

134. makanan khas minangkabau

Judul: Nama-nama Makanan Khas Minangkabau yang Terkenal Kelezatannya

Minangkabau menyimpan beragam kuliner nan menggoda. Sayangnya, tidak semua wisawatan mengetahuinya. Berikut makanan khas minang yang patut dicoba saat berkunjung di sana:

Rendang

Rendang merupakan makanan khas Minangkabau berbahan daging sapi. Daging dimasak bersama santan serta bumbu rempah hingga berjam-jam. Sehingga bisa tahan hingga sebulan lamanya. Cita rasa rendang begitu gurih dan pedas, paling cocok disajikan bersama nasi putih panas.

Gulai Tauco

Tauco adalah kacang kedelai serta tepung terigu yang difermentasi. Tauco menjadi salah satu bahan penting dalam pembuatan makanan khas Minangkabau yaitu gulai tauco. Selain tauco, bahan lain yang digunakan adalah buncis, tahu, serta udang.

Dendeng Balado

Dendeng balado adalah makanan khas Minangkabau berbahan daging sapi. Proses pembuatannya adalah dengan cara mengiris daging tipis-tipis kemudian dijemur. Setelah kering, dendeng kemudian dimasak bersama bumbu balado.

Gulai Banak

Makanan khas Minangkabau ini adalah olahan dari otak sapi. Sebelum direbus atau dikukus, otak sapi dicuci bersih dan dibuang kulit arinya terlebih dahulu. Setelah matang, otak sapi kemudian dipotong-potong dan dimasak bersama bumbu gulai.

Katan Durian

Untuk menikmati durian, biasanya masyarakat Minang menambahkan katan. Katan merupakan beras ketan dikukus terlebih dahulu hingga pulen. Biasanya ditambahkan pula daun pandan agar lebih wangi. Katan kemudian disajikan bersama buah durian serta kelapa parut serta taburan garam.

Lamang

Lamang merupakan salah satu menu makanan khas Minangkabau yang diwariskan turun temurun. Bahannya hanya berupa beras ketan serta sari pati kelapa ditambah bumbu. Bahan tersebut dimasukkan ke dalam ruas bambu lalu dibakar di depan bara api selama 3 jam.

Palai Rinuak

Rinuak adalah ikan kecil serupa teri Medan yang hanya ada di Danau Maninjau. Palai artinya pepes dibungkus daun pisang dengan bahan utama ikan rinuak. Setelah dibersihkan, ikan diberi bumbu serta parutan kelapa. Kemudian dikukus selama 30 menit sebelum akhirnya dibakar.

Palai Bada

Seperti halnya palai rinuak, palai bada adalah pepes ikan teri yang merupakan makanan khas Minangkabau. Bahan utamanya adalah ikan teri serta parutan kelapa, kemudian dibungkus daun pisang.

Goreng Baluik (Goreng belut)

Ada dua jenis belut yang biasa dimasak oleh orang Padang. Yaitu belut basah dan belut kering. Belut basah artinya masih fresh dan biasa ditemukan pada menu makanan keluarga. Sedangkan di restoran biasanya menggunakan belut yang sudah melewati proses pengeringan. Jadi tinggal digoreng lalu dibubuhi bumbu balado.

Pangek Padeh

Pengek padeh adalah makanan khas Minangkabau berkuah seperti gulai tetapi tanpa santan. Bahan-bahannya terdiri dari ikan, tempe, kacang panjang atau nangka muda serta cabai merah. Pangek padeh biasa dimasak menggunakan kuah dari tanah serta dimasak di atas tungku.

Cancang

Cancang adalah makanan khas Minangkabau yang selalu disajikan saat dilakukan pesta adat. Cancang menggunakan bahan daging kambing dipotong kecil-kecil. Kemudian potongan daging dimasak bersama santan serta cabai merah giling.

Sambalado Tanak

Sambalado tanak adalah sambal khas Tanah Datar. Sambalado tanak artinya sambal matang atau sambal yang sudah dimasak. Kemudian sambal dicampur petai, ikan teri, serta telur. Membayangkannya saja sudah bikin selera makan bangkit bukan?

Dendeng Batokok

Dendeng batokok adalah makanan khas Minangkabau berbahan daging mirip dendeng balado. Bedanya dendeng batokok dibuat dengan cara dipukul-pukul. Sesuai arti kata batokok yaitu bermakna dipukul-pukul.

Ikan Balado

Ikan balado adalah ikan goreng kemudian dimasak bersama bumbu balado yaitu bumbu cabai merah. Hidangan ini bercita rasa manis pedas sehingga sangat cocok dengan lidah orang Indonesia. Selain itu ikan balado juga cukup diminati di Malaysia dan Singapura.

Karupuak Sanjai

Karupuak sanjai adalah keripik berbahan dasar singkong. Biasanya keripik diolah menjadi tiga rasa yaitu tawar, asin dan pedas. Keripik pedas lebih disukai dan dikenal dengan keripik balado.

Teh Talua

Teh talua artinya teh telur. Minuman ini bukan hanya enak tetapi juga bisa memulihkan stamina tubuh. Teh talua biasa dikonsumsi pria dewasa selepas bekerja.

Komposisinya terdiri dari kuning telur yang dikocok bersama gula. Kemudian disiram teh panas dan ditambahkan perasan jeruk nipis.

Kalio Dagiang

Kalio dagiang adalah olahan daging sapi mirip dengan rendang. Karena menggunakan santan serta bumbu rempah serupa dengan rendang. Bedanya, kalio dagiang tidak dimasak selama rendang. Sehingga bumbunya masih terlihat coklat kemerahan.

Kacang Tojin

Kacang tojin biasanya disajikan saat perayaan hari besar. Cara pembuatannya cukup sederhana yaitu dengan memisahkan kacang dengan kulitnya lalu digoreng bersama bumbu. Cemilan ini banyak dijual sebagai oleh-oleh.

Karak Kaliasang

Karak kaliasang adalah makanan khas Minangkabau berbahan tepung ubi. Ubi terlebih dahulu diparut kemudian dicampur dengan bumbu rempah. Adonan lalu dibentuk angka delapan dan digoreng hingga berwarna kekuningan.

Arai Pinang

Arai pinang merupakan cemilan berbahan dasar tepung beras, garam, santan dan kapur sirih. Bentuknya bulat pipih dengan tekstur renyah. Rasanya gurih dan mengandung aroma minyak kelapa. Jadi bikin ketagihan dan susah berhenti makan.

Sala Lauak

Sala lauak adalah makanan khas Minangkabau berbahan ikan laut. Ikan terlebih dahulu dihaluskan kemudian dicampur terigu. Adonan lalu digoreng dan disajikan sebagai cemilan atau teman makan lontong sayur.

Galamai

Galamai merupakan makanan tradisional yang kerap disajikan saat melangsungkan acara pesta. Galamai serupa dengan dodol yang ada di daerah Jawa. Kudapan ini terbuat dari tepung beras, gula dan santan. Sehingga rasanya manis dengan tekstur kenyal.

Aia Kawa

Aia kawa merupakan minuman terbuat dari daun kopi. Cara membuatnya mirip dengan cara membuat teh. Yaitu dengan menyangrai daun kopi dalam waktu lama. Kemudian daun kopi diseduh dengan air panas. Rasanya mirip dengan teh tetapi beraroma kopi.