Ikan Kerapu Goreng Garing dengan Sos Nenas Masam Manis

Bahan-bahan

- 1 Ikan Kerapu
- 1 tsp MAGGI® CukupRasa™
- 2 tbsp Tepung Jagung
- 2 tbsp Minyak Jagung
- 150 g Nenas
- 1 Lada Benggala
- 1 Bawang
- 3 tbsp Sos Cili MAGGI®
- 4 tbsp Sos Tomato MAGGI®
- 1 tsp MAGGI® CukupRasa™
- 3 tbsp Cuka
- 100 ml Air
- 1 tsp Tepung Jagung
- 5 g Daun Ketumbar
- 5 g Daun Bawang

Langkah Penyediaan

1. Mula-mula, bersihkan ikan kerapu dengan membuang sisik, insang dan isi perutnya.

2. Kemudian, cuci dan keringkan ikan dengan tuala kertas. Kelarkan ikan sebanyak 3 kali secara melintang di kedua-dua belah badannya.

3. Seterusnya, sapukan ikan dengan MAGGI® CukupRasa™ dan perap selama 1 - 2 jam.

4. Panaskan 2 – 2 ½ sudu besar minyak masak di dalam kuali atau kuali ‘ non-stick’ sehingga ia hampir mengeluarkan asap. Salutkan ikan dengan tepung jagung untuk mengelakkan ia daripada melekat di kuali semasa digoreng. Gorengkan ikan di dalam sedikit minyak sehingga kedua-dua belah ikan itu bertukar warna keperang-perangan. Setelah masak, letakkan di atas pinggan.

5. Kemudian, sediakan sos dengan memanaskan baki minyak di dalam kuali ‘non-stick’. Masukkan campuran sos, bawang besar dan lada benggala. Kacau hingga sebati.

6. Setelah sos itu mendidih, renehkan di atas api yang kecil untuk beberapa minit.

7. Tuangkan sos nenas dan lada benggala ke atas ikan tadi. Akhir sekali, hias dengan daun ketumbar dan daun bawang. Nikmati hidangan ketika masih panas.

Pemakanan

Karbohidrat	23.46 g
Protein	40.86 g

88 Min

4 hidangan