

3 Cara membuat salad buah enak, sederhana, praktis dan sehat

Salad buah merupakan makanan segar yang terbuat dari berbagai macam buah. Biasanya salad buah disajikan sebagai dessert atau hidangan penutup. Berbeda dengan salad yang biasanya terbuat dari sayuran, jenis dessert ini terbuat dari berbagai macam buah.

Namun sekarang ini orang ingin mengonsumsi salad tidak hanya sebagai dessert saja, terkadang sehari-hari mereka senang mengonsumsinya. Tak heran usaha salad buah sangat menjanjikan. Nah, daripada setiap hari membelinya, lebih baik kamu membuatnya sendiri.

Berikut ini beberapa cara membuat salad yang bisa kamu aplikasikan sendiri di rumah. Seperti apa?

1. Salad buah.



Bahan-bahan:

- Buah segar sesuai selera, cuci bersih lalu potong-potong
- Jelly, potong dadu

Saus:

- 1 cup yogurt plain
- 3 sdm mayonnaise
- 1 sachet susu kental manis putih
- 50 gram keju cheddar parut
- 1 sdm air jeruk nipis/lemon
- 1 sdt parutan kulit lemon

Cara membuat:

- Simpan semua buah yang sudah dipotong di kulkas min 2 jam
- Saus: campur semua bahan, aduk jadi satu, diamkan dalam kulkas min 2 jam
- Tata buah dan jelly dalam mangkuk saji, siram saus, sajikan segera

2. Salad buah kekinian.



Salad dressing:

- 100 gr mayonaise
- 200 ml yogurt
- 200 gr susu kental manis/sesuai selera
- Keju parut

Buah sesuai selera

- Anggur
- Melon merah
- Semangka
- Kiwi
- Strawberry
- Mangga manalagi
- Jeruk mandarin kalengan
- Buah naga
- Jelly

Cara membuat:

- Potong buah-buahan, dinginkan
- Campur jadi satu semua bahan dressing kecuali keju parutnya
- Tuang sauce dressing kedalam baskom isi buah-buahan yang sudah dipotong aduk rata
- Tambahkan parutan keju aduk rata kembali
- Sajian

3. Salad buah segar.



Buah-buah:

- 2 buah apel merah, kupas
- 1 buah mangga, kupas
- 1 buah pir, kupas
- 1/4 buah melon, kupas
- 1/4 buah semangka, kupas
- 1/4 kg anggur, belah buah biji
- 2 buah kiwi, potong sesuai selera
- 1 bungkus nutrijel plain, masak seperti biasa, beri perisa/pewarna ungu dan biru

Bahan saus:

- 100 gr mayonaise
- 2 cup yogurt
- 100 ml susu kental manis putih/SKM sesuaikan selera
- 1 sdm madu

Topping: Keju parut secukupnya

Cara membuat:

- Potong dadu buah, kecuali anggur dan kiwi. Jelly juga di potong dadu
- Dalam mangkuk kecil, campurkan mayonaise, yogurt, SKM, madu, aduk rata, cek rasa, jika kurang manis tambahkan SKM lagi, tekstur saus creamy ya
- Dalam mangkuk besar, masukkan buah-buahan, jelly dan saus
- Aduk rata pelan-pelan. Taburi dengan keju parut, masukkan dalam wadah saji, tutup rapat, Simpan di kulkas, sajikan dingin lebih segar.

Dikerjakan oleh akhmad firman

Intisari...

1. Siswa bisa mempraktekan disekolah atau dirumah
2. Siswa menjadi lebih kreatif
3. Siswa bisa menjadikan karyanya sebagai barang dagangan
4. Siswa mengetahui manfaat buah buahan