

Kerabu Sengkuang



Hidangan untuk 8 orang

Bahan-bahan

1 kg sotong (direbus)	1/2 tangkai bunga kantan
1 ikat daun pegaga	2 batang kecil daun ketumbar
1 biji sengkuang	2 sudu makan kacang tanah goreng (ditumbuk kasar)
1 ikat kecil kacang panjang	Limau nipis (jus)
1 biji lobak merah	Garam dan gula (secukup rasa)
1/2 biji kobis cina	
6 biji cili merah	
6 biji cili hijau	
6 biji bawang merah	
4 labu bawang besar	

Cara penyediaan

1. Bersihkan semua bahan sebelum dihiris halus.
2. Sotong direbus selama 10 minit dan dipotong kecil.
3. Gaulkan kesemua bahan-bahan sehingga sebati.
4. Sedia untuk dihidang

Kandungan nutrien setiap satu hidangan (50g)

Kalori: 21.7 kcal
Karbohidrat: 3.1 g
Protein: 1.8 g
Lemak: 0.2 g