

BIHUN.GORENG.LADA. HITAM

Hidangan untuk 4-5 orang



Bahan-Bahan

- 300g bihun, direndam hingga lembut dan tapis.
- 200g udang segar, dibuang kulitnya.
- 200g taueh.
- 150g lobak merah, dipotong panjang dan kecil.
- 3 keping tauhu, dikukus dan dihiris nipis.
- 3g (1/2 sudu teh) lada hitam.
- 15g (2 sudu makan) sos tiram.
- 30ml (2 sudu makan) minyak.
- 1 keping telur dadar, dihiris.
- Daun bawang sebagai hiasan .
- Garam dan lada sulah secukup rasa.
- Sedikit air.

Bahan Kisar:

- 40g (4 biji) bawang kecil.
- 20g (4ulas) bawang putih.
- 10g (2 sudu makan) udang kering.

Bahan-Bahan

1. Panaskan minyak dan tumis bahan kisar sehingga wangi.
2. Masukkan udang, garam, sos tiram dan sedikit air. Gaul bahan-bahan tersebut sehingga sebati dan teruskan memasak.
3. Masukkan lobak merah dan masak sehingga lembut. Kemudian masukkan bihun dan kacau sebati.
4. Apabila bihun telah lembut, masukkan pula taueh.
5. Masukkan garam dan lada sulah secukup rasa.
6. Masukkan tauhu yang telah dihiris dan gaul sebati. Hiaskan dengan hirisan telur

Kandungan Nutrien 1 Hidangan

Kalori: 338kcal	Protin: 18gm
Karbohidrat: 50gm	Lemak: 7gm