

Senin			
<b>Egg Drop Sup dengan Bayam</b>	<b>Sauté Ikan kadal</b>	<b>Ayam pedas tumis dengan Kecap hitam fermentasi</b>	<b>Tahu kedelai goreng dengan Daun bawang</b>
<b>Bahan:</b> Bayam 1/6 catty Telur ayam 1  <b>Langkah:</b> 1. Panaskan wajan wok dengan minyak goreng dan daun bawang kering; tambahkan air secukupnya dan kaldu dan didihkan. 2. Tambahkan bayam dan masak sebentar; tuang telur kocok dan masak hingga matang; bumbui dengan garam.	<b>Bahan:</b> Ikan kadal 2/3 catty  <b>Langkah:</b> 1. Rendam ikan kadal dalam larutan garam dan sisihkan. 2. Goreng jahe yang disuwir-suwir; tambahkan ikan; goreng dengan panas sedang hingga kedua sisinya berubah menjadi keemasan. 3. Angkat dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Sayap ayam 1/2 catty Kecap hitam fermentasi secukupnya Belacan kacang lebar secukupnya dengan bawang putih cincang <b>Langkah:</b> 1. Rendam sayap ayam dalam larutan garam selama 30 menit; goreng hingga harum dan keemasan. 2. Goreng daun bawang yang diiris tipis, kecap hitam fermentasi, belacan kacang lebar dengan bawang putih cincang dan paprica manis merah yang dipotong dadu hingga harum; tambahkan sayap ayam; aduk rata dan tambahkan beberapa tetes anggur beras. 3. Tambahkan bumbudan tumis sebentar; angkat ketika matang; taburkan daun bawang dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Tahu kedelai 2 blok Daun bawang secukupnya  <b>Langkah:</b> 1. Rendam tahu kedelai air garam sebentar; tiriskan tahu kedelai; goreng hingga harum dan sisihkan. 2. Goreng jahe, cabe yang disuwir-suwir dan potongan daun bawang hingga harum; tambahkan tahu kedelai dan bumbui. 3. Masak kuahnya terserap dan hidangkan.
Selasa			
<b>Jagung Sup dengan Biji lotus dan Yu Zhu</b>	<b>Ayam dadu ditumis dengan Tomat ceri</b>	<b>Labu Jelum dikukus dengan jamur Shiitake dan Saus</b>	<b>Cumi-cumi segar Ditumis dengan Kembang kol</b>
<b>Bahan:</b> Daging babi tipis 8 tael Biji lotus secukupnya Jagung 2 (potong per ruas) Yu zhu secukupnya <b>Langkah:</b> 1. Rebus sepanci air; tambahkan semua bahan dan didihkan; kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam.	<b>Bahan:</b> Daging ayam 1/3 catty (potong dadu) Tomat ceri 1/3 catty Timun kecil 1/3 catty (dipotong besar) <b>Langkah:</b> 1. Bumbui daging ayam; tumis dengan jahe dan bawang putih hingga harum. 2. Tambahkan tomat ceri dan timun dan tumis sebentar; tambahkan bumbu.	<b>Bahan:</b> Jamur shiitake kering 8 (direndam) Labu jelum 1/2 catty (potong-potong) <b>Langkah:</b> 1. Mengatur tukang bonceng labu di atas piring; letakkan jamur shiitake; tuang saus tiram dan minyak zaitun untuk bumbu; taburkan jahe dan bawang putih cincang. 2. Kukus dengan panas tinggi selama 6 menit dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Cumi-cumi segar 1/2 catty (dimasak sebentar) Kembang kol 2/3 catty Cabe merah secukupnya (disuwir-suwir) <b>Langkah:</b> 1. Goreng jahe, bawang putih dan cabe merah disuwir-suwir dalam minyak panas; tambahkan cumi-cumi segar dan tumis; tambahkan beberapa tetes anggur beras. 2. Tambahkan kembang kol dan tumis bersama; masukkan sedikit air dan masak hingga matang; aduk rata. 3. Akhirnya, tambahkan bumbu; didihkan dan hidangkan.
Rabu			
<b>Sup Tulang babi dengan sawi putih segar dan kering</b>	<b>Daging sapi Ditumis dengan Jahe muda dan nanas</b>	<b>Pomfret Kukus dengan Kecao hitam fermentasi</b>	<b>Lettuce Eropa dengan Jamur Shiitake</b>
<b>Bahan:</b> Sawi putih 4 tael Sawi putih kering 4 tael (direndam) Tulang babi (potong besar; dimasak sebentar) 12 tael Manisan kurma 2 <b>Langkah:</b> 1. Rebus sepanci air; tambahkan semua bahan dan didihkan kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam.	<b>Bahan:</b> Nanas (dipotong besar) 2/5 catty Manisan jahe muda 1/5 catty (diiris tipis) Fillet daging sapi 1/4 catty (diiris tipis) <b>Langkah:</b> 1. Rendam fillet daging sapi dalam campuran bumbu selama 15 menit; goreng dalam minyak panas dengan api kecil. 2. Goreng cabe Sichuan dan manisan jahe muda hingga harum; tambahkan nanas dan fillet daging sapi dan tumis rata. 3. Kentalkan kuahnya dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Pomfret kecao hitam 1 Fermentasi 2 sendok teh <b>Langkah:</b> 1. Goreng kecao hitam fermentasi dan butiran bawang putih dalam minyak panas; masukkan campuran tersebut kedalam mangkok; tambahkan saus tiram, kecap kedelai encer, gula, bubuk merica putih, minyak zaitun dan anggur Shaoxing dan aduk rata untuk membuat saus bawang putih dan kecao hitam fermentasi. 2. Tuangkan sausnya ke atas ikan; kukus dengan panas tinggi hingga matang; taburkan daun bawang yang dipotong dadu dan hidangkan.	<b>Bahan:</b> Lettuce eropa 2/3 catty Jamur shiitake kering 10  <b>Langkah:</b> 1. Masak sebentar lettuce Eropa dengan air mendidih hingga matang. 2. Panaskan minyak; tumis jamur shiitake sebentar; tambahkan bumbu dan masak kuahnya terserap. 3. Tambahkan lettuce Eropa dan masak sebentar; bumbui dan hidangkan.

Kamis			
<b>Sup Ekor Ikan dengan Tomat</b> <b>Bahan:</b> Ekor ikan tongsan/buntut 1 Tomat (dipotong besar) 3 <b>Langkah:</b> 1. Goreng diiris tipis jahe hingga harum; goreng ekor ikan hingga kedua sisinya berwarna keemasan. 2. Masukkan air secukupnya dan didihkan; tambahkan tomat dan masak selama 10 menit. 3. Bumbui dengan garam.	<b>Fillet Ikan asam manis</b> <b>Bahan:</b> Ikan kembung 1/3 catty (dipotong-potong) <b>Langkah:</b> 1. Rendam dalam larutan garam potongan ikan, dilapisi dengan adonan tepung; goreng hingga kulit ikan menjadi renyah. 2. Rebus cuka hitam; saus tomat, kecap kedelai encer dan gula dan didihkan; tambahkan potongan ikan dan daun bawang dan tumis bersama. 3. Masak hingga kuahnya terserap dan hidangkan.	<b>Terong Kukus dengan Kecap kedelai encer dan Bawang putih</b> <b>Bahan:</b> Terong 1/2 catty Bawang putih 2 <b>Langkah:</b> 1. Goreng bawang putih cincang hingga keemasan; aduk dengan minyak zaitun; campur rata adonan pada irisan terong; kukus dengan panas tinggi hingga matang. 2. Didihkan bumbu dan tuang ke atas terongnya. 3. Taburkan daun bawang cincang; tuang minyak goreng dan hidangkan.	<b>Kaki ayam dengan Lettuce Eropa</b> <b>Bahan:</b> Kaki ayam 5/6 catty Lettuce eropa 2/5 catty <b>Langkah:</b> 1. Lunakkan kaki ayam; rendam dalam larutan garam sebentar; tumis dalam minyak panas dan sisihkan; masak sebentar lettuce Eropa dalam air mendidih dan taruh di piring. 2. Goreng daun bawang dan jahe hingga harum; tambahkan bumbu dan didihkan; masukkan ayam dalam wajan wok dan masak hingga matang. 3. Letakkan lettuce Eropa; angkat dan hidangkan.
Jumat			
<b>Sup Ruas jari babi dengan Kacang hitam dan Kacang</b> <b>Bahan:</b> Ruas jari babi 1 (dipotong besar) Kacang hitam secukupnya Kacang secukupnya <b>Langkah:</b> 1. Rebus sepanci air; tambahkan semua bahan dan didihkan kecilkan apinya. 2. Masak perlahan-lahan selama 2 jam; bumbui dengan garam dan hidangkan.	<b>Cumi-cumi segar Ditumis dengan Sawi putih besar</b> <b>Bahan:</b> Cumi-cumi segar 1/2 catty (dimasak sebentar; potong besar) Sawi putih besar 2/3 catty <b>Langkah:</b> 1. Goreng jahe, bawang putih, disuwir-suwir cabe merah hingga harum; tumis cumi-cumi segar dan tambahkan beberapa tetes anggur beras; tuang sedikit air dan rebus hingga matang. 2. Tambahkan sawi putih besar dan tumis rata; tambahkan bumbu dan hidangkan.	<b>Ayam rebus dengan Jahe pasir</b> <b>Bahan:</b> Ayam utuh 1 Bubuk jahe pasir 2 sendok makan <b>Langkah:</b> 1. Bumbui garam ayam dengan jahe, anggur dan saus jahe pasir. 2. Goreng jahe dan daun bawang hingga harum; tambahkan ayam dan tuang kecap kedelai encer, gula dan air; tutup wajan wok dan masak dengan panas sedang selama 15 menit. 3. Balik ayam dan lanjutkan memasak selama 12 menit; angkat dan potong-potong; kentalkan kuahnya.	<b>Babi bakar Direbus dengan Belogo</b> <b>Bahan:</b> Babi bakar 1/3 catty Belogo 1/2 catty <b>Langkah:</b> 1. Goreng babi bakar hingga harum; tambahkan belogo dan tumis hingga matang. 2. Tambahkan kaldu dan bumbu; masak sebentar dan hidangkan.
Sabtu/ Minggu			
<b>Sup Iga babi dengan Pare</b> <b>Bahan:</b> Iga babi 2/3 catty (dimasak sebentar) Pare (dipotong besar) 5/6 catty <b>Langkah:</b> 1. Rebus air secukupnya; tambahkan iga babi dan pare. 2. Didihkan dengan panas tinggi dan kecilkan apinya; lanjutkan memasak selama 2 jam. 3. Bumbui dengan garam ketika makan.	<b>Ayam Lunak Dikukus dengan Jamur Shiitake</b> <b>Bahan:</b> Ayam (dipotong besar) 1/2 Jamur shiitake kering 8 (dimasak senentar) Rebung (diiris tipis) 1 tael Cabe merah (potong bulat) 1 <b>Langkah:</b> 1. Rendam dalam larutan garam ayam; aduk ayam dengan jamur shiitake, rebung, jahe, daun bawang dan cabe merah. 2. Susun bahan-bahan di atas piring; bumbui dan kukus dengan panas tinggi hingga matang.	<b>Pinggul sapi dipresto dengan Seledri dan Berangan air</b> <b>Bahan:</b> Pinggul sapi 3/5 catty (dipotong besar; dimasak sebentar) Berangan air 2 taels (dipotong besar) Seledri 2 taels <b>Langkah:</b> 1. Goreng jahe cincang dan bawang putih hingga harum; tambahkan bumbu dan air; didihkan kemudian tambahkan pinggul sapi dan berangan air. 2. Masak perlahan-lahan selama 1 jam; tambahkan seledri; lanjutkan memasak selama 5 menit dan hidangkan.	<b>Ikan Direbus dengan Pare</b> <b>Bahan:</b> Ikan tongsan 1 catty (diiris tipis) Pare (diiris tipis) 1/2 catty <b>Langkah:</b> 1. Rendam pare dalam larutan garam dan gula sebentar; masak sebentar dan angkat. 2. Taburkan jahe yang disuwir-suwir, daun bawang dan cabe di atas potongan ikan; kukus selama 10 menit. 3. Letakkan ikan di atas pare yang diiris tipis; bumbui dengan kecap kedelai encer dan wasabi ketika makan.