

Tips Membuat Nasi Bento untuk Bekal Perjalanan si Kecil



Cara membuat bento untuk dinikmati saat traveling sebenarnya sama saja dengan membuat bento untuk bekal sekolah anak. Kandungan gizi dalam satu kotak bento harus seimbang dan kotak bento harus diisi dengan padat agar tidak mudah buyar. Tetapi, untuk perjalanan jauh, Ibu bisa mencoba membuat nasi bento dalam bentuk onigiri, atau nasi kepal.

Dalam tradisi Jepang, onigiri dibuat dari nasi putih yang kemudian dikepal hingga padat dengan tangan membentuk segitiga atau bulat. Apakah onigiri sama dengan arem-arem di Indonesia? Tentu berbeda, karena arem-arem dibuat dari beras yang dibungkus daun dan baru kemudian dimasak sementara onigiri dibuat dari nasi yang sudah matang. Bentuk onigiri yang padat menjadikan onigiri pilihan yang tepat untuk nasi bento anak yang bisa dimakan dengan mudah walau sedang di kendaraan. Mau mencoba membuat onigiri? Yuk, simak tips pembuatanya berikut ini.

- Gunakan nasi panas yang baru selesai dimasak untuk membuat onigiri. Nasi yang baru matang dan masih lembab lebih mudah merekat saat dipadatkan, baik dengan menggunakan tangan atau dengan memanfaatkan cetakan. Jika nasi sudah dingin, biasanya nasi kepal yang dihasilkan lebih mudah buyar.
- Jika hendak mengepal menggunakan tangan, pastikan Ibu sudah mencuci tangan terlebih dahulu dan kemudian membasahi tangan Ibu terlebih dahulu dengan air matang agar nasi tidak menempel di tangan. Begitu juga jika Ibu menggunakan cetakan. Basahi cetakan dengan air matang sebelum digunakan.
- Tekan nasi sampai benar-benar padat agar nasi kepal yang dihasilkan tidak

mudah buyar. Ibu juga dapat memanfaatkan plastik pembungkus makanan atau cling wrap untuk mengepal nasi. Bungkus nasi dengan plastik dan padatkan menjadi bentuk yang Ibu inginkan kemudian buka kembali plastiknya. Cara ini juga bisa Ibu manfaatkan untuk membentuk nasi bento saat membuat karakter.

- Beri sedikit garam di tangan Ibu. Trik ini dapat membuat onigiri lebih bertahan lama dan menambah rasa pada nasi bento yang Ibu buat.
- Sebagai variasi Ibu dapat mengisi onigiri dengan berbagai sumber protein. Misalnya suiran daging salmon, tuna, daging ayam, abon Jepang, atau bahkan serundeng jika ingin membuat versi Indonesia. Membungkus onigiri dengan lembaran rumput laut kering juga umum dilakukan untuk menambah rasa pada onigiri.
- Membuat onigiri tidak hanya dengan menggunakan nasi putih, lho. Ibu juga bisa berkreasi membuat bento nasi goreng yang dikepal menjadi onigiri. Jika onigiri nasi putih dibungkus dengan rumput laut, maka Ibu bisa membuat telur dadar tipis dan membungkus nasi goreng kepal ini dengan telur dadar.
- Jika Ibu ingin menyiapkan onigiri untuk dibawa keesokan harinya, Ibu dapat membungkus rapat onigiri yang sudah Ibu buat dengan plastik pembungkus dan menutupnya lagi dengan handuk kecil saat disimpan di lemari es. Handuk kecil ini berguna untuk mencegah onigiri jadi terlalu dingin dan nasinya mengeras ketika disimpan di dalam lemari es.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/tips-membuat-nasi-bento-untuk-bekal-perjalanan-si-kecil.html>