



NATIONAL
KIDNEY
FOUNDATION
MALAYSIA

SAMBAL UDANG PETAI



BAHAN-BAHAN

- 1kg Udang - bersihkan
- 80g cili kering - kisar
- 1 mangkuk petai
- 2 labu bawang besar
- 5 biji bawang merah
- 3 ulas bawang putih
- 1 1/2 inci belacan
- 1/2 cawan air asam jawa
- 5 sudu besar gula
- 2 sudu kecil garam
- 10 sudu besar minyak masak

} Tumbuk



TIPS: Keluarkan minyak yang kelihatan dari hidangan sebelum dihidang bagi mengurangkan kalori makanan.

CARA PENYEDIAAN

1. Panaskan minyak. Goreng petai yang telah dikopek dan dibelah dua. Apabila separuh masak, angkat dan asingkan.
2. Masukkan udang dan goreng sehingga kekuningan. Angkat dan asingkan.
3. Panaskan minyak yang telah digunakan untuk menggoreng petai dan udang tadi.
4. Tumis bahan yang ditumbuk sehingga garing.
5. Masukkan cili kisar dan perlahankan api. Terus goreng sehingga cili masak dan keluar minyak. Tambah sedikit air dan terus goreng sehingga masak.
6. Masukkan air asam jawa dan besarkan api.
7. Masukkan udang, goreng kilas selama 2 minit. Masukkan petai dan perasakan dengan gula dan garam.
8. Angkat dan sedia untuk dihidang.