

Pengganti MSG

by afauzi - Saturday, January 09, 2016

<http://afauzi.staf.akademitelkom.ac.id/index.php/2016/01/09/pengganti-msg/>

SELINGAN BERMANFAAT...

BAHAN-BAHAN ALAMI PENGGANTI MSG

- Kaldu dapat dibuat sendiri, yaitu dari daging sapi, ayam, udang, ebi, ikan teri, kerang dan sebagainya. Cita rasa gurih kaldu tak kalah nikmat dengan MSG. Sesuaikan jenis kaldu dengan rasa yang ingin ditonjolkan dalam masakan .

- Gula pasir dan garam yang dicampurkan dalam masakan membuat cita rasa masakan menjadi lebih nikmat. Campurkan sedikit gula pasir dan garam dapat memberikan cita rasa gurih, asin manis dan sedap sekaligus. Kita tak lagi memerlukan MSG jika takaran gula dan garam pada masakan sudah pas.

- Rempah-rempah seperti cengkeh, lada hitam, ketumbar, pala, jinten, kayu manis dan sebagainya, dapat membuat masakan tetap terasa nikmat meski tanpa tambahan MSG. Selain menambah cita rasa rempah-rempah juga membuat masakan beraroma lebih harum.

- Saus tiram, kecap asin, kecap inggris juga bisa menjadi alternatif pengganti MSG. Cita rasa asin, gurih dan sedikit manis yang ditimbulkan membuat hidangan tak kalah nikmat di lidah.

- Tomat memiliki cita rasa asam dan manis, sangat pas untuk menyedapkan masakan secara alami. Ditambah kandungan likopen pada tomat yang tidak rusak setelah dimasak, jadi selain lezat masakan tomat juga menyehatkan.

- Bawang merah, bawang putih dan bawang bombay, ketiganya memiliki cita rasa khas masing-masing.

Kita bisa mengiris tipis bawang dan menumisnya untuk mengeluarkan aroma dan rasa khas yang siap lezatkan aneka hidangan.....

Di negara dengan hasil bumi berupa bumbu dan rempah yang melimpah ruah ini, sebetulnya kita tidak terlalu memerlukan MSG. Cukup kreasikan aneka masakan dengan takaran bumbu-bumbu dan bahan olahan masakan yang pas maka kita sudah bisa menikmati hidangan lezat dan tentu lebih aman dikonsumsi.

MSG alami???

Kenapa tidak...!??

Selamat Mencoba....

www.akademitelkom.ac.id

www.kemenkes.go.id

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station