

136. makanan khas ntt

Judul: Daftar Makanan Khas NTT Paling Terkenal

Nusa Tenggara Timur merupakan salah satu provinsi yang mengandalkan jagung sebagai makanan pokok. Masyarakat biasa makan jagung dengan daging sapi dan ikan sebagai lauknya. Karena sapi tumbuh dengan bebas di padang sabana dan hasil tangkapan laut pun melimpah. Jadi makanan khas NTT tidak jauh dari bahan-bahan tersebut, seperti 8 hidangan paling terkenal berikut ini!

Tapa Kolo

Tapa berarti bakar sedangkan kolo artinya nasi bambu. Jadi, tapa kolo adalah proses memasak nasi dengan cara dibakar dalam bambu. Warga lokal biasa memasak tapa kolo dalam berbagai acara adat. Seperti syukuran tahunan, saat memulai menanam padi, dan acara besar lainnya. Jika ingin mencicipi tapa kolo pastikan jadwal berkunjung bertepatan dengan waktu upacara adat.

Pada proses memasaknya, beras merah dibersihkan lalu dimasukkan ke dalam bambu kecil. Bambu yang digunakan terlebih dahulu dialasi daun enau muda. Kemudian beras dicampur dengan air, santan, serta bumbu-bumbu. Setelah itu, beras dalam buluh ditutupi daun pisang dan dibakar sampai matang. Makanan khas NTT ini biasanya disajikan bersama daging yang telah dimasak terpisah.

Catemak Jagung

Cetemek berbahan dasar jagung, dicampur labu lilin, kacang hijau serta sayur-sayuran hijau. Sepintas bentuknya terlihat kental seperti kolak sehingga sering dikira rasanya manis. Namun, sekalipun terlihat serupa kolak, makanan khas NTT ini rasanya asin nan gurih menyegarkan.

Untuk membuatnya, kacang hijau, jagung dan labu lilin direbus sampai empuk. Kemudian dibubuhi bumbu-bumbu termasuk garam. Karena rasa khas dari hidangan ini adalah asin, maka garam harus dimasukkan cukup banyak. Kemudian ditambahkan bermacam-macam sayuran seperti daun ubi, bunga pepaya, dll.

Selanjutnya tinggal dimasak hingga kuah mengental, maka catemak jagung siap disajikan. Sajian ini biasanya dijadikan sebagai menu penutup. Agar lebih nikmat, bisa ditambahkan perasan jeruk nipis.

Jagung Bose

Jagung bose atau bubur jagung termasuk makanan pokok pengganti nasi di NTT. Iklim di sini cocok untuk menanam jagung. Banyaknya perkebunan jagung, menjadikan

jagung bose mudah ditemukan di rumah-rumah penduduk. Semangkuk jagung bose terdiri dari bahan dasar jagung, kacang merah, labu manis, juga santan.

Makanan khas NTT ini dibuat dengan cara merebus bahan-bahan dalam air mendidih. Bahan-bahannya adalah kacang merah yang telah direndam semalaman, jagung pipil, serta labu manis. Setelah empuk, santan dan garam kemudian ditambahkan sampai kuahnya menyusut.

Jagung bose paling cocok jika disajikan selagi hangat. Paling nikmat jika dibarengi dengan olahan lain seperti daging se'i, karmanaci, atau lawar ikan.

Se'i Daging Sapi Asap

Se'i artinya daging yang diiris tipis memanjang. Se'i daging sapi asap dimaksudkan agar daging sapi tahan lebih lama. Sebelum diasapi, daging diiris-iris memanjang sambil dibuang lendir dan lemaknya. Setelah itu, ditaburi garam lalu diaduk-aduk dengan cara diangkat dan dibanting.

Pada tahap selanjutnya daging dimasukkan ke dalam karung yang terikat kencang. Tujuannya untuk dilakukan pengepresan dengan menindih daging sapi selama 8 jam. Hal ini dilakukan agar air dan darah keluar sehingga warnanya terlihat merah segar. Tahap akhir dalam pembuatan makanan khas NTT ini adalah tinggal digantung di atas bara.

Biasanya, untuk mengatur agar panas yang diterima tidak berlebihan, digunakan daun kesambi sebagai pengatur asap. Penggunaan daun kesambi juga membuat se'i daging sapi asap memiliki aroma khas. Selain itu daun kesambi menjaga warna daging sapi tetap segar untuk jangka waktu lama.

Sambal Ikan Teri

Sambal ikan teri berbahan dasar ikan teri dengan cita rasa pedas. Itulah alasan mengapa makanan ini disebut sambal Ikan teri pedas. Rasa asam dan pedas dalam makanan khas NTT ini merupakan kombinasi cabe rawit dan perasan jeruk nipis.

Proses pembuatannya pun cukup mudah. Pertama, ikan teri digoreng sampai berwarna kecoklatan, setelah itu ditiriskan. Sambil menunggu ikan teri dingin, bumbu-bumbu ditumis. Teri yang tadi ditiriskan lalu diaduk-aduk bersama bumbu sampai merata.

Proses memasaknya cukup singkat, sekitar 10 menit saja. Setelah itu, agar rasanya lebih segar, berikan perasan air jeruk nipis. Sambal ikan teripun siap disajikan.

Makanan khas NTT satu ini paling enak jika disajikan bersama cah kangkung, goreng tempe tentunya ditemani nasi putih pulen hangat.

Ikan Kuah Belimbing

Ikan kuah belimbing menggunakan bahan utama berupa ikan dan belimbing wuluh. Tak heran jika cita rasa yang disajikan adalah rasa asam segar. Cabai rawit yang digunakan cukup banyak agar rasa pedasnya semakin nendang. Ikan yang digunakan adalah jenis ikan yang hidup di bebatuan, seperti kerapu dan kakap.

Selain menjadi favorit warga lokal, ikan kuah belimbing pun jadi menu utama di tempat makan. Sehingga wisatawan bisa ikut mencicipi hidangan ini. Makanan khas NTT ini paling pas dinikmati sebagai santapan siang.

Karmanaci

Karamanci adalah hidangan yang cukup populer di daerah Kupang. Karmanaci adalah daging sapi cincang yang ditumis dengan bumbu-bumbu rempah. Sebelum ditumis, biasanya daging sapi direbus dulu agar lebih empuk dan lemaknya berkurang.

Cita rasa makanan khas NTT ini didominasi rasa manis, asam dan gurih. Karamanci yang dicincang paling pas disajikan bersama jagung bise.

Rumpu rampe

Rumpu rampe terbuat dari berbagai sayuran seperti bunga pepaya, jantung pisang, daun ubi, daun pepaya dan buah pepaya muda. Sayuran tersebut kemudian ditumis dengan bumbu sederhana. Warga setempat biasanya menikmati rumpu rampe bersama lauk Ikan Sembe bakar atau goreng.

Bagi masyarakat Flores, rumpu rampe menjadi menu wajib saat menggelar acara. Siapapun bisa memasak makanan khas NTT ini karena telah mendarah daging dan resepnya diwariskan turun temurun. Bahkan rumpu rampe tetap disajikan sekalipun orang Flores sedang berada di perantauan.