**Icip-icip Gurihnya Nasi Penggel, Sarapan Khas Kebumen**

**Nasi penggel**(huruf "e" dibaca seperti membaca kata "pena"), merupakan salah satu **makanan khas Kebumen**, sebuah kota kabupaten yang terletak di pesisir Jawa Tengah. Namun, berbeda dengan makanan khas Kebumen lainnya, seperti lanting atau sate ambal, untuk menikmati seporsi nasi penggel bisa jadi hal yang sulit. Pasalnya, selain jumlah penjual yang bisa dihitung jari, jam membeli pun harus benar-benar diperhitungkan. Kita, bahkan harus rela bangun pagi, karena lewat jam delapan pagi, nasi penggel bisa dipastikan ludes, tak bersisa.

Nasi penggel, adalah nasi dengan lauk kikil, tempe, tahu, dan sayur gori(nangka muda). Sering kali, sayur gorijuga dicampur dengan potongan rebung, kacang panjang, daun, dan kulit buah melinjo. Dari tampilan, mirip nasi gudeg. Namun, bila gudeg dominan dengan rasa manis, saat menyantap nasi penggel, kita bisa menemukan tiga rasa yang mendominasi: pedas, asin, dan gurih.

Salah satu keunikan nasi penggel bisa terlihat dari bentuknya. Sebelum dibulati, penjual biasanya akan mengolesi tangan dengan minyak kelapa dengan tujuan mempertahankan rasa gurih. Jadi, meski akhirnya nasi akan hancur saat dimakan atau tercampur kuah sayur, cita rasanya akan tetap gurih.

Dari namanya, **nasi penggel**sendiri bermakna "nasi yang dibulati". Bentuk nasinya, menyerupai nasi kepal yang dibentuk bulat-bulat sebesar bola ping-pong. Sekilas, memang terlihat kecil. Namun bila dinikmati, satu porsi nasi penggel yang biasanya berisi 7 hingga 8 bulatan, jelas cukup *bikin* kenyang.

Sebelum disantap, bulatan-bulatan nasi akan diletakkan atas daun pisang yang sengaja dibentuk "pincuk"--bagian bawah dibentuk lancip seperti cucuk burung-- laiknya mangkuk. Pada beberapa penjual, bisa ditemui daun pisang yang terlebih dahulu dikukus, supaya beraroma khas, bertekstur lemas, dan tidak mudah robek ketika dilipat.

Sebagai lauk, nasi penggel juga dilengkapi dengan gulai kikil sapi yang dipotong kecil. Tetapi, bila ingin, kikil juga bisa diganti dengan kulit serta jeroan sapi lainnya seperti babat, iso, jantung, tetelan,paru, dan lain sebagainya sesuai selera. Bahkan, bagi beberapa orang, kombinasi ini akan lebih nikmat rasanya bila dilengkapi dengan tempe mendoan.

Penjual **nasi penggel**bisa ditemukan di alun-alun Kebumen, kawasan Tembana, atau langsung ke desa asal pedangan nasi penggel, yakni Desa Peniron, Pejagoan. Harganya, berkisar antara Rp7 ribu hingga Rp15 ribu. Jangan lupa untuk bangun pagi. Sebab, penjual nasi penggel biasanya hanya akan ditemui pada pukul 6.30 hingga 8.00 pagi.