

MENU PANTANG : AYAM PANGGANG

SELERA PANTANG



BAHAN-BAHAN

- 500gm ayam
- 1/2 cawan air
- 1 batang serai (diketuk)
- 1 sudu kecil jintan manis
- 1 1/2 sudu kecil jintan putih
- Air asam jawa secukupnya
- Garam secukup rasa
- Minyak masak

BAHAN-BAHAN KISAR

- 20gm halia
- 10gm kunyit hidup
- 10gm lengkuas
- 4 biji bawang merah
- 2 ulas bawang putih

CARA-CARA

- 1) Perap ayam dengan garam bersama setengah bahagian bahan yang dikisar selama 1 jam.
- 2) Panggang sehingga masak.
- 3) Panaskan sedikit minyak.
- 4) Tumis bahan kisar selebihnya hingga naik bau.
- 5) Masukkan serai, jintan manis, jintan putih, air asam jawa dan garam.
- 6) Tambah air dan biarkan mendidih. Curahkan ke atas ayam tadi.

Info

Resepi ini membantu memecahkan angin dalam badan dan meningkatkan selera makan.

Kredit : FB Faezah Ismail