

Daftar Isi

Prakata	2	14. Lawar Limau	30
1. Anyang Daun Pegagan	4	15. Serombotan	32
2. Anyang Pakis	6	16. Ebatan	34
3. Uok Sayuran	8	17. Pelu Lengak	36
4. Ulam Lengkap	10	18. Pelecing Daun Singkong	38
5. Lawar Kemumu	12	19. Urap Jantung Pisang	40
6. Urap Daun Singkong	14	20. Urap Bungkus	42
7. Cerancam/Cempending	16	21. Kelapa Wico	44
8. Urap	18	22. Jantung Pisang Pelas	46
9. Trancam	20	23. Kohu-kohu Masak	48
10. Jubleg	22	24. Ulang-ulang	50
11. Kuluban	24	25. Apoan Sirsir	52
12. Terancam Banyuwangi	26	26. Aunu Senbre	54
13. Urap Daun Kacang	28	Tentang Penyusun	56