

### **131. makanan khas maluku utara**

Judul: Kumpulan Makanan khas maluku utara yang punya cita rasa khas nusantara

Maluku Utara terkenal akan keindahan pantai dan gugusan pulaunya. Karena berada di kepulauan, daerah ini kaya akan hasil tangkapan laut. Sehingga ikan dihidangkan dengan berbagai variasi bersama sagu yang menjadi makanan pokok di daerah ini.

Selain itu, wilayah ini juga terkenal sebagai penghasil kenari. Karena pada masa kolonial, masyarakat dilarang menanam pala dan cengkeh. Sehingga kenari menjadi alternatif pertanian yang dikembangkan. Hasilnya ada banyak olahan khas yang dicampur dengan bahan kacang kenari.

Apa saja makanan khas Maluku Utara yang tak boleh dilewatkan? Simak penjelasan berikut!

#### **Gatang Kenari**

Gatang kenari disebut juga ketam kenari, merupakan makanan khas Maluku Utara berbahan kepiting kenari. Kepiting ini adalah hewan unik karena bisa memetik dan mengupas buah kelapa sendiri. Karena sering makan kelapa, nggak heran kalau cita rasa kepiting ini lebih gurih dari kepiting biasa. Sehingga masyarakat setempat sering menyajikan makanan berbahan kepiting kenari.

Cara mengolah kepiting cukup mudah. Pertama-tama, kepiting dibelah cangkangnya lalu dibersihkan. Setelah itu, kepiting digoreng hingga berwarna kemerahan.

Selanjutnya, tumis bumbu yang telah dihaluskan bersama santan. Terakhir, kepiting dimasukkan ke dalam santan yang telah mengental.

#### **Halua Kenari**

Olahan kenari menjadi makanan khas Maluku Utara karena daerah penghasil kenari terbesar ada di sini. Yaitu Pulau Makian, Kabupaten Halmahera Selatan. Halua kenari berbahan dasar kenari dicampur gula merah. Rasanya legit dan manis sehingga banyak disukai masyarakat. Selain itu kudapan ini juga mengandung banyak protein sehingga bagus untuk tubuh.

Karena rasanya manis, panganan ini menjadi makanan khas Maluku Utara yang kerap dijadikan cemilan. Saat berkunjung ke Maluku Utara, jangan lupa untuk mencicipi makanan ini. Halua Kenari juga pas dijadikan sebagai oleh-oleh.

#### **Nasi Jaha**

Nasi jaha adalah makanan khas Maluku Utara serupa lempur di daerah Jawa. Bedanya, nasi jaha terbuat dari beras biasa dicampur beras pulo (ketan) dan santan. Proses memasaknya juga cukup unik. Nasi dimasukkan ke dalam batang bambu dilapisi daun pisang. Kemudian dibakar hingga menghasilkan nasi jaha pulen dan mengenyangkan.

Panjang bambu yang digunakan mulai 30cm hingga 1m. Penggunaan bambu untuk mematangkan masakan adalah cara memasak gaya tradisional. Fungsi daun pisang selain sebagai penambah cita rasa juga dijadikan pembungkus nasi jaha setelah matang.

### **Ikan Kuah Kuning**

Sesuai namanya, sajian ini memiliki kuah berwarna kuning khas. Warna kuning dihasilkan dari bumbu rempah kunyit. Bumbu lainnya adalah daun kemangi, rempah, serta jeruk nipis. Sehingga rasanya segar dan bau amis tersamarkan. Ikan yang biasa diolah dengan kuah kuning di Maluku Utara adalah barakuda. Tetapi jenis lain seperti tongkol pun bisa dimasak kuah kuning.

Ikan kuah kuning biasanya disajikan bersama makanan khas Maluku Utara lainnya yaitu papeda. Cita rasa yang kaya pada ikan kuah kuning melengkapi rasa tawar papeda.

### **Kopi Sibu-Sibu**

Selain makanan, Maluku Utara juga punya minuman khas yang populer dan wajib dicoba. Sibu-sibu artinya angin sepoi-sepoi, karena sajian ini biasa dinikmati selagi santai. Kopi ini terbuat dari kopi robusta diolah secara tradisional. Sehingga tidak menghilangkan rasa kopi asli.

Hal unik dari kopi sibu-sibu adalah taburan bubuk cengkeh serta potongan biji kenari di atasnya. Bahan pelengkap tersebut tentu menambah kenikmatan saat menyeruput kopi. Masyarakat Maluku Utara terkenal akan tradisi minum kopi ditemani cemilan khas daerah ini.

### **Bubur Sagu Ubi**

Bahan utamanya berupa sagu lempengan, ubi merah rebus, gula, serta pandan. Cara membuatnya dengan merendam sagu hingga mengembang. Kemudian dimasak bersama gula, daun pandan serta ubi merah. Setelah matang, bahan-bahan tersebut kemudian disiram santan dan taburan kenari. Bahannya sederhana dan cara pembuatannya mudah, namun hidangan ini bisa memberikan kelegitan tak terlupakan.

### **Sayur Garu**

Sayur garu dikonsumsi selayaknya salad pada makanan luar. Sayur garu adalah makanan khas Maluku Utara yang menyehatkan karena terdiri dari berbagai jenis sayuran. Sayuran tersebut diantaranya daun ubi, daun pepaya serta jantung pisang.

Selain menyehatkan, sayur garu juga rasanya lezat karena diolah bersama bumbu rempah pilihan. Cara memasaknya pun sederhana, cukup menumis sayuran bersama bumbu dalam minyak. Sekalipun bukan makanan utama, namun hidangan ini punya peran penting dalam kuliner di daerah ini.

### **Nasi Kuning Ikang Telur**

Nasi kuning ternyata tak hanya mudah ditemukan di daerah Jawa. Karena di Ternate juga ada nasi kuning ikang telur yang digemari masyarakat ataupun wisatawan. Nasi kuning khas Maluku Utara menyajikan nasi kuning bersama tongkol, singkong, mie dan telur.

Tongkol diolah dengan gula merah, kecap dan merica. Sehingga rasanya berhasil memanjakan lidah. Bisa dibilang, ikan tongkol membuat rasa nasi kuning ikang telur berbeda. Menu ini cocok dijadikan sebagai sarapan saat berkunjung ke Ternate.

### **Kue Bagea**

Kue bagea disebut juga kue sagu. Kue ini dibuat dengan bahan baku sagu dicampur kacang-kacangan. Untuk menambah cita rasa, kayu manis juga dicampurkan dalam adonan. Selanjutnya, adonan dimasukkan ke dalam cetakan untuk kemudian dipanggang di dalam oven.

Hasilnya kue bagea berbentuk bulat warna coklat dengan rekahan pada bagian atasnya. Rasanya semakin gurih karena ada tambahan kacang-kacangannya seperti kenari. Untuk mendapatkan kue bagea yang keras, diperlukan beberapa kali proses pemanggangan. Semakin sering masuk oven, semakin keras dan bagus. Karena kue bagea keras punya ketahanan lebih bagus dibanding kue bagea yang dibuat lembek.

Kue bagea cocok jadi teman minum kopi atau minum teh. Kue bagea juga bisa jadi alternatif oleh-oleh untuk dibawa pulang bagi teman atau kerabat di rumah.