

FPP BizNewz

January – May 2022

MANAGEMENT • INVESTMENT • ECONOMICS • ENTREPRENEURSHIP • TECHNOLOGY

**Mengapa Pelaburan
Emas Menjadi Pilihan?**

Telur Mana Telur?

*you
are
what
matters*

**An Affair of Online
Learning and Covid-19**

**Pembasmian Kemiskinan Dalam RMK
Ke-12**

Bukit Harimau Menangis
Tarikan Pendakian di Kemaman



Publication Date
30 June 2022

Photo by Marek Levák on Unsplash

Koleksi Resipi Negeri Kelantan:

TERESEK JANTUNG PISANG / KACANG PANJANG

¹Kartini Mat Rashid, ²Mazratul Firdaus Mohd Zin, ¹Siti Rapidah Omar Ali, ¹Zuraini Jusoh
¹Fakulti Pengurusan dan Perniagaan, Universiti Teknologi MARA Cawangan Terengganu.
²Pengajian Kejuruteraan Elektrik, Universiti Teknologi MARA Cawangan Terengganu

Teresekek adalah salah satu resipi dari negeri Kelantan. Bahan utama yang biasanya digunakan adalah jantung pisang. Teresekek ini boleh dimasak dengan campuran bahagian ayam seperti kepak, leher, kaki, hati dan mampedal. Ianya enak dimakan bersama nasi atau diratah begitu sahaja.

Berikut adalah resipi teresekek jantung pisang / kacang panjang.

Bahan bahan

Ayam Seekor- Boleh gunakan bahagian kepak, leher, kaki, hati dan mampedal

- 1 biji jantung pisang / 20 batang kacang panjang
- 5 tangkai cili hijau solok Kelantan / cili merah kecil
- 2 sudu besar rempah kari ayam / daging
- 1 sudu besar cili kering kisar - membukit
- 1/2 biji kelapa - santan segar
- 2 keping asam keping
- 2 sudu besar kerisik
- Garam
- Gula Melaka
- Gula

Bahan kisar:

- 5 ulas bawang merah
- 3 ulas bawang putih
- 1/2 inci halia
- 1/2 inci kunyit hidup
- 4 hirisan nipis lengkuas
- 1 sudu besar rempah ketumbar biji



Teresekek jantung pisang

Cara cara:

1. Jantung pisang dibuang kulit luar dan ambil bahagian putih. Hiris nipis dan rendam dalam air garam selama 5 minit. Tos dan perah bagi mengeluarkan air yang pahit / kacang panjang dipotong kecil bersama dengan cili hijau / merah.
2. Masukkan ayam ke dalam kuali dan tunggu sehingga air ayam tersebut kering.
3. Kemudian masukkan bahan kisar beserta rempah kari dan juga santan. Tunggu sehingga ayam masak dan hampir pecah minyak.
4. Masukkan asam keping, gula dan garam secukupnya. Masukkan juga kerisik. Kacau sehingga kuah pecah minyak.
5. Akhir sekali, masukkan jantung pisang / kacang panjang dan cili hijau / merah. Kacau rata sehingga kuah hampir kering mengikut kesukaan masing masing. Jika terlalu kering, boleh ditambah air panas. Apabila siap dimasak, maka sedia untuk dihidangkan.

Untuk mengetahui sejauh mana keenakan teresekek, silalah mencuba resipi ini. Diharapkan resipi ini dapat memberikan manfaat kepada semua. Selamat mencuba!!!



BizNewz 2022
Faculty of Business and Management
Universiti Teknologi MARA Cawangan Terengganu, Kampus Dungun
Sura Hujung, 23000 Dungun, Terengganu, MALAYSIA
Tel: +609-8400400
Fax: +609-8403777
Email: biznewzuitm@gmail.com