

terong balado

11 Kreasi Terong Balado Paling Lezat



Ilustrasi : <https://food.detik.com/>

Grameds penyuka masakan pedas? Jika begitu kamu pasti tidak asing lagi dengan yang namanya menu terong balado. Terong yang lembut dilumuri sambal balado yang gurih pedas pastinya akan membuat semua orang makan dengan lahap. Intip kreasi terong balado yang bisa dipraktekan di rumah, yuk.

Resep Terong Balado

Terong Balado Sederhana



Ilustrasi : Cookpad - Tintin Rayner

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
12 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.

- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong dan air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Nikmati terong balado dengan nasi hangat

Resep Terong Balado Teri



Ilustrasi: <https://momsmoney.kontan.co.id/>

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
 150 gr teri, rendam lalu bilas agar tidak terlalu asin
 minyak goreng
 3 lembar daun jeruk
 2 batang serai, memarkan
 2 sdm air jeruk nipis
 1 sdm kaldu ayam bubuk
 1 sdt gula pasir
 2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar

12 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Goreng teri hingga kering. Sisihkan
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong, teri serta air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado teri dengan nasi hangat

https://cdn.gramedia.com/uploads/items/9786020654447_Ala_daporrsikoko_R5-1.jpg

<https://www.gramedia.com/products/masakan-rumahan-warisan-ala-dapoersikoko?queryID=de9061a4e7369ea95449ec03fd738233>

Terong Balado ala Padang



Ilustrasi : <https://www.kompas.com/>

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 jangan sampai putus
minyak goreng untuk menumis
3 lembar daun jeruk
2 lembar daun salam
1 sdm air asam kandis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
10 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Ulek bahan-bahan bumbu halus namun masih bertekstur
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, salam, tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa, air asam kandis sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado ala padang dengan nasi hangat

Terong Balado Cumi



Ilustrasi : Cookpad - @dapoerbunga

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
150 gr cumi asin, rendam lalu bilas agar tidak terlalu asin
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

8 buah cabe merah besar
10 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Goreng cumi hingga kering. Sisihkan
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong, cumi serta air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado cumi dengan nasi hangat

Terong Balado Udang



Ilustrasi : Cookpad - @ferisaardiana

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
250 gr udang kupas
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
3 cm lengkuas
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

8 buah cabe merah besar
10 buah cabe rawit merah

8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu halus, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan udang hingga berwarna kemerahan
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong serta air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado udang dengan nasi hangat

https://cdn.gramedia.com/uploads/items/204222448_1.jpg

<https://www.gramedia.com/products/masakan-lezat-ala-warteg?queryID=de9061a4e7369ea95449ec03fd738233>

Terong Balado Ijo



Ilustrasi : Cookpad - Meieka

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
3 cm lengkuas
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bahan Sambal Ijo

8 buah cabe ijo besar, buang biji

10 buah cabe rawit hijau
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
5 buah tomat ijo

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Rebus bahan sambal agar lunak
- Ulek bahan sambal ijo hingga halus namun masih bertekstur
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu halus, daun jeruk, lengkuas, serai tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang mengeluarkan minyak
- Masukkan terong serta air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado cabe ijo dengan nasi hangat

Terong Ijo Balado



Ilustrasi : Kompas.com

Bahan:

8 buah terong ijo, potong-potong
Minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
12 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Ulek hingga bahan halus namun masih bertekstur
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong dan air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong ijo balado dengan nasi hangat

Terong Balado Pete



Ilustrasi : Cookpad - @yunnisandra

Bahan

4 buah terong, belah 2 bagian, potong-potong
3 papan pete, belah 2
Minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
10 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Ulek hingga bahan halus namun masih bertekstur
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong dan pete, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado pete dengan nasi hangat

Terong Balado Tahu



Sumber : Cookpad - Diahdidi

Bahan:

5 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
5 buah tahu putih, potong-potong
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
10 buah cabe rawit merah
8 butir bawang merah
3 siung bawang putih

1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Goreng tahu hingga kering, tiriskan
- Lanjut potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong, tahu goreng, dan air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado tahu dengan nasi hangat

<https://cdn.gramedia.com/uploads/items/Resep.jpg>

<https://www.gramedia.com/products/resep-masakan-padang-sederhana-murah-meriah?queryID=d81fb8dc145c1ce696f19de2db6ede2c>

Terong Balado Terasi



Sumber : Cookpad - Bunda Ela

Bahan:

3 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam
1 blok terasi, bakar hingga harum

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
8 buah cabe rawit merah
6 butir bawang merah

3 siung bawang putih

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan terasi, garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong dan air jeruk nipis, aduk dan biarkan hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado terasi dengan nasi hangat

Terong Telur Balado



Ilustrasi : Cookpad - Fikky Dian Roqqobih

Bahan:

2 buah terong ungu, belah 2 jangan terputus
2 buah telur, kocok lepas
minyak goreng
3 lembar daun jeruk
2 batang serai, memarkan
2 sdm air jeruk nipis
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
8 buah cabe rawit merah
5 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan sedikit minyak
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga setengah layu lalu masukan kocokan telur hingga menyelimuti terong. Tiriskan
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong dan air jeruk nipis, aduk dan tunggu hingga menyerap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong telur balado dengan nasi hangat

Terong Balado Tongkol

Bahan:

2 buah terong ungu, belah 2 lalu potong-potong
4 potong tongkol
minyak goreng
3 lembar daun jeruk

2 batang serai, memarkan
1 sdm jahe
1 sdm kaldu ayam bubuk
1 sdt gula pasir
2 sdt garam

Bumbu Halus:

5 buah cabe merah besar
4 buah cabe rawit merah
6 butir bawang merah
3 siung bawang putih
1 buah tomat merah

Cara Membuat :

- Rendam terong dengan air yang diberi sejumput garam agar tidak menghitam
- Tiriskan terong lalu lap hingga kering
- Panaskan minyak, goreng potongan terong sebentar hingga layu lalu angkat dan tiriskan.
- Goreng tongkol hingga kering. Sisihkan
- Blender bahan-bahan bumbu halus
- Panaskan 100 ml minyak dalam wajan.
- Masukkan bumbu, jahe, daun jeruk, serai tumis hingga harum.
- Masukkan garam, gula dan penyedap rasa sambil terus diaduk.
- Kecilkan api, tunggu hingga bumbu matang berwarna kemerahan
- Masukkan terong dan tongkol, aduk hingga meresap
- Angkat dan sajikan
- Nikmati terong balado tongkol dengan nasi hangat

Itulah kreasi dari terong balado yang mudah dan dijamin lezat. Grameds bisa membaca buku resep nusantara untuk mendapatkan kreasi resep masakan khas Indonesia yang menggugah selera. Dapatkan bukunya segera di [Gramedia.com](https://www.gramedia.com)