

**Senin**

<b>Sup daging babi tipis dengan Kerang kering</b>	<b>Presto Ikan Maw dengan Pakchoi</b>	<b>Presto Perut Ikan dengan Terong ungu</b>	<b>Rusuk Babi dalam Cuka hitam Zhenjiang</b>
<p><b>Bahan:</b> Daging babi tipis 1/3 catty (dipotong-potong) Kerang kering (direndam) 1 tael</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Didihkan air dalam panci; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan rebus selama 2 jam; bumbu dengan garam dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Pakchoi 4/5 catty Ikan maw 2 tael (dimasak sebentar)</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Cuci pakchoi; cuci ikan maw dan masak sebentar dalam air mendidih; bumbu dengan jahe dan daun bawang kemudian sisihkan. 2. Panaskan wajan wok dengan minyak goreng; goreng potongan jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan pakchoi dan tumis dengan cepat; tambahkan garam dan sedikit air dan tumis sampai masak; angkat dan sisihkan. 3. Goreng irisan jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan ikan maw dan bumbu dan tumis sampai matang; taruh di atas pakchoi untuk dihidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Perut ikan karp rumput 8 tael Terong ungu 1</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Tambahkan minyak goreng dan goreng perut ikan karp rumput sampai kedua sisi menjadi keemasan. 2. Tambahkan air dan bumbu; tambahkan terong ungu dan masak bersama. 3. Masak sampai matang dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Rusuk babi 1 catty</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Rendam rusuk babi, goreng sampai cepat hingga matang; angkat. 2. Goreng jahe dan bawang putih sampai harum; tambahkan rusuk babi dan bumbu dengan cuka hitam Zhenjiang, gula, garam dan air sisihkan; didihkan. 3. Tumis sampai saus kering; tambahkan kecap kental; angkat dan hidangkan.</p>

**Selasa**

<b>Sup daging babi tipis dengan Kacang Mete dan Chinese Yam</b>	<b>Tumis Irisan Ayam dengan Rebung</b>	<b>Tumis Suwiran Ikan dengan Ketimun</b>	<b>Lettuce Eropa dengan Lobak kering</b>
<p><b>Bahan:</b> Kacang mete 3 tael Ubi cina secukupnya Daging babi tipis 8 tael</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan. 2. Kecilkan api dan masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbu dengan garam dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Rebung 4 tael Dada ayam 6 tael</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Goreng irisan jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan irisan rebung dan ayam. 2. Tambahkan garam, anggur beras dan tepung jagung dan aduk dengan baik; kentalkan saus.</p>	<p><b>Bahan:</b> Ketimun 1 Ikan karp lumpur 8 tael cincang</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Pipihkan ikan karp lumpur cincang; goreng sampai kedua sisi menjadi keemasan; iris memanjang dan sisihkan. 2. Tumis ketimun dengan cepat; tempatkan ikan kedalam wajan wok dan tumis dengan baik; tambahkan bumbu dan angkat.</p>	<p><b>Bahan:</b> Lettuce eropa 8 tael Lobak kering secukupnya Cabe merah (disuwir) secukupnya</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Cuci lettuce eropa; cuci dan potong dadu lobak kering. 2. Didihkan lettuce sampai matang; angkat dan sisihkan. 3. Goreng suwiran cabe merah dalam minyak panas sampai harum; tambahkan lobak kering dan tumis dengan cepat; taruh di atas lettuce dan hidangkan.</p>

**Rabu**

<b>Sup Ikan Karp Krusia dengan Tahu Kedelai dan Peterseli Cina</b>	<b>Rebusan Stik Tahu Kedelai Segar dengan Lobak putih</b>	<b>Telur goreng ala Chaozhou Dengan Remis</b>	<b>Tumis Ayam Lunak dengan Tahu Basah Goreng</b>
<p><b>Bahan:</b> Karp krusia 1 Tahu kedelai 1/6 catty Peterseli cina secukupnya</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Goreng irisan jahe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan ikan dan goreng sampai kedua sisi keemasan. 2. Tambahkan air dan didihkan; tambahkan tahu kedelai dan masak selama sebentar; tambahkan garam dan peterseli cina dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Lobak putih (disuwir) 2/3 catty Stik tahu kedelai 1 tael segar</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Goreng suwiran jahe sampai harum; tambahkan stik tahu kedelai dan masak sebentar selama 5 menit. 2. Tambahkan suwiran lobak putih; masak sampai matang. 3. Hiasi dengan potongan daun bawang dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Remis beku 8 (dipotong dadu) Telur ayam 5 Peterseli cina secukupnya (dicincang)</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Panaskan minyak goreng; tambahkan pasta bubuk dan remis; campurkan dengan baik dan dengan cepat. 2. Tambahkan kocokan telur dan peterseli cina dan campurkan dengan baik. 3. Goreng sampai kedua sisi menjadi keemasan; angkat; campurkan dengan saus dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b> Tahu bu goreng 3 tael Ayam utuh setengah (dipotong-potong)</p> <p><b>Langkah:</b> 1. Goreng jahe dan bawang putih dalam minyak panas sampai harum; tambahkan ayam dan tumis dengan cepat. 2. Tambahkan tahu goreng basah dan tumis dengan baik sampai matang; tambahkan bumbu dan angkat.</p>

**Kamis**

<b>Sup Ayam Rebus dengan Ginseng Amerika</b>	<b>Tumis Suwiran Babi dengan Wortel dan Jamur shiitake</b>	<b>Tumis Daging Vegetarian dengan Kol cina</b>	<b>Tumis Tulang Iga Babi dengan Kacang Putih</b>
<p><b>Bahan:</b></p> <p>Ayam utuh 1 (dimasak sebentar)</p> <p>Ginseng amerika 2 tael</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Tambahkan 4 mangkuk air dan seluruh bahan termasuk 2 irisan jahe kedalam panci rebus.</p> <p>2. Rebus di atas api suhu tinggi selama 30 menit; kecilkan api dan rebus selama 2 &amp; 1/2 jam; bumbui dengan garam dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Daging babi 4 tael (disuwir)</p> <p>Jamur shiitake kering 3 tael</p> <p>Wortel (diiris) 4 tael</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Tumis wortel dan jamur shiitakes sampai matang; tambahkan bumbu dan angkat sisihkan.</p> <p>2. Goreng suwiran jahe dan cabe dalam minyak panas sampai harum; tambahkan suwiran babi dan tumis sampai matang.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Daging vegetarian 1 (direndam)</p> <p>Kol cina 1/2 catty (potong-potong)</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Rendam daging vegetarian sampai lembut dan rendam dalam bumbu.</p> <p>2. Panaskan minyak goreng; tambahkan kol cina dan tumis dengan cepat; taburkan anggur beras; tambahkan daging vegetarian dan tumis sampai matang.</p> <p>3. Bumbui dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Kacang putih 8 tael</p> <p>Tulang iga babi 6 tael</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Cuci dan potong-potong kacang putih jadi beberapa bagian; potong-potong tulang iga babi dan rendam lalu sisihkan.</p> <p>2. Goreng irisan bawang putih dalam minyak panas sampai harum; tambahkan kacang putih dan tumis sampai matang; angkat dan sisihkan.</p> <p>3. Tumis tulang iga babi dalam minyak goreng sampai matang; taruh di atas kacang putih dan hidangkan.</p>

**Jumat**

<b>Sup Sengel sapi dengan Pakchoi dan Manisan Kurma</b>	<b>Sayap Ayam Goreng dengan Sereh</b>	<b>Cumi-cumi goreng dengan garam berbumbu</b>	<b>Lettuce Eropa Tumis</b>
<p><b>Bahan:</b></p> <p>Sengel sapi 1/2 catty</p> <p>Pakchoi 1/3 catty</p> <p>Manisan kurma 4 pcs</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan.</p> <p>2. Kecilkan api dan masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Sayap ayam 8</p> <p>Sereh secukupnya</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Panaskan minyak goreng dan goreng sayap ayam sampai keemasan; tiriskan minyak.</p> <p>2. Goreng sereh dalam minyak panas sampai harum; tempatkan sayap ayam dalam wajan wok dan tumis dengan cepat.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Cumi-cumi 8 tael</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Potong cumi-cumi segar; rendam; lumuri dengan adonan goreng campurkan dan goreng dengan cepat.</p> <p>2. Goreng cabe merah sampai harum; tambahkan cumi-cumi segar kedalam wajan wok; tambahkan garam berbumbu dan tumis dengan baik.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Lettuce eropa 1</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Potong lettuce jadi dua bagian; tempatkan kedalam air mendidih dan masak sampai matang tiriskan air dan sisihkan.</p> <p>2. Goreng potongan bawang putih; bumbui dengan garam dan gula; tambahkan lettuce dan tumis dengan cepat.</p> <p>3. Tambahkan sedikit saus tiram dan hidangkan.</p>

**Sabtu/ Minggu**

<b>Sup Rusuk Babi dengan Kacang Kedelai</b>	<b>Ayam Casserole dengan Anggur Shaoxing</b>	<b>Presto Pakchoi dengan Jamur</b>	<b>Tumis tahu kedelai dengan Jamur shiitake</b>
<p><b>Bahan:</b></p> <p>Kacang kedelai 1/6 catty (direndam)</p> <p>Rusuk babi 2/5 catty (dipotong-potong)</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Didihkan sepanci air; tambahkan seluruh bahan dan didihkan.</p> <p>2. Kecilkan api dan masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Ayam tarik 1 (dimasak sebentar)</p> <p>Kuntum lily kering 20 (direndam)</p> <p>Jamur hitam 8 (direndam)</p> <p>Kurma merah 12 (direndam)</p> <p>Anggur Shaoxing 1/2 cangkir</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Rendam ayam; goreng ayam dengan irisan jahe dalam minyak panas sampai berwarna coklat muda.</p> <p>2. Tambahkan kuntum lily kering, jamur hitam dan kurma merah dan tumis dengan cepat.</p> <p>3. Tambahkan anggur Shaoxing dan bumbu dan campurkan dengan baik; didihkan kecilkan api; rebus sampai masak.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Pakchoi 8 tael</p> <p>Jamur 4 tael</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Didihkan pakchoi dalam sup jernih sampai matang; angkat dan sisihkan.</p> <p>2. Goreng potongan jahe sampai harum; tambahkan jamur dan tumis dengan cepat; bumbui dengan sedikit saus tiram dan sup jernih.</p> <p>3. Taruh di atas pakchoi dan hidangkan.</p>	<p><b>Bahan:</b></p> <p>Tahu kedelai 2 pcs</p> <p>Jamur shiitake kering 3 tael (disuwir)</p> <p><b>Langkah:</b></p> <p>1. Cuci dan potong dadu tahu kedelai; tiriskan dengan baik; cuci dan suwir jamur shiitake.</p> <p>2. Goreng pasta belacan kacang lebar berbumbu dalam minyak panas sampai harum; tambahkan seluruh bahan dan tumis sampai masak.</p>