



Franc wiedenhoff

# Masakan Nusantara de Indonesische keuken

deel 3

**de eilandenboog**

**Bali - Nusa Tenggara - Kalimantan - Sulawesi - Maluku - Papua**

# VOORWOORD

Na ons jubileum boek in 2013 is het redelijk stil geweest op het uitgeversfront. Niet dat wij dat verwacht hadden, maar ondertussen is er genoeg gebeurd op het persoonlijk vlak. In 2014 was ter ere van de Olympische Spelen in Korea een kookboek gepland, maar uiteindelijk zijn de recepten op de website terecht gekomen en is het boek nooit meer afgemaakt en zal er ook niet meer komen.

Dit is het derde deel uit de serie boeken over de Indonesische keuken. Naast dit boek ( de Eilandenboog) is maart 2018 het eerste deel uit de serie uitgekomen dat over de Sumatraanse keuken gaat en in juli 2018 het tweede deel dat over de Javaanse keuken gaat. Het zijn twee keukens die ons na aan het hart liggen, de reden is eenvoudig, de familie is daar geboren en opgegroeid. Het laatste deel gaat over de overige keukens van de eilanden in de gordel van smaragd.

Waarom Nusantara? Het is een begrip dat al bestaat vanaf 1275 en het heeft betrekking op de Zuidoost Aziatische archipel. In 1920 is het voorgesteld om als naam te dienen voor het gebied tussen Sabang en Merauke. Tegenwoordig is het synoniem met het gebied dat nu de Republiek Indonesië omvat.

Er wordt wel eens geschreven dat er meer dan 5200 verschillende Indonesische recepten zijn. Wij streven ernaar om uiteindelijk zoveel mogelijk van deze recepten gedocumenteerd te hebben voordat fastfood alles heeft overgenomen. De Indonesische keuken is een van de meest gevarieerde keukens en het jammer zijn als deze keuken met al z'n recepten verloren zou gaan.

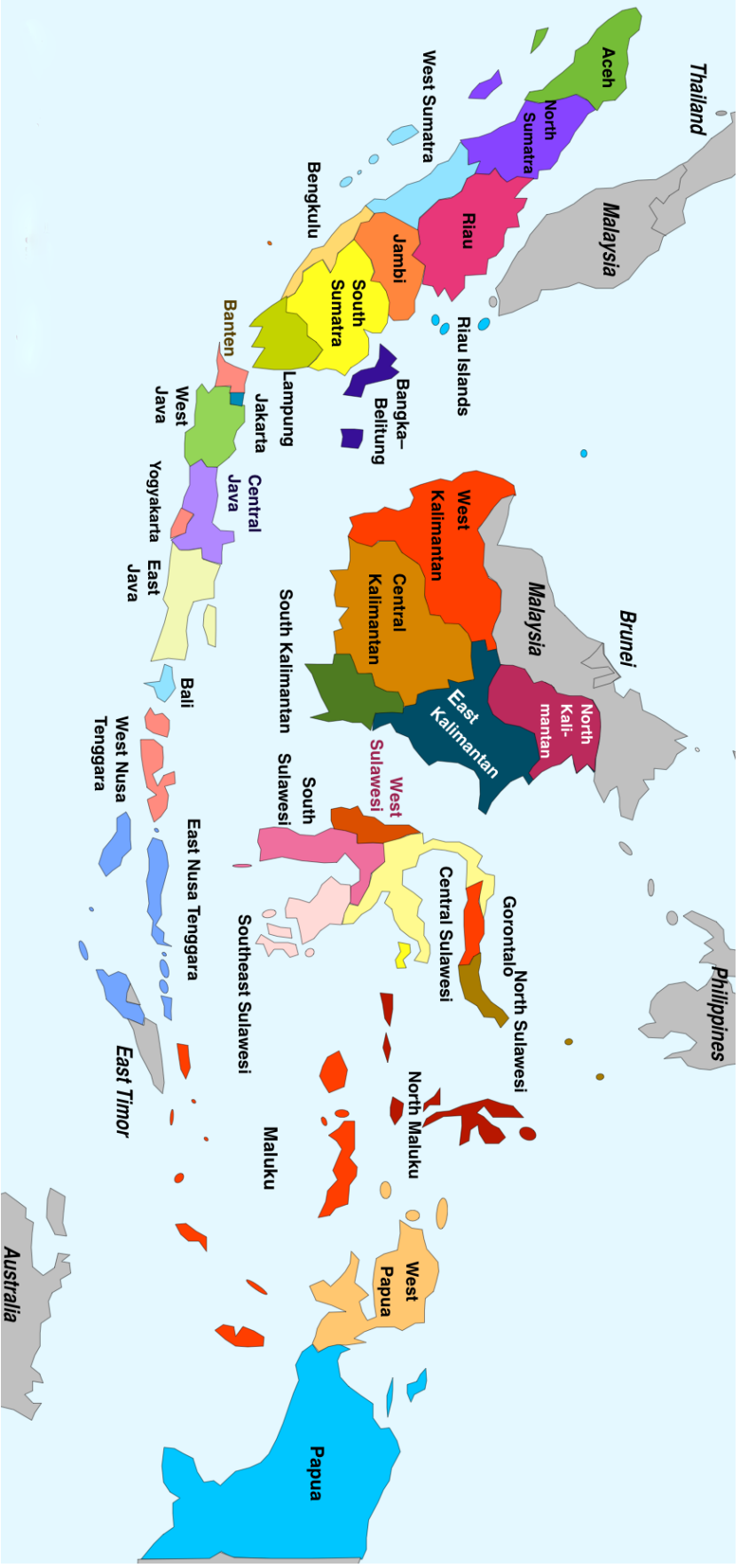
Het boek is complementair aan de website. Uitgangspunt van het boek is dat er geen recepten opgenomen zijn die je ook op de website kan terugvinden. De in het boek opgenomen recepten worden dan ook niet op de website opgenomen.

Dit is wel een 'ouderwets' kookboek. Verwacht dan ook geen verhalen over hoe vroeger alles mooier was of welke herinneringen wij hebben bij een specifiek gerecht, gevolgd door een perfect genomen foto. Dit is een boek om te gebruiken in de keuken en niet voor de koffietafel.

Bij de recepten zie je op de achtergrond een deze keer weergave van een barong masker uit Bali. Barong is de naam van de koning der geesten, de leider van de goede krachten in de Balinese mythologie. Bij de verschillende hoofdstukken wordt afwisselend een Sumatraanse tijger, een Javaanse neushoorn en een jonge orangutan weergegeven, alle drie zijn zeer bedreigde diersoorten en worden met uitsterven bedreigt.

Wij wensen jullie veel leesplezier, zowel met dit boek als met onze site.  
En vooral: veel kookplezier met de recepten uit één van werelds mooiste en lekkerste keukens.

Franc Wiedenhoff & kokkieblanda.nl



# INHOUD

<b>Voorwoord</b>	<b>4</b>		
<b>Ingrediënten in de Aziatische keuken</b>	<b>14</b>		
<b>Lees- en kookwijzer</b>	<b>38</b>		
<b>De Eilandenboog</b>	<b>39</b>		
<b>Daging</b>	<b>40</b>		
Asam-Asam Tulangan (Banjarmasin)	41	Lapis Palaro (Maluku)	65
Babalung Buntut (Lombok)	41	Lapis Palaro (Maluku)	66
Babi Kecap (Bali)	43	Lula Makassar (Sulawesi Selatan)	66
Balung Mekuah (Bali)	43	Masak Kuning (Kalimantan Selatan)	67
Be Sampi Mesisit (Bali)	44	Nasu Cemba (Sulawesi Selatan)	67
Be Sapi Base Manis (Bali)	44	Nasu Kadonteng (Sulawesi Selatan)	68
Be Sapi Base Manis (Bali)	45	Pa'barobo (Sulawesi Selatan)	68
Bebalung Buntut (NT Barat - Lombok)	45	Pallu Basa (Sulawesi Selatan)	69
Bunbu Daging (Sulawesi Selatan)	47	Pallu Basa (Sulawesi Selatan)	69
Daging Belacang (NT Timur)	47	Pallu Basa (Sulawesi Selatan)	70
Daging Kambing Rica-Rica (Sulawesi Utara)	48	Pallu Kaloa (Sulawesi Selatan)	71
Daging Masak Gorontalo	48	Pallu Konro (Sulawesi Selatan)	72
Daging Masak Habang (Banjarmasin)	49	Perut Kambing (NT Barat)	73
Daging Rica-Rica Manado (Sulawesi Utara)	49	Pindang Daging Masrani (Kalimantan Barat)	73
Daging Tuteuruga (Sulawesi Utara)	50	Rempah Pedas (NT Barat)	74
Gagape (Sulawesi Selatan)	50	Rojak Cabai Iga (Kalimantan Timur)	74
Gangan Asam Daging (Kalimantan)	52	Rojak Cabai Iga Daun Kedondong (Kalimantan Timur)	75
Gangsa Daging Sapi (Kalimantan Selatan)	52	Roti Kambing (Ambon)	75
Gecak Sape (NT Barat)	53	Saronco Peke (NT Barat)	76
Gecok Jerohan (NT Barat)	53	Semur Daging Gulung Keju (Kalimantan Timur)	77
Gedang Mekuah (Bali)	54	Semur Ternate (Maluku)	78
Gore-Gore (Sulawesi Tengah)	54	Serapah Daging (Bali)	78
Gore-Gore (Sulawesi Tenggara)	55	Solamu (NT Timur)	79
Goru Balanga (Maluku)	55	Tambeca (NT Barat)	79
Gulai Lemak (NT Barat)	56	Timbungan (Bali)	80
Kagape Kambing (NT Barat)	56	Toppa Lada (Sulawesi Selatan)	80
Kaledo (Sulawesi Tengah)	57	Tuteuruga (Sulawesi Utara)	81
Kaledo (Sulawesi Tengah)	57	Uta Bengka (Sulawesi Tengah)	81
Karang Binaci (Gorontalo)	58	Uvempoi (Sulawesi Tengah)	82
Karmanaci (NT Timur)	58	<b>Ayam &amp; Ungass</b>	<b>83</b>
Karmanaci (NT Timur)	59	Ayam Betutu (Bali)	84
Katemak (NT Timur)	59	Ayam Betutu (Bali)	84
Kecape Kambing (Nusa Tenggara)	61	Ayam Budu-Budu (Sulawesi Selatan)	85
Kikil Mekuah (Bali)	61	Ayam Budu-Budu (Sulawesi Selatan)	86
Kua Asang Rusuk (Sulawesi Utara)	62	Ayam Bumbu Baki (Bali)	86
Kuah Asang Rusuk (Sulawesi Utara)	62	Ayam Bumbu Hijau (Sulawesi Utara)	87
Kuah Bugis (Sulawesi Selatan)	63	Ayam Bumbu Manado (Sulawesi Utara)	88
Kuah Bugis (Sulawesi Utara)	64	Ayam Cabai Hijau (Manado)	88
Lapis Manado (Sulawesi Utara)	65	Ayam Cincane (Kalimantan Timur)	90
		Ayam Cincane (Samarinda)	90
		Ayam Cincane (Kalimantan Timur)	91
		Ayam Gagape (Sulawesi Selatan)	91
		Ayam Gagape (Sulawesi Selatan)	92
		Ayam Gagape (Sulawesi Selatan)	92
		Ayam Goreng Sasando (NT Timur)	94

Ayam Iloni (Gorontalo)	94	Bebek Guling (Bali)	122
Ayam Isak Neng Ku'den (Kalimantan Timur)	95	Bebek Megoreng (Bali)	123
Ayam Isi Buluh (Sulawesi Utara)	95	Bebek Woku Bungkus Daun Mengkudu (Sulawesi Utara)	123
Ayam Isi Dibulu (Sulawesi Utara)	96	Bebek Woku Bungkus Daun Mengkudu (Sulawesi Utara)	124
Ayam Kaloa (Sulawesi Selatan)	96	Bette Puli (Sulawesi Selatan)	124
Ayam Lawar (NT Timur)	97	Bidara Rica (Maluku)	125
Ayam Lawar (NT Timur)	98	Brengkes Ayam (Bali)	125
Ayam Masak Bugis (Sulawesi Selatan)	98	Bumbu Hijau Ayam Banda (Maluku)	126
Ayam Masak Bugis (Sulawesi Selatan)	99	Bundu Ayam (Sulawesi Selatan)	126
Ayam Masak Di Belanga (Sulawesi Utara)	99	Bundu Makassar (Sulawesi Selatan)	128
Ayam Masak Habang (Kalimantan Timur)	100	Cakep Ayam (Bali)	128
Ayam Masak Hijau (Kalimantan Seletan)	101	Gangan Manuk (Kalimantan Timur)	129
Ayam Masak Hijau (Kalimantan Seletan)	101	Gangsa (Kalimantan Seletan)	129
Ayam Masak Leilem (Sulawesi Utara)	102	Gangsa Ayam (Kalimantan Tengah)	130
Ayam Masak Lombok (NT Barat)	103	Gangsa Ayam (Kalimantan Tengah)	130
Ayam Masak Paniki (Sulawesi Utara)	103	Gulai Itik (Kalimantan Selatan)	131
Ayam Nasu Palekko (Makassar)	104	Gulai Welie (Sulawesi Selatan)	131
Opor Kutai (Kalimantan Timur)	104	Ila Bulu (Gorontalo)	132
Ayam Panggang Tomohon (Sulawesi Utara)	105	Itik Masak Habang (Kalimantan Seletan)	132
Ayam Panggang (Sulawesi Utara)	106	Ituwu (Sulawesi Selatan)	133
Ayam Panggang Gorontalo (Sulawesi Utara)	106	Jilabulo (Sulawesi Utara)	133
Ayam Panggang Ilolabu (Gorontalo)	107	Kari Makassar (Sulawesi Selatan)	134
Ayam Panggang Sere Tabia (Bali)	107	Kek Oang (Sulawesi Selatan)	134
Ayam Paniki (Sulawesi Utara)	108	Lawar Be Siap (Bali)	136
Ayam Paniki (Ternate)	108	Manu Kinowu (Sulawesi Tenggara)	136
Ayam Pedas (Maluku)	109	Manuk Dang (NT Barat)	137
Ayam Pelalah (Bali)	109	Manuk Masak Bahandang (Kalimantan Tengah)	137
Ayam Pelalah (Bali)	110	Manuk Masak Bahandang (Kalimantan Tengah)	138
Ayam Raci Cili Padi (Maluku)	110	Miswa Ayam (Sulawesi Tenggara)	138
Ayam Rica-Rica (Manado)	112	Nasu Likku (Sulawesi Selatan)	139
Ayam Rica-Rica (Sulawesi Utara)	112	Nasu Wolio (Sulawesi Tenggara)	139
Ayam Rica-Rica (Sulawesi Utara)	113	Opor Kutai (Kalimantan Timur)	140
Ayam Sere Limo (Bali)	113	Opor Manuk (NT Barat)	140
Ayam Singkong (Sulawesi Tenggara)	114	Pallu Kaloa (Sulawesi Tenggara)	141
Ayam Taliwang (NT Barat)	114	Pallu Sanroh (Sulawesi Selatan)	141
Ayam Tinorangsak (Sulawesi Utara)	115	Pelecing Ayam (NT Barat)	142
Ayam Tuteuruga (Manado)	115	Pelecing Ayam (NT Barat)	142
Ayam Tuteuruga (Sulawesi Utara)	116	Pelepah Manuk (NT Timur)	143
Ayam Tuteuruga Manado (Sulawesi Utara)	116	Pelepah Manuk (NT Timur)	143
Ayam Ungkep Bumbu Cabai (Kalimantan Timur)	117	Pencok Ayam (NT Barat)	144
Ayam Woku Belanga (Manado)	117	Sambal Goreng Bawah Sarentak (Banjarmasin)	144
Ayam Woku Belanga (Sulawesi Utara)	118	Saut Ayam (Sulawesi Utara)	145
Ayam Woku Belanga (Sulawesi Utara)	119	Semur Ayam Pedas (Kalimantan Timur)	145
Ayam Woku Goreng (Sulawesi Utara)	120	Semur Goreng (Kalimantan Timur)	146
Ayem Puri Gianyar (Bali)	121		
Bebek Betutu (Bali)	121		
Bebek Goreng (Bali)	122		

Semur Pedas Ayam Kalimantan Timur)	146	Gulai Ulu Juku (Sulawesi Selatan)	173
Sepat Ayam (NT Barat)	147	Ikan Bakar (Papua)	173
Siap Base Kalas (Bali)	147	Ikan Bakar bumbu	174
Sosok Dalle Toraja (Sulawesi Selatan)	148	Makassar (Sulawesi Selatan)	174
Timbungan Betutu Siap (Bali)	149	Ikan Bakar Colo Dadu-Dabu (Sulawesi Utara)	174
Tinorangsak (Sulawesi Utara)	150	Ikan Bakar Dabu-Dabu Ilang (Sulawesi Utara)	175
Tum Ayam (Bali)	150	Ikan Bumbu Bali (Sulawesi Selatan)	175
Uta Dada (Sulawesi Tengah)	151	Ikan bumbu Tinorangsak (Sulawesi Utara)	176
Uta Dada (Sulawesi Tengah)	151	Ikan Bungkus (Papua/Irian Jaya)	176
		Ikan Colo-Colo (Maluku)	177
<b>Ikan &amp; Kerang</b>	<b>152</b>	Ikan Gabus Bumbu Kelapa (Kalimantan Tengah)	178
Acar Kupang (NT Timur)	154	Ikan Hariru (Nusa Tenggara)	178
Asam-Asam Ikan Gabus (Sulawesi Tengah)	154	Ikan Kembung Kuah Asam (Kalimantan Selatan)	179
Asam-Asam Ikan Gabus (Sulawesi Tengah)	155	Ikan Kuah (Papua/Irian Jaya)	179
Asam-Asam Udang (Kalimantan Selatan)	155	Ikan Kuah Asam (Manado)	180
Asem-Asem Pedas Udang (Kalimantan Selatan)	156	Ikan Kuah Asam (NT Timur)	180
Asem-Asem Pedas Udang (Banjarmasin)	156	Ikan Kuah Asam (Sulawesi Utara)	182
Aunu Senebre (Papua/Irian Jaya)	157	Ikan Kuah Belimbing (NT Timur)	182
Aunu Senebre (Papua)	157	Ikan Kuah Garam (Maluku)	183
Aunuve Habre (Papua/Irian Jaya)	158	Ikan Kuah Kuning (Maluku)	183
Aunuve Habre (Papua)	158	Ikan Kwe Bakar Dabu-Dabu (Sulawesi Utara)	184
Bandasi (Sulawesi Selatan)	159	Ikan Mas Bakar Sambal Colek (Sulawesi Utara)	185
Bandeng Bumbu Bali (Bali)	159	Ikan Mas Woku Belanga (Sulawesi Utara)	185
Baronang Bakar (Sulawesi Selatan)	160	Ikan Mas Woku Belanga (Sulawesi Utara)	186
Baronang Bakar (Sulawesi Selatan)	160	Ikan Maskrim (Maluku)	187
Bau Bayauweng (Sulawesi Barat)	161	Ikan Maskrim (Ternate)	188
Bau Dianjoroi (Sulawesi Barat)	161	Ikan Parape (Sulawesi Selatan)	188
Bau Peapi (Sulawesi Barat)	163	Ikan Parepe (Kalimantan Selatan)	189
Bau Peapi (Sulawesi Tenggara)	163	Ikan Patin Bakar (Kalimantan Selatan)	190
Bawal Bumbu Bali (Bali)	164	Ikan Tumis Pare (NT Timur)	190
Be Goreng Pantai Lecih (Bali)	164	Ikan Woku Belanga (Manado)	191
Bilandango (Gorontalo)	165	Ikan Woku Belanga (Sulawesi Utara)	191
Bilandango (Sulawesi Utara)	165	Ilahe (Sulawesi Tenggara)	192
Bolu Kambu Sambal Mangga (Sulawesi Selatan)	166	Jangan Jingga (Nusa Tenggara)	192
Cakalang Fufu (Sulawesi Utara)	166	Juku Kambu (Manado)	193
Cakalang Garo Rica (Sulawesi Utara)	167	Kakap Kuah Asang (Sulawesi Utara)	193
Cakalang Pampis (Manado)	168	Kalattude Piapi Batte Anjoro (Sulawesi Barat)	194
Cakalang Pampis (Sulawesi Utara)	168	Karorang Kambu (Sulawesi Barat)	194
Cakalang Rica-Rica (Sulawesi Utara)	169	Kawawa Kukus (Sulawesi Barat)	195
Dabu-Dabu Sesi (Maluku)	169	Kenus Mebase (Bali)	195
Gabus Bumbu Kelapa (Kalimantan Tengah)	170	Kerang Masak Semboko (NT Timur)	196
Gangan Asam Kering (Kalimantan Tengah)	170	Kerang Masak Semboko (NT Timur)	196
Gangan Tungkul (Kalimantan Selatan)	171	Kohu-Kohu (Maluku)	197
Gerang Asem Be Pasih (Bali)	171	Kuah Asang (Sulawesi Utara)	198
Gohu Ikan (Maluku)	172	Landai Lauk Pare (Kalimantan Tengah)	198
Gulai Tongkol (Samarinda)	172	Landak Lauk Paria (Kalimantan Tengah)	199
		Langga Roko (Sulawesi Selatan)	200
		Langga Roko (Sulawesi Tengah)	200

Langga Roko (Sulawesi Tenggara)	201	Tumis Cakalang Asap (Sulawesi Utara)	226
Langga Roko (Sulawesi Tengah)	201	Tumis Sepi (NT Barat)	226
Lawar Bau (Sulawesi Barat)	203	Tumis Udang Sambal Dabu-Dabu (Sulawesi Utara)	227
Lawar Ikan (NT Timur)	203	Tuturuga Penyu (Sulawesi Utara)	227
Loude Puru (Lombok)	204	Udang Asam Pedas (Kalimantan Tengah)	228
Loude Puru (NT Barat)	204	Udang Bumbu Asam (Maluku)	228
Masak Habang Banjar (Kalimantan Selatan)	205	Udang Garo Rica (Manado)	229
Oeiloni (Gorontalo)	205	Udang Garo Rica (Sulawesi Utara)	229
Otak-Otak (Sulawesi Selatan)	206	Udang Goreng Sambal Pirik (Kalimantan Timur)	230
Palem Udang (Bali)	206	Udang Kuah Asam (Kalimantan Selatan)	230
Pallu Cela (Sulawesi Selatan)	207	Uilalia (Sulawesi Tenggara)	231
Pallu Kacci (Sulawesi Selatan)	207	Ulu Juku Pallu'mara (Sulawesi Selatan)	231
Pallu Kacci (Sulawesi Selatan)	208	Udang Renyak Hun Kwe (Kalimantan Barat)	232
Pallu Kaloa (Sulawesi Selatan)	208	Utu Kelo (Sulawesi Tengah)	232
Pallu Kesang (Sulawesi Selatan)	209		
Pallu Mara (Sulawesi Tengah)	209	<b>Sayuran</b>	<b>233</b>
Pallumara (Sulawesi Selatan)	210	Acar Kuning (Maluku)	234
Pallu'mara Bandeng (Sulawesi Selatan)	210	Acar Kupang (NT Timur)	235
Pallu'mara Cakalang (Sulawesi Selatan)	211	Acar Mentimun Dan Wijen (Nusa Tenggara)	235
Pallu'mara Mairo (Sulawesi Selatan)	211	Acar Rebung (Maluku)	236
Panggang Kalak (Banjarmasin)	212	Acar Timur (Nusa Tenggara)	236
Panggang Kalak (Kalimantan Selatan)	212	Acah Sayur (Kalimantan Selatan)	237
Pantollo Pamarrasan (Sulawesi Selatan)	213	Ares (NT Barat)	237
Papa Kambong (sulawesi Selatan)	213	Asam Sawi (Kalimantan Selatan)	238
Papa Kambong (sulawesi Selatan)	214	Ase Cabai (Nusa Tenggara)	238
Parepe Ikan (Sulawesi Tenggara)	214	Baberuk Terung (NT Barat)	239
Pepes Ikan Mas Bumbu Iris (Sulawesi Utara)	215	Barobbo (Sulawesi Selatan)	239
Pilitode (Sulawesi Utara)	215	Bayabu Talagae (Sulawesi Barat)	240
Pindang Ikan Kenari (Maluku)	216	Beko (Sulawesi Selatan)	240
Pirik Cabai Udang Kecombrang (Kalimantan Timur)	216	Bening Daun Singkong (Sulawesi Selatan)	241
Rabo'ruan (Kalimantan Timur)	217	Binte Biluhuta (Gorontalo)	241
Rabo'ruan (Kalimantan Timur)	217	Binte Biluhuta (Sulawesi Utara)	243
Sambal Be Tongkol (Bali)	218	Bulung Nusa (Bali)	243
Sambal Goreng Ikan Kakap (Kalimantan Selatan)	219	Cah Kangkung Belacan (Kalimantan Barat)	244
Sambal Goreng Kakap (Banjarmasin)	219	Cah Kangkung Belacan (Kalimantan barat)	244
Sambal Goreng Papai (Kalimantan Tengah)	220	Ebatan (NT Barat)	246
Sambal Papai (Kalimantan Tengah)	221	Gangan Daun Mengkudu (Kalimantan Selatan)	247
Santan Kuning Ikan Kering (Papua)	221	Gangan Kacang Panjang (Kalimantan Timur)	247
Sate Kerang Belawar (NT Timur)	222	Gangan Manok (Kalimantan Timur)	248
Sayur Asem Ikan Gabus (Pontianak)	222	Gangan Waluh (Kalimantan Selatan)	248
Sayur Ikan Gabus (Kalimantan Barat)	223	Garo Bunga Papaya (Sulawesi Utara)	249
Sosol Dalle (Sulawesi Selatan)	223	Garo Bunga Papaya (Sulawesi Utara)	250
Tenggiri Jaya Wijaya (Papua)	224	Gohu (Manado)	250
Tenggirow Peu-Aweuh (Sulawesi Tengah)	224	Gulai Pakis (Kalimantan Barat)	251
Tude Rica (Sulawesi Utara)	225	Jambrai Sagar (NT Barat)	251
Tumis Bunga Pepaya (Sulawesi Tengah)	225		

Jukut Bayam Sele Kuning (Bali)	252	Tumis Bunga Pepaya (Manado)	279
Jukut Nangka (Bali)	252	Tumis Paku Bunga Pepaya (Sulawesi Utara)	280
Jukut Paku Mekalas (Bali)	253	Ulang-Ulang Campur (Maluku)	280
Jukut Urab (Bali)	253	Urap (Bali)	281
Jukut Urab (Bali)	254	Urapan (Bali)	281
Kapurung (Sulawesi Selatan)	254	Uta Kelo (Sulawesi Tengah)	282
Katemak (NT Timur)	255	Utang Kadong Santan (Sulawesi Selatan)	282
Kekoyon (NT Barat)	255		
Kelapa Wico (Gorontalo)	256	<b>Tahu/Tempe</b>	<b>283</b>
Kelapa Wico (Sulawesi Utara)	256	Kimie-Kimie (NTT Barat)	285
Kembu Paria (NT Barat)	257	Sambal Goreng Tempe (Kalimantan Selatan)	285
Ketupat Sayur Pontianak (Kalimantan Barat)	257	Tahu Gunting Bumbu Bali (Bali)	286
Kohu-Kohu Mentah (Maluku)	258	Tempe Bumbu Bali (Bali)	286
Lalap Aru (NT Barat)	260	Tempe Cabai Hijau (Bali)	287
Lawa Taipa (Sulawesi Tengah)	260		
Lawar (Bali)	261	<b>Sup &amp; Soto</b>	<b>289</b>
Lawar (Bali)	261	Bruine Bonen Soep (Sulawesi Utara)	290
Lawar Don Belimbing (Bali)	262	Coto Makassar (Sulawesi Selatan)	290
Oseng-Oseng Kembang Kol (Kalimantan Timur)	262	Coto Makassar (Sulawesi Selatan)	291
Pa'Kadonten (Sulawesi Selatan)	263	Cram Cam (Bali)	292
Pallu Kaci (Sulawesi Selatan)	263	Kaledo (Sulawesi Tengah)	292
Papare (Sulawesi Utara)	264	Kapurung (Sulawesi Selatan)	293
Papare (Sulawesi Utara)	264	So'Karorang Anjoro Mangura (Sulawesi Barat)	295
Peca'Lolong (Sulawesi Barat)	266	Sop Kepala Ikan Lebih (Bali)	295
Pelecing Kangkung (NT Barat)	266	Soto Banjar (Kalimantan Selatan)	296
Pencok Buwe (Sulawesi Selatan)	267	Soto Mahakam (Kalimantan Timur)	297
Pesan Wong Bulan (Bali)	267	Soto Nangka (NT Barat)	298
Plecing Kangkung (Lombok)	268	So'Ulu Bau (Sulawesi Barat)	299
Sambal Pepaya (Maluku)	268	Sup Ikan Asam Pedas (Gorontalo)	299
Sangisi Paria (Nusa Tenggara)	270	Sup Ikan Hotong (Maluku)	300
Sayur Asam Kutai (Kalimantan Timur)	270	Sup Jantung Ikan Palu (Sulawesi Tengah)	302
Sayur Asem ikan Gabus (Kalimantan Barat)	271	Sup Kacang Merah (Sulawesi Utara)	302
Sayur Gambas (Kalimantan Barat)	271	Sup Konro (Sulawesi Selatan)	303
Sayur Gambas (Pontianak)	272	Sup Kuah Asam (Sulawesi Utara)	304
Sayur Ganemu (Maluku)	272	Sup Saudara (Sulawesi Selatan)	304
Sayur Genemo (Sulawesi Utara)	273	Sup Sodara (Sulawesi Selatan)	305
Sayur Jantung Pisang (Gorontalo)	273	Sup Ternate (Maluku)	306
Sayur Lelui (NT Barat)	274	Sup Ubi (Sulawesi Selatan)	307
Sayur Pangi (Sulawesi Utara)	274	Sup Ulu Juku (Sulawesi Selatan)	307
Sayur Rebung / Umbut Rotan (Kalimantan Tengah)	275		
Sayur Rumbu Rampai (NT Timur)	275	<b>Sambalan</b>	<b>308</b>
Sayur Sa'ut Ayam (Sulawesi Utara)	276	Dabu-Dabu Terasi (Sulawesi Utara)	309
Sayur Sibulung Pulung (Sulawesi Selatan)	276	Sambal Acar Mangga (Sulawesi Selatan)	309
Sese Gampaya (Sulawesi Tengah)	277	Sambal Dabu Dabu (Manado)	310
Terung Santen (Maluku)	277	Sambal Dabu-Dabu Lilang (Sulawesi Utara)	310
Timun Mesanten (Bali)	279	Sambal Embe (Bali)	310
		Sambal Jeruk Mentah (NT Timur)	311
		Sambal Kaluku (Sulawesi Selatan)	311



Sambal Kelapa (NT Barat)	312	Satai Bia Merah (Maluku)	338
Sambal Kenari (Maluku)	312	Satai Kerang Belawar (NT Timur)	339
Sambal Matah (Bali)	312	Satai Mageli (Kalimantan Selatan)	339
Sambal Matah (Bali)	313	Satai Manis (Kalimantan Barat)	340
Sambal Parado (NT Barat)	313	Satai Udang (Kalimantan Barat)	340
Sambal Rica (Manado)	313	Satai Ampet (NT Barat)	341
Sambal Tauco (Sulawesi Selatan)	314	Sate Ayam Banjar (Kalimantan Selatan)	341
Sambel Be Awan (Bali)	314	Sate Be Pasih (Bali)	342
Sambel Be Lindung (Bali)	314	Sate Bentul Daging Babi (Bali)	343
Sambel Matah Sari Segara (Bali)	315	Sate Cumi Bakar (Sulawesi Utara)	343
Sambel Mbe Goreng (Bali)	315	Sate Itik Bumbu Kacang (Kalimantan Selatan)	344
Sambel Sager Gerih (Bali)	316	Sate Itik Manis (Kalimantan Selatan)	345
Sambel Ulek (Bali)	316	Sate Lilit (Bali)	345
<b>Beras, Ketan, Bubur &amp; Mi</b>	<b>317</b>	Sate Lilit Ayam (Bali)	346
Bubur Hotong (Maluku)	318	Sate Lilit Ayam (Bali)	347
Bubur Jagung Ayam (Sulawesi Tenggara)	318	Sate Makassar (Sulawesi Selatan)	347
Bubur Mengguh (Bali)	319	Sate Manis (Pontianak)	348
Bubur Pisang Kenari (Ambon)	320	Sate Manis Pontianak (Kalimantan Barat)	348
Bubur Sagu (Ambon)	320	Sate Mataram (Nusa Tenggara)	349
Bubur Sago Ubi (Maluku)	321	Sate Pusut (NT Barat)	349
Bubur Sambas (Kalimantan Barat)	321	Sate Pusut (NT Timur)	350
Lontong Banjar (Kalimantan Selatan)	322	Sate Pusut (NT Barat)	350
Mi Titi (Sulawesi Selatan)	323	Sate Rembiga (Mataram)	351
Mie Goreng Sapi (Pontianak)	324	Sate Serapah Ayam (Bali)	351
Nasi Goreng Kagili (Sulawesi Tenggara)	324	Sate Tambulinas (Sulawesi Tenggara)	352
Nasi Hotong (Maluku)	326	Sate Tumbalinas (Sulawesi Tenggara)	352
Nasi Jaha (Sulawesi Utara)	326	<b>Kudapan &amp; Minuman</b>	<b>353</b>
Nasi Kuning Banjar (Kalimantan Selatan)	327	Balapis (Manado)	354
Nasi Tumpeng (Bali)	327	Barongko Pisang (Sulawesi Selatan)	354
Nasi Yasa (Bali)	328	Biji Nangka (Sulawesi Selatan)	355
Tinutuan (Sulawesi Utara)	328	Bika Jawa (NT Barat)	355
<b>Telur/Telor</b>	<b>329</b>	Bluder Manado (Sulawesi Utara)	356
Acar (Kalimantan Selatan)	330	Bola Natik Hotong (Maluku)	356
Gulai Lemak Telur Itik (Kalimantan Selatan)	330	Bolu Koja (NT Barat)	357
Telur Bumbu Bali (Bali)	331	Bolu Peca' (Sulawesi Selatan)	357
Telur Masak Base Genep (Bali)	331	Buah Sari Sarianna (Sulawesi Barat)	358
Telur Masak Base Genep (Bali)	332	Burangsa (Makassar)	358
Tili Aya (Gorontalo)	332	Burasa (Sulawesi Tengah)	359
Uta Saronco Limbi (NT Barat)	334	Buroncong (Sulawesi Selatan)	359
<b>Sate</b>	<b>335</b>	Canjica (NT Timur)	360
Itik Panggang (Kalimantan Selatan)	336	Cara Isi (Gorontalo)	360
Satai Ayam Manado (Celebes)	336	Cucuru Bayao (Sulawesi Selatan)	361
Satai Banjar (Kalimantan Selatan)	337	Dange (Sulawesi Selatan)	361
Satai Be Sampi (Bali)	337	Dangi (Kalimantan Barat)	362
Satai Bebek (Bali)	338	Danpo (Sulawesi Selatan)	362
		Es Kacang Merah (Sulawesi Utara)	363
		Es Pallubutung (Sulawesi Selatan)	363

Es Pisang Ijo (Sulawesi Selatan)	364
Eurimoo (Papua)	365
Gagak (Kalimantan Selatan)	365
Gohu (Sulawesi Utara)	366
Jaja Batun Bedil (Bali)	366
Jalangkote (Sulawesi Selatan)	367
Kalimbu (Sulawesi Selatan)	367
Katiri Sala (Sulawesi Selatan)	368
Kavuvu (Sulawesi Tengah)	368
Klapertart (Sulawesi Utara)	369
Kokole (Sulawesi Utara)	369
Koyabu (Sulawesi Utara)	370
Kue Bingka Kentang (Kalimantan Barat)	370
Kue Palita (Sulawesi Selatan)	371
Kue Sabogi (Gorontalo)	371
Lalampa (Sulawesi Utara)	372
Lampu-Lampu (Sulawesi Utara)	373
Panada (Sulawesi Utara)	373
Pangan Tala Kastubi (Sulawesi Tengah)	374
Pisang Epe (Sulawesi Selatan)	375
Pisang Goreng Pontianak (Kalimantan Barat)	375
Pisang Rai (Bali)	376
Pisang Rarai (Bali)	376
Putu Mayang (Kalimantan Selatan)	377
Saraba (sulawesi Selatan)	377
Simbole Durian (Sulawesi Selatan)	378
Umba-Umba (Sulawesi Selatan)	378
Uta Kelo (Sulawesi Tengah)	379
Wajik Hotong (Maluku)	379
Wapili (Gorontalo)	380

### **Resep Lainnya**

<b>381</b>	
Asam water	383
Baro'bo (Sulawesi Selatan)	383
Bumbu Genap Besar (Bali)	384
Bumbu Genap Kecil (Bali)	385
Kapusuk Nosu (Sulawesi Tenggara)	385
Ketupat Kandangan (Kalimantan Selatan)	386
Norhombi (Papua/Irian Jaya)	387
Papeda (Papua/Irian Jaya)	387
Papeda Kuah Ikan (Maluku)	388
Sasate (Nusa Tenggara)	389
Selada Banjar (Kalimantan Selatan)	389
Tinutuan (Sulawesi Utara)	390
Urutan (Bali)	391
Index	392

