1986 kJ/474 kcal | **Protein:** 30 g

Karbohidrat: 23 g | **Lemak:** 31 g

Natrium: 784 mg | **Lemak tepu:** 7 g | **Serat diet:** 7 g



Bamia



Mudah



10 min



1 jam 50 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

- 1 sudu teh** lada hitam
- 1 sudu teh** biji jintan putih
- 1 sudu teh** biji ketumbar
- 1 batang kulit kayu manis
- 1 sudu teh** bunga cengkih
- 200 g** bawang kuning, dipotong empat
- 3 ulas bawang putih
- 3 tangkai** daun ketumbar, akar dan daun diasingkan, dicincang
- 450 g** tomato (kira-kira 4 biji tomato), dipotong kiub (1 cm)
- 60 g** minyak masak
- 600 g** bahu kambing, dipotong kiub (5 cm)
- 100 g** puri tomato
- 200 g** air panas
- 1 sudu teh** garam
- 1 lemon, jus sahaja
- 300 g** bendi kecil, beku atau **300 g** bendi, tangkai dipotong

Nota



Penyediaan

1. Masukkan lada hitam, jintan putih, biji ketumbar, kulit kayu manis dan bunga cengkih ke dalam mangkuk adunan yang bersih dan kering, panggang kering tanpa cawan penyukat **5 min/120°C/kelajuan 1**. Biarkan sejuk selama 5 minit.
2. Kisar **2 min/kelajuan 9**. Pindahkan ke dalam mangkuk asing dan ketepikan.
3. Masukkan bawang kuning, bawang putih dan akar daun ketumbar ke dalam mangkuk adunan, kisar **5 saat/kelajuan 5**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
4. Tambahkan tomato dan minyak masak, tumis **8 min/120°C/kelajuan 1**.
5. Tambahkan potongan bahu kambing, puri tomato, air panas dan campuran rempah, mulakan **Masak Perlahan/1 jam/98°C**.
6. Tambahkan garam, jus lemon dan daun ketumbar, masak **8 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**.
7. Tambahkan bendi, masak **3 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**. Biarkan di dalam mangkuk adunan selama 5 minit. Hidangkan suam.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 2736 kJ/654 kcal | **Protein:** 18 g

Karbohidrat: 33 g | **Lemak:** 54 g

Natrium: 1210 mg | **Lemak tepu:** 28 g | **Serat diet:** 5 g



Sayur Lodeh



Mudah



10 min



45 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

20 g ulas bawang putih

30 g bawang kecil

100 g bawang kuning

1 sudu teh biji jintan putih

50 g udang kering, direndam sehingga lembut

2 batang serai, bahagian putih sahaja

80 g minyak masak

500 g air

50 g lobak merah, dipotong jalur nipis (0.5 cm x 4 cm)

100 g sengkuang, dipotong jalur nipis (0.5 cm x 4 cm)

2 sudu teh garam

500 g santan segar

100 g kacang panjang, dipotong panjang 4cm

50 g suun, direndam sehingga lembut dan ditapis

100 g fucuk, direndam sehingga lembut

100 g tempe

200 g tauhu keras, dipotong kiub (2 cm)

2 batang cili merah, dihiris

2 batang cili hijau, dihiris

1 keping asam keping

1 sudu teh serbuk kunyit

Nota



Penyediaan

1. Masukkan bawang putih, bawang kecil, bawang kuning, jintan putih dan udang kering, kisar **5 saat/kelajuan 5**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
2. Kisar sekali lagi, **5 saat/kelajuan 5**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
3. Tambahkan serai, cincang **4 saat/Terbalik/kelajuan 5**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
4. Tambahkan minyak masak, tumis **5 min/120°C/kelajuan 1**.
5. Tambahkan air, lobak merah, sengkuang dan garam, didih **10 min/100°C/Terbalik/Kelajuan sudu**.
6. Tambahkan santan, kacang panjang, suun, fucuk, tempe, tauhu, cili merah, cili hijau, asam keping dan serbuk kunyit, masak **10 min/95°C/Terbalik/Kelajuan sudu**. Biarkan di dalam mangkuk adunan selama 5 minit sebelum dihidang

Tip

• Anda juga boleh goreng tempe dan tauhu terlebih dahulu sebelum memasukkannya di langkah 6.

Sambal Tumis Udang

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 1889 kJ/452 kcal | **Protein:** 24 g

Karbohidrat: 19 g | **Lemak:** 32 g

Natrium: 1344 mg | **Lemak tepu:** 5 g | **Serat diet:** 3 g

Sambal Tumis Udang



Mudah



5 min



30 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

500 g udang bersaiz sederhana, dibuang sesungut, dibersihkan dan dibuang urat, dikeringkan dengan kertas tisu dapur

100 g minyak masak

30 g cili kering, dibuang biji, direndam sehingga lembut

100 g bawang kecil

4 ulas bawang putih

20 g belacan

50 g air

20 g gula Melaka

1/2 sudu teh garam, secukup rasa

10 g pes asam jawa

Penyediaan

1. Masukkan udang dan 20 g minyak masak ke dalam mangkuk adunan, masak **6 min/120°C/Terbalik/Kelajuan sudu**. Pindahkan ke dalam mangkuk dan ketepikan.

2. Masukkan cili kering, bawang kecil, bawang putih, belacan dan air, kisar **30 saat/kelajuan 10**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.

3. Kisar sekali lagi, **30 saat/kelajuan 10**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.

4. Tambahkan 80 g minyak masak, tumis **8 min/120°C/kelajuan 1**.

5. Tambahkan gula Melaka, garam, pes asam jawa dan udang, masak **4 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**. Biarkan selama 5 minit sebelum dihidang. Pindahkan ke dalam mangkuk hidangan. Hidangkan semasa panas.



Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 5304 kJ/1269 kcal | **Protein:** 17 g

Karbohidrat: 95 g | **Lemak:** 97 g

Natrium: 1045 mg | **Lemak tepu:** 72 g | **Serat diet:** 19 g

Pulut Pagi



Mudah



5 min



4 jam 40 min



6 bahagian

Bahan-Bahan

Pulut susu

300 g beras pulut susu

900 g air

500 g santan segar

1 sudu teh garam

2 helai daun pandan,
diikat simpul

Serunding udang

4 batang cili merah,
dibuang biji

2 biji cili padi, dibuang biji
(boleh diabaikan)

50 g udang kering, direndam
sehingga lembut

1 batang serai, bahagian putih
sahaja

50 g bawang kecil

2 ulas bawang putih

1/2 sudu teh serbuk ketumbar

1/4 sudu teh serbuk jintan putih

1/4 sudu teh serbuk jintan manis

1/2 sudu teh garam

300 g kelapa parut

70 g minyak masak

Nota



Penyediaan

Tip

• Untuk hidangan pulut pagi, anda juga boleh salut bebola pulut dengan serunding udang.

Pulut susu

1. Letakkan mangkuk di atas penutup mangkuk adunan, timbang beras pulut susu dan 600 g air. Rendam selama 4 jam atau semalaman. Tapis menggunakan bekas reneh. Ketepikan.
2. Masukkan santan, 300 g air, garam dan daun pandan ke dalam mangkuk adunan, sisip bekas reneh mengandungi pulut yang telah direndam, masak, **20 min/100°C/kelajuan 3**. Biarkan selama 5 minit. Alihkan bekas reneh dengan spatula.
3. Untuk membentuk pulut menjadi bebola, potong filem berpaut kepada bentuk segi empat sama bersaiz 10 cm x 10 cm dan lapikkan ke dalam cawan penyukat. Sendukkan 2 sudu besar pulut susu dan letakkan ke atas filem berpaut. Balut pulut tersebut dan pinal hujung filem berpaut untuk menjadikannya berbentuk bola. Ulang sehingga pulut susu habis. Bersihkan mangkuk adunan.

Serunding udang

4. Masukkan cili merah, cili padi, udang kering, serai, bawang kecil, bawang putih, serbuk ketumbar, serbuk jintan putih, serbuk jintan manis, dan garam ke dalam mangkuk adunan, kisar **4 saat/kelajuan 6**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
5. Kisar sekali lagi, **4 saat/kelajuan 6**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
6. Tambahkan kelapa parut dan minyak, tumis tanpa cawan penyukat **6 min/120°C/kelajuan 1**, lanjutkan tempoh masak jika perlu sehingga ia bertukar ke perang keemasan. Pindahkan ke dalam mangkuk. Buka balutan bebola pulut susu dan letakkan sesudu besar serunding udang ke atasnya. Hidangkan serta-merta.

A photograph of a traditional Indonesian dish, Ayam Masak Lemak Cili Api. The main focus is a light blue bowl filled with white rice and a piece of yellow chicken in a rich, yellow-orange sauce. In the background, a white bowl contains more of the chicken and sauce. To the right, a wooden plate holds fresh ingredients: ginger, a whole potato, red chilies, and onions. A vase with green leaves is visible in the upper background. The entire scene is set on a patterned batik cloth.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 2119 kJ/507 kcal | **Protein:** 48 g

Karbohidrat: 41 g | **Lemak:** 18 g

Natrium: 763 mg | **Lemak tepu:** 12 g | **Serat diet:** 7 g

Ayam Masak Lemak Cili Api



Mudah



5 min



35 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

12 biji cili padi, dibuang biji

4 ulas bawang putih

50 g bawang kecil

30 g kunyit

2 batang serai, bahagian putih sahaja

200 g santan segar

200 g air

1 sudu teh garam

800 g ayam, dengan kulit dan tulang, dipotong (5 cm)

1 keping asam keping

300 g kentang kecil, dipotong empat atau **300 g** kentang Russet, dipotong (3 cm)

50 g daun selasih

Nota



Penyediaan

1. Masukkan cili padi, bawang putih, bawang kecil dan kunyit ke dalam mangkuk adunan, kisar **4 saat/kelajuan 8**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
2. Kisar sekali lagi **4 saat/kelajuan 8**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
3. Tambahkan serai, ketuk **5 saat/Terbalik/kelajuan 4**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
4. Tambahkan santan, air, garam dan ayam, masak **10 min/98°C/Terbalik/Kelajuan sudu**.
5. Tambahkan asam keping, kentang dan daun selasih, masak **10 min/98°C/Terbalik/Kelajuan sudu**. Biarkan selama 5 minit. Pindahkan ke dalam mangkuk hidangan. Hidangkan semasa panas.

Tip

- Untuk versi kurang pedas, kurangkan bilangan cili padi kepada 6 biji dan tambahkan 6 biji cili merah di langkah 1.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 5041 kJ/1206 kcal | **Protein:** 47 g

Karbohidrat: 103 g | **Lemak:** 72 g

Natrium: 1209 mg | **Lemak tepu:** 57 g | **Serat diet:** 11 g



Rendang Tok with Pulut Kuning

Rendang Tok with Pulut Kuning



Mudah



15 min



2 jam 45 min



6 bahagian

Bahan-Bahan

Pulut kunyit

500 g beras pulut, dibilas

1000 g air

1 sudu teh serbuk kunyit

2 keping asam keping

2 sudu teh garam

2 helai daun pandan,
diikat simpul

Rendang Tok

1250 g santan

2¹/₂ sudu teh garam

1 sudu besar gula

2 sudu besar biji ketumbar

1 sudu teh biji jintan putih

1 sudu teh biji jintan manis

1 sudu teh biji lada hitam

4 biji bunga cengkih

1 biji bunga lawang

15 batang cili kering, dibuang
biji, direndam sehingga lembut

100 g bawang kecil

2 ulas bawang putih

15 g halia

20 g kunyit

20 g lengkuas

3 batang serai, bahagian putih
sahaja

50 g air

100 g kerisik (lihat tip)

2 helai daun salam kering

5 helai daun limau purut

30 g minyak kelapa dara

1000 g bahagian bahu
lembu, dipotong kiub 5 cm

1 tangkai daun
ketumbar, dicincang,
untuk hiasan

Nota



Tip

• Untuk membuat kerisik sendiri, bakar 300 g kelapa parut (segar atau beku) di dalam ketuhar yang telah dipanaskan (160°C) selama 30 minit sehingga perang keemasan. Kikis setiap 15 minit. Pindahkan ke dalam mangkuk adunan, kisar **30 saat/kelajuan 10** untuk mengeluarkan minyaknya dan menjadi lembab. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula. Ulangi langkah kisar sebanyak 3 kali.

Penyediaan

Pulut kunyit

1. Letakkan mangkuk di atas penutup mangkuk adunan, timbang beras pulut dan air. Tambahkan serbuk kunyit, asam keping, garam dan daun pandan ke dalam mangkuk. Gaul dan rendam sekurang-kurangnya 1 jam atau semalaman. Tapis menggunakan piring Varoma dan letakkan daun pandan di atas beras pulut yang telah direndam, dan pastikan tidak kesemua lubang piring Varoma tertutup. Tutup penutup Varoma dan ketepikan.

Rendang Tok

2. Letakkan mangkuk di atas penutup mangkuk adunan, timbang 250 g santan. Tambahkan 1 sudu teh garam dan gula ke dalam mangkuk. Gaul dan ketepikan. Masukkan biji ketumbar, jintan putih, jintan manis, lada hitam dan bunga lawang ke dalam mangkuk adunan, panggang kering tanpa cawan penyukat **5 min/120°C/kelajuan 1**. Biarkan sejuk selama 5 minit.

3. Kisar **1 min 30 saat/kelajuan 9**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.

4. Tambahkan cili kering, bawang kecil, bawang putih, halia, lengkuas, serai dan air, kisar **30 saat/kelajuan 10**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.

5. Tambahkan kerisik, 500 g santan, daun salam, daun limau purut, 1½ sudu teh garam dan minyak kelapa dara, tempatkan Varoma pada posisinya, masak **20 min/Varoma/kelajuan 1**. Alih Varoma dan ketepikan. Buka penutup Varoma dengan berhati-hati. Pindahkan pulut yang telah distim ke dalam mangkuk dengan campuran santan.

6. Tambahkan 500 g santan dan daging lembu ke dalam mangkuk adunan, tempatkan piring Varoma pada posisinya, masukkan mangkuk berisi pulut. Tutup penutup Varoma dan masak **45 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**. Alih Varoma dan ketepikan.

7. Masak **10 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu** sehingga daging menjadi lembut dan empuk. Biarkan selama 5 minit. Pindahkan ke dalam mangkuk hidangan. Hiaskan dengan hirisan daun ketumbar. Hidangkan semasa panas bersama pulut kunyit.



Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 936 kJ/224 kcal | **Protein:** 2 g

Karbohidrat: 32 g | **Lemak:** 12 g

Natrium: 280 mg | **Lemak tepu:** 9 g | **Serat diet:** 1 g

Bubur Jagung



Mudah



5 min



30 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

250 g kernel jagung manis

50 g gula tebu

50 g gula Melaka

200 g krim kelapa

300 g air

1 sudu besar sagu kecil

1/4 sudu teh garam

2 helai daun pandan, diikat simpul

Tip

• Anda juga boleh tambahkan 1 sudu besar sagu yang telah dibilas dan 100 g air di langkah 2

Penyediaan

1. Masukkan 200 g kernel jagung manis ke dalam mangkuk adunan, kisar **Turbo/1 saat/1 kali**.

2. Tambahkan 50 g kernel jagung manis, gula tebu, gula Melaka, krim kelapa, air, sagu, garam dan daun pandan, masak **20 min/90°C/kelajuan 1**. Hidangkan semasa panas.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 527 kJ/126 kcal | **Protein:** 1 g

Karbohidrat: 12 g | **Lemak:** 9 g

Natrium: 35 mg | **Lemak tepu:** 8 g | **Serat diet:** 3 g



Agar-Agar Kelapa



Mudah



5 min



3 jam 15 min



13 balang

Bahan-Bahan

2 biji kelapa muda

700-800 g air

1½-2 sudu teh serbuk agar-agar

100-200 g gula

2 helai daun pandan, diikat simpul

Tip

• Tekstur agar-agar kelapa adalah lembut dan bergoyang.

Penyediaan

1. Asingkan air kelapa dan isi kelapa muda.
2. Masukkan air kelapa ke dalam mangkuk adunan, tanpa melaraskan penimbang, tambahkan air sehingga 1500 g.
3. Tambahkan serbuk agar-agar, gula dan daun pandan, masak **10 min/98°C/kelajuan 1**. Sementara itu, potong isi kelapa muda dalam bentuk jalur nipis. Masukkan isi kelapa yang telah dipotong ke dalam kesemua 13 biji balang kaca (120 g). Keluarkan daun pandan. Tuangkan adunan agar-agar ke dalam balang kaca yang telah disediakan dan biarkan sejuk sepenuhnya. Masukkan ke dalam peti sejuk sekurang-kurangnya 3 jam atau sehingga ia menjadi pepejal kental. Hidangkan semasa sejuk.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 1321 kJ/316 kcal | **Protein:** 27 g

Karbohidrat: 5 g | **Lemak:** 21 g

Natrium: 345 mg | **Lemak tepu:** 5 g | **Serat diet:** 1 g



Daging Goreng Berempah



Mudah



5 min



20 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

350 g daging batang pinang, dipotong nipis

1/2 sudu teh garam

1 sudu teh serbuk kunyit

2 sudu teh biji ketumbar

1/2 sudu teh biji jintan putih

1/2 sudu teh biji jintan manis

50 g minyak masak

2 ulas bawang putih, dihiris nipis

150 g bawang kuning, dihiris nipis

Penyediaan

1. Letakkan mangkuk di atas penutup mangkuk adunan, timbang daging. Tambahkan garam dan serbuk kunyit ke dalam mangkuk. Gaul dan ketepikan.

2. Masukkan biji ketumbar, jintan putih dan jintan manis ke dalam mangkuk adunan yang bersih dan kering, panggang kering tanpa cawan penyukat **5 min/120°C/kelajuan 1**. Biarkan sejuk selama 3 minit.

3. Kisar **1 min/kelajuan 8**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.

4. Tambahkan minyak masak, hirisan bawang putih dan perapan daging, masak **5 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**.

5. Tambahkan bawang kuning, masak **3 min/Varoma/ Terbalik/Kelajuan sudu**. Pindahkan ke dalam mangkuk hidangan. Hidangkan semasa panas.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 1036 kJ/247 kcal | **Protein:** 25 g

Karbohidrat: 6 g | **Lemak:** 13 g

Natrium: 720 mg | **Lemak tepu:** 2 g | **Serat diet:** 1 g



Ayam Goreng Kunyit



Mudah



5 min



15 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

350 g paha ayam, tanpa tulang, dipotong (4 cm)

1 sudu teh garam

1/2 sudu teh serbuk kunyit

30 g minyak masak

4 ulas bawang putih, dihiris nipis

1 batang cili merah, dihiris serong

1 batang cili hijau, dihiris serong

100 g kubis bunga, dipotong ketul

50 g lobak merah, dipotong jalur nipis

100 g kacang panjang, dipotong panjang 3 cm

Penyediaan

1. Letakkan mangkuk di atas penutup mangkuk adunan, timbang ayam. Tambahkan garam dan serbuk kunyit ke dalam mangkuk. Gaul dan ketepikan.

2. Masukkan minyak masak, hirisan bawang putih, cili merah dan cili hijau ke dalam mangkuk adunan, tumis **3 min/120°C/Terbalik/Kelajuan sudu**.

3. Tambahkan perapan ayam, goreng **3 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**.

4. Tambahkan kubis bunga, lobak merah dan kacang panjang, goreng **4 min/Varoma/Terbalik/Kelajuan sudu**. Hidangkan semasa panas.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 4080 kJ/975 kcal | **Protein:** 63 g

Karbohidrat: 125 g | **Lemak:** 23 g

Natrium: 2768 mg | **Lemak tepu:** 15 g | **Serat diet:** 4 g

Laksam



Laksam



Mudah



10 min



2 jam 25 min



4 bahagian

Bahan-Bahan

Laksam

minyak, untuk disapu

500 g air panas

500 g tepung beras

80 g tepung gandum

1250 g air

1 sudu teh garam

Kuah Laksam

700 g air

1000 g ikan kembong,
disiang dan dibuang sisik

50 g bawang kecil

4 ulas bawang putih

10 g halia

10 g belacan

3 keping asam keping

300 g santan

2 sudu teh gula, secukup rasa
(boleh diabaikan)

3 sudu teh garam, secukup rasa

1/2 sudu teh serbuk lada hitam

40 g kacang panjang, dihiris

50 g tauge

1 bunga kantan, kuntum bunga
sahaja, dihiris halus

Nota



Tip

• Lebih sedap dihidangkan dengan sambal belacan atau hirisan cili padi dengan sos kicap.

• Untuk versi yang lebih cepat, gantikan laksam dengan mi laksa yang boleh dibeli dikedai dan teruskan resipi dengan langkah 4.

Penyediaan

Laksam

1. Sapukan minyak ke atas 2 dulang kukus bulat (Ø 20 cm). Letakkan mangkuk di atas penutup mangkuk adunan, timbang air panas, ketepikan.
2. Masukkan tepung beras, tepung gandum, 450 g air dan garam ke dalam mangkuk adunan, kisar **1 min/kelajuan 5**. Sementara itu, tuangkan air panas perlahan-lahan ke atas penutup mangkuk adunan, biarkan ia mengalir turun perlahan-lahan di sekeliling cawan penyukat ke atas putaran bilah pisau.. Pindahkan ke dalam jag dan ketepikan. Bersihkan mangkuk adunan.
3. Masukkan 800 g air ke dalam mangkuk adunan, didih **10 min/Varoma/kelajuan 1**. Tempatkan piring Varoma pada posisinya, sisip 1 dulang, timbang 60 g adunan, tutup penutup Varoma dan stim **4 min/Varoma/kelajuan 2**. Alihkan dulang dengan lempeng nasi kukus. Kaup dengan sudu dan gulungkan menjadi bentuk log, pindahkan ke atas pinggan. Gantikan dengan dulang kedua dan ulang langkah ini sehingga kesemua adunan habis. Biarkan sejuk sepenuhnya dan potong setebal 2cm.

Kuah Laksam

4. Masukkan air dan ikan kembong ke dalam mangkuk adunan, masak **8 min/100°C/Terbalik/Kelajuan sudu**. Pindahkan ikan kembong rebus ke dalam mangkuk dan biarkan sejuk. Biarkan air rebusan di dalam mangkuk adunan. Asingkan isi ikan dari tulang.
5. Masukkan tulang ikan ke dalam mangkuk adunan, kisar **30 saat/kelajuan 10**. Tapis menggunakan penapis halus dan ketepikan. Bilas mangkuk adunan.
6. Masukkan bawang kecil, bawang putih, halia dan belacan ke dalam mangkuk adunan, kisar **10 saat/kelajuan 8**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
7. Tambahkan isi ikan, asam keping, santan, gula, garam dan serbuk lada hitam, masak **10 min/98°C/kelajuan 2** sehingga kuah menjadi pekat. Pindahkan ke dalam mangkuk dan ketepikan. Di dalam pinggan hidangan, letakkan beberapa gulungan laksam, sendukkan kuah laksam, dan taburkan hirisan kacang panjang, tauge dan hirisan bunga kantan. Hidangkan semasa panas.



Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 972 kJ/232 kcal | **Protein:** 4 g

Karbohidrat: 50 g | **Lemak:** 4 g

Natrium: 12 mg | **Serat diet:** 7 g

Air Katira



Mudah



5 min



10 min



6 cawan

Bahan-Bahan

50 g kismis

11 biji kurma Medjool,
dibuang biji

50 g kacang gajus

50 g rolled oat segera

375 g susu sejat penuh
krim (kira-kira 1 tin)

1 sudu besar biji selasih,
direndam selama 1 jam

1 sudu besar kacang
malva/kembang
semangkok, direndam
selama 1 jam

1 sudu besar gond katira
(tragacanth gum/ getah
anggur), direndam selama
1 jam

1000 g air tapis,
sejuk

100 g madu

Penyediaan

1. Masukkan kismis dan 5 biji kurma Medjool ke dalam mangkuk adunan, kisar **4 saat/kelajuan 6**. Pindahkan ke dalam mangkuk dan ketepikan.
2. Masukkan kacang gajus, rolled oat, 6 biji kurma Medjool dan susu sejat, kisar **1 min/kelajuan 10**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.
3. Tambahkan biji selasih, kacang malva dan gond katira yang telah direndam, campuran kismis-kurma yang telah dikisar halus, air dan madu, gaul **30 saat/kelajuan 10**. Hidangkan semasa sejuk.

Tip

• Gond katira ialah getah asli yang diperolehi daripada getah kering beberapa spesies pokok kekacang dari Timur Tengah.

• Gond katira adalah sumber makanan yang kaya dengan antioksidan yang berfungsi untuk memberikan manfaat kepada kesihatan seperti meningkatkan imuniti dan pemulihan, meredakan sembelit, memperbaiki kesihatan kulit, dsb.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 451 kJ/107 kcal | **Protein:** 3 g

Karbohidrat: 29 g | **Lemak:** 15 g

Natrium: 1 mg | **Lemak tepu:** 9 g



Kuih Qasidah



Mudah



5 min



50 min



16 keping

Bahan-Bahan

200 g tepung gandum

50 g gula

1/2 sudu teh garam batu

1 sudu teh air abu alkali

750 g air

100 g minyak bawang kecil, dan
2 sudu besar untuk gris (lihat tip)

20 g minyak sapi

Tip

• Sila rujuk Cookidoo® untuk resepi 'Shallot Oil'.

Penyediaan

1. Masukkan tepung gandum, gula, garam, air abu alkali dan air ke dalam mangkuk adunan, masak tanpa cawan penyukat **25 min/100°C/kelajuan 3**. Sementara itu, sapukan 2 sudu besar minyak bawang kecil pada bekas loyang segi empat sama (20 cm x 20 cm).

2. Tambahkan 50 g minyak bawang kecil dan minyak sapi, gaul **2 min/kelajuan 4**. Pindahkan ke dalam bekas loyang yang telah disediakan. Leperkan permukaan adunan dengan spatula dan tuangkan baki minyak bawang kecil ke atas adunan. Biarkan ia sejuk sepenuhnya. Potong (5 cm x 5 cm) dan hidangkan.

Nutrisi (per 1 bahagian)

Tenaga: 94 kJ/22 kcal | **Karbohidrat:** 2 g | **Lemak:** 1 g



Biskut Arab



Mudah



5 min



30 min



190 keping

Bahan-Bahan

500 g tepung gandum

90 g gula aising

200 g minyak sapi

50 g mentega, dilembutkan pada suhu bilik

Tip

• Untuk mendapatkan biskut yang ringan dan gebu, bakar tepung gandum dalam ketuhar selama 10 minit (160°C). Biarkan sejuk sepenuhnya sebelum langkah 1.

Penyediaan

1. Masukkan tepung gandum dan gula aising ke dalam mangkuk adunan, gaul **Turbo/2 saat/2 kali**. Kaup bahagian tepi mangkuk adunan dengan spatula.

2. Tambahkan minyak sapi dan mentega, uli **Mod Doh/1 min**. Pindahkan doh ke dalam mangkuk.

3. Panaskan ketuhar ke suhu 150°C. Alas dulang pembakar dengan kertas parchment. Ambil 1 sudu teh adunan doh dan bentukkan menjadi bebola kecil (Ø 2 cm). Letak dan susun bebola doh di atas dulang yang disediakan dengan jarak 2.5 cm antara satu sama lain.

4. Bakar pada rak tengah selama 20 minit sehingga kuning keemasan. Biarkan sejuk sepenuhnya sebelum dihidangkan atau simpan di dalam balang kedap udara.

Let's Celebrate *Eid Al-Fitr*

with **Thermomix®**



Penyumbang resipi
Suriya Abdullah

Singapore

Emel: info@thermomix.com.sg

Laman web: <https://thermomix.com.sg>

f ThermomixSG

@ ThermomixSG

▶ Thermomix Singapore

Malaysia

Emel: enquiry@thermomix.com.my

Laman web: <https://thermomix.com.my>

f ThermomixMalaysia

@ ThermomixMalaysia

▶ Thermomix Malaysia

Brunei

Emel: enquiry@thermomix.com.my

Laman web: <https://thermomix.com.my>

f ThermomixBN

@ ThermomixBrunei