

KHAZANAH KULINER

Geopark Meratus



TRADISI RASA WARISAN



MINISTERI KEBUDAYAAN DAN KEMAHANEAN
REPUBLIK INDONESIA





PROLOG

KHAZANAH KULINER GEOPARK MERATUS

Kuliner tradisional merupakan bagian penting dari warisan budaya yang hidup dan berkembang di tengah masyarakat Kalimantan Selatan. Beragam makanan dan wadai khas lahir dari perpaduan alam, sejarah, tradisi, serta kearifan lokal yang diwariskan dari generasi ke generasi.

Kehadiran Pegunungan Meratus, sungai, rawa, dan pesisir telah membentuk pola kehidupan masyarakat sekaligus melahirkan kekayaan cita rasa yang menjadi identitas Banua.

Sebagai UNESCO Global Geopark, Meratus tidak hanya menyimpan warisan geologi yang bernilai tinggi, tetapi juga kekayaan budaya yang tumbuh bersama masyarakatnya. Kuliner tradisional

Menjadi salah satu wujud warisan tersebut, mencerminkan kemampuan masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya alam secara bijaksana sekaligus menjaga pengetahuan lokal yang diwariskan turun-temurun. Setiap hidangan menyimpan cerita tentang kehidupan, kebersamaan, dan hubungan manusia dengan lingkungannya.

Buku Khazanah Kuliner Geopark Meratus hadir sebagai bentuk dokumentasi dan penghormatan terhadap kekayaan rasa, tradisi, serta kearifan lokal Kalimantan Selatan. Melalui buku ini, pembaca diajak mengenal beragam kuliner yang tidak hanya menggugah selera, tetapi juga merekam jejak sejarah dan budaya masyarakat Banua. Semoga buku ini menjadi sumber pengetahuan, inspirasi, dan kebanggaan bersama dalam menjaga serta mewariskan kekayaan kuliner Geopark Meratus kepada generasi mendatang.

Salam Budaya.



Fotografer/Sumber Foto

Donny Sophandi

Penyusun Naskah dan Editing Foto

Donny Sophandi

Desain Grafis

M. Ali Furqan

Penerbit

Dinas Pendidikan dan Kebudayaan
Provinsi Kalimantan Selatan 2026



BINGKA

Kue Bingka adalah kue tradisional khas suku Banjar, Kalimantan Selatan, yang terkenal dengan cita rasa manis, legit, gurih, serta tekstur yang sangat lembut dan agak berminyak.

Kue legendaris ini memiliki bentuk khas menyerupai bunga berkelopak enam.

Bingka menjadi ikon kuliner Banjar.

Ada beberapa varian rasa kue bingka yaitu, yang paling populer rasa Kentang, Tapai dan pandan. proses pembuatannya sebagian sudah menggunakan oven untuk pembakaran dan sebagian ada yang masih menggunakan cara tradisional, dengan menggunakan tungku dan kayu bakar, seperti yang masih bisa di jumpai di Kecamatan Gambut, Kabupaten Banjar.

Bingka merupakan takjil paling diburu serta menjadi primadona utama selama bulan Ramadan





Bingka cake is a traditional cake from the Banjar people of South Kalimantan, known for its sweet, rich, savory taste, and very soft, slightly oily texture.

This legendary cake has a distinctive shape resembling a six-petaled flower.

Bingka has become a culinary icon of Banjar.

There are several flavors of bingka cake, the most popular being potato, tapai, and pandan. Some are made using an oven, while others still use traditional methods, using a stove and firewood, as can still be found in Gambut District, Banjar Regency.

Bingka is a highly sought-after snack and a favorite during Ramadan.







KUE LAPIS KHAS BANJAR

Wadai Lapis Banjar adalah kue tradisional khas Kalimantan Selatan yang terkenal dengan tekstur berlapis, lembut, dan manis, sering disajikan sebagai kudapan atau takjil. Jenis yang populer antara lain Lapis Hula-hula (menggunakan tepung terigu dan coklat) serta Lapis India (menggunakan tepung hunkwe).

Karakteristik & Jenis Utamanya, kalau kue Lapis pada umumnya terbuat dari campuran tepung beras, tepung kanji/sagu, santan, gula, dan garam, dikukus berlapis-lapis.

Sedangkan wadai Lapis Hula-hula (Lapis khas Banjar) bahan utamanya tepung terigu, telur, santan, dan coklat pasta. Teksturnya legit dan wangi pandan.

Wadai Lapis Banjar is a traditional cake from South Kalimantan known for its layered, soft, and sweet texture, often served as a snack or snack. Popular varieties include Lapis Hula-hula (using wheat flour and chocolate) and Lapis India (using hunkwe flour).

Main Characteristics & Types: Lapis cakes are generally made from a mixture of rice flour, starch/sago flour, coconut milk, sugar, and salt, steamed in layers.

While Wadai Lapis Hula-hula (a typical Banjarese layer cake) is primarily made from wheat flour, eggs, coconut milk, and chocolate paste. It has a chewy texture and a pandan-like aroma.



KALALAPON

Klalapon atau kalalapun adalah kue tradisional khas Banjar, Kalimantan Selatan, yang sangat mirip dengan klepon di daerah Jawa. Kue berbentuk bulat berwarna hijau ini diisi dengan gula merah cair dan dibalur parutan kelapa.

Kota Martapura di Kabupaten Banjar sangat terkenal sebagai pusat pembuatan kuliner manis ini. Karakteristik Utama Tekstur Lembut: Terbuat

dari campuran tepung ketan dan sedikit tepung beras. Sensasi saat memakan biasanya gula merah di dalamnya langsung mencair dan pecah di mulut saat digigit. Aroma wangi Menggunakan sari daun pandan alami untuk warna hijau dan aroma khas. Gurih yang alami Baluran kelapa parut memberikan rasa asin yang menyeimbangkan rasa manis.



Klalapon, or kalalapun, is a traditional cake from Banjar, South Kalimantan, very similar to klepon in Java. This round, green cake is filled with melted brown sugar and coated with grated coconut.

The city of Martapura in Banjar Regency is famous as a center for this sweet culinary creation. Key Characteristics: Soft Texture: Made from a mixture of glutinous rice flour and a little rice flour. The sensation when eaten is usually the brown sugar inside melts and breaks in your mouth when you bite into it. Fragrant Aroma: Uses natural pandan leaf extract for its green color and distinctive aroma. Naturally savory. The grated coconut coating provides a salty flavor that balances the sweetness.



WADAI CINCIN

Wadai Cincin Adalah kue tradisional khas Banjar, Kalimantan Selatan, yang memiliki bentuk unik menyerupai cincin dengan empat lubang kecil di tengahnya. Kue berwarna coklat ini memiliki tekstur renyah di luar dan lembut di dalam, dengan cita rasa manis khas gula merah yang dominan.

Bahan Utama yaitu tepung beras, gula merah (gula habang), gula pasir, dan garam. Populer di kawasan Banua Anam, Kalimantan Selatan. Umumnya dijual di pasar tradisional, toko oleh-oleh, atau penjual kue basah khas Banjar, salah satunya di wilayah Martapura.

Wadai cincin sangat cocok dijadikan teman minum teh atau kopi, terutama saat pagi hari.

Wadai Cincin is a traditional cake from Banjar, South Kalimantan, with a unique ring-shaped shape with four small holes in the center. This brown cake has a crispy outside and a soft inside, with a dominant sweet flavor of brown sugar.

The main ingredients are rice flour, brown sugar (gula habang), granulated sugar, and salt. It is popular in the Banua Anam region of South Kalimantan. It is commonly sold in traditional markets, souvenir shops, and vendors selling traditional Banjar cakes, one of which is in the Martapura area.

Wadai Cincin is perfect with tea or coffee, especially in the morning.





CINGKAROK BATU

Cingkarok Batu juga dikenal sebagai wadai cingkaruk atau cengkaruk adalah salah satu kue tradisional khas Banjar, Kalimantan Selatan, yang

memiliki tekstur padat, rasa manis legit, dan sensasi renyah (krenyes) yang khas. Kue ini termasuk ke dalam bagian dari tradisi 41 macam wadai khas Banjar yang sering disajikan dalam acara adat, pernikahan, atau festival kuliner di Kalimantan Selatan.

Secara tekstur dan penampilan,

kue ini mirip dengan dodol krasikan di Jawa. Cingkarok batu dibuat dengan kombinasi tiga bahan dasar yang sangat sederhana, Beras ketan, gula Merah / Gula Aren, Kelapa Parut / Santan. Digunakan untuk memberikan cita rasa gurih yang menyeimbangkan rasa manis dari gula merah.

Cingkarok Batu Also known as wadai cingkaruk or cengkaruk, this traditional cake is a specialty of Banjar, South Kalimantan. It has a dense texture, a sweet, rich taste, and a distinctive crunchy sensation. This cake is part of the 41-variety Banjar

wadai tradition, often served at traditional events, weddings, and culinary festivals in South Kalimantan.

In texture and appearance, this cake is similar to the Javanese dodol krasikan. Cingkarok Batu is made with a combination of three very simple

ingredients: glutinous rice, brown sugar, and grated coconut. These ingredients provide a savory flavor that balances the sweetness of the brown sugar.







WAJIK KHAS BANJAR

Kue Wajik khas Banjar adalah camilan tradisional Kalimantan Selatan yang terbuat dari beras ketan, gula merah, dan santan kental, menghasilkan rasa manis, legit, dan gurih dengan aroma daun pandan yang kuat. Wajik Banjar terkenal dengan teksturnya yang padat namun lembut dan sering menggunakan gula aren berkualitas, seperti Wajik Asli Kandangan, untuk aroma wangi.

Banyak ditemukan di pasar tradisional seperti di Kota Martapura dan daerah Hulu sungai, serta di pusat oleh-oleh makanan khas banjar

Wajik, a Banjar specialty, is a traditional South Kalimantan snack made from glutinous rice, brown sugar, and thick coconut milk, resulting in a sweet, rich, and savory flavor with a strong pandan leaf aroma. Wajik Banjar is known for its dense yet soft texture and often uses high-quality palm sugar, such as Wajik Asli Kandangan, for its fragrant aroma.

It is often found in traditional markets such as those in Martapura City and the Hulu Sungai area, as well as in Banjar specialty food souvenir centers.



APAM BARABAI

Apam Barabai adalah wadai (kue) basah tradisional khas suku.

Banjar yang berasal dari kota Barabai, Kabupaten Hulu Sungai Tengah, Kalimantan Selatan.

Kue legendaris ini memiliki tekstur yang sangat lembut, tipis, kenyal, dan memiliki aroma khas yang kuat karena menggunakan campuran tape singkong serta gula aren asli. Sejak tahun 2012, kuliner ini telah diakui sebagai salah satu Warisan Budaya Takbenda Indonesia.

Mudah di jumpai di pasar tradisional terutama di pinggir - pinggir jalan di Kota Barabai, Kabupaten HST.

Apam Barabai is a traditional wet cake (wadai) typical of the Banjar tribe originating from the city of Barabai, Hulu Sungai Tengah Regency, South Kalimantan.

This legendary cake has a very soft, thin, and chewy texture and a strong, distinctive aroma due to the mixture of cassava tape and real palm sugar. Since 2012, this culinary treat has been recognized as one of Indonesia's Intangible Cultural Heritage.

It is easily found in traditional markets, especially on the roadsides in Barabai City, Hulu Sungai Tengah Regency.







PROSES MEMBUAT LAMANG
THE PROCESS OF MAKING LAMANG

LAMANG

Lamang adalah kuliner tradisional khas Banjar dan Dayak di Kalimantan Selatan yang terbuat dari beras ketan putih atau hitam yang dicampur santan, dibungkus daun pisang, dan dimasak dengan cara dibakar di dalam batang bambu muda.

Makanan ini memiliki tekstur pulen dan aroma wangi khas.

Di daerah Pegunungan meratus, lamang digunakan untuk upacara adat dayak meratus, sebagai salah satu syarat upacara adat dan dimakan bersama - sama.

Lamang is a traditional Banjar and Dayak culinary specialty of South Kalimantan. It's made from white or black sticky rice mixed with coconut milk, wrapped in banana leaves, and cooked by grilling inside young bamboo stalks. This dish has a soft texture and a distinctive fragrant aroma.

In the Meratus Mountains, lamang is used in traditional Dayak Meratus ceremonies, as a requirement for traditional ceremonies and is eaten communally.





LUPIS

Wadai Lupis Banjar adalah jajanan tradisional khas suku Banjar, Kalimantan Selatan, yang terbuat dari beras ketan dan memiliki ciri khas berbentuk bulat memanjang seperti lontong serta berwarna hijau pekat.

Berbeda dengan kue lupis di pulau Jawa yang umumnya berbentuk segitiga dan berwarna putih kehijauan, lupis Banjar diikat menggunakan tali purun atau tali rafia, lalu dipotong-potong saat hendak disajikan. Warnanya yang hijau cantik secara tradisional diperoleh dari perasan daun pudak satagal (*Dracaena angustifolia*) atau daun suji.

Kue ini memiliki tekstur yang kenyal dan pulen, disajikan bersama taburan parutan kelapa yang gurih serta siraman saus kinca gula merah yang kental.

Wadai Lupis Banjar is a traditional snack typical of the Banjar people of South Kalimantan. It is made from glutinous rice and is characterized by its oblong, round shape, like lontong (rice cake) and deep green color.

Unlike lupis cakes on Java, which are generally triangular and greenish-white, Banjar lupis is tied with purun rope or raffia, then cut into pieces when ready to serve. Its beautiful green color is traditionally obtained from the juice of pudak satagal (*Dracaena angustifolia*) or suji leaves.

This cake has a chewy and soft texture, served with a sprinkling of savory grated coconut and a drizzle of thick brown sugar kinca sauce.







KUE TRADISIONAL DI ACARA SEREMONIAL DAN KEAGAMAAN



TRADITIONAL CAKES AT CEREMONIAL AND RELIGIOUS EVENTS

PAIS PISANG

Pais pisang adalah jajanan pasar tradisional khas suku Banjar, Kalimantan Selatan, yang terbuat dari campuran pisang matang, tepung beras, santan, dan gula yang dibungkus daun pisang lalu dikukus.
Kue ini sekilas mirip dengan kue

nagasari, namun perbedaannya terletak pada pengolahan pisang. Pada pais pisang khas Banjar, buah pisang dipotong kecil-kecil atau dihancurkan dan langsung diaduk menyatu ke dalam adonan tepung sebelum dibungkus, bukan dijadikan isian di tengahnya. Kue tradisional ini sangat disukai karena teksturnya yang lembut, legit, serta perpaduan rasa manis buah dan gurih santan yang pas.

Sangat cocok dimakan di pagi dan sore hari ditemani teh hangat dan secangkir kopi.



Pais Pisang is a traditional market snack typical of the Banjar people of South Kalimantan. It is made from a mixture of ripe bananas, rice flour, coconut milk, and sugar, wrapped in banana leaves and steamed.

This cake is similar to nagasari cake, but the difference lies in the processing of the bananas. In the Banjarese banana pie, the bananas are cut into small pieces or mashed and mixed directly into the flour mixture before being wrapped, rather than being used as a filling in the center. This traditional cake is highly favored for its soft, chewy texture and the perfect blend of sweet fruit and savory coconut milk flavors.

It is perfect for mornings and afternoons with warm tea or a cup of coffee.





WADAI UNTUK-UNTUK

Wadai Untuk-Untuk adalah kue basah tradisional khas Banjar berbentuk roti goreng. Kue ini memiliki tekstur yang empuk, berhapuk, dan padat, serta sangat cocok dinikmati sebagai teman minum teh atau kopi di pagi dan sore hari.

Ragam Isian Wadai Untuk-Untuk : Kue ini dibedakan berdasarkan bentuk dan jenis isian di dalamnya.

Inti Kelapa: Adonan bulat berisi parutan kelapa muda yang dimasak bersama gula merah asli Banjar.

Kacang Hijau: Adonan bulat dengan isian pasta kacang hijau manis

Pisang: Adonan berbentuk lonjong memanjang dengan isian potongan pisang matang di dalamnya.

Wadai Untuk-Untuk is a traditional Banjar cake in the form of fried bread. This cake has a soft, fluffy, and dense texture, and is perfect for enjoying with tea or coffee in the morning or afternoon.

Various Wadai Untuk-Untuk Fillings: This cake is distinguished by its shape and the type of filling it contains.

Coconut Core: Round dough filled with grated young coconut cooked with authentic Banjar brown sugar.

Green Bean: Round dough filled with sweet green bean paste.

Banana: Long, oval dough filled with ripe banana pieces.





Suasana di pusat jajanan dan
oleh - oleh di pasar Martapura,
Kabupaten Banjar.



The atmosphere at the snack and souvenir center at Martapura market, Banjar Regency.





KAKICAK

Kakicak (atau sering disebut kikicak/kekicak) adalah kue tradisional khas suku Banjar, Kalimantan Selatan.

Kue ini memiliki tekstur yang sangat kenyal dan lembut karena dibuat dari bahan dasar tepung ketan putih.

Ciri khas utama dari wadai (kue) ini adalah warnanya yang umumnya hijau dari air daun pandan, berbentuk bulat pipih dengan cekungan (lesung) di bagian tengahnya, serta disajikan dengan taburan inti kelapa parut dan siraman saus gula merah cair.

Bisa ditemukan di pasar tradisional dan warung - warung tradisional di daerah Hulu Sungai.

Kakicak (or often called kikicak/kekicak) is a traditional cake typical of the Banjar people of South Kalimantan.

This cake has a very chewy and soft texture, made from white glutinous rice flour.

The main characteristic of this wadai (cake) is its color, which is generally green from pandan leaf juice, its flat, round shape with a dimpled center, and its serving topped with grated coconut and a drizzle of liquid brown sugar sauce.

Can be found in traditional markets and traditional stalls in the Hulu Sungai area.

WADAI PARE

Wadai Pare (atau sering disebut kue pepare / wadai paria) adalah kue basah tradisional khas Banjar, Kalimantan Selatan, yang bentuknya menyerupai sayur pare namun memi-

liki rasa yang manis, gurih, dan legit. Meskipun penampilannya mirip pare dengan guratan khas di permukaannya, kue ini sama sekali tidak pahit dan tidak menggunakan sayur pare sebagai bahannya. TikTokmarmyutt +3

Kue ini memiliki tekstur yang ken-

yal mirip kelpen atau kue ku, dengan kulit luar berwarna hijau pandan dan diisi dengan unti kelapa (campuran kelapa parut dan gula merah). Beberapa variasi khas Banjar juga disajikan dengan siraman vla santan kental yang gurih (kue pare berendam).





Pare Cake (often called pepare cake or paria cake) is a traditional wet cake from Banjar, South Kalimantan. It resembles bitter melon but has a sweet, savory, and rich taste. Although it looks like bitter melon with distinctive grooves on its surface, this cake is not bitter at all and does not use bitter melon as an ingredient. TikTokmarmyutt +3

This cake has a chewy texture similar to kelson or kue ku, with a pandan-green outer crust and a filling of unti kelapa (a mixture of grated coconut and brown sugar). Some Banjar variations are also served with a thick, savory coconut milk vla (pare soaked cake).



GAGATAS

Wadai Gagatas adalah kue tradisional khas Banjar, Kalimantan Selatan, yang terbuat dari campuran tepung ketan dan kelapa parut, bercita rasa manis, kenyal di dalam, serta renyah di luar karena lapisan gula (besta).

Kue berbentuk jajar genjang ini sering disajikan sebagai teman minum kopi atau teh dan populer sebagai camilan sehari-hari.

Kue ini mirip dengan kue gemblong di Jawa, namun biasanya gagatas memiliki bentuk yang lebih khas.

Wadai Gagatas is a traditional cake from Banjar, South Kalimantan, made from a mixture of glutinous rice flour and grated coconut. It has a sweet, chewy inside and a crispy outside thanks to the sugar coating (besta).

This parallelogram-shaped cake is often served with coffee or tea and is a popular everyday snack.

This cake is similar to the Javanese gemblong cake, but gagatas usually has a more distinctive shape.





SUASANA PASAR WADAI RAMADAN DI KOTA BANJARMASIN.



THE ATMOSPHERE OF THE RAMADAN CAKE MARKET IN BANJARMASIN.



AMPARAN TATAK

Amparan Tatak adalah kue basah tradisional khas suku Banjar di Kalimantan Selatan.

Kue legendaris ini memiliki tekstur yang sangat lembut, legit, dan lumer di mulut dengan perpaduan rasa manis dan gurih santan yang pekat.

Hidangan ini merupakan salah satu takjil paling populer dan paling diburu di pasar wadai (pasar kue) selama bulan suci Ramadan.

Amparan Tatak is a traditional moist cake typical of the Banjar people in South Kalimantan.

This legendary cake has a very soft, chewy, and melt-in-your-mouth texture, with a sweet and savory blend of rich coconut milk.

This dish is one of the most popular and sought-after snacks at the wadai (cake) market during the holy month of Ramadan.





WADAI IPAU

Wadai (Kue) Ipau adalah kuliner tradisional khas Banjar dari Kalimantan Selatan yang terbuat dari lapisan kulit tipis mirip martabak, kemudian diisi tumisan daging ayam atau sapi, wortel, dan kentang berbumbu rempah. Setelah disusun berlapis di loyang, bagian atasnya disiram adonan santan dan telur lalu dipanggang hingga matang.

Wadai Ipau sering dijuluki sebagai "Lasagna Banjar"

karena bentuknya yang berlapis-lapis

. Kuliner ini memiliki cita rasa gurih, manis, dan lumer di lidah, serta sangat populer sebagai takjil pelengkap saat berbuka puasa di bulan Ramadan.

Wadai (Cake) Ipau is a traditional Banjar culinary specialty from South Kalimantan. It's made with a thin pastry layer similar to martabak, filled with sauteed chicken or beef, carrots, and potatoes seasoned with spices. After being layered in a baking dish, the top is drizzled with coconut milk and egg mixture and baked until cooked through.

Wadai Ipau is often nicknamed "Banjar Lasagna" because of its multi-layered shape.

This dish has a savory, sweet, and melt-in-your-mouth flavor and is very popular as a snack to break the fast during Ramadan.





BINGKA BARANDAM

Bingka Barandam adalah salah satu wadai khas Banjar yang populer di Kalimantan Selatan, terutama saat bulan Ramadan. Kata "barandam" dalam bahasa Banjar berarti "beren-dam", karena kue ini disajikan dalam kuah manis berbahan gula merah atau gula habang dan santan.

Berbeda dengan bingka panggang biasa, Bingka Barandam memiliki tekstur lebih lembut dan basah. Kue bingkanya dipotong-potong lalu direndam dalam kuah manis sehingga terasa legit, harum santan, dan sedikit karamel dari gula merah.

Ciri khas Bingka Barandam, tekstur lembut dan berkuah, Rasa manis legit dengan aroma santan.

Biasanya disajikan dingin atau suhu ruang

Populer sebagai takjil berbuka puasa.

“ Kue ini disajikan dalam kuah manis berbahan gula merah atau gula habang dan santan. **”**



Bingka Barandam is a typical Banjar cake popular in South Kalimantan, especially during Ramadan. The word "barandam" in the Banjar language means "to soak," because this cake is served in a sweet sauce made from brown sugar or black sugar and coconut milk.

Unlike regular baked bingka, Bingka Barandam has a softer and moister texture. The bingka cake is cut into pieces and soaked in the sweet

sauce, giving it a chewy texture, fragrant with coconut milk, and a hint of caramel from the brown sugar.

Bingka Barandam's distinctive characteristics:

Soft and rich texture, sweet and rich flavor with the aroma of coconut milk.

Usually served cold or at room temperature.

Popular as a snack to break the fast.

SUASANA PASAR TERAPUNG LOKBAIN TAN

ATMOSPHERE
LOKBAIN TAN FLOATING MARKET





SARI MUKA

Kue Sari Muka adalah salah satu wadai tradisional Banjar yang terkenal dengan tampilan dua lapis berwarna coklat dan putih. Bagian bawahnya terbuat dari pulut atau ketan kukus, sedangkan bagian atasnya berupa

adonan lembut berbahan santan, telur, dan pandan.

Kue ini memiliki perpaduan tekstur yang khas. Lapisan bawah kenyal dari ketan, Lapisan atas lembut dan creamy, Aroma pandan dan santan sangat kuat. Rasa manis dan gurih yang seimbang.

Ciri khas Kue Sari Muka adalah Warna hijau alami dari pandan atau warna coklat

Disajikan dalam potongan persegi. Banyak dijumpai di pasar wadai tradisional. Populer untuk suguhan tamu, hajatan, dan Ramadan.

“ Disajikan dalam potongan persegi. Banyak dijumpai di pasar wadai tradisional. Populer untuk suguhan tamu, hajatan, dan Ramadan ”



Kue Sari Muka is a traditional Banjar cake known for its two layers of brown and white. The bottom layer is made of sticky rice or steamed glutinous rice, while the top layer is a soft dough made from coconut milk, eggs, and pandan leaves.

This cake has a unique blend of textures: a chewy bottom layer made from glutinous rice, a soft and creamy top layer, a strong aroma of pandan and coconut milk, and a balanced sweet and savory flavor.

Kue Sari Muka's distinctive characteristic is its natural green color from pandan leaves or brown leaves.

Served in square slices, it is often found in traditional cake markets. It is popular for guests, celebrations, and Ramadan.





KARARABAN

Kararaban adalah salah satu wadai tradisional Banjar yang berbahan dasar tepung beras dan santan, dengan cita rasa manis gurih khas kuliner Banjar. Kue ini biasanya disajikan dengan kuah gula merah atau siraman santan manis sehingga teksturnya lembut dan sedikit basah.

Kararaban dikenal memiliki tampilan sederhana namun kaya rasa, sering dijumpai di pasar tradisional

dan sajian acara keluarga masyarakat Banjar.

Ciri khas Kararaban, Tekstur lembut dan kenyal.

Rasa manis gurih dari santan dan gula habang.

Umumnya berwarna putih krem atau kecokelatan.

Disajikan dalam potongan kecil atau mangkuk.



Kararaban is a traditional Banjar cake made from rice flour and coconut milk, with a sweet and savory flavor typical of Banjar cuisine. This cake is usually served with brown sugar sauce or sweet coconut milk, giving it a soft and slightly moist texture.

Kararaban is known for its simple appearance yet rich flavor, and is often found in traditional markets and

at Banjar family events.

Kararaban's distinctive feature:

Soft and chewy texture

Sweet and savory flavor from coconut milk and brown sugar

Generally creamy white or brownish in color.

Served in small pieces or bowls





PUTRI SELAT

Kue Putri Selat adalah wadai (kue basah) tradisional khas suku Banjar dari Kalimantan Selatan yang terkenal dengan tekstur lembut, legit, serta perpaduan rasa manis dan gurih. Kue ini memiliki keunikan berupa tampilannya yang terdiri dari tiga lapisan warna yang berbeda.

Karakteristik Kue Putri Selat : memiliki Tiga Lapisan. Setiap lapisan melambangkan kelezatan yang saling melengkapi dan biasanya dimasak secara bertahap dengan cara dikukus. Perpaduan rasa manis dari gula merah/gula pasir, aroma harum dari daun pandan, serta rasa

gurih yang pekat dari santan. Tekstur yang Lembut, kenyal, dan lumer di mulut saat digigit.

Kue ini sering dijumpai di Pasar wadai Tradisional, Acara hajatan, Sajian berbuka puasa Ramadan dan Tradisi keluarga Banjar.



Putri Selat Cake is a traditional wadai (moist cake) typical of the Banjar people of South Kalimantan, known for its soft, chewy texture and blend of sweet and savory flavors. This cake is unique in its appearance, consisting of three layers of different colors.

Characteristics of Putri Selat Cake: It has three layers. Each layer represents a complementary delicacy and

is usually cooked in stages by steaming. The combination of the sweetness of brown sugar/granulated sugar, the fragrant aroma of pandan leaves, and the rich savory flavor of coconut milk. The texture is soft, chewy, and melts in your mouth when you bite into it.

This cake is often found at traditional wadai markets, celebrations, Ramadan fast-breaking dishes, and Banjar family traditions.





Pais Waluh is a traditional Banjar dish made from pumpkin or squash. This traditional snack has a sweet and savory taste with a soft texture.

The distinctive feature of Pais Waluh is that it uses mashed pumpkin mixed with coconut milk, brown sugar or granulated sugar, and sometimes flour.

It is wrapped in banana leaves and steamed.

The aroma of the banana leaves and ripe pumpkin is its main attraction.

The texture is soft, like traditional pudding, with a distinctive, naturally sweet pumpkin flavor. Some versions are topped with grated coconut or coconut milk sauce.

In Banjar society, the word "pais" refers to the technique of wrapping ingredients in banana leaves and then steaming or baking.

PAIS WALUH

Pais Waluh adalah makanan tradisional khas Banjar berbahan dasar waluh atau labu kuning. Kulinier ini termasuk jajanan tradisional yang memiliki rasa manis gurih dengan tekstur lembut.

Ciri khas Pais Waluh, Menggunakan labu kuning yang dihaluskan. Dicampur santan, gula merah atau gula pasir, serta kadang ditambah tepung.

Dibungkus daun pisang lalu dikukus.

Aroma daun pisang dan labu yang matang menjadi daya tarik utamanya.

Teksturnya lembut seperti puding tradisional, dengan rasa khas labu yang manis alami. Beberapa versi diberi taburan kelapa parut atau saus santan.

Di masyarakat Banjar, kata "pais" merujuk pada teknik membungkus bahan dengan daun pisang lalu dikukus atau dibakar.







PAIS SAGU

Pais Sagu merupakan kue tradisional khas Banjar yang dibuat dari tepung sagu. Kue ini dikenal memiliki tekstur yang lembut, kenyal, serta rasa manis gurih yang khas. Dalam proses pembuatannya, Pais Sagu menggunakan bahan dasar tepung sagu dan santan, yang biasanya dicampur dengan gula merah atau gula pasir untuk menambah cita rasa.

Pais Sagu dibungkus menggunakan daun pisang, kemudian dimasak dengan cara dikukus sehingga menghasilkan aroma harum alami yang menjadi ciri khasnya. Beberapa variasi Pais Sagu juga ditambahkan kelapa parut, potongan pisang, serta pandan untuk memberikan aroma dan warna yang lebih menarik.

Teksturnya yang lembut dan agak lengket menghadirkan cita rasa tradisional yang sederhana namun tetap khas. Aroma daun pisang dan santan menjadi bagian penting dari kenikmatan Pais Sagu.

Pais Sagu is a traditional Banjar cake made from sago flour. This cake is known for its soft, chewy texture and distinctive sweet and savory flavor. It's made using sago flour and coconut milk, usually mixed with brown sugar or granulated sugar for added flavor.

Pais Sagu is wrapped in banana leaves and steamed, producing its distinctive natural fragrance. Some variations of Pais Sagu also include grated coconut, banana slices, and pandan leaves for a more appealing aroma and color.

Its soft, slightly sticky texture offers a simple yet distinctive traditional flavor. The aroma of banana leaves and coconut milk is an essential part of the deliciousness of Pais Sagu.

“ Teksturnya yang lembut dan agak lengket menghadirkan cita rasa tradisional yang sederhana namun tetap khas. ”



KUE TUMPI

Kue Tumpi merupakan salah satu kue tradisional khas Banjar yang berbentuk pipih dan digoreng hingga renyah. Bentuknya hampir mirip dengan kue cucur. Kue ini dikenal sebagai camilan sederhana masyarakat Banjar

sejak dahulu.

Kue Tumpi terbuat dari tepung beras atau tepung ketan. Adonannya biasanya dicampur gula dan sedikit garam, kemudian dibentuk pipih kecil sebelum digoreng. Kue ini memiliki tekstur renyah di bagian luar dan agak padat di bagian dalam.

Beberapa variasi Kue Tumpi dibuat dengan cita rasa manis menggunakan gula merah atau gula pasir, serta ada pula yang bercita rasa

gurih dengan tambahan bawang atau kelapa. Sebagian variasi juga menggunakan wijen sebagai taburan untuk menambah aroma dan rasa.

Kue Tumpi sering disajikan sebagai kudapan keluarga, teman minum teh atau kopi, sajian pada hari besar dan hajatan, serta menjadi salah satu jajanan pasar tradisional Banjar.



Tumpi cake is a traditional Banjar cake, flat and fried until crispy. Its shape is similar to cucur cake. This cake has been known as a simple snack for the Banjar people for a long time.

Tumpi cake is made from rice flour or glutinous rice flour. The dough is

usually mixed with sugar and a little salt, then formed into small flat cakes before frying. This cake has a crispy texture on the outside and a slightly firm interior.

Some variations of Tumpi cake are made with a sweet taste using brown sugar or granulated sugar, while

others are savory with the addition of onions or coconut. Some variations also use sesame seeds as a topping for added aroma and flavor.

Tumpi cake is often served as a family snack, with tea or coffee, on holidays and celebrations, and is also a traditional Banjar market snack.



KUE CUCUR

Kue Cucur merupakan kue tradisional Nusantara yang juga sangat dikenal dalam budaya kuliner Banjar di Kalimantan Selatan. Kue ini memiliki bentuk bundar dengan bagian tengah yang tebal serta pinggiran tipis berenda yang menjadi ciri khasnya.

Kue Cucur terbuat dari tepung beras dan gula merah. Proses memasaknya dilakukan dengan cara digoreng dalam minyak yang banyak menggunakan api kecil sehingga menghasilkan warna cokelat karamel yang khas. Teksturnya kenyal di bagian tengah dan renyah pada bagian pinggir.

Aroma gula merah serta proses penggorengan perlahan menghasilkan rasa manis legit yang menjadi ciri utama kue ini. Kue Cucur sering dijumpai di pasar tradisional, pasar wadai Ramadan, acara hajatan dan selamatan, serta disajikan untuk tamu dan keluarga.

Di Kalimantan Selatan, Kue Cucur menjadi bagian penting dari ragam wadai Banjar yang diwariskan secara turun-temurun dan masih mudah ditemukan hingga sekarang.



Kue Cucur is a traditional Indonesian cake, well-known in the Banjar culinary culture of South Kalimantan. It has a round shape with a thick center and thin, lacy edges, which are its hallmark.

Kue Cucur is made from rice flour and brown sugar. It is fried in plenty of oil over low heat, producing a distinctive caramel brown color. Its texture is chewy in the center and crispy on the edges.

The aroma of brown sugar and the slow frying process produce a rich, sweet flavor that is the cake's defining characteristic. Kue Cucur is often found in traditional markets, Ramadan food markets, celebrations, and is served to guests and family.

In South Kalimantan, Kue Cucur is an essential part of the Banjar food tradition, passed down through generations and still readily available today.

HINTALU KARUANG

Hintalu Karuang merupakan hidangan bubur manis tradisional khas masyarakat Banjar dari Kalimantan Selatan dan Kalimantan Tengah. Secara harfiah dalam bahasa Banjar, kata *hintalu* berarti telur dan *karuang* adalah sejenis burung yang hidup di hutan-hutan Kalimantan. Nama ini diberikan karena adonan utama bubur tersebut dibentuk menjadi bulat-bulat kecil yang tekstur dan ukurannya sekilas menyerupai telur burung karuang.

Sekilas, hidangan ini sangat mirip dengan bubur candil atau bubur sumsum biji salak yang populer di Pulau Jawa. Namun, terdapat perbedaan mendasar pada proses pengolahan kuahnya. Jika kuah santan pada bubur candil Jawa umumnya disiram terpisah di bagian atas, kuah santan dan gula merah pada Hintalu Karuang dicampur dan dimasak langsung bersama bola-bola ketan sejak awal proses pengolahan.

Cara memasak tersebut menghasilkan perpaduan cita rasa yang lebih meresap, dengan rasa legit, gurih, dan manis yang menjadi ciri khas Hintalu Karuang.



Hintalu Karuang is a traditional sweet porridge dish typical of the Banjar people of South and Central Kalimantan. Literally in the Banjar language, *hintalu* means egg, and *karuang* is a type of bird that lives in the forests of Kalimantan. This name is given because the main porridge mixture is formed into small balls whose texture and size resemble the eggs of a karuang bird.

At first glance, this dish is very similar to bubur candil or salak seed porridge, which is popular on the island of Java. However, there is a

fundamental difference in the preparation of the sauce. While the coconut milk sauce in Javanese bubur candil is usually poured separately on top, the coconut milk and brown sugar sauce in Hintalu Karuang are mixed and cooked directly with the sticky rice balls from the very beginning of the cooking process.

This cooking method results in a more intense blend of flavors, with the distinctive rich, savory, and sweet flavors that are characteristic of Hintalu Karuang.







JAJANAN PAGI MASYARAKAT BANJAR
BANJAR PEOPLE'S MORNING SNACKS



PUNDUT

Pundut, atau lebih populer disebut Pundut Nasi, merupakan kuliner tradisional khas Banjarmasin, Kalimantan Selatan. Hidangan ini berupa nasi gurih yang dibungkus meng-

gunakan daun pisang dan dikukus bersama santan kental. Dalam bahasa Banjar, kata "pundut" secara harfiah berarti "bungkus", yang merujuk pada metode penyajiannya yang dibalut rapi dengan daun pisang.

Pundut memiliki cita rasa yang sangat gurih dengan tekstur lembut, berada di antara nasi biasa dan lontong. Selain itu, hidangan ini juga memiliki aroma wangi khas yang berasal dari daun pisang yang telah

dilayukan sebelum digunakan sebagai pembungkus.

Pundut nasi hampir selalu disajikan dengan siraman bumbu habang, yaitu sambal merah khas Banjar yang cenderung bercita rasa manis dan gurih serta tidak terlalu pedas karena menggunakan cabai kering. Perpaduan rasa gurih dari nasi dan bumbu habang menjadikan Pundut sebagai salah satu kuliner tradisional Banjar yang khas dan digemari masyarakat.



Pundut, or more popularly known as Pundut Nasi, is a traditional culinary specialty of Banjarmasin, South Kalimantan. This dish consists of savory rice wrapped in banana leaves and steamed in thick coconut milk. In the Banjar language, the word "pundut" literally means "wrap," referring to the way it is served, neatly wrapped in

banana leaves.

Pundut has a very savory taste with a soft texture, somewhere between regular rice and lontong. Furthermore, this dish also has a distinctive fragrance that comes from the banana leaves, which are wilted before being used as wrapping.

Pundut Nasi is almost always

served with a drizzle of "habang" sauce, a typical Banjar red chili sauce that tends to be sweet and savory, but not too spicy because it uses dried chilies. The savory combination of rice and "habang" sauce makes Pundut a distinctive and beloved traditional Banjar culinary dish.



DADAR GULUNG

Dadar Gulung merupakan kue tradisional yang terbuat dari kulit dadar tipis berwarna hijau dan digulung dengan isian kelapa parut serta gula merah. Warna hijau pada kue ini biasanya berasal dari daun pandan atau daun suji sehingga menghasilkan aroma yang harum dan khas.

Kue ini populer di berbagai daerah

di Indonesia, termasuk di Kalimantan Selatan, baik sebagai sajian pasar tradisional maupun hidangan untuk tamu. Dadar Gulung memiliki tekstur lembut dengan perpaduan rasa manis dan gurih yang berasal dari kelapa parut serta gula merah cair di dalam isian.



“Its soft texture combines the sweet and savory flavors of coconut and melted brown sugar.”

Dadar Gulung is a traditional cake made from a thin green omelette rolled with a filling of grated coconut and brown sugar. The green color usually comes from pandan or suji leaves, giving it a fragrant and distinctive aroma.

This cake is popular in various regions of Indonesia, including South

Kalimantan, as a traditional market dish and as a guest dish. Its soft texture combines the sweet and savory flavors of coconut and melted brown sugar.

ILAT SAPI

Ilal Sapi merupakan kue tradisional khas Banjar yang bentuknya menyerupai lidah sapi, yaitu pipih memanjang dengan tekstur renyah serta rasa manis gurih. Dalam bahasa Banjar, kata “ilat” berarti lidah. Kue ini biasanya dibuat dari campuran tepung terigu, telur, gula, santan atau margarin, serta vanili.

Adonannya dicetak tipis memanjang, kemudian dipanggang hingga kering dan renyah. Aroma telur dan menteganya yang khas membuat kue ini sering disajikan saat hari raya, acara keluarga, maupun sebagai suguhan untuk tamu.

Di Kalimantan Selatan, Ilal Sapi sering dijual bersama berbagai kue kering tradisional Banjar lainnya, seperti bangkit, sagon, dan kue cincin.



Ilal Sapi is a traditional Banjar cake shaped like a cow's tongue, flat and elongated, with a crispy texture and a sweet and savory flavor. In the Banjar language, the word “ilat” means tongue. This cake is usually made from a mixture of wheat flour, eggs, sugar, coconut milk or margarine, and vanilla.

The dough is formed into thin,

elongated balls and baked until dry and crispy. Its distinctive egg and butter aroma makes this cake often served during holidays, family gatherings, or as a treat for guests.

In South Kalimantan, Ilal Sapi is often sold alongside other traditional Banjar cakes, such as bangkit, sagon, and kue cincin.





BUBUR SAGU BANJAR

Bubur Sagu Banjar merupakan hidangan tradisional masyarakat Banjar yang terbuat dari sago dengan kuah santan bercita rasa manis dan gurih. Bubur ini memiliki tekstur lembut dan sedikit kenyal, serta biasanya disa-

jiikan hangat sebagai sarapan atau makanan selingan.

Dalam tradisi Banjar, Bubur Sagu dibuat secara sederhana menggunakan bahan-bahan lokal dengan aroma pandan yang kuat. Warna buburnya dapat berupa putih susu atau agak kecokelatan apabila menggunakan gula merah.

Bubur ini kerap dijumpai di pasar tradisional Kalimantan Selatan bersama berbagai wadai Banjar lainnya, seperti lupis, kakicak, dan hintalu karuang.

Banjar Sago Porridge is a traditional Banjar dish made from sago in a sweet and savory coconut milk sauce. This porridge has a soft and slightly chewy texture and is usually served warm for breakfast or as a snack.

In Banjar tradition, Sago Porridge is made simply using local ingredients with a strong pandan aroma. The porridge can be milky white or slightly brownish if brown sugar is used.

This porridge is often found in traditional markets in South Kalimantan, along with various other Banjar snacks, such as lupis, kakicak, and hintalu karuang.



LAPAT

Lapat Banjar, yang sering juga disebut buras, merupakan makanan tradisional khas Suku Banjar di Kalimantan Selatan. Hidangan ini terbuat dari beras dan santan yang dibungkus menggunakan daun pisang, kemudian direbus hingga menghasilkan tekstur padat dan kenyal.

Kuliner ini sekilas mirip dengan buras khas Sulawesi atau lontong, namun memiliki ciri khas tersendiri, baik dari segi tekstur maupun padanan lauknya. Lapat biasanya disajikan dengan sambal kacang atau sambal merah yang tidak terlalu pedas sehingga menghasilkan cita rasa gurih dan nikmat.

Bagi masyarakat Banjar, Lapat merupakan salah satu hidangan wajib yang paling dicari, terutama saat momen Hari Raya Lebaran.



Lapat Banjar, also often called buras, is a traditional dish of the Banjar people of South Kalimantan. This dish is made from rice and coconut milk wrapped in banana leaves, then boiled until it has a dense, chewy texture.

This dish is similar to Sulawesi's buras or lontong, but has its own

unique characteristics, both in terms of texture and side dishes. Lapat is usually served with peanut sauce or red chili sauce, which is not too spicy, resulting in a savory and delicious flavor.

For the Banjar people, Lapat is a must-have dish, especially during Eid al-Fitr.





GAYAM

Wadai Gayam merupakan kue tradisional khas suku Banjar yang terbuat dari adonan tepung ketan dan disajikan bersama unti kelapa, yaitu parutan kelapa yang dimasak dengan gula merah, atau kuah santan manis. Kue ini memiliki tekstur kenyal dengan perpaduan rasa manis dan gurih yang khas.

Di beberapa daerah masyarakat Banjar, seperti Banjar Alai maupun komunitas Banjar di perantauan, wadai ini juga sering disebut dengan nama Wadai Kipeng. Nama "Gayam" sendiri merujuk pada bentuk kuenya yang dibuat bulat pipih dengan lekukan di bagian tengah sehingga menyerupai bentuk buah tanaman gayam.

Kue tradisional ini sekilas sangat mirip dengan wadai Kikicak sehingga masyarakat sering menyandingkan keduanya dalam istilah lokal.



Wadai Gayam is a traditional Banjar cake made from glutinous rice flour dough and served with unti kelapa, grated coconut cooked in brown sugar, or sweet coconut milk sauce. This cake has a chewy texture with a distinctive blend of sweet and savory flavors.

In some Banjar areas, such as Banjar Alai and Banjar communities

living abroad, this cake is also often called Wadai Kipeng. The name "Gayam" refers to the cake's shape, which is flat and round with a dent in the center, resembling the fruit of the gayam plant.

This traditional cake is very similar to Wadai Kikicak, so people often use the local term for the two.

GAGUDUH

Gaguduh, atau sering disebut Gandang Ramas, merupakan penganan tradisional khas suku Banjar yang terbuat dari potongan buah-buahan kecil yang dibalut adonan tepung kental, kemudian dimasak hingga matang. Secara umum, Gaguduh dikenal luas oleh masyarakat luar sebagai pisang goreng khas Banjar.

Keunikan kuliner tradisional ini terletak pada potongan buah yang menyatu dalam satu sendok adonan tepung sehingga menghasilkan tekstur renyah di bagian luar, namun tetap lembut dan manis di bagian dalam. Camilan ini sangat digemari sebagai teman minum teh atau kopi pada sore hari.

Ada dua jenis Gaguduh yang paling sering dijumpai. Pertama, Gaguduh Pisang, yaitu Gaguduh yang menggunakan buah pisang, biasanya pisang kepok atau pisang talas, yang dipotong kecil atau dilumatkan kasar bersama adonan tepung. Kedua, Gaguduh Tiwadak, yaitu Gaguduh yang menggunakan buah cempedak atau tiwadak. Jenis ini memiliki aroma yang sangat kuat dan khas sehingga menjadi primadona saat musim buah tiba.



Gaguduh, often called Gandang Ramas, is a traditional Banjar snack made from small pieces of fruit coated in a thick flour batter, then cooked until done. Gaguduh is widely known outside the community as Banjar fried bananas.

The uniqueness of this traditional culinary treat lies in the pieces of fruit combined in a scoop of batter, creating a crispy texture on the outside while remaining soft and sweet on the inside. This snack is a popular accom-

paniment to afternoon tea or coffee.

There are two types of gaguduh that are most commonly found. First, Gaguduh Pisang, which uses bananas, usually kepok bananas or taro bananas, which are cut into small pieces or roughly mashed with the flour batter. Second, Gaguduh Tiwadak, which uses cempedak fruit or tiwadak. This type has a very strong and distinctive aroma, making it a favorite during fruit season.





PATAH

Wadai Patah, atau lebih sering ditulis Wadai Petah, merupakan kue basah tradisional khas suku Banjar di Kalimantan Selatan yang memiliki cita rasa gurih dengan tekstur sangat lembut, mirip seperti kue talam.

Keunikan utama dari kuliner legendaris ini terletak pada cara penyajiannya. Wadai Patah tidak menggunakan kuah manis, melainkan dipotong-potong kemudian disiram saus kental gurih berbahan santan yang disebut tahi lala atau areh, serta ditaburi bawang merah goreng.

Kue ini memiliki warna hijau cerah alami yang berasal dari ekstrak daun suji atau pandan. Wadai Patah juga menjadi hidangan wajib yang sering disajikan saat bulan Ramadan, Hari Raya Lebaran, maupun berbagai acara adat besar masyarakat Banjar.



Wadai Patah, or more commonly written as Wadai Petah, is a traditional wet cake from the Banjar people of South Kalimantan. It has a savory taste and a very soft texture, similar to talam cake.

The main uniqueness of this legendary culinary dish lies in its presentation. Wadai Patah doesn't use a sweet sauce; instead, it is cut

into pieces, then drizzled with a thick, savory coconut milk sauce called tahi lala or areh, and sprinkled with fried shallots.

This cake has a natural bright green color derived from extracts of suji or pandan leaves. Wadai Patah is also a must-have dish often served during Ramadan, Eid al-Fitr, and various major Banjar traditional events.



SERABI

Apam Batil, yang juga sering disebut Apam Bajuruh, Apam Lumba, atau Apam Bedangkak, merupakan sebutan lokal masyarakat suku Banjar untuk hidangan serabi khas Banjar. Berbeda dengan serabi Jawa yang umumnya menggunakan santan dalam adonan maupun kuahnya, serabi Banjar asli dari daerah Hulu Sungai, seperti Barabai dan Amuntai, justru tidak menggunakan santan pada adonannya. Sebagai gantinya, digunakan campuran tape singkong sebagai bahan pengembang alami.

Perpaduan tepung beras dan tape singkong tersebut menghasilkan tekstur serabi yang bersarang penuh, berongga lembut, serta memiliki aroma asam manis yang khas. Serabi Banjar biasanya disajikan dengan siraman cairan gula merah atau campuran gula merah dan santan sehingga memberikan cita rasa manis dan gurih yang nikmat.





Apam Batil, also often called Apam Bajuruh, Apam Lumba, or Apam Bedangkak, is the local name for the Banjarese serabi dish. Unlike Javanese serabi, which generally uses coconut milk in both the batter and sauce, authentic Banjar serabi from

the Hulu Sungai region, such as Barabai and Amuntai, does not use coconut milk. Instead, it uses a mixture of cassava tape as a natural leavening agent.

The combination of rice flour and cassava tape creates a serabi with a

full, soft, and hollow texture and a distinctive sweet and sour aroma. Banjar serabi is usually served with a drizzle of brown sugar or a mixture of brown sugar and coconut milk, giving it a delicious sweet and savory flavor.





RONDE

Ronde Banjar merupakan variasi kuliner malam yang populer di Kalimantan Selatan dan merupakan adaptasi dari hidangan wedang ronde khas Jawa dengan tambahan isian yang lebih beragam dan unik. Berbeda dengan versi aslinya di Pulau Jawa yang cenderung sederhana, ronde yang dijual di kota-kota seperti Banjarmasin dan Banjarbaru disajikan dengan kuah jahe manis beraroma kuat yang dipadukan dengan berbagai topping, seperti biskuit gabin, susu kental manis, hingga kolang-kaling.

Kuliner hangat ini sangat populer dijual pada malam hari di warung-warung kaki lima. Ronde Banjar juga biasanya disandingkan dengan menu STMJ (Susu Telur Madu Jahe) serta bubur kacang hijau sehingga menjadi sajian favorit masyarakat untuk dinikmati saat malam hari atau cuaca dingin.

“Berbeda dengan versi aslinya di Pulau Jawa, ronde yang dijual di kota-kota seperti Banjarmasin dan Banjarbaru disajikan dengan kuah jahe manis beraroma kuat yang dipadukan dengan berbagai topping, seperti biskuit gabin, susu kental manis, hingga kolang-kaling.”



Ronde Banjar is a popular late-night culinary variation in South Kalimantan. It is an adaptation of the Javanese dish wedang ronde, with a more diverse and unique addition of fillings. Unlike the original version on Java, which tends to be simple, ronde sold in cities like Banjarmasin and Banjarbaru is served with a strong, sweet ginger sauce combined with

various toppings, such as gabin biscuits, sweetened condensed milk, and palm fruit.

This warming dish is especially popular at night at street stalls. Ronde Banjar is also often paired with STMJ (Milk, Egg, Honey, Ginger) and mung bean porridge, making it a favorite dish enjoyed at night or during cold weather.

BULUNGAN HAYAM

Wadai Balungan Hayam, atau sering juga ditulis Bulungan Ayam, merupakan kue basah tradisional khas suku Banjar yang berbentuk menyerupai jengger ayam. Kue legendaris berwarna hijau pandan ini memiliki tekstur sangat kenyal karena berbahan dasar tepung ketan.

Rasanya merupakan perpaduan antara legitnya isian kelapa parut gula merah, yang dikenal sebagai hinti, dengan gurihnya siraman kuah santan kental yang membeku di atasnya, atau yang disebut tahi lala.

Secara cita rasa, wadai ini sangat mirip dengan Wadai Pepare, yaitu kue berbentuk peria atau pare. Namun, perbedaannya terletak pada bentuk cetakan dan lipatan kuenya yang menjadi ciri khas tersendiri.



Wadai Balungan Hayam, often written as Bulungan Ayam, is a traditional Banjar cake shaped like a rooster's comb. This legendary pandan-green cake has a very chewy texture thanks to its glutinous rice flour base.

Its flavor is a combination of the richness of the grated coconut and

brown sugar filling, known as hinti, and the savory drizzle of thick coconut milk sauce, known as tahi lala, that has congealed on top.

Taste-wise, this cake is very similar to Wadai Pepare, a bitter melon-shaped cake. However, the differences lie in the shape of the mold and the distinctive folds of the cake.



DODOL KANDANGAN

Dodol Kandangan merupakan makanan manis tradisional legendaris yang diproduksi oleh masyarakat Kota Kandangan, Kabupaten Hulu Sungai Selatan, Kalimantan Selatan. Kuliner ikonik ini terkenal dengan cita rasa manis legit yang sangat pekat serta tekstur kenyal dan sangat lembut di lidah.

Berbeda dengan dodol Garut yang cenderung terasa kesat, dodol khas suku Banjar ini memiliki tekstur yang lebih lembut dan lumer karena menggunakan gula aren murni serta santan kelapa lokal dalam jumlah melimpah.

Kudapan yang diolah secara turun-temurun ini menjadi salah satu komoditas UMKM unggulan daerah dan dikenal sebagai buah tangan atau oleh-oleh yang wajib dibawa saat berkunjung ke wilayah Banua.

Kandangan dodol is a legendary traditional sweet produced by the people of Kandangan City, Hulu Sungai Selatan Regency, South Kalimantan. This iconic culinary treat is renowned for its rich, sweet flavor and chewy, soft texture.

Unlike Garut dodol, which tends to be astringent, this Banjarese dodol has a softer, more melt-in-your-mouth texture thanks to the use of pure palm sugar and a generous amount of local coconut milk.

This traditional snack, passed down through generations, is a leading regional MSME commodity and is known as a must-buy souvenir when visiting the Banua region.







PEDAGANG IKAN PAKASAM (SAMU)DI KOTA BARABAI
PAKASAM (SAMU) FISH TRADERS IN BARABAI CITY



PAKASAM

Pakasam (atau sering disebut iwak samu) adalah kuliner fermentasi ikan khas masyarakat suku Banjar di Kalimantan Selatan yang terkenal dengan cita rasa gurih, asin yang pas, serta dominan rasa asam segar. Hidangan tradisional ini merupakan teknik pengawetan ikan sungai purba yang berpusat di daerah Hulu Sungai Tengah (khususnya kota Barito/Barabai), di mana ikan difermentasi dalam waktu singkat bersama garam dan beras sangrai melimpah yang disebut samu.

Ciri Khas Pakasam, Menggunakan jenis ikan air tawar atau ikan sungai berukuran kecil hingga sedang, seperti ikan sepat, seluang, puyau, atau anakan ikan papuyu.

Tubuh ikan diselimuti oleh serbuk beras sangrai (samu) berwarna kecokelatan yang tebal. Waktu Fermentasi: Cukup singkat, hanya diperam dalam wadah kedap udara selama 1 hingga 3 hari saja sebelum siap di masak.





Pakasam (often called iwak samu) is a fermented fish dish typical of the Banjar people of South Kalimantan, known for its savory, salty flavor, and a fresh, sour flavor. This traditional dish is a traditional river fish preservation technique centered in the Central Hulu

Sungai region (specifically the city of Barito/Barabai). The fish is fermented briefly with salt and an abundance of roasted rice called samu.

Pakasam's distinctive feature is the use of small to medium-sized freshwater or river fish, such as sepat

(gourami), seluang (seluang), puyau (puyau), or baby papuyu (papuyu).

The fish's body is coated in a thick, brownish coating of roasted rice (samu). Fermentation time: Quite short, only 1 to 3 days in an airtight container before cooking.

HARUAN PANGGANG DAN CACAPAN ASAM

Haruan Panggang, atau dikenal juga dengan sebutan iwak haruan bapanggang atau babanam, merupakan kuliner legendaris khas suku Banjar di Kalimantan Selatan. Hidangan ini berupa ikan gabus segar yang dibakar di atas bara api arang hingga matang dan mengeluarkan aroma harum yang khas.

Berbeda dengan ikan bakar pada umumnya, Haruan Panggang khas Banjar memiliki keunikan tersendiri, baik dari teknik pembakaran, penggunaan bumbu oles berupa saus tomat lokal, maupun cara penyajiannya yang hampir selalu ditemani cocolan tradisional khas Banjar.

Hidangan ini biasanya disajikan bersama Cacapan Asam, yaitu kuah cocolan segar yang dibuat dari irisan bawang merah, cabai rawit, garam, dan perasan buah asam, seperti gandaria atau ramania, binjai, mangga muda, maupun jeruk limau. Perpaduan rasa gurih dari ikan bakar dengan segarnya Cacapan Asam menciptakan cita rasa khas yang sangat digemari masyarakat Banjar.



Grilled Haruan, also known as iwak haruan bapanggang or baban-am, is a legendary culinary specialty of the Banjar people of South Kalimantan. This dish features fresh snake-head fish grilled over charcoal embers until cooked through and emitting a distinctive aroma.

Unlike most grilled fish, Banjarese

grilled Haruan is unique in its grilling technique, the use of a local tomato sauce, and its presentation, which is almost always accompanied by a traditional Banjar dipping sauce.

This dish is typically served with Cacapan Asam, a refreshing dipping sauce made from sliced shallots, cayenne pepper, salt, and the juice of

sour fruits such as gandaria (ramania), binjai (binjai), young mango, or lime. The combination of the savory flavor of the grilled fish and the freshness of Cacapan Asam creates a distinctive flavor that is highly favored by the Banjar people.



TEMPUYAK

Tempuyak, atau Tempuyak durian, merupakan makanan khas etnis Melayu di Sumatra dan Kalimantan yang terbuat dari daging buah durian hasil fermentasi. Hidangan unik ini diakui sebagai salah satu Warisan Budaya Takbenda Indonesia dan populer di berbagai wilayah, seperti Jambi, Palembang, Lampung, Bengkulu, hingga Kalimantan.

Melalui proses fermentasi alami, Tempuyak menghasilkan perpaduan cita rasa yang khas, yaitu asam, gurih, dan sedikit manis. Tempuyak umumnya jarang dikonsumsi secara langsung, melainkan lebih sering digunakan sebagai bumbu penyedap atau masakan pendamping nasi.

Berkat proses fermentasi oleh bakteri asam laktat, Tempuyak juga mengandung probiotik alami. Kandungan serat di dalamnya dipercaya baik untuk membantu melancarkan pencernaan serta menjaga kesehatan jantung.



Tempuyak, or durian tempuyak, is a traditional Malay dish in Sumatra and Kalimantan made from fermented durian flesh. This unique dish is recognized as an Intangible Cultural Heritage of Indonesia and is popular in various regions, such as Jambi, Palembang, Lampung, Bengkulu, and Kalimantan.

Through a natural fermentation process, tempuyak produces a dis-

tinctive blend of flavors: sour, savory, and slightly sweet. Tempuyak is rarely consumed directly, but is often used as a seasoning or accompaniment to rice dishes.

Thanks to the fermentation process by lactic acid bacteria, tempuyak also contains natural probiotics. Its fiber content is believed to aid digestion and maintain heart health.



MANDAI TIWADAK

Mandai Tiwadak merupakan kuliner tradisional khas suku Banjar di Kalimantan yang terbuat dari bagian dalam kulit buah cempedak atau tiwadak yang diawetkan melalui proses fermentasi. Makanan ini sangat populer sebagai alternatif lauk bagi masyarakat lokal.

Keunikan Mandai Tiwadak terletak pada teksturnya yang berserat menyerupai daging, dengan perpaduan rasa gurih, asin, dan sedikit asam segar hasil fermentasi. Sebelum dimasak, mandai biasanya diperas dan dicuci terlebih dahulu untuk mengurangi kadar asin yang berlebihan.

Mandai Tiwadak dapat diolah dengan berbagai cara. Salah satu yang paling populer adalah digoreng langsung hingga berwarna kecokelatan untuk dijadikan lauk pendamping nasi hangat. Selain itu, mandai juga sering diolah menjadi oseng atau tumis pedas bersama bawang merah, bawang putih, cabai rawit, terasi, maupun tambahan petai sehingga menghasilkan cita rasa yang semakin khas dan menggugah selera.

Mandai Tiwadak is a traditional culinary specialty of the Banjar people of Kalimantan. It is made from the inner skin of the cempedak fruit, or tiwadak, preserved through fermentation. This dish is very popular as an alternative side dish for the local community.

Mandai Tiwadak's uniqueness lies in its fibrous, meat-like texture, with a blend of savory, salty, and slightly sour flavors resulting from fermentation.

Before cooking, mandai is usually squeezed and washed to reduce excess saltiness.

Mandai Tiwadak can be prepared in a variety of ways. One of the most popular is fried until golden brown as a side dish with warm rice. Mandai is also often stir-fried or stir-fried with shallots, garlic, cayenne pepper, shrimp paste, or petai (beans), creating a more distinctive and appetizing flavor.









RABUK HARUAN

Rabuk Haruan merupakan kuliner khas suku Banjar di Kalimantan Selatan berupa abon kering yang terbuat dari daging ikan haruan atau ikan gabus. Berbeda dengan tempoyak dan mandai yang diolah melalui proses fermentasi, Rabuk Haruan diawetkan menggunakan metode memasak kering dalam waktu lama bersama berbagai rempah-rempah.

Kuliner ini dikenal sebagai salah satu oleh-oleh ikonik dari Kota Banjarmasin dan Martapura karena memiliki cita rasa gurih dan manis serta praktis dijadikan lauk siap saji.

Rabuk Haruan is a culinary specialty of the Banjar people of South Kalimantan, consisting of dried shredded fish made from haruan (snakehead) fish. Unlike tempoyak and mandai, which are fermented, Rabuk Haruan is preserved using a long, dry cooking method with various spices.

This dish is known as an iconic souvenir from Banjarmasin and Martapura due to its savory and sweet flavor and its practical, ready-to-eat side dish.

PAIS PATIN

Pais Patin merupakan hidangan khas Banjar berupa ikan patin berbumbu yang dibungkus menggunakan daun pisang, kemudian dipanggang atau dikukus hingga aroma bumbunya meresap sempurna. Kata “pais” sendiri merujuk pada teknik memasak dengan cara membungkus bahan makanan menggunakan daun pisang.

Ikan patin yang memiliki tekstur lembut dan berlemak sangat cocok dipadukan dengan bumbu khas Banjar, seperti bawang merah, bawang putih, cabai, kunyit, serai, asam, garam, dan gula. Setelah dibumbui, ikan dibungkus rapi menggunakan daun pisang lalu dipanggang di atas bara api atau dikukus hingga matang.

Pais Patin biasanya disajikan bersama nasi hangat, sambal, dan lalapan. Hidangan ini populer di rumah makan Banjar serta sering dihidangkan dalam acara keluarga maupun jamuan tradisional.





“The word “pais” refers to the cooking technique of wrapping the food in banana leaves.”

Pais Patin is a typical Banjar dish consisting of spiced catfish wrapped in banana leaves, then grilled or steamed until the spices are fully absorbed. The word “pais” refers to the cooking technique of wrapping the food in banana leaves.

Patin fish, with its soft and fatty texture, pairs perfectly with typical Banjar spices, such as shallots, garlic, chillies, turmeric, lemongrass,

tamarind, salt, and sugar. After being seasoned, the fish is neatly wrapped in banana leaves and grilled over hot coals or steamed until cooked through.

Pais Patin is usually served with warm rice, chili sauce, and fresh vegetables. This dish is popular in Banjar restaurants and is often served at family gatherings and traditional banquets.

KHAZANAH KULINER GEOPARK MERATUS

Buku ini mengajak Anda menyelami kekayaan kuliner Kalimantan Selatan yang sarat dengan rasa, tradisi, dan warisan budaya Banua.

Dari sajian sehari-hari hingga hidangan istimewa, setiap resep menyimpan cerita dan nilai luhur yang diwariskan dari generasi ke generasi.

Mari lestarikan cita rasa dan kebanggaan kita sebagai bagian dari identitas Kalimantan Selatan.



DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
PROVINSI KALIMANTAN SELATAN



Meratus
Geopark



unesco
World Geopark

BEKERJA BERSAMA
MERANGKUL SEMUA

Kalsel
Bekerja