

# MANGUT IKAN

## 1. BAHAN

- |                            |         |
|----------------------------|---------|
| 1) Ikan kakap atau tongkol | 1 kg    |
| 2) Minyak kelapa           | 1 gelas |
| 3) Kelapa                  | 1 butir |

## 2. BUMBU

- |                     |                |
|---------------------|----------------|
| 1) Bawang merah     | 5 buah         |
| 2) Daun jeruk purut | 3 lembar       |
| 3) Bawang putih     | 3 siung        |
| 4) Asam             | 1 sendok the   |
| 5) Lombok merah     | 8 buah         |
| 6) Terasi           | 1/2 sendok teh |
| 7) Kemiri           | 5 biji         |
| 8) Garam            | 1 sendok makan |
| 9) Laos             | 1/2 rsj        |

## 3. CARA PEMBUATAN

- 1) Ikan dibersihkan, dicuci dibiarkan atau dipotong-potong.
- 2) Diberi asam, garam, lalu digoreng sampai kuning.
- 3) Bumbu-bumbu dihaluskan, kecuali laos, serih jagung cukup dimemarkan, lalu ditumis (dengan 2-3 sendok makan minyak).
- 4) Kelapa diparut dibuat santan 3 gelas.
- 5) Santan tersebut dimasukkan kedalam bumbu yang sedang ditumis, dibiarkan mendidih, diaduk-aduk.
- 6) Kemudian dimasukkan ikan goreng, dijerangkan sampai masak.
- 7) Terakhir dapat dimasukkan asam atau cuka sedikit. Warnanya kemerah-merahan.

---

Jakarta, Maret 2001

Sumber : Buku Kumpulan Masakan Indonesia  
Disadur oleh : Ika Budiawati, Kemal