

## Resep masakan tradisional gence haruan

Ditulis oleh Rina Ariyani  
Senin, 13 Februari 2012 03:42 -

---

## Resep masakan tradisional gence haruan



***Resep masakan tradisional gence haruan*** konon merupakan resep masakan tradisional yang disajikan di istana Kutai Kartanegara pada masa silam. resep masakan ini konon sudah banyak ditinggalkan oleh bahkan oleh masyarakat Kalimantan timur. Semoga catatan ini bisa menjadi dokumentasi bahwa masakan ikan bakar khas kutai ini harusnya di jaga dan dilestarikan. Konon menurut catatan Bondan Winarno yang terkenal dengan kata "Maknyus" bahwa di Kalimantan Timur sudah sangat sulit menemukan makanan tradisional khas daerah tersebut. Tentunya pemerintah daerah harus sudah mulai memikirkan bagaimana cara melestarikan resep kuliner pusaka.

Bahan resep masakan tradisional gence haruan :

3 ekor (450 gram) ikan haruan (dalam bahasa indonesia disebut ikan gabus)

1,5 sendok teh air asam jawa (dari 1,5 sendok teh asam jawa dan 1,5 sendok makan air)

## Resep masakan tradisional gence haruan

Ditulis oleh Rina Ariyani

Senin, 13 Februari 2012 03:42 -

---

$\frac{3}{4}$  sendok teh bumbu penyedap-

180 mili liter air

1,5 sendok makan minyak untuk menumis

1 sendok teh garam halus

1 sendok teh gula putih

Bumbu halus :

15 butir bawang merah

3 siung bawang putih

3 buah cabai merah besar

## Resep masakan tradisional gence haruan

Ditulis oleh Rina Ariyani  
Senin, 13 Februari 2012 03:42 -

---

6 buah cabai merah keriting

### **Cara membuat Resep masakan tradisional gence haruan :**

Belah ikan gabus dari kepala sampai ekor jangan sampai putus.

Lumuri ikan gabus menggunakan  $\frac{3}{4}$  sendok teh garam. Diamkan kurang lebih 15 menit.

Panggang ikan gabus sambil dibolak balik hingga matang dan wangi

Siapkan minyak panas. Bumbu halus ditumis hingga harum.

Tambahkan garam, gula pasir, bumbu penyedap, air dan air asam jawa. Masak hingga matang.

Siram ikan gabus dengan bumbu tumisan. Sajikan.

Konon hampir semua daerah di Indonesia memiliki resep masakan ikan bakar khas untuk daerahnya. Sebagai contoh ada gurame bakar sambal cobek di Jawa Barat, ikan balado Minang, ikan bakar rica-rica Minahasa dan ikan bakar colo-colo dari Maluku. Beberapa waktu kedepan saya usahakan untuk memposting resep masakan ikan tradisional lainnya, pada kategori *resep masakan tradisional*