

Ikan Bawal Kukus

Bahan-bahan

- 1 Ikan Bawal Putih
- 3 cm Halia
- 1 sudu kecil MAGGI® CukupRasa™
- 3 ulas Bawang Putih
- 2 sudu besar Minyak Jagung
- 1 sudu kecil Minyak Bijan
- 0.5 sudu kecil Sos Perasa Maggi®
- 1 sudu kecil Sos Tiram MAGGI®
- 1 sudu kecil MAGGI® CukupRasa™
- 3 sudu besar Air
- 3 sprigs Daun Ketumbar
- 2 sprigs Daun Bawang

Langkah Penyediaan

1. Mula-mula, siang ikan bawal dan cuci.
2. Keringkan bawal dengan tisu dan belah secara serong pada atas ikan.
3. Lumurkan MAGGI® CukupRasa™ dan letakkannya di atas pinggan yang tahan panas. Perap selama 1 jam.
4. Susun halia yang telah dihiris atas ikan.
5. Campurkan Sos Perasa MAGGI®, Sos Tiram MAGGI®, MAGGI® CukupRasa™ dan air dalam mangkuk.
6. Tuangkan sos perasa atas ikan dan stim dengan suhu tinggi selama 15 minit atau hingga ikan masak sepenuhnya.
7. Sementara ikan dikukus, goreng bawang putih hingga warna keemasan dalam kualiti.
8. Tuang dalam mangkuk kecil dan campurkan minyak bijan.
9. Alihkan ikan daripada pengukus, tuangkan bawang putih goreng dan minyak bijan di atasnya. Hiaskan dengan daun ketumbar dan daun bawang. Hidangkan sertamerta.
10. Lebih enak dinikmati ketika panas dengan nasi dan sayur goreng.

Nutrisi

Karbohidrat	1.63 g
Tenaga	183.28 kcal
Lemak	10.41 g
Protein	19.75 g

92 Min

6 hidangan