

### **132. makanan khas manado**

Judul: Daftar Makanan Khas Manado yang Bikin Lidah Bergoyang Ketagihan

Manado terletak di daerah teluk dan dikelilingi oleh barisan pegunungan. Hal ini menjadikannya kaya akan berbagai potensi wisata eksotis. Tak hanya itu, daerah ini juga dikenal sebagai surganya makanan bagi para pemburu kuliner. Saat berkunjung ke sini, sebaiknya cicipi makanan khas Manado berikut ya!

#### **Tinutuan**

Tinutuan merupakan makanan khas Manado yang legendaris dengan sebutan bubur Manado. Tinutuan berisi campuran berbagai sayuran hijau dimasak bersama bubur beras dan labu kuning. Tinutuan sangat cocok dijadikan menu sarapan.

#### **Cakalang Fufu**

Cakalang fufu berbahan dasar ikan cakalang atau ikan tongkol putih segar. Cakalang yang sudah dibersihkan lalu dibagi dua dan diberi bambu kemudian diasapi. Cakalang fufu bisa juga dijadikan sebagai buah tangan untuk kerabat.

#### **Dabu Dabu**

Dabu Dabu merupakan salah satu pelengkap wajib makanan khas Manado. Khususnya makanan berbahan dasar ikan seperti cakalang fufu. Proses pembuatannya sangat mudah. Cabe, bawang merah dan tomat cukup diiris-iris kemudian diberi garam secukupnya. Selanjutnya tinggal diberi perasan lemon di atasnya.

#### **Sambal Roa**

Sambal roa dijual dengan harga cukup mahal karena menggunakan ikan terbang asap. Ikan terbang ditumbuk sampai halus bersama cabe rawit, bawang merah, bawang putih, tomat, garam serta gula, kemudian ditumis. Sambal roa paling sedap dinikmati bersama tinutuan.

#### **Ayam Tuteuruga**

Penampilan ayam tuteuruga mirip opor ayam. Namun, ayam tuteuruga jauh lebih gurih dan lebih pedas. Ayam tuteuruga dimasak dengan daun kemangi, jeruk nipis, serta daun pandan. Bumbu tersebut membuat hidangan ini semakin khas dan bikin ketagihan.

#### **Ayam Rica Rica**

Ayam rica rica adalah makanan khas Manado yang terkenal pedas. Karena rica berarti cabai atau pedas. Selain pedas, ayam rica-rica juga sangat gurih dan segar. Hal ini karena penggunaan bumbu-bumbu serta rempah-rempah pilihan di dalamnya.

#### Ayam Woku Woku

Ayam woku woku adalah olahan daging ayam bercita rasa pedas. Daging ayam dimasak bersama beragam rempah sehingga mengeluarkan aroma dan rasa khas. Ayam woku woku semakin mantap jika disajikan bersama nasi jaha.

#### Es Brenebon

Es brenebo adalah ikon kota Manado, hampir semua "rumah es" menyajikan es brenebo. Bahan baku es brenebo sendiri adalah es serut, kacang merah, sirup coklat dari air gula merah. Untuk toppingnya, biasanya berupa alpuket ataupun durian.

#### Klapertaart

Klapertaart merupakan makanan khas Manado warisan Belanda. Klapertaart dibuat dari kelapa muda dicampur tepung terigu, susu, air, dan mentega. Adonan kemudian dipanggang atau dikukus lalu disajikan dalam keadaan dingin.

#### Nasi Jaha

Nasi jaha merupakan makanan khas Manado dengan unsur tradisional sangat kental. Cara memasak nasi jaha adalah dengan memasukkan nasi ke dalam potongan bambu. Lalu nasi dibakar sampai matang.

#### Sambal Bakasang

Manado kaya akan berbagai jenis olahan sambal bercita rasa pedas. Salah satunya adalah sambal bakasang. Sambal ini cukup unik karena menggunakan bahan telur ikan.

#### Rica Rodo

Rica rodo adalah makanan khas Manado berbahan sayur-sayuran. Dari mulai terong, kacang panjang dan jagung manis pipil. Bahan-bahan tersebut dioseng bersama bumbu serta cabai.

#### Nasi kuning Khas Manado

Nasi kuning di daerah ini dibungkus dengan woka berbentuk seperti permen tapi ukurannya besar. Masyarakat setempat bisa menyantap nasi kuning bersama abon ikan. Berbeda dengan kebiasaan di daerah lain yang menantap nasi kuning untuk sarapan. Di sini nasi kuning disantap saat malam.

### Lalampa

Lalampa mirip dengan lempeng karena berbahan beras ketan dibungkus daun. Isiannya berupa daging ikan cakalang. Proses memasaknya dikukus terlebih dahulu kemudian dibakar.

### Gohu

Gohu adalah rujak berbahan potongan pepaya mengkal. Pepaya kemudian direndam dalam air asam cuka, garam, gula, cabe, dan jahe. Rasanya pedas, asam, manis dan segar.

### Ikan Kuah Asam

Hidangan ini berbahan dasar ikan dengan kuah bercitarasa asam. Agar tidak kehilangan identitas sebagai makanan khas Manado, biasanya ditambahkan cabe agar rasanya pedas. tingkat kepedasannya bisa disesuaikan dengan selera.

### Pampis

Pampis biasanya berbahan dasar cakalang atau tongkol. Karena dagingnya tebal dan minim tulang. Daging kemudian disuwir lalu digoreng kering bersama bumbu. Pampis bisa dimakan langsung atau dijadikan isian olahan lain.

### Sayur Ganemo

Sayur ganemo terdiri dari campuran daun melinjo, bunga pepaya, dan labu kuning. Sayuran tersebut biasanya dimasak dengan kuah santan. Masyarakat setempat biasa menikmati sayur ganemo sebagai teman makan nasi.

### Halua Kenari

Halua kenari banyak dijual di pusat oleh-oleh. Halua kenari terbuat dari biji kenari yang diolah bersama gula sehingga bijinya saling menempel. Halua kenari digemari karena rasanya enak dan menyehatkan.

### Ikan Tude Bakar Dan Goreng

Ikan tude adalah olahan yang cukup populer hingga bisa ditemukan di ibu kota. Ikan bisa diolah dengan cara dibakar atau digoreng. Hidangan ini kemudian disajikan bersama sambal dabu-dabu super pedas.

### Binyolos

Adonan binyolos terbuat dari ubi, tepung terigu, mentega, telur, dll. Adonan kemudian dibentuk bulat-bulat dengan isian gula merah. Binyolos lalu digoreng dan siap disajikan sebagai cemilan di pagi atau malam hari.

### Mie Cakalang

Mie cakalang adalah olahan mie serupa mie ayam. Bedanya, toppingnya diganti dengan suwiran daging cakalang. Mie disajikan bersama kuah bening berisi sayuran dan berbagai bumbu. Juga tambahan sambal lombok ijo dan sambal merah.

### Tinoransak

Tinoransak adalah olahan daging babi yang diberi bumbu kemudian dimasukkan ke dalam buluh bambu. Salah satu bumbu yang digunakan adalah kunyit. Sehingga warnanya kuning menggoda dengan sedikit kuah kental.

### Kue Bangket

Kue bangket berasal dari kepulauan Talaud kemudian menyebar hingga ke Manado. Kue ini berbahan dasar sagu. Biasanya toko-toko yang menjual kue bangket sudah mengemas kue ini. Sehingga cocok untuk dijadikan sebagai buah tangan.