



# MUSHROOM RECIPES





# TABLE OF CONTENTS



- 1 PASIUNA
- 2 CRISPY MUSHROOM
- 3 MUSHROOM PATTY
- 4 MUSHROOM EMBUTIDO
- 5 MUSHROOM SIOPAO
- 7 MUSHROOM PUTO-PAO
- 9 LUMPIA MUSHROOM
- 10 MUSHROOM SOUP POWDER
- 11 MUSHROOM EMPANADA
- 13 RICE-MUSHROOM MIKI
- 14 MUSHROOM SIOMAI



## PASIUNA

---

Ang Oyster Mushroom usa ka klase sa uhong nga mahimong kaanon. Kini gi-isip nga sustansyadong pagkaon. Puno kini sa nutrina sama sa protina, essential amino acids, fats, carbohydrates, fiber, ug bitamina sama sa B-complex, provitamin-D2 ug Bitamina C.

Ang Oyster Mushroom gi-isip usab nga adunay medisinal o makatambal nga kinaya. Makapadasig ug makadugang kini sa natural nga resistensya sa pasyente. Makapalagsik ug makapromotar kini sa regular nga pagdagayday sa dugo.

Niini nga basahon, gitanyag namo kaninyo ang nagka lain-lain nga pamaagi sa pagluto sa Oyster Mushroom nga pwede ninyo maprepara para sa inyong pamilya. Sustansyado na, lamian pa.



# CRISPY MUSHROOM

## MGA SAGUL:

Bisan unsa nga klase (variety) sa oyster mushroom

1 ka dako nga lata nga evaporated nga gatas

1 ka kutsara nga dinugmok nga paminta

1 ka putos nga breading mix

½ kilo nga corn starch

2 ka itlog

Mantika (alang sa pagprito sa mushroom)

## PAAGI SA PAGLUTO

1. Himayon ang mga mushroom. Ihumol kini sa gatas nga gisagolan ug itlog, Salaon ang mushroom.
2. Sagolon ang corn starch ug breading mix ug budburan niini ang mga hinimay nga mushroom.
3. Iprito na ang mushroom hangtud nga mahimong golden brown na ang kolor niini.
4. Ibutang ang mga naluto na nga mushroom sa plato nga gihapinan ug tissue paper aron makuhaan ang sobra nga mantika.
5. I-serve nga init pa.





# MUSHROOM PATTY

## MGA SAGUL:

200 gramo nga gilapwaan nga mushroom (gitadtad ug ginagmay)

60 gramo nga giniling nga karneng baka

½ kutsarang bombay nga powder

1 kutsarang asin

1 kutsarang seasoning

½ kutsarang paminta

½ kutsarang oyster sauce

½ kutsarang ahos nga powder

1 ka itlog

40 gramo nga bread crumbs

## PAAGI SA PAGLUTO

1. Andamon ang tanang sagul.
2. Sagulon pag-ayo ang tanang mga sagul.
3. Magbutang sa hulmahan o patty molder ug hulmahon.
4. Putoson ug aluminum foil ang nahulma nga patty.
5. I-steam kini sulod sa 15 minutos.
6. Human sa pag-steam, pabugnawon kini.
7. Mahimo nang kaonon o kung dili pa kini kaonon, ibutang kini sa refrigerator aron dili kini madali ug kadaot.



# MUSHROOM EMBUTIDO

## MGA SAGUL:

200 gramo nga nilapwaan nga mushroom  
(gitadtad ug ginagmay)

100 gramo nga giniling nga karneng baboy

100 gramo bread crumbs

50 gramo carrots gihimay ug pino  
(grated)

1 kutsarang tomato sauce

1 kutsaritang bombay nga powder

1 kutsaritang asin

2 kutsaritang seasoning

$\frac{1}{2}$  sa atsals nga pula  
(gihiwa ug ginagmay)

$\frac{1}{2}$  sa atsals nga green  
(gihiwa ug ginagmay)

1 itlog

20 ka buok nga pasas (raisins)

Hotdog

Cheese nga gipino (grated)

## PAAGI SA PAGLUTO

1. Andamon ang tanang mga sagul.
2. Ibutang sa usa ka panaksan (bowl) ang tanang sagul og sagulon kini pag-ayo.
3. Magbutang sa mixture sa aluminum foil ug patagon (flatten) kini.
4. Magbutang ug hotdog sa tunga niini.
5. Ipaligid ang foil aron mahulma ug silindro ug ang hotdog mapalibotan sa mixture.
6. Isirado pag-ayo ang isig ka tumoy sa foil.
7. Ibutang sa steamer ug lutoon sulod sa usa ka oras.
8. Pabugnawon ang naluto na nga embutido.
9. Hiwaon ug mahimo na kining kaonon. Mahimo usab kining pritohon una kaonon.



# MUSHROOM SIOPAO

## MGA SAGUL:

### **Alang sa Dough:**

- 2 tasa nga init-init nga tubig
- 2 ½ kutasarang asukar (idugang sa yeast)
- ½ tasa asukar isagol sa harina
- 1 ¼ active dry yeast
- 5 tasa all purpose flour

### **Alang sa Palaman (filling)**

- 2 kutasarang mantika
- 2 ka bombay
- 4 ka ahos
- 200 gramo gilapwaan nga mushroom (gitadtad ug ginagmay)
- 4 kutsaritang toyo
- 4 kutsaritang oyster sauce
- 4 kutasarang brown sugar

### **Alang sa Bola-bola:**

- 1 kutsara ketchup
- ½ paminta
- 1 itlog
- 100 gramo bread crumbs



## **PAAGI SA PAGLUTO**

### **Paghimo sa Palaman (filling)**

1. Gisahon ang ahos ug bombay. Idugang ang tinadtad nga mushroom ug uban pang mga sagul.
2. Kurawon kini ug lutoon sulod sa 5 ka minuto.
3. Human ug luto, pabugnawon kini.

### **Paghimo sa Bola-bola:**

1. Isagol ang itlog ug bread crumbs sa naluto na nga mushroom mixture.
2. Pormahon kini ug bola.
3. Pritohon kini ug human pabugnawon.

### **Paghimo sa Dough:**

1. Ibutang ang init-init nga tubig sa panaksan (bowl) ug idugang ang yeast ug asukar unya sagolon pag-ayo.
2. Pasagdahan usa ang mixture sulod sa 10 – 15 ka minuto.
3. Ibutang sa usa ka panaksan (bowl) ang harina, baking powder, ug shortening.
4. Sagulon pag-ayo ang yeast mixture ug idugang sa flour mixture.
5. Masahon pag ayo ang gisagol na nga mixture hangtud nga mapino na ang texture niini.
6. Patubuoan ang dough ug dili moubos ug usa ka oras ug tabonan ug panapton.
7. Utrohon pag masa ang dough ug human hiwa-hiwaon.
8. Gamit ug rolling pin, paligidan ang dough aron malapyat kini hangtud nga makaporma ug lingin.
9. Magbutang sa tunga sa giporma nga dough ug palaman ug putoson kini sa dough.
10. Ibutang na ang siopao sa steamer ug i-steam sulod sa 15-20 ka minuto.
11. Kaonon samtang init pa.



# MUSHROOM PUTO-PAO

## **MGA SAGUL:**

### **Alang sa Dough:**

- 250 All Purpose Flour
- 125 gramo asukar (puti)
- 1/8 sa tasa baking powder
- 1 ¼ tasa tubig
- ½ tasa gatas nga powder
- 2 ka itlog
- 1 ½ kutsara butter o margarine

Alang sa 125 gramo nga nilapwaan nga mushroom (gitadtad ug ginagmay)

- 1/8 sa tasa nga toyo
- 1 ka buok paminta nga dahon
- 1/8 sa tasa nga tubig
- 1/8 sa tasa nga asukar (puti)
- ¼ kutsarita nga cornstarch
- 3 ka buok ahos, gitadtad ug gagmay
- 2 kutsara mantika

### **Alang sa Topping:**

- ¼ Cheddar Cheese
- 2 ka itlog maalat

## **PAAGI SA PAGLUTO**

### **Alang sa Paghimo sa Dough:**

1. Sagulon ang harina, asukar, ug baking powder sa usa ka sudlanan.
2. Sagulan ug tubig ug powder nga gatas ug sagulon pag-ayo.
3. Dugangan ug butter ug sagulon pag-ayo.
4. Pasagdan usa.

### **Alang sa Paghimo sa Palaman:**

1. Magpainit ug mantika. Gisahon ang ahos ug human idugang ang tinadtad nga mushroom.
2. Idugang ang uban pang mga sagul.
3. Sagulon kini ug lutoon sulod sa lima ka minuto.
4. Kuhaon ang paminta nga dahon ug ilabay na.

### **Alang sa Paghulma:**

1. Magbutang ug gamay nga mixture sa dough (batter) sa hulmahan sa puto ug human butangan ug usa ka kutsarita nga palaman.
2. Tabunan ang palaman sa mixture sa alang sa dough (batter) taman katunga sa hulmahan.
3. Butangan ug gamay nga hiwa sa itlog maalat ug cheese lutoon sulod sa 15-20 ka minuto o hangtud luto na.
4. Mas maayong ipakaon nga init-init pa.



# LUMPIA MUSHROOM

## MGA SAGUL:

- 250 gramo mushroom, gihiwa ug ginagmay
- 6 ka buok nga ahos (cloves), gitadtad ug gagmay
- 1 ka bombay, gitadtad ug gagmay
- 1 ka gamay nga carrot, gihimay ug pino
- 1 ka gamay nga patatas, gihimay ug pino
- 1 ka dahon sa sibuyas dahon
- 1 ka itlog
- 1 ka atsal nga pula
- 1 ½ kutsarita sa asin
- 1 kutsaritang paminta
- Mantika alang sa pagprito
- 25 ka buok nga lumpia wrapper

## PAAGI SA PAGLUTO

1. Sagulon ang carrots, patatas, mushroom, sibuyas dahon, ahos, ug bombay. Idugang ang itlog, asin, ug paminta.
2. Sagulon pag-ayo.
3. Magbutang sa lumpia wrapper ug 1 ngadto sa 1 ½ sa kutsara sa mixture.
4. Lukoton ang wrapper ug isirado ang isig ka tumoy niini.
5. Magpainit ug mantika sa kaha.
6. Pritohon ang lumpia hangtud nga mahimong golden brown na ang color niini.



# MUSHROOM SOUP POWDER

## **MGA SAGUL:**

- 1 ka tasa powder nga gipauga nga mushroom (dried mushroom powder)
- ½ tasa nga corn starch
- 1 ka kutsara nga asin
- 1 kutsarita bombay nga powder
- 1 kutsara kamunggay nga powder
- 1 kutsara nga sili nga powder

## **PAAGI SA PAGLUTO**

1. Sagulon pag-ayo ang tanang mga sagul.
2. Putuson ug ihipos.



# MUSHROOM EMPANADA

## MGA SAGUL:

### **Alang sa Crust:**

- 250 gramo All Purpose nga harina
- ½ kutsarita Baking Powder
- 2 kutsara asukar
- 2 kutsara gatas nga powder
- 4-5 kutsara bugnaw nga tubig
- ½ tasa nga margarine

### **Alang sa Palaman:**

- 100 g nilapwaan nga mushroom
- 25 gramo nga carrot gitadtad ug ginagmay (cubed)
- 25 gramo nga repolyo nga gihimay-gimay
- ¼ kutsarita bombay nga powder
- ¼ kutsarita ahos nga powder
- ¼ kutsarita paminta
- ½ kutsarita toyo (seasoning)
- 1 kutsara hot sauce / sweet and spicy nga ketchup



## **PAAGI SA PAGLUTO**

### **Paghimo sa crust:**

1. Ayagon sa usa ka panaksan ang all purpose nga harina, baking powder ug asukar.
2. Isagol ang margarine hangtud nga mahimo nang sama sa gisantes kadagko ang partikulo (particles).
3. Idugang ug inanay ang bugnaw nga tubig samtang gisagol ang mixture gamit ang tinidor hangtud nga igo na ang ka-umog niini.
4. Pormahon ug bola-bola ang dough.
5. Lapyaton (flatten) kini sa waxed paper ug ipaligid nga maporma ug rektanggulo (rectangle).
6. Pormahon kini ug palingin.

### **Paghimo sa palaman:**

1. Sagulon ang mushroom ug repolyo, idugang ang toyo (seasoning).
2. Sagulon pag-ayo. Tunawon ang margarine sa kaha ug gisahon ang carrot apan dili kaayo ipa-luto.
3. Idugang ang mushroom nga mixture.
4. Sagulon hangtud maluto na. Lutoon kini sulod sa lima ka minuto.
5. Pabugnawon kini.

### **Paghimo sa empanada:**

1. Magbutang ug usa ka kutsarita nga palaman sa tunga sa crust. Isira (seal) ang mga tumoy niini gamit ang tinidor ug pritohon hangtud nga golden brown na ang kolor niini.
2. Mahimo usab ihipos sa freezer ang empanada. Iplastar kini sa baking sheet, tabunan ug foil ug i-freeze. Pritohon kini kung kaonon na.



# RICE-MUSHROOM MIKI

## MGA SAGUL:

- 800 gramo all-purpose flour
- 400 gramo harina nga bugas (rice flour-glutinous)
- 100 gramo harina nga cassava (cassava flour)
- 100 gramo mushroom powder
- 25 gramo powder nga kamunggay
- 1 kutsara asin
- 3 ka tasa nga tubig

## PAAGI SA PAGLUTO

1. Ayagon (sift) ang mga uga nga sagul.
2. Ibutang sa usa ka panaksan ug sagulon pag-ayo.
3. Dugangan ug tubig samtang gisagol kini.
4. Masahon kini hangtud nga hapsay (smooth) na ug pasagdan usa sulod sa 10 minutos.
5. Lapyaton (flatten) kini ug ipaagi sa noodle maker.



# MUSHROOM SIOMAI

## **MGA SAGUL:**

- 200 gramo nga gilapwaan nga mushroom (blanched mushroom) gitadtad ug gagmay
- 100 gramo nga giniling nga karneng baboy
- 50 gramo nga carrots (gitadtad ug gagmay)
- ¼ kutsaritang dinugmok nga paminta
- ¼ kutsaritang bombay nga powder
- ½ kutsaritang asin
- ½ kutsaritang seasoning (depende ra sa gusto o optional)
- 1 ka putos nga molo wrapper
- 1 ka itlog
- Tubig para sa pag-steam

## **PAAGI SA PAGLUTO**

1. Andamon ang tanang sagul.
2. Sukdon/timbangon ang mga sagul.
3. Sagulon ang tanang sagul gawas lang sa molo wrapper.
4. Putoson sa molo wrapper ang nasagul na pag-ayo nga mga sagul.
5. Gamit ang steamer, i-steam ang naputos na nga siomai sulod sa 15 ngadto sa 25 ka minuto. Ang kadugayon sa pag-steam sa mga sagul magdepende sa kadagkoon sa siomai.
6. Kaonon nga init pa, butangan ug toyo ug kalamansi.



Tinubdan sa Impormasyon:

Department of Agriculture – Bureau of Plant Industry Manila

Department of Agriculture – Regional Field Office III

Department of Agriculture – Regional Field Office II  
Southern Cagayan Research Center

Technical Advisers:

**CHERRYL B. VIRTUDAZO**

Agriculturist II

Department of Agriculture – Caraga

**JAYSON O. DALAPO**

Science Research Assistant

Research Division

Department of Agriculture- Caraga



*“A food-secure and resilient Philippines with empowered and prosperous farmers and fisherfolk”*

Gihimo ug Giapud-apud sa:




**DEPARTMENT OF AGRICULTURE - CARAGA REGION**  
Regional Agriculture and Fishery Information Section  
Capitol Site, Butuan City

Inabagan sa:  
**High Value Crops Development Program**  
Caraga Region

 [www.facebook.com/darfo13](https://www.facebook.com/darfo13)

 [da13caragainfo@gmail.com](mailto:da13caragainfo@gmail.com)

 (085) 342-4092

 (085) 341-2114