

## Membuat Bubur yang Lembut Ada Triknya, Lho



Bubur nasi identik dengan makanan orang sakit karena mudah untuk ditelan dan dicerna, sebagai tambahan energi untuk memulihkan kondisi kesehatan. Tapi tidak ada salahnya lho sesekali menyajikan semangkuk bubur hangat untuk sarapan. Satu cangkir bubur polos mengandung 100 gram kalori dan 3 gram lemak yang cukup untuk pasokan energi di pagi hari. Tambahkan ayam suwir dan potongan sayuran untuk menambah nilai protein, vitamin, dan mineral.

Membuat bubur memang mudah, tapi ada triknya untuk mendapatkan tekstur yang halus dan lembut? Ingin tahu bagaimana caranya? Simak penjelasannya berikut ini ya.

### **Persiapkan Bahan-bahan**

Cuci beras beberapa kali hingga sisa air bersih dengan menggunakan tangan. Isi panci hingga setengahnya dengan air. Lebih baik menambahkan terlalu banyak cairan daripada terlalu sedikit karena bubur yang dimasak akan menyerap kelebihan cairan. Jika muncul suara meletup dari bubur, tambahkan air panas untuk menjaga bubur tetap berair dan tidak terlalu padat. Anda juga bisa mengganti air dengan kaldu ayam, daging, ikan, atau sayuran untuk menambahkan rasa dan nutrisi.

### **Mendidihkan Bubur**

Setelah beras siap, tutup panci dan biarkan mendidih, kemudian buka sebagian tutup panci. Langkah ini sangat penting, karena air akan menggelembung keluar dari tutup dan

membuat kekacauan mengerikan di atas kompor dan lantai dapur Ibu. Jaga api kompor agar tidak terlalu besar supaya cairan yang digunakan tidak mudah menyusut. Setiap 10 menit, gunakan sendok sayur untuk mengaduk dan mengambil sisa beras yang menempel di dasar panci. Pengadukan secara teratur dan perlahan adalah trik untuk mendapatkan bubur yang lembut, karena membantu mempercepat pemecahan bulir beras dan meningkatkan penyerapan air atau kaldu.

### **Waktu Memasak**

Waktu memasak sangat penting untuk mendapatkan tekstur bubur yang Anda inginkan. Setelah mendidih, biarkan bubur hingga 30 menit atau lebih untuk bubur yang lebih lembut dan berair. Jangan lupa tambahkan air atau kaldu panas jika diperlukan. Bubur siap disajikan dengan tambahan yang diinginkan.

Semoga dengan tips-tips di atas dapat membantu Ibu mendapatkan bubur nasi yang lembut dan lezat. Jika ingin menyediakan bubur ayam yang banyak dijual para pedagang, tinggal tambahkan suwiran ayam goreng, siraman kuah kuning, cincangan daun bawang, seledri, serta taburan kacang kedelai goreng. *Yummy* banget buat sarapan lho!

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/membuat-bubur-yang-lembut-ada-triknya-lho.html>