

Kreasi Resep Makanan Ringan untuk Bekal Anak dari Bahan Sereal



Bu, makanan ringan atau camilan adalah bagian dari pemenuhan kebutuhan gizi harian si Kecil. Disarankan anak makan 5 kali sehari yaitu dibagi menjadi 3 kali makanan utama dan 2 kali makanan selingan. Karenanya, makanan ringan bagi si Kecil sebaiknya disiapkan yang padat akan zat gizi. Ketika si Kecil mulai bersekolah, makanan ringan biasanya akan ia konsumsi di sekolah atau sore hari sepulang sekolah. Di usia ini si Kecil juga biasanya sudah mengenal berbagai makanan, baik yang Ibu kenalkan kepadanya maupun yang ia kenal melalui teman-teman sekolahnya. Penting bagi Ibu untuk mencari resep makanan ringan yang mudah dibuat agar si kecil tidak bosan dan selalu menghabiskan bekal atau cemilannya dengan riang. Oleh karenanya resep makan ringan tersebut juga harus lezat dan bergizi agar si Kecil semangat menyantapnya.

Sereal adalah salah satu makanan yang umumnya disukai si Kecil. Mulai dari yang tawar seperti Corn Flakes sampai yang manis seperti Koko Krunch dan Honey Star. Nah, Ibu bisa memanfaatkan sereal favorit si Kecil dalam resep makanan ringan untuk ia bawa ke sekolah maupun dinikmati di rumah. Berikut ini adalah beberapa resep makanan ringan dari Sahabat Nestlé yang menggunakan sereal sebagai salah satu bahannya.

1. Mini French Toast Honey Star

Menu yang satu ini praktis dibuat di pagi hari dan memiliki rasa yang lezat, serta padat gizi. Sehingga menjadikannya pilihan tepat untuk bekal sekolah si Kecil. Ibu tinggal membuat french toast dengan memasak roti tawar yang sudah direndam campuran susu dan telur di atas wajan. Buat fla dengan melarutkan air, susu coklat dan maizena kemudian masak sampai mengental. Olesi french toast dengan fla, taburi Honey Star dan tambahkan sedikit madu. Untuk bahan-bahan dan resep lengkapnya Ibu bisa intip di sini: .

2. Pizza Roti Corn Flakes

Resep makanan ringan yang mudah dibuat ini menyehatkan dan pasti disukai si Kecil. Pertama-tama, tumis bawang bombay, bawang putih dan daun salam dengan minyak hingga harum. Kemudian masukkan irisan ayam fillet dan masak hingga kecoklatan. Tambahkan saus tomat, sambal, garam, merica, gula dan masak hingga matang. Siapkan selembar roti tawar dan lumuri dengan tumisan ayam, taburi paprika, keju mozzarella dan tentunya Corn Flakes renyah. Panggang hingga matang dan pizza siap dibawa si Kecil ke sekolah. Untuk bahan-bahan dan resep lengkapnya Ibu bisa intip di sini: .

3. Pie Apple Corn Flakes

Untuk membuat Pie Apple Corn Flakes lezat ini, pertama-tama Ibu perlu membuat isinya dengan memanaskan mentega, gula pasir dan madu sambil diaduk hingga rata. Kemudian, masukkan apel yang sudah dipotong dadu dan masak hingga lunak. Tambahkan kurma dan kismis, aduk rata. Dinginkan sebelum kemudian tambahkan butiran renyah Corn Flakes. Langkah berikutnya adalah menyiapkan kulit pie dengan resep yang bisa Ibu intip di sini: . Setelah kulit pie setengah matang, letakan isi ke dalam pie dan panggang lagi hingga matang. Pastikan pie sudah dingin sebelum dimasukkan ke kotidak makan ya, Bu.

4. Dorayaki Koko Krunch

Jika si Kecil biasanya mengenal menu ini hanya di film kartun favoritnya, kini yuk buat dorayaki sendiri untuk camilan si Kecil. Resep makanan ringan ini mudah kok, Bu. Pertama-tama, kocok telur, gula dan madu hingga mengembang dan tambahkan susu hangat. Tambahkan tepung terigu dan baking powder, aduk rata lalu tuang minyak sayur, kemudian aduk lagi. Tuang adonan di cetakan dorayaki yang sudah dipanaskan. Masak hingga matang. Untuk membuat isinya, campur whipping cream dengan Koko Krunch. Olesi di atas satu buah roti dorayaki dan tumpuk dengan satu buah roti lagi sehingga menjadi satu tangkup. Mudah, bukan? Untuk bahan-bahan dan resep lengkapnya Ibu bisa intip di sini: .

Mana resep makanan ringan diatas yang menurut Ibu akan disukai si Kecil? Ibu juga bisa berkreasi resep lain dengan bahan sereal lho, tapi pastikan kandungan gizinya cukup

memenuhi kebutuhan gizi harian si Kecil ya, Bu.

<https://www.sahabatnestle.co.id/content/view/kreasi-resep-makanan-ringan-untuk-bekal-anak-dari-bahan-sereal.html>