

basic **cooking skills**



Ezi Angraini, M.Pd.

BASIC COOKING SKILLS

Ezi Angraini, M.Pd.



2026

**Sanksi Pelanggaran Pasal 113
Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014
tentang Hak Cipta**

- 1) Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
- 2) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
- 3) Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
- 4) Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

BASIC COOKING SKILLS

Ezi Angraini, M.Pd.



2026

Judul
Basic Cooking Skills

Penulis
Ezi Angraini, M.Pd.

Copyright@2026
Oleh PACE Padang, Sumatera Barat

Pertama kali diterbitkan dalam Bahasa Indonesia
xviii + 300 halaman
15,5 x 23 cm

Oleh
PACE
Partnership for Action on Community Education
Padang-Sumatera Barat

Cetakan Pertama: Februari 2026

ISBN: _____

Hak cipta dilindungi undang-undang.
Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini
tanpa izin tertulis dari Penerbit

ANGGOTA



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga buku **Basic Cooking Skills** ini dapat disusun dan diselesaikan dengan baik. Buku ini disusun sebagai panduan dasar dalam mempelajari keterampilan memasak, khususnya teknik pengolahan makanan yang menjadi fondasi penting dalam dunia tata boga.

Buku **Basic Cooking Skills** membahas berbagai teknik dasar memasak yang meliputi pengenalan bahan pangan, pembuatan *stock* (kaldu), saus dasar (*mother sauce*), *dressing*, teknik emulsi, memanir, serta prinsip pengolahan dan penyajian makanan. Materi disajikan secara sistematis dan aplikatif agar pembaca tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu menerapkannya secara tepat dalam praktik memasak.

Penyusunan buku ini bertujuan untuk memberikan pemahaman menyeluruh mengenai proses memasak yang benar, mulai dari pemilihan bahan, penggunaan teknik yang sesuai, pengendalian suhu, hingga menjaga cita rasa, tekstur, dan kualitas hidangan. Dengan menguasai teknik dasar tersebut, diharapkan pembaca memiliki keterampilan memasak yang kuat sebagai bekal untuk pengembangan kemampuan kuliner pada tahap selanjutnya.

Buku ini diharapkan dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi peserta didik, pendidik, serta siapa saja yang

tertarik mempelajari dasar-dasar memasak secara profesional dan terstruktur. Penulis menyadari bahwa buku ini masih memiliki keterbatasan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan di masa mendatang.

Akhir kata, semoga buku **Basic Cooking Skills** dapat memberikan kontribusi positif dalam pembelajaran dan praktik pengolahan makanan serta menjadi dasar yang kuat dalam membangun keterampilan memasak yang baik dan berkelanjutan.

Padang, Januari 2026

Penulis

DUMMY

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL	xvii

BAB I KONSEP DASAR TEKNIK PENGOLAHAN

MAKANAN	1
1. Latar Belakang	1
2. Tujuan Teknik Pengolahan Makanan.....	5
3. Tujuan Utama Pengolahan Makanan	6
4. Prinsip Dasar Pengolahan Makanan	7
5. Persiapan Pengolahan Makanan	7
6. Faktor yang mempengaruhi hasil pengolahan	9
7. Penerapan Teknik Pengolahan Makanan	9

BAB II TEKNIK PENGOLAHAN MAKANAN

1. Pengertian Teknik Pengolahan Makanan	11
2. Macam-macam Teknik Pengolahan Makanan	23
3. Pengetahuan Bahan Makanan	71
4. Bumbu dan Rempah	76
5. Jenis-jenis Peralatan	78
6. Fungsi Peralatan	97
7. Teknik Dasar Persiapan Bahan Makanan	98

8. Mise en Place	100
9. Teknik Menimbang	139
10. Teknik Memarut Kelapa	150
11. Teknik Memeras Santan	158
12. Teknik Membuat Pewarna Alami	162
13. Teknik Menghaluskan Bumbu Kering dan Bumbu Basah	165
14. Teknik Potongan	175
15. Teknik Potongan Sayuran Kentang Berdasarkan Jenis-jenisnya	177
16. Teknik Potongan Sayuran Wortel Berdasarkan Jenis-jenisnya	191
17. Teknik Potongan Ikan Berdasarkan Jenis-jenisnya	213
18. Teknik Potongan Ayam Berdasarkan Jenis-jenisnya	222
19. Teknik Potongan Daging Berdasarkan Jenis-jenisnya	231
20. Jenis-jenis Dressing	246
21. Bahan, Bumbu dan Alat Dalam Pembuatan Mayonaise	252
22. Kegunaan dan Fungsi Dressing	254
23. Teknik Pengolahan Dressing	257
24. Jenis-jenis Stock (White and Brown)	262
25. Bahan, Bumbu dan Alat Dalam Pembuatan Stock	265
26. Kegunaan dan Fungsi Stock	274
27. Teknik Mengolah Stock Sesuai Dengan Jenisnya	275
28. Bahan dan Alat Dalam Memarnir	278
29. Kegunaan dan Fungsi Dalam Memarnir	281
30. Teknik Dalam Memarnir	282
DAFTAR PUSTAKA	285
GLOSARIUM	291
INDEKS	295
BIODATA PENULIS	299

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tempat Pengolahan Makanan.....	14
Gambar 2. Tenaga Pengolah	15
Gambar 3. Mencuci Bahan Makanan.....	17
Gambar 4. Mengupas Bahan Makanan.....	17
Gambar 5. Memotong Bahan Makanan.....	18
Gambar 6. Mengolah Bahan Makanan	18
Gambar 7. Penyajian Bahan Makanan.....	19
Gambar 8. Boiling (Merebus).....	23
Gambar 9. Simmering.....	26
Gambar 10. Blanching.....	28
Gambar 11. Poaching.....	31
Gambar 12. Steaming.....	32
Gambar 13. Braising.....	34
Gambar 14. Stewing.....	37
Gambar 15. Baking.....	41
Gambar 16. Roasting.....	48
Gambar 17. Grilling.....	55
Gambar 18. Sauteing.....	58
Gambar 19. Shallow Frying.....	60
Gambar 20. Stir Frying.....	63
Gambar 21. Deep Frying.....	65
Gambar 22. Cold Processing.....	67
Gambar 23. Refrigeration	68

Gambar 24. Pengawetan Makanan	69
Gambar 25. Bumbu.....	76
Gambar 26. Rempah.....	77
Gambar 27. Knifes	79
Gambar 28. Chef's Knife.....	80
Gambar 29. Paring Knife	80
Gambar 30. Bread Knife.....	80
Gambar 31. Cutting Board	81
Gambar 32. Mixing Bowl.....	81
Gambar 33. Kitchen Scale	82
Gambar 34. Measuring Cups	83
Gambar 35. Measuring Spoons.....	83
Gambar 36. Food Processor.....	84
Gambar 37. Cobek	84
Gambar 38. Wajan/Wok.....	85
Gambar 39. Frying Pan	85
Gambar 40. Panci/Pots	86
Gambar 41. Stockpot	86
Gambar 42. Pressure Cooker.....	86
Gambar 43. Marmite	87
Gambar 44. Roasting Pan	87
Gambar 45. Saute Pan	88
Gambar 46. Braising Pan	89
Gambar 47. Crepe Pan	89
Gambar 48. Colander	90
Gambar 49. Fried Egg Pan.....	90
Gambar 50. Steamer Pan.....	91
Gambar 51. Oven	92
Gambar 52. Salamander.....	92
Gambar 53. Microwave.....	93
Gambar 54. Hot Food Table	94
Gambar 55. Baking Pan.....	95
Gambar 56. Grill Pan.....	95
Gambar 57. Spatula	96
Gambar 58. Ladle.....	96
Gambar 59. Colander	96

Gambar 60. Whisk	97
Gambar 61. Tongs.....	97
Gambar 62. Bowl Chopper	102
Gambar 63. Meat Slicer	103
Gambar 64. Pengupas Kentang	103
Gambar 65. Paring knife.....	104
Gambar 66. Peeler.....	104
Gambar 67. Carving Fork	105
Gambar 68. Vegetables Knife.....	105
Gambar 69. Palette Knife	106
Gambar 70. Parisienne Scoop.....	106
Gambar 71. Cheft`s Knife	106
Gambar 72. Bonning Knife	107
Gambar 73. Chopping Knife	107
Gambar 74. Filleting Knife	108
Gambar 75. Scissors.....	108
Gambar 76. Shaperner.....	109
Gambar 77. Slicing Knife	109
Gambar 78. Clever Knife	110
Gambar 79. Utility Knife.....	110
Gambar 80. Steak Knife	111
Gambar 81. Bonning Knife	111
Gambar 82. Carving Knife.....	111
Gambar 83. Honing Steel.....	112
Gambar 84. Solid Turner	112
Gambar 85. Slotted Turner	113
Gambar 86. Asian Turner	113
Gambar 87. Solid Spoon	114
Gambar 88. Slotted Spoon	114
Gambar 89. Solid Pusher	114
Gambar 90. Draining Spoon.....	115
Gambar 91. Pasta Server.....	115
Gambar 92. Cheese Knife	116
Gambar 93. Cheese Grater.....	116
Gambar 94. Can Opener	116
Gambar 95. Pizza Cutter.....	117

Gambar 96. Ice Cream Spoon.....	117
Gambar 97. Garlic Crusher.....	118
Gambar 98. Wine Opener.....	118
Gambar 99. Tea Strainer	118
Gambar 100. Taplak meja	119
Gambar 101. Napkin	119
Gambar 102. Tableware	120
Gambar 103. Flatware	120
Gambar 104. Dinner spoon.....	121
Gambar 105. Dinner fork.....	121
Gambar 106. Dinner knife	122
Gambar 107. Dessert knife.....	122
Gambar 108. Dessert spoon.....	123
Gambar 109. Dessert fork	123
Gambar 110. Soup spoon.....	124
Gambar 111. Teaspoon.....	124
Gambar 112. Coffea spoon	125
Gambar 113. Sugar spoon.....	125
Gambar 114. Ice cream spoon.....	126
Gambar 115. Soda spoon.....	126
Gambar 116. Butter knife.....	127
Gambar 117. Fish spoon	127
Gambar 118. Fish fork.....	128
Gambar 119. Cake fork	128
Gambar 120. Fruit fork.....	129
Gambar 121. Serving spoon	129
Gambar 122. Salad fork.....	130
Gambar 123. Salad spoon	130
Gambar 124. Aluminium.....	131
Gambar 125. Cloth.....	132
Gambar 126. Chopper	132
Gambar 127. Earhenware	133
Gambar 128. Gelas ukur	133
Gambar 129. Chopping board	134
Gambar 130. Wooden spatula.....	134
Gambar 131. Rolling pin.....	135

Gambar 132. Rubber spatula.....	135
Gambar 133. Plastic bowl	136
Gambar 134. Alat ukur spoon.....	141
Gambar 135. Pengukuran Bahan Makanan Bentuk Tepung	142
Gambar 136. Mengukur Cairan. Menimbang, Gelas.....	142
Gambar 137. Timbangan digital.....	145
Gambar 138. Timbangan mekanik	146
Gambar 139. Alat timbangan wadah.....	147
Gambar 140. Sendok takar digital.....	148
Gambar 141. Kelapa	150
Gambar 142. Membuat pewarna alami	162
Gambar 143. Pewarna sintesis	163
Gambar 144. Teknik menghaluskan bumbu.....	165
Gambar 145. Bumbu putih.....	166
Gambar 146. Bumbu kuning.....	166
Gambar 147. Bumbu merah	167
Gambar 148. Ulekan.....	168
Gambar 149. Blender.....	169
Gambar 150. Food processor.....	170
Gambar 151. Grinder kopi.....	170
Gambar 152. Metode sangria	171
Gambar 153. Potato Batonnet	177
Gambar 154. Potato Allumette	178
Gambar 155. Potato Julienne.....	179
Gambar 156. Potatao Brunoise.....	180
Gambar 157. Potato wedges.....	181
Gambar 158. Potato Crinkle Cut.....	182
Gambar 159. Potato Has Brown	183
Gambar 160. Shoestring Fries	183
Gambar 161. Tater Tots.....	184
Gambar 162. Tornado Fries	184
Gambar 163. Dice Potato	185
Gambar 164. Waffle Fries	185
Gambar 165. Potato Skins.....	186
Gambar 166. Kettle Chips.....	186
Gambar 167. Potato Paysanne	187

Gambar 168. Pommes Pont-Neuf.....	187
Gambar 169. Pommes cha`teau	188
Gambar 170. Pommes Fondants.....	189
Gambar 171. Pommes Pailles.....	189
Gambar 172. Pommes Anna.....	190
Gambar 173. Slaw/Fine Slice	191
Gambar 174. Jardiniere (carrot)	191
Gambar 175. Julienne (carrot)	192
Gambar 176. Brunoise (carrot).....	193
Gambar 177. Paysanne (carrot).....	194
Gambar 178. Chiffonade (carrot).....	194
Gambar 179. Rondelle (carrot).....	195
Gambar 180. Macedoine (carrot)	196
Gambar 181. Lozenge.....	196
Gambar 182. Batonnet (carrot).....	197
Gambar 183. Oblique	198
Gambar 184. Half Moon	199
Gambar 185. Vichy Carrot.....	199
Gambar 186. Diagonal.....	200
Gambar 187. Tourne (Potongan Perancis)	201
Gambar 188. Small Dice.....	202
Gambar 189. Medium Dice	203
Gambar 190. Large Dice.....	204
Gambar 191. Sifflet (Diagonal Slice).....	205
Gambar 192. Stick Cut.....	206
Gambar 193. Matignon	206
Gambar 194. Leaf Cut	207
Gambar 195. Grated	208
Gambar 196. Rough-cut	208
Gambar 197. Fine Brunoise	209
Gambar 198. Shredded.....	210
Gambar 199. Ribbons	211
Gambar 200. Allumette.....	212
Gambar 201. Fine Mince	213
Gambar 202. Fillet Fish	214
Gambar 203. Fish Steak.....	215

Gambar 204. Fish Cube.....	215
Gambar 205. Delice.....	216
Gambar 206. Supreme.....	216
Gambar 207. Head Fish.....	217
Gambar 208. Paupiette Fish	218
Gambar 209. Troncon Fish	219
Gambar 210. Darne Fish	219
Gambar 211. Goujon Fish	220
Gambar 212. Loin/Medallion Fish.....	221
Gambar 213. Butterfly Fillet	221
Gambar 214. Whole Chicken.....	223
Gambar 215. Breast.....	223
Gambar 216. Thigh	224
Gambar 217. Drumstick.....	224
Gambar 218. Wing.....	225
Gambar 219. GIBLETS	226
Gambar 220. Neck	226
Gambar 221. Back & Neck.....	227
Gambar 222. Tenderloin (Chicken).....	227
Gambar 223. Ground Chicken/Mince	228
Gambar 224. Half Chicken	228
Gambar 225. Leg Quarter.....	229
Gambar 226. Breast Quarter.....	229
Gambar 227. 8-Piece Cut.....	230
Gambar 228. Supre`me (breast with wing drumette).....	230
Gambar 229. Macam-macam bagian daging	232
Gambar 230. Potongan daging	233
Gambar 231. Portioning.....	234
Gambar 232. Slicing.....	235
Gambar 233. Ribeye.....	235
Gambar 234. Beef Sirloin	236
Gambar 235. Beef Cube.....	236
Gambar 236. Beef Slice	237
Gambar 237. Beef Chop	238
Gambar 238. Cutlet.....	239
Gambar 239. Beef Mince	240

Gambar 240. Fillet Beef	241
Gambar 241. Goujons/Rolled Beef.....	242
Gambar 242. Brisket	243
Gambar 243. Shank (Sengkel)	243
Gambar 244. Skrit	244
Gambar 245. Top Round.....	244
Gambar 246. Flank.....	245
Gambar 247. Jenis-jenis Dressing	246
Gambar 248. 5 Mother Sauces.....	247
Gambar 249. French Dressing.....	248
Gambar 250. Mayonaise Sauce	248
Gambar 251. Boiled Dressing.....	250
Gambar 252. Kuning Telur.....	255
Gambar 253. Salad Oil	256
Gambar 254. Cuka	256
Gambar 255. Garam	257
Gambar 256. White and Brown Stock.....	262
Gambar 257. White Stock	264
Gambar 258. Brown Stock	265
Gambar 259. Tulang dan daging.....	266
Gambar 260. Mirepoix	267
Gambar 261. Produk-produk Asam.....	267
Gambar 262. Gram dan spice.....	268
Gambar 263. Stock Pot	272
Gambar 264. Skimmer.....	273
Gambar 265. Fine Mesh Sieve	273
Gambar 266. Loyang Panggang.....	273
Gambar 267. Fish Stock.....	277
Gambar 268. Vegetable Stock.....	277
Gambar 269. Memarnir.....	278
Gambar 270. Langkah Memarnir	279
Gambar 271. Bahan Perikat Cair.....	280
Gambar 272. Bahan Lapisan Kering	280

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tujuan Pembersihan Bahan.....	19
Tabel 2. Teknik Pembersihan Bahan.....	20
Tabel 3. Teknik Pelaksanaan Boiling	25
Tabel 4. Teknik Pengolahan Makanan.....	69
Tabel 5. Perbandingan Alat Menimbang	82
Tabel 6. Jenis alat parutan	152
Tabel 7. Karakteristik Grater.....	154
Tabel 8. Bahan utama memarut.....	155
Tabel 9. Bahan-bahan Mayonnaise	252
Tabel 10. Alat-alat pembuatan mayonnaise.....	254
Tabel 11. Jenis-jenis Stock.....	263



BAB I

KONSEP DASAR TEKNIK

PENGOLAHAN

MAKANAN

1. Latar Belakang

Ilmu boga merupakan salah satu bidang penting dalam dunia kuliner yang mempelajari proses pengolahan makanan secara sistematis, mulai dari pemilihan bahan, persiapan, teknik memasak, hingga penyajian. Pemahaman terhadap dasar-dasar boga menjadi fundamental bagi setiap individu yang terlibat dalam kegiatan memasak, baik di lingkungan pendidikan, industri kuliner, maupun rumah tangga. Dengan menguasai konsep dasar boga, seseorang tidak hanya mampu menghasilkan hidangan yang lezat, tetapi juga memenuhi standar kesehatan, keamanan, dan estetika dalam penyajian makanan.

Pembelajaran Dasar Boga merupakan fondasi utama bagi peserta didik untuk memahami prinsip serta keterampilan dasar dalam pengolahan makanan. Pada semester awal, materi disusun secara bertahap agar siswa mampu menguasai konsep dan teknik yang menjadi dasar dari seluruh kegiatan memasak. Salah satu

materi pokok adalah konsep dasar teknik pengolahan makanan, yang mencakup berbagai metode pemanasan, perubahan fisik bahan pangan, serta pengaruh teknik terhadap mutu produk akhir. Pemahaman konsep ini sangat penting karena menjadi landasan dalam menentukan metode yang tepat untuk setiap jenis bahan makanan.

Seiring berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi, industri kuliner mengalami peningkatan dalam hal metode pengolahan, kreativitas penyajian, dan standar keamanan pangan. Oleh sebab itu, kita perlu memahami karakteristik setiap bahan makanan, baik hewani maupun nabati, agar dapat memilih, mengolah, dan menyimpan bahan secara tepat sehingga menghasilkan makanan berkualitas, bergizi, aman, dan menarik. Teknik pengolahan makanan seperti boiling, steaming, frying, baking, grilling, braising, dan berbagai metode lainnya memiliki prinsip, syarat, dan keunggulan masing-masing yang perlu dipahami agar hasil masakan memiliki cita rasa, tekstur, dan kualitas yang baik. Selain itu, penguasaan konsep bahan makanan dan peralatan sangat diperlukan karena berpengaruh langsung terhadap mutu makanan yang dihasilkan.

Selain itu, peserta didik juga mempelajari pengetahuan bahan makanan dan peralatan, termasuk karakteristik bahan nabati dan hewani, serta fungsi peralatan masak. Pemahaman ini diperlukan untuk memilih bahan berkualitas dan menggunakan peralatan secara efektif. Materi berikutnya adalah persiapan bahan makanan dan teknik menimbang, yang bertujuan melatih ketelitian dalam penentuan takaran dan kesiapan bahan sebelum proses pengolahan. Teknik dasar yang lebih spesifik, seperti memarut kelapa, memeras santan, serta membuat pewarna alami, memberikan pemahaman mengenai keterampilan tradisional yang masih relevan dalam pengolahan makanan Nusantara. Peserta didik juga berlatih menghaluskan bumbu, baik secara manual maupun menggunakan alat bantu, untuk menghasilkan cita rasa yang optimal.

Pembelajaran Dasar Boga merupakan fondasi utama bagi peserta didik untuk memahami prinsip serta keterampilan dasar

dalam pengolahan makanan. Pengolahan makanan pada dasarnya melibatkan berbagai teknik yang memiliki fungsi dan tujuan berbeda-beda. Setiap teknik, seperti memarut, memotong, menghaluskan, menimbang, atau mengolah kaldu (stock), memerlukan pemahaman mendalam mengenai alat, bahan, serta langkah-langkah yang tepat. Selain itu, pengetahuan mengenai bahan makanan, bumbu, rempah, dan peralatan menjadi bagian penting dalam menentukan keberhasilan suatu hidangan. Tanpa pemahaman yang baik mengenai karakteristik bahan dan cara penanganannya, proses memasak dapat menghasilkan hidangan yang kurang optimal bahkan berisiko menurunkan kualitas nutrisi.

Salah satu materi pokok adalah konsep dasar teknik pengolahan makanan, yang mencakup berbagai metode pemanasan, perubahan fisik bahan pangan, serta pengaruh teknik terhadap mutu produk akhir. Pemahaman konsep ini sangat penting karena menjadi landasan dalam menentukan metode yang tepat untuk setiap jenis bahan makanan. Selain itu, peserta didik juga mempelajari pengetahuan bahan makanan dan peralatan, termasuk karakteristik bahan nabati dan hewani, serta fungsi peralatan masak. Pemahaman ini diperlukan untuk memilih bahan berkualitas dan menggunakan peralatan secara efektif.

Pengertian mengolah atau memasak adalah menghantarkan panas ke dalam makanan atau proses pemanasan bahan makanan. Adapun fungsi dari pemanasan tersebut untuk meningkatkan rasa, mempermudah pencernaan, memperbaiki tekstur, meningkatkan penampilan dan mematikan bakteri. Menurut Hari Minantyo dalam Wahyuningsih (2020: 3) pengolahan makanan adalah suatu proses menangani makanan yang dimulai sejak pengadaan bahan makanan sampai penyajian. Memasak adalah sebuah cara menransformasi bahan makanan menjadi sesuatu yang berbeda. Transformasi makanan pada umumnya memerlukan pemanas yang diperoleh dengan cara memindahkan energi dari sumber-sumber panas ke

makanan, sehingga molekul yang terdapat pada makanan berubah cepat dan bereaksi ke bentuk dan struktur baru.

Dalam dunia memasak, ketepatan teknik potongan baik pada sayuran, ikan, ayam, maupun daging memengaruhi tekstur, rasa, cita rasa, serta tampilan akhir hidangan. Berbagai metode cutting seperti pada kentang, wortel, ikan, ayam, dan daging memiliki standar tertentu yang perlu dipahami guna mencapai kualitas sajian yang konsisten dan menarik. Selain itu, keterampilan dalam membuat dressing, termasuk mayonaise, serta memahami kegunaannya dalam hidangan, menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari ilmu boga modern.

Teknik lainnya seperti memanir merupakan bagian dari metode pengolahan makanan yang bertujuan menciptakan tekstur tertentu pada bahan makanan. Sementara itu, pembuatan stock atau kaldu merupakan dasar dari banyak hidangan, sehingga pemahaman mengenai jenis, teknik pengolahan, serta kegunaannya sangat diperlukan untuk menciptakan makanan yang kaya rasa dan memiliki aroma khas. Berbagai teknik pemotongan juga menjadi fokus penting, meliputi pemotongan sayuran seperti kentang dan wortel, pemotongan ikan, ayam, dan daging. Setiap bahan memiliki struktur berbeda sehingga membutuhkan metode pemotongan yang tepat untuk menjaga tekstur, keamanan, dan efisiensi pengolahan.

Materi selanjutnya mencakup bahan, bumbu, alat, dan teknik pengolahan dressing, baik dressing sederhana maupun emulsified dressing. Pengetahuan ini penting sebagai dasar dalam pembuatan hidangan salad dan makanan pendamping lainnya. Peserta didik juga mempelajari pembuatan kaldu (stock), mulai dari pemilihan bahan, penggunaan peralatan yang sesuai, teknik perebusan, hingga pengenalan berbagai jenis stock seperti white stock, brown stock, dan fish stock. Sebagai keterampilan tambahan, siswa diperkenalkan pada teknik memanir, yaitu melapisi bahan makanan dengan tepung, telur, dan tepung roti untuk menghasilkan tekstur renyah. Pemahaman bahan dan alat dalam proses memanir menjadi aspek penting agar hasil olahan memiliki kualitas yang baik. Melalui rangkaian

materi tersebut, pembelajaran Dasar Boga diharapkan mampu membentuk kemampuan dasar yang komprehensif, sehingga peserta didik siap melanjutkan ke tingkat pengolahan yang lebih kompleks.

2. Tujuan Teknik Pengolahan Makanan

Pengolahan makanan bertujuan untuk mengubah bahan mentah menjadi produk yang aman, bergizi, dan menarik secara sensorik. Berikut penjelasan rinci namun ringkas untuk setiap tujuan, diparafrasekan agar sesuai makalah akademik, dengan fokus pada mekanisme dan manfaat utama.

- a. Meningkatkan Keamanan Pangan. Pengolahan makanan bertujuan mengurangi atau menghilangkan mikroorganisme berbahaya seperti bakteri, jamur, atau virus. Pengolahan menargetkan inaktivasi patogen (seperti Salmonella) dan toksin melalui teknik termal atau pengeringan, mengurangi kadar air untuk mencegah pertumbuhan mikroba. Ini mencegah keracunan dan memperpanjang masa simpan, selaras dengan prinsip HACCP untuk keamanan global.
- b. Pemanasan, pengawetan, dan fermentasi dapat menekan aktivitas mikroba sehingga makanan aman dikonsumsi.
- c. Meningkatkan Cita Rasa dan Tekstur. Proses pemanasan menyebabkan reaksi karamelisasi, Maillard, gelatinisasi pati, dan koagulasi protein yang menghasilkan rasa, aroma, dan tekstur yang lebih disukai konsumen. Melalui reaksi Maillard atau volatilisasi, pengolahan menghasilkan senyawa aromatik (seperti pirazin) yang memberikan rasa gurih dan aroma kaya, meningkatkan penerimaan konsumen hingga 80-90% tanpa aditif berlebih, sambil menghindari over-processing yang merusak profil sensorik.
- d. Memperpanjang Daya Simpan. Metode seperti pengeringan, pengasinan, pengasapan, pembekuan, dan penggunaan gula mampu menghambat pertumbuhan mikroba sehingga makanan dapat bertahan lama.
- e. Mengoptimalkan Kandungan Gizi. Beberapa metode pengolahan dapat meningkatkan ketersediaan zat gizi

(bioavailabilitas), seperti memudahkan penyerapan protein dan mineral. Pengolahan mengintegrasikan bahan via fortifikasi atau formulasi (misalnya, sereal dengan protein hewani) untuk melengkapi asam amino esensial atau serat, menciptakan "functional food" yang mencegah malnutrisi dan mendukung diet seimbang sesuai rekomendasi WHO. Sebelum memasak, kita perlu mempersiapkan diri, dan juga menyiapkan bahan-bahan yang dibutuhkan (Mise en Place). Tahapan ini bisa saja tidak terlewati semua/berhenti pada tahap tertentu.

- f. Mempermudah Konsumsi dan Pencernaan. Proses pengolahan melunakkan bahan makanan seperti daging, sayur, atau biji-bijian sehingga lebih mudah dicerna. Proses pengolahan memecah struktur kompleks seperti dinding sel atau protein keras melalui pemanasan atau penggilingan, sehingga enzim pencernaan bekerja lebih efisien. Ini mengurangi faktor anti-nutrisi (misalnya, fitat) dan meningkatkan bioavailabilitas nutrisi seperti zat besi, memfasilitasi pencernaan optimal terutama bagi kelompok rentan seperti anak-anak.
- g. Meningkatkan Nilai Estetika. Pengolahan menciptakan makanan yang lebih menarik melalui perubahan warna, bentuk, dan penyajian. Teknik seperti blanching atau karamelisasi menghasilkan warna cerah dan seragam (misalnya, cokelat keemasan pada daging), mencegah browning enzimatis, dan memicu nafsu makan melalui estetika visual yang menunjukkan kualitas tinggi.

3. Tujuan Utama Pengolahan Makanan

- a. Meningkatkan cita rasa
- b. Meningkatkan tekstur dan penampilan
- c. Menghilangkan mikroorganisme berbahaya
- d. Memperpanjang masa simpan bahan pangan
- e. Mengurangi bau tak sedap (mis. amis)
- f. Memaksimalkan daya cerna dan nilai gizi
- g. Menciptakan variasi hidangan

4. Prinsip Dasar Pengolahan Makanan

- a. Pemilihan dan Persiapan Bahan
 - 1) Memilih bahan yang segar, tidak layu atau berbau.
 - 2) Membersihkan bahan dari kotoran, pertisidda, atau lender.
 - 3) Menyiapkan bahan dengan teknik awal: memotong, merendam, mengempukkan, menguliti, memarinasi.
- b. Pengendalian Suhu
 - 1) Suhu tinggi untuk mematikan bakteri (menggoreng, merebus).
 - 2) Suhu rendah untuk mempertahankan tekstur (poaching, steaming).
 - 3) Suhu harus stabil untuk mencegah undercooked atau overcooked.
- c. Teknik pemasakan yang tepat. Setiap bahan memiliki teknik yang berbeda sesuai karakteristiknya, contoh:
 - 1) Ikan: baik untuk steaming atau pan-frying.
 - 2) Daging keras: cocok untuk braising atau stewing.
 - 3) Sayur: baik untuk sautening, steaming atau blanching.
- d. Penggunaan Bumbu
 - 1) Bumbu basah: bawang merah, bawang putih, jahe.
 - 2) Bumbu kering: lada, pala, ketumbar.
 - 3) Bumbu segar: cabai, serai, daun jeruk.
- e. Kebersihan dan sanitasi
 - 1) Cuci tangan sebelum mengolah bahan.
 - 2) Pisahkan talenan mentah dan matang.
 - 3) Gunakan apron/celemek.
 - 4) Simpan makanan pada suhu aman.

5. Persiapan Pengolahan Makanan

Persiapan pengolahan makanan dilakukan untuk meracik bahan sesuai dengan menu yang akan dibuat. Kegiatan persiapan pengolahan makanan antara lain meliputi menimbang, menyangi, mencuci, menupas, memotong, mengocok, menggiling, memeras, menyaring, mencampur, mengisi, memarinasi dan memanir. Pada proses persiapan bahan

makanan sebelum diolah, terdapat dua titik kritis yang mungkin dapat terjadi, yaitu:

- a. Kontaminasi silang, atau berpindahnya bakteri dari bahan makanan yang satu ke bahan makanan yang lain, atau berpindahnya bakteri dari alat atau tempat persiapan bahan makanan ke bahan makanan.
- b. Kontaminasi pada waktu bekerja, bisa saja makanan berada pada suhu zona berbahaya.

Sehingga untuk menghindari terjadinya kontaminasi makanan pada saat persiapan, perlu memperhatikan:

- 1) Membeli bahan makanan yang bersih
- 2) Menggunakan peralatan yang bersih dan menghindari terlalu banyak
- 3) Memegang bahan makanan
- 4) Membersihkan alat persiapan setelah digunakan dan untuk persiapan
- 5) Bahan-bahan makanan lain
- 6) Mencuci bahan makanan dengan baik
- 7) Menghindari membiarkan bahan makanan mudah rusak pada suhu zona bahaya
- 8) Menghindari mencampur sisa makanan dengan makanan yang baru dimasak.
 - Mengocok (whisk).
 - Mencampur (toss/mixing).
 - Merendam dengan bumbu (marinade).
 - Adonan penggorengan (frying butter).
 - Menggiling (grind).
 - Pembumbuan (seasoning).

Macam-macam teknik memasak

Proses memasak dibagi menjadi 3 kategori besar secara umum dan 1 merupakan proses memasak campuran.

- Panas kering (moist heat)
- Panas kering (dry heat)
- Panas dengan minyak (oil head)

- Panas campuran basah dan kering (mix Heat)

6. Faktor yang mempengaruhi hasil pengolahan

- a. Kualitas bahan baku
- b. Teknik pemotongan
- c. Pengaturan suhu & waktu masak
- d. Jenis peralatan masak
- e. Takaran bumbu
- f. Kebersihan dan sanitasi

7. Penerapan Teknik Pengolahan Makanan

- a. *Pengaruh terhadap Kualitas Makanan.* Kualitas makanan dapat dilihat dari kandungan gizinya, tekstur, serta penampilan hidangan. Penerapan teknik pengolahan yang tepat akan membantu mempertahankan nilai gizi bahan makanan. Misalnya, teknik mengukus lebih baik dalam menjaga vitamin larut air (seperti vitamin C dan B kompleks) dibandingkan merebus, karena nutrisi tidak banyak larut ke dalam air. Teknik menumis cepat dengan sedikit minyak pada suhu tinggi juga dapat mempertahankan warna alami sayuran sekaligus memberikan aroma khas. Sebaliknya, pengolahan yang tidak tepat justru menurunkan kualitas makanan. Misalnya, penggorengan dengan minyak yang digunakan berulang kali (jelantah) tidak hanya merusak zat gizi, tetapi juga menghasilkan senyawa berbahaya. Demikian pula, pemasakan terlalu lama dengan suhu tinggi dapat membuat protein mengeras dan vitamin mudah rusak. Oleh karena itu, pemilihan teknik pengolahan harus disesuaikan dengan karakteristik bahan makanan untuk menghasilkan mutu terbaik.
- b. *Pengaruh terhadap Keamanan Makanan.* Keamanan pangan sangat erat kaitannya dengan teknik pengolahan. Banyak bahan makanan mentah, seperti daging, ikan, telur, dan susu, yang berpotensi membawa mikroorganisme patogen seperti *Salmonella*, *Escherichia coli*, dan *Listeria*. Melalui pengolahan dengan suhu yang cukup (minimal 70°C di

bagian terdalam makanan), mikroorganisme tersebut dapat dibunuh sehingga makanan aman dikonsumsi. Namun, keamanan pangan tidak hanya bergantung pada pemanasan. Proses persiapan juga sangat berpengaruh, misalnya menjaga kebersihan peralatan dapur, menghindari kontaminasi silang antara bahan mentah dan matang, serta memperhatikan penyimpanan makanan pada suhu yang tepat. Jika teknik pengolahan dilakukan secara sembarangan, makanan bisa menjadi sarana penularan penyakit, seperti keracunan pangan (food poisoning). Maka, teknik pengolahan makanan harus selalu mengikuti prinsip higienis dan standar keamanan pangan.

- c. *Pengaruh terhadap Cita Rasa Makanan.* Cita rasa makanan dipengaruhi oleh aroma, rasa, dan tampilan. Teknik pengolahan memiliki peran penting dalam membentuk rasa khas suatu hidangan. Misalnya, pada teknik panas kering (grilling, roasting, sautéing), terjadi reaksi Maillard, yaitu reaksi antara asam amino dan gula yang menghasilkan warna kecokelatan serta rasa gurih khas pada makanan. Proses ini membuat daging panggang, roti, dan kopi memiliki aroma dan rasa yang lebih kaya. Sementara itu, pada teknik panas basah (boiling, steaming, stewing), bumbu dan cairan dapat meresap ke dalam bahan makanan, menciptakan cita rasa yang lembut dan mendalam. Teknik pengolahan campuran (combination cooking), seperti braising atau stewing, menggabungkan kelebihan keduanya: makanan memperoleh aroma panggang sekaligus kelembutan dan rasa kuah yang meresap. Hal ini membuat makanan lebih lezat, variatif, dan menarik secara sensorik.

BAB II

TEKNIK PENGOLAHAN

MAKANAN

1. Pengertian Teknik Pengolahan Makanan

Pengolahan makanan atau memasak adalah suatu proses mengubah bahan mentah menjadi matang dengan tujuan tertentu. Proses pengolahan makanan berlangsung selama mengenai alat yang digunakan dalam pengolahan bahan makanan. Menurut Lubis (2013 hlm. 107) Mengolah makanan atau memasak adalah proses pemberian panas (application of heat) sehingga bahan yang dimasak akan dapat dimakan (eatable), lezat di lidah (palatable), aman dimakan (safe to eat), mudah dicerna (digestible), dan berubah penampilannya (change its appearance).

Memasak adalah sebuah cara mentransformasi bahan makanan menjadi sesuatu yang berbeda. Transformasi makanan pada umumnya memerlukan pemanas yang diperoleh dengan cara memindahkan energi dari sumber-sumber panas ke makanan, sehingga molekul yang terdapat pada makanan berubah cepat dan bereaksi ke bentuk dan struktur baru. Proses pengolahan berlangsung hanya selama panas mengenai alat yang digunakan dalam pengolahan makanan menggunakan

perambatan panas dengan tiga cara yaitu, konduksi, konveksi, dan radiasi. Di bawah merupakan penjelasan dari perambatan panas, yaitu:

- a. Konduksi, Perambatan panas harus melalui konduktor atau bahan pengantar panas sebagai media sebelum sampai pada bahan makanan yang diolah. Contohnya pada penggunaan pan, panci, wajan.
- b. Konveksi, Udara panas diputar dalam ruang tertutup rapat agar dapat mematangkan bahan makanan. contohnya pada pengolahan menggunakan oven, karena pada oven yang sempurna dilengkapi fan untuk memutar udara di dalam ruang oven.
- c. Radiasi, Bahan makanan yang diolah dikenai panas secara langsung sumber panas yang berasal dari api arang, gas, atau listrik. Contohnya pada saat membakar sate, ikan, dan lainnya.

Pengolahan makanan bertujuan untuk mengubah bahan mentah menjadi produk yang aman, bergizi, dan menarik secara sensorik. Berikut penjelasan rinci namun ringkas untuk setiap tujuan, diparafrasekan agar sesuai makalah akademik, dengan fokus pada mekanisme dan manfaat utama. Tujuan pengolahan makanan menurut Lubis (2013, hlm. 107), antara lain:

- a. Membuat bahan makanan lebih mudah untuk dicerna dalam tubuh. Proses pengolahan memecah struktur kompleks seperti dinding sel atau protein keras melalui pemanasan atau penggilingan, sehingga enzim pencernaan bekerja lebih efisien. Ini mengurangi faktor anti-nutrisi (misalnya, fitat) dan meningkatkan bioavailabilitas nutrisi seperti zat besi, memfasilitasi pencernaan optimal terutama bagi kelompok rentan seperti anak-anak.
- b. Membuat makanan aman untuk dimakan. Pengolahan menargetkan inaktivasi patogen (seperti Salmonella) dan toksin melalui teknik termal atau pengeringan, mengurangi kadar air untuk mencegah pertumbuhan mikroba. Ini

- mencegah keracunan dan memperpanjang masa simpan, selaras dengan prinsip HACCP untuk keamanan global.
- c. Meningkatkan rasalan aroma pada makanan. Melalui reaksi Maillard atau volatilisasi, pengolahan menghasilkan senyawa aromatik (seperti pirazin) yang memberikan rasa gurih dan aroma kaya, meningkatkan penerimaan konsumen hingga 80-90% tanpa aditif berlebih, sambil menghindari over-processing yang merusak profil sensorik.
 - d. Meningkatkan penampilan dan warna pada makanan tersebut. Teknik seperti blanching atau karamelisasi menghasilkan warna cerah dan seragam (misalnya, cokelat keemasan pada daging), mencegah browning enzimatis, dan memicu nafsu makan melalui estetika visual yang menunjukkan kualitas tinggi.
 - e. Melengkapi/menyeimbangkan kandungan gizi jika dicampur dengan bahan makanan lain. Pengolahan mengintegrasikan bahan via fortifikasi atau formulasi (misalnya, sereal dengan protein hewani) untuk melengkapi asam amino esensial atau serat, menciptakan "functional food" yang mencegah malnutrisi dan mendukung diet seimbang sesuai rekomendasi WHO. Sebelum memasak, kita perlu mempersiapkan diri, dan juga menyiapkan bahan-bahan yang dibutuhkan (*Mise en Place*). Tahapan ini bisa saja tidak terlewati semua/berhenti pada tahap tertentu.
 - f. Agar bahan makanan mudah dicerna, menghasilkan hidangan yang bervariasi dalam hal rasa, warna, rupa, dan bentuk, serta untuk menjadikan makanan yang sehat dan bersih (terhindar dari penyakit). Untuk meningkatkan kualitas konsumsi melalui proses pemanasan yang melunakkan tekstur sehingga nutrisi mudah dicerna oleh tubuh. Selain itu, teknik memasak yang beragam bertujuan untuk menciptakan variasi rasa, warna, dan bentuk agar hidangan lebih menggugah selera, sekaligus berfungsi sebagai proses sterilisasi untuk memastikan makanan sehat, bersih, dan bebas dari kuman penyebab penyakit.

- g. Agar terciptanya makanan yang memenuhi syarat kesehatan, mempunyai cita rasa yang sesuai serta mempunyai bentuk yang merangsang selera. Untuk memastikan hidangan memenuhi syarat kesehatan dengan cara mematikan mikroorganisme berbahaya melalui suhu yang tepat sehingga aman dikonsumsi. Selain aspek keamanan, proses ini juga dirancang untuk memunculkan cita rasa yang sesuai melalui perpaduan bumbu dan teknik memasak yang pas, serta menciptakan tampilan atau bentuk yang merangsang selera agar makanan terlihat menarik dan menggugah nafsu makan.

Pada proses atau cara pengolahan makanan ada beberapa hal yang perlu diperhatikan yaitu:

1) Tempat Pengolahan Makanan



Gambar 1. Tempat Pengolahan Makanan

Tempat pengolahan makanan adalah suatu tempat dimana makanan diolah, tempat pengolahan ini sering disebut dengan dapur. Dapur mempunyai peranan yang sangat penting dalam proses pengolahan makanan, karena itu kebersihan dapur dan lingkungan sekitarnya harus selalu terjaga dan diperhatikan. Dapur yang memenuhi syarat-syarat kesehatan antara lain:

- Selalu dalam keadaan bersih.
- Mempunyai cukup persediaan air bersih untuk mencuci.
- Mempunyai saluran pembuangan air kotor.

- Mempunyai bak pencuci tangan dan alat-alat yang dipergunakan.
- Mempunyai tempat sampah.
- Alat-alat dapur selalu dalam keadaan bersih.
- Mempunyai ventilasi yang cukup guna memasukkan udara segar serta mengeluarkan asap serta mengeluarkan bau makanan yang kurang sedap.
- Mempunyai tempat penyimpanan bahan makanan yang baik, artinya tidak sampai tercemar oleh debu, tidak menjadi sarang serangga atau tikus.
- Tidak meletakkan zat-zat yang berbahaya (misalnya insektisida) berdekatan dengan bumbu dapur.
- Mempunyai alat pencegah kebakaran.
- Tempat Pengolahan Makanan.

2) Tenaga Pengolah



Gambar 2. Tenaga Pengolah

Penjamah makanan adalah orang yang secara langsung berhubungan dengan makanan dan peralatan mulai dari tahap persiapan, pembersihan, pengolahan, pengangkutan sampai penyajian. Dalam proses pengolahan makanan, peran dari penjamah makanan sangatlah besar perannya. Penjamah makanan ini berpeluang untuk menularkan penyakit. Oleh sebab itu penjamah makanan harus selalu dalam keadaan sehat dan

bersih. Syarat yang ditetapkan pada penjamah makanan antara lain:

- Tidak sedang menderita penyakit infeksi apa pun (kulit, paru-paru, saluran pencernaan, dan lain sebagainya).
- Bukan carrier dari suatu penyakit infeksi.
- Mengetahui tentang higiene, misalnya selalu membersihkan badan dan pakaian sebelum menyentuh bahan makanan, menggunakan sabun serta air hangat dalam membersihkan benda-benda yang berhubungan dengan makanan, mencuci tangan segera setelah keluar dari kamar kecil, tidak meludah, tidak bersin, tidak batuk atau merokok ketika mengolah makanan menggunakan tutup mulut, hidung dan tutup kepala dan lain sebagainya.
- Sebaiknya, terhadap orang yang langsung dan erat hubungannya dengan bahan makanan, seperti tukang masak misalnya, dilakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.

3) Prosedur Pengolahan Makanan

Adapun Prodesur Pengolahan Makanan yang menghasilkan suatu hidangan enak, bergizi, dan menarik perlu dilakukan proses-proses tertentu dari bahan mentah menjadi makanan yang siap dikonsumsi. Pada pelaksanaan teknik pengolahan ada beberapa prosedur yang harus diperhatikan untuk mendapat hasil masakan yang maksimal. Proses pengolahan tersebut dimulai dari persiapan bahan mentah, pengolahan, dan penyajian.

Menurut Mayasari (2020, hlm. 44) prosedur pengolahan makanan secara umum terdiri dari 5 langkah yaitu: "1) washing, 2) peeling, 3) cutting, 4) cooking, dan 5) presenting". Di bawah ini merupakan penjelasan dari kelima langkah prosedur pengolahan adalah:

- Washing, yaitu mencuci semua bahan makanan yang akan digunakan atau yang akan diolah. Bertujuan untuk menghilangkan kotoran atau bakteri yang ada dalam bahan makanan tersebut. Pembersihan bahan (food cleaning) adalah proses menghilangkan kotoran fisik, kimia, dan biologis dari

bahan makanan sebelum diolah. Proses ini meliputi pencucian, penyikatan, perendaman, dan pembuangan bagian yang rusak atau terkontaminasi.



Gambar 3. Mencuci Bahan Makanan

- Peeling, yaitu mengupas bahan makanan agar lebih bersih dan memudahkan dalam proses pengolahan.



Gambar 4. Mengupas Bahan Makanan

- Cutting, yaitu memotong bahan makanan sesuai dengan kebutuhan. Bertujuan untuk mempermudah mengetahui tingkat kematangan bahan makanan saat dimasak dan memberikan kesan menarik saat makanan disajikan.



Gambar 5. Memotong Bahan Makanan

- Cooking, yaitu proses mengolah bahan makanan menjadi makanan yang matang dan siap disajikan. Fungsi dalam pengolahan ini yaitu mematangkan bahan makanan agar aman saat dikonsumsi.



Gambar 6. Mengolah Bahan Makanan

- Presenting, yaitu penyajian makanan atau tahap akhir dari prosedur pengolahan makanan. Pada prosedur pengolahan presenting merupakan hal yang sangat penting, karena makanan yang mempunyai tampilan menarik dengan komposisi warna dari bahan yang digunakan akan meningkatkan selera makan konsumen.



Gambar 7. Penyajian Bahan Makanan

Tabel 1. Tujuan Pembersihan Bahan

Tujuan	Penjelasan
Keamanan Pangan	Menghilangkan mikroorganisme patogen seperti bakteri, jamur, dan parasit.
Kualitas Bahan	Menjaga warna, tekstur, dan kesegaran bahan.
Mengurangi Kontaminasi Silang	Meminimalkan risiko bakteri dari satu bahan berpindah ke bahan lain.
Efisiensi Pengolahan	Mempermudah proses selanjutnya seperti pemotongan dan pengupasan.

Tabel 2. Teknik Pembersihan Bahan

Jenis Bahan	Teknik	Contoh
Sayuran Berdaun	Dicuci air mengalir, direndam garam	Sawi, Selada
Buah	Dicuci lalu disikat lembut	Apel, Pir
Umhi-umbian	Disikat atau digosok	Kentang, Wortel
Bahan Hewani	Dicuci dengan air dingin, dibuang kotorannya	Ikan, Ayam
Bahan Sensitif	Direndam larutan sanitasi food grade	Strawberry, Anggur

Sehingga untuk menghindari terjadinya kontaminasi makanan pada saat persiapan, perlu memperhatikan:

- Membeli bahan makanan yang bersih.
- Menggunakan peralatan yang bersih dan menghindari terlalu banyak memegang bahan makanan.
- Membersihkan alat persiapan setelah digunakan dan untuk persiapan bahan makanan lain.
- Mencuci bahan makanan dengan baik.
- Menghindari membiarkan bahan makanan mudah rusak pada suhu zona bahaya.
- Menghindari mencampur sisa makanan dengan makanan yang baru dimasak.

Prinsip Higiene dalam Pembersihan

- Menggunakan air yang bersih dan mengalir.
- Mencuci tangan sebelum menyentuh bahan makanan.
- Memisahkan talenan dan pisau untuk daging, unggas, seafood, dan sayuran.
- Menggunakan sarung tangan bila diperlukan.

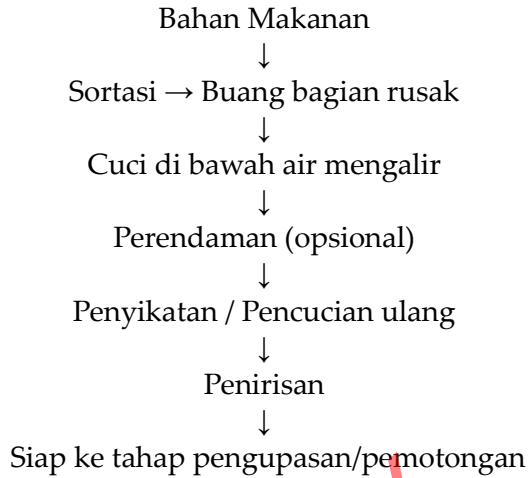
- 5) Menghindari kontak langsung bahan matang dengan bahan mentah.

Berikut persiapan bahan berdasarkan daftar bahan yang ditimbang:

- Bawang Merah
 - ❖ Pembersihan: Kupas kulit kering dan buang bagian yang rusak.
 - ❖ Pencucian: Cuci di air mengalir untuk menghilangkan sisa kotoran.
 - ❖ Pemotongan: Dapat diiris, dicincang, atau dihaluskan sesuai kebutuhan bumbu.
- Bawang Putih
 - ❖ Persiapan: Kupas kulit, buang bagian hijau pada tengah bawang agar tidak pahit.
 - ❖ Pencucian: Bilas cepat untuk menjaga aroma bawang.
 - ❖ Pengolahan: Geprek, cincang, iris, atau haluskan.
- Cabai Hijau
 - ❖ Persiapan: Cuci bersih, buang tangkai, potong sesuai kebutuhan.
 - ❖ Pengolahan: Dapat diiris, diulek, atau dihaluskan.
- Cabai Rawit
 - ❖ Persiapan: Cuci, pisahkan cabai bagus dan busuk.
 - ❖ Pengolahan: Digunakan utuh, diiris, atau dihaluskan untuk rasa lebih pedas.
- Pala
 - ❖ Persiapan: Jika masih utuh, pecahkan kulit dan gunakan bagian bijinya.
 - ❖ Pengolahan: Biasanya diparut atau dihaluskan sebelum ditimbang karena intensitas rasa sangat kuat.

- Kunyit
 - ❖ Pencucian: Gosok kulit luar hingga bersih dari tanah.
 - ❖ Pengolahan: Dapat diparut, digeprek, atau dihaluskan, tergantungn kegunaan.
- Lengkuas
 - ❖ Pencucian: Bersihkan dari tanah dan kotoran.
 - ❖ Pengolahan: Geprek, iris tipis, atau parut sesuai kebutuhan.
- Jahe
 - ❖ Pencucian: Cuci dan kerik permukaan kulitnya.
 - ❖ Pengolahan: Digeprek, diparut, atau dihaluskan.
- Ketumbar
 - ❖ Persiapan: Jika butiran, sangrai ringan untuk mengeluarkan aroma.
 - ❖ Pengolahan: Ditimbang dalam bentuk bubuk atau utuh.
- Kayu Manis
 - ❖ Persiapan: Gunakan sesuai bentuk (batang atau bubuk).
 - ❖ Pengolahan: Biasanya langsung ditimbang tanpa diproses.
- Jinten
 - ❖ Persiapan: Dapat digunakan dalam bentuk bubuk atau biji.
 - ❖ Pengolahan: Beberapa resep menyarankan menyangrai sebelum menimbang.

Diagram Alir Pembersihan Bahan



2. Macam-macam Teknik Pengolahan Makanan

Macam Teknik Pengolahan Makanan, yaitu:

a. Teknik Pengolahan Panas Basah (Moist Heat Cooking)

Terdapat 7 Teknik Pengolahan Panas Basah, yaitu:

- 1) Boiling (merebus)



Gambar 8. Boiling (Merebus)

Teknik boiling atau merebus (dalam Bahasa Indonesia) merupakan proses memasak makanan di dalam cairan mendidih (Eka Rachmawati, dkk, 2021). Boiling (merebus) adalah cara memasak dalam cairan yang sedang mendidih, cairan yang digunakan biasanya adalah air kaldu (stock), santan, susu, sirup dan air. Cairan kaldu biasanya digunakan dalam pembuatan kaldu, cairan sirup digunakan dalam pembuatan manisan.

Merebus adalah memasak bahan makanan dalam cairan hingga titik didih (100 derajat C). Teknik memasak dengan boiling sering kali menggunakan cairan seperti kaldu, santan, dan susu yang direbus. Memasak dengan cara merebus (boiling) memiliki beberapa keuntungan. Kelebihan: cepat dan mudah. Kekurangan: beberapa vitamin larut air dapat hilang. Keuntungan dan kelemahan yang diperoleh pada saat menggunakan metode boiling adalah:

Keuntungan:

- Bahan makanan menjadi lebih mudah dicerna. Metode ini sesuai untuk memasak dalam skala besar.
- Memperoleh rasa khas dari zat yang terkandung pada bahan makanan.
- Metode cukup aman dan sederhana, dapat membunuh bakteri pathogen.
- Nilai gizi dan warna sayuran hijau dapat dipertahankan secara maksimum ketika waktu memasak diminimalisir dan api diperbesar.
- Panas yang tinggi selama proses perebusan dapat membuat sayuran cepat matang meskipun waktu memasak cuma sebentar.

Kelemahan:

- Kehilangan vitamin yang mudah larut dalam air. Air perebus terkontaminasi oleh lapisan panci yang dapat larut, oleh sebab itu bahan dan alat perebus harus sesuai sehingga tidak menimbulkan reaksi yang berbahaya. Alat-alat masak yang terbuat dari pirex, stainless dan aluminium cukup aman

digunakan, sedangkan alat masak yang terbuat dari besi atau tembaga kurang bagus digunakan karena besi mudah berkarat.

Tabel 3. Teknik Pelaksanaan Boiling

Dalam air dingin dan tertutup	Membiarkan makanan menyerap air dan matang dengan rata dan untuk mencegah pengerasan pada tekstur permukaan	Rebus: kentang, sayuran, dan tulang kering
Dalam air dingin tanpa tertutup	Memasak pada temperature dibawah mendidih akan mencegah timbulnya uap	Jangan merebus: kaldu bening (stock & broth) dan meat jellies.
Dalam air mendidih tanpa penutup	Makanan masak lebih cepat dan lebih banyak vitamin, mineral dan warna yang dapat dipertahankan	Rebus: sayur-sayuran
Dalam air yang mendidih dengan cepat tanpa tutup	Kanji diluar pasta membentuk gelatin dan menjaga agar tidak saling menempel	Rebus dengan cepat: pasta dan beras

Syarat-syarat proses pemasakan boiling

- Bahan cair yang digunakan sebagai media direbus hingga mencapai suhu mendidih (100°C).
- Tutup panci dapat digunakan untuk mempercepat pencapaian suhu didih, kemudian tutup panci tidak digunakan lagi selama proses pemasakan berlangsung kecuali pada saat merebus bahan makanan yang berasal dari umbi (merebus umbi panci harus ditutup).
- Bahan makanan yang akan direbus harus benar-benar terendam bahan cair yang digunakan sebagai media.
- Jumlah bahan cair yang digunakan sebagai media perebus harus benar-benar diperhitungkan karena pasti terjadi penguapan cairan akibat proses pemasakan.
- Selama proses pemasakan berlangsung bahan cair yang digunakan sebagai perebus jumlahnya harus tetap menutupi bahan makanan yang direbus.
- Busa yang ditimbulkan akibat proses perebusan harus selalu dibuang atau dihilangkan agar tidak merusak kualitas bahan makanan terutama warnanya.
- Panci perebus yang digunakan besarnya atau volumenya harus sesuai dengan bahan makanan dan bahan cair yang direbus. Contohnya untuk merebus pasta jumlah bahan cair yang digunakan adalah 10 kali lipat dari jumlah pastanya.

2) Simmering



Gambar 9. Simmering

Simmering adalah teknik memasak makanan dengan sauce atau bahan cair lainnya yang dididihkan dahulu baru api dikecilkan di bawah titik didih dan proses perebusan yang lama, dimana permukaannya akan muncul gelembung-gelembung kecil dalam cairan panas yang dijaga Rada titik didih air dengan suhu 95°C-98°C (Ibrahim et al., 2021). Simmering diterapkan untuk mencegah bahan makanan tersebut mengalami kerusakan tekstur dan aroma. Cara memasak dengan teknik simmering dilakukan untuk menghindari hancurnya tekstur dari bahan makanan (Budidarma, 2022).

Perbedaan antara boiling dengan simmering terletak pada gejala bahan cair pada saat proses perebusan, pada proses boiling bahan cair bergejolak dengan cepat sedangkan pada simmering gejolaknya sangat perlahan karena api yang digunakan pada proses pemasakan sangat kecil sehingga hanya menghasilkan suhu 95°C-98°C.

Syarat-syarat proses pemasakan untuk simmering:

- Tutup panci dapat digunakan untuk mempercepat pencapaian suhu didih, kemudian api dikecilkan dan tutup panci dibuka selama proses simmering.
- Selama proses pemasakan, bahan cair yang digunakan sebagai media pemasakan harus selalu menutupi permukaan bahan makanan yang diolah.
- Bahan cair yang digunakan sebagai media dalam proses pemasakan, jumlahnya atau volumenya harus selalu diperhitungkan dengan tepat sehingga tidak akan kekurangan bahan cair karena penguapan akibat pemanasan.
- Busa yang ditimbulkan karena proses pemasakan harus segera diambil/diangkat untuk mempertahankan kualitas hasil masakan.

Syarat-syarat proses pemasakan simmering:

- Didihkan cairan terlebih dahulu: Panaskan cairan dalam panci hingga mendidih dan kemudian kecilkan apinya.

- Jaga suhu di bawah titik didih: Setelah mendidih, kecilkan api hingga suhu berada di antara 74°C hingga 96°C.
- Perhatikan gelembung: Anda akan melihat gelembung-gelembung kecil perlahan naik ke permukaan cairan, menandakan suhu yang tepat untuk simmering.
- Masak dalam waktu lama: Teknik ini membutuhkan waktu memasak yang lebih lama dibandingkan merebus untuk menghasilkan masakan yang matang sempurna.
- Tutup panci: Tutup panci agar panas terjaga dan bumbu meresap.

Manfaat teknik simmering:

- Menghasilkan kaldu bening: Proses dengan suhu rendah mencegah kekeruhan.
- Daging empuk: Memasak perlahan membuat daging menjadi sangat lembut dan tidak hancur.
- Rasa kaya: Bumbu dan cita rasa dari bahan akan meresap lebih baik ke dalam masakan.
- Memasak dengan hati-hati: Mengurangi risiko makanan gosong atau terlalu matang.

3) Blanching



Gambar 10. Blanching

Blanching adalah teknik memasak dengan cara merebus sayuran atau buah ke dalam air yang telah mendidih dalam waktu cepat (Naibaho et al., 2021). Blanching sering digunakan dalam proses persiapan (preparing) bahan makanan (sayur atau buah) yang akan diolah lebih lanjut menjadi bentuk makanan lain. Bahan makanan yang akan di blanching dimasukkan ke dalam air mendidih selama 1-2 menit, setelah mengalami proses perebusan, sayur atau buah yang di blanching segera diangkat dan dimasukkan ke dalam air es untuk menghentikan proses pemasakan yang membuat warna kurang menarik (Ibrahim et al., 2021). Proses ini menjamin warna sayuran tetap berwarna segar dan menarik.

Tujuan utama blanching bukan untuk mematangkan makanan sepenuhnya, melainkan untuk persiapan sebelum proses lain seperti pembekuan, pengalengan, pengeringan, atau memasak lebih lanjut. Adapun tujuan lainnya:

- Membebaskan bahan makana dari lemak dan kotoran (daging, unggas, tulang) sebelum diproses masak berikutnya.
- Membuang kulit atau bagian luar yang tidak diperlukan, misalkan tomat.
- Membuat makanan menjadi setengah matang dan kemudian dimatangkan lebih lanjut.
- Membuat lapisan pelindung dan memudahkan membuang kotoran, lapisan ini berguna untuk melindungi sari makanan dari tulang tersebut, sebelum dicuci dengan air dingin. Contohnya dalam pembuatan stock.
- Bahan makanan setelah dilansir direndam dalam air selain bertujuan menghentikan proses pemasakan juga untuk mempertahankan warna agar tidak berubah.

Proses Blanching Secara Sistematis:

- ❖ Persiapan Bahan. Pilih bahan segar seperti sayuran, buah, atau kacang-kacangan. Cuci bersih dan potong sesuai ukuran yang diinginkan.
- ❖ Pemanasan Awal (Blanching). Didihkan air dalam jumlah cukup, atau siapkan kukusan untuk blanching dengan uap.

Masukkan bahan ke dalam air mendidih atau uap panas selama beberapa detik hingga beberapa menit (tergantung jenis bahan).

- ❖ Penghentian Proses Panas. Segera angkat bahan setelah waktu blanching tercapai. Masukkan langsung ke dalam wadah berisi air es (shocking) agar proses pemanasan berhenti seketika dan warna/tekstur tetap terjaga.
- ❖ Penirisan. Tiriskan bahan dari air es. Setelah itu, bahan siap digunakan untuk proses selanjutnya, misalnya dimasak lebih lanjut, dibekukan, atau dikemas.

Prinsip dasar Blanching:

- Cairan (air atau minyak) dididihkan 100°C, bahan baru dimasukkan.
- Bahan makanan harus direndam seluruhnya dalam cairan.
- Blansir hanya diperlukan pada bahan makanan, yang perlu dimasak terlebih dahulu atau masak setengah matang. Untuk Blansir tomat, ujung tomat disayat berbentuk plus (+) dan pangkal tomat ditoreh, baru di blansir.

Kriteria hasil Blanching:

- ❖ Daging/ tulang bersih dari kotoran/darah/lemak.
- ❖ Warna sayuran cerah, tekstur agak keras.
- ❖ Tomat masih agak keras dan mudah dikupas.

4) Poaching



Gambar 11. Poaching

Poaching merupakan teknik memasak dengan memasukkan bahan pangan ke dalam cairan pada suhu 80°C-90°C (Nurdiani et al., 2021). Api yang digunakan untuk teknik poach menggunakan api sedang, sehingga tidak menimbulkan gejolak air yang merusak tekstur bahan makanan. Proses pematangan bahan yang direbus dengan teknik poaching berjalan lambat. Bahan makanan yang di poach ini adalah bahan makanan yang lunak atau lembut dan tidak memerlukan waktu lama dalam memasaknya.

Poaching sering dilakukan untuk memasak telur, ayam, ikan, dan buah. Yang harus diperhatikan adalah jangan sampai cairan yang digunakan mendidih. Cairan yang digunakan tergantung dari jenis masakan yang akan dibuat. Cairan bisa berupa kaldu, air yang diberi asam cuka, susu dan lain-lain. Kriteria hasil masakan yang dimasak dengan proses Poaching:

- Tidak hancur
- Tidak keras (lunak/empuk)
- Warna tidak luntur (cerah/alami)
- Matang merata

5) Steaming



Gambar 12. Steaming

Teknik steaming adalah mengolah bahan makanan menggunakan uap air mendidih dalam suatu tempat yang tertutup (Noviani, 2021). Alat pengukus (steamer) terdiri dari beberapa panci yang disusun ke atas secara berlapis-lapis. Panci paling bawah berisi air yang direbus. Panci yang disusun di atasnya berlubang untuk memberi kesempatan uap air masuk melalui lubang-lubang tersebut. Makanan yang dikukus tidak bersentuhan dengan air. Hal ini dilakukan untuk menjaga zat gizi supaya tidak banyak yang hilang dan menjaga tekstur makanan supaya lebih bagus. Apabila proses pengukusan dilakukan dalam waktu lama, perlu perhatian pada volume air perebus yang berada pada panci lapisan bawah supaya jangan sampai habis.

Air yang mendidih akan menghasilkan uap. Saat uap ini menyentuh permukaan makanan, ia akan mengembun kembali menjadi cair dan melepaskan panas yang disebut panas laten. Panas ini cepat meningkatkan suhu permukaan makanan. Setelah itu, panas bergerak ke bagian dalam, menyebabkan protein menggumpal, sel menjadi lembut, dan pati lebih mudah dicerna.

Dalam metode ini perubahan warna, tekstur dan aroma yang terjadi lebih banyak dibanding dengan teknik merebus dan menyotup. Efek dari sistem ini sama dengan sistem basah lainnya

yaitu menjadikan makanan lebih lunak dan lembut. Karena bahan makanan tidak bersentuhan langsung dengan air maka kehilangan nilai gizinya pun lebih sedikit. Banyak jenis makanan yang diolah dengan cara ini seperti pudding, bolu, sayuran, ikan atau ayam.

Prinsip dasar steaming:

- Sebelum mengukus, alat pengukus harus dipanaskan terlebih dahulu hingga mengeluarkan uap air (air mendidih).
- Alat pengukus disesuaikan dengan banyaknya bahan yang dikukus.
- Makanan yang tidak memerlukan sentuhan uap air, harus dibungkus atau tutup stemer dibungkus dengan serbet yang bersih.
- Periksa cairan pengukus, jika habis bisa ditambah cairan yang panas (mendidih).
- Waktu mengukus yang tepat, sangat diperlukan karna akan memengaruhi hasilnya.

Kriteria hasil steaming:

- ❖ Tidak hancur atau benyek
- ❖ Warna masih tetap segar
- ❖ Memiliki rongga yang baik untuk puding
- ❖ Permukaan tidak tergenang air dari proses pengukusan
- ❖ Matang merata

Panduan waktu masak (perkiraan tergantung ukuran & ketebalan)

- Sayuran potongan kecil (kembang kol, brokoli): 3 hingga 7 menit (renyah) lalu periksa tekstur.
- Sayuran berdaun (bayam, kangkung): 1 hingga 3 menit.
- Fillet ikan tipis: 6 hingga 10 menit.
- Potongan ayam tanpa tulang (iris tipis): 10 sampai 15 menit; potongan tebal atau ayam utuh butuh lebih lama.
- Dim sum / pangsit: 8 sampai 15 menit tergantung ukuran.

- Nasi kukus (sticky rice): 20 sampai 45 menit tergantung metode.

6) Braising



Gambar 13. Braising

Braising berasal dari bahasa Perancis 'braiser' yaitu teknik memasak dengan pemanasan lembab/basah (moist heat). Tahap awal proses pengolahan dengan teknik braising dimulai dengan cara membakar (searing) atau memanggang (roasting) bahan makanan sampai permukaannya berwarna coklat. Setelah permukaan makanan tersebut berwarna coklat, bahan makan yang diolah dengan braising diberi cairan kemudian dimasak dengan suhu rendah dalam panci tertutup rapat. Braising sangat cocok dilakukan pada bahan makanan yang mempunyai tekstur keras (Budidarma, 2022).

Efek dari braising ini sama dengan menyetup yaitu untuk menghasilkan daging yang lebih lunak dan aroma yang keluar menyatu dengan cairannya pun menjadi enak. Daging yang telah dipotong terlebih dahulu direndam. Cairan perendam yang digunakan biasanya tergantung dari makanan yang akan dibuat contohnya red wine untuk daging sapi dan unggas. White wine untuk daging sapi muda. Daging dimarinade selama 12-24 jam, daging merah direndam lebih lama dibanding daging putih. Daging yang akan dimasak masih berbentuk gumpalan besar untuk disajikan satu porsi.

Setelah daging direndam, lalu dikeringkan dan dipanggang dalam oven selama 30 menit untuk memberikan efek warna yang terbakar. Lalu braising dengan bumbu, sisa bahan perendam dan kaldu coklat atau demi-glace hingga setinggi setengah bagian daging dan masak dengan api kecil hingga air agak mengering. Untuk membraising sayuran, sayuran dibraising bersama dengan bumbu. Sayuran terlebih dahulu. Dibersihkan, dan diblanch, dan dikeringkan. Sayuran dibentuk atau dapat pula diisi dan disusun dalam panci perebus dan siram dengan kaldu hingga setengah bagian.

Prinsip dasar braising:

- Bahan dipotong rapi, jika bahan makanan tidak dipotong-potong (dimasak dalam bentuk utuh), misalnya daging atau unggas, bahan tersebut harus diikat terlebih dahulu.
- Selama proses berlangsung cairan boleh ditambah jika bahan cair telah berkurang dan bahan makanan tersebut belum matang.

Manfaat dan Keunggulan Teknik Braising. Teknik braising memiliki beberapa manfaat dan keunggulan yang membuatnya populer di kalangan koki profesional maupun amatir:

- ❖ Melunakkan daging yang keras. Proses memasak yang lama dan perlahan membantu melunakkan jaringan ikat dan kolagen dalam daging, menghasilkan tekstur yang lembut dan mudah dikunyah.
- ❖ Menghasilkan rasa yang kaya. Kombinasi antara proses pembentukan lapisan kecokelatan dan memasak perlahan dalam cairan menghasilkan rasa yang kompleks dan mendalam.
- ❖ Efisiensi bahan. Teknik braising memungkinkan penggunaan potongan daging yang lebih murah atau kurang populer, mengubahnya menjadi hidangan yang lezat.
- ❖ Menghemat waktu. Meskipun waktu memasak cukup lama, sebagian besar prosesnya tidak memerlukan pengawasan

konstan, memungkinkan koki untuk melakukan aktivitas lain sementara makanan dimasak.

- ❖ Menghasilkan hidangan lengkap. Dalam satu panci, Anda bisa memasak daging, sayuran, dan saus sekaligus, menghasilkan hidangan yang lengkap dan praktis.
- ❖ Meningkatkan nilai gizi. Proses memasak yang lama membantu mempertahankan nutrisi dalam bahan makanan, terutama pada sayuran.
- ❖ Fleksibilitas dalam penggunaan bahan. Teknik braising dapat digunakan untuk berbagai jenis bahan makanan, dari daging hingga sayuran, memberikan fleksibilitas dalam bereksperimen dengan resep.

Langkah-langkah Melakukan Teknik Braising. Untuk melakukan teknik braising dengan benar, ikuti langkah-langkah berikut ini:

- Persiapan bahan. Pertama, pilih potongan daging atau sayuran yang sesuai untuk braising. Selanjutnya, potong bahan makanan menjadi ukuran yang seragam. Setelah itu, Bumbui dengan garam dan merica.
- Pembentukan lapisan kecokelatan. Pertama, panaskan minyak atau lemak dalam panci tebal atau Dutch oven. Selanjutnya, masukkan bahan makanan dan masak hingga kecokelatan disemua sisi. Setelah itu, angkat bahan makanan dan sisihkan.
- Persiapan aromatis. Pertama, tumis bawang, wortel, seledri, atau bahan aromatis lainnya dalam panci yang sama. Setelah itu, tambahkan bumbu dan rempah-rempah sesuai selera.
- Penambahan cairan. Pertama, tuangkan cairan (kaldu, anggur, atau air) ke dalam panci. Setelah itu, gunakan spatula untuk mengikis sisa-sisa gosong di dasar panci (deglazing).
- Proses memasak. Pertama, kembalikan bahan makanan ke dalam panci. Selanjutnya, pastikan cairan hanya menutupi sebagian bahan makanan. Lalu, tutup panci rapat-rapat. Setelah itu, masak dengan api kecil atau dalam oven dengan

suhu rendah (sekitar 150°C). Pada tahap akhir, masak selama beberapa jam, tergantung jenis dan ukuran bahan makanan.

- Penyelesaian. Pertama, periksa kematangan bahan makanan. Jika perlu, saring dan reduksi saus. Setelah itu, sajikan hidangan dengan sausnya. Waktu memasak dalam teknik braising bervariasi tergantung pada jenis dan ukuran bahan makanan. Untuk daging yang lebih keras, proses braising bisa memakan waktu 3-4 jam atau bahkan lebih. Sementara untuk sayuran, waktu memasak biasanya lebih singkat, sekitar 30 menit hingga 1 jam.

7) Stewing



Gambar 14. Stewing

Stewing (mengulai) adalah mengolah bahan makanan yang terlebih dahulu ditumis bumbunya, dan direbus dengan cairan yang berbumbu dengan menggunakan api sedang (Ibrahim et al., 2021). Bahan makanan yang dimasak dengan stew merupakan kombinasi berbagai jenis bahan makanan nabati dan hewani. Satu resep masakan stew misalnya menggunakan bahan-bahan seperti buncis, dan brokoli, buah (cabe, tomat) daging, ayam, sosis, dan seafood.

Stew merupakan teknik pengolahan makanan padat yang dimasak dalam air atau berbasis cairan serupa dengan simerring dan kemudian di sajikan tanpa dikeringkan. Steawing adalah memasak secara perlahan dengan suhu antara 95-99°C dengan jumlah air yang hampir sama dengan bahan makanan yang dimasak. Stewing atau disebut menggulai adalah memasak bahan makanan yang lebih dahulu ditumis bumbunya atau tidak ditumis.

Bumbunya untuk daging rebus dengan panas api sedang dalam waktu yang cukup lama sehingga aroma daging keluar. Bahan yang telah dipotong-potong direbus dengan cairan yang berbumbu dengan api sedang dan seringdiaduk-aduk.

Air yang umum digunakan sebagai cairan memasak stew adalah wine, kaldu dan beer. Bumbu-bumbu dan penyedap. Rasa ditambahkan selama proses memasak berlangsung untuk meningkatkan rasa dan menyedapkan aroma. Pada pengolahan daging dengan penerapan teknik stewing baiknya sering diaduk, sedangkan untuk ikan mengaduknya perlu hati-hati karena mudah untuk rusak atau hancur (Rosim M. Tingginehe, 2021).

Cairan yang biasanya digunakan yaitu santan (santan cair kemudian santan kental), susu, kaldu (stock), dan lain-lain. Selain itu ditambahkan bumbu penyedap atau garam yang sebaiknya dimasukkan pada akhir proses stewing. Bahan makanan yang dimasak dengan stew merupakan kombinasi berbagai jenis bahan makanan nabati dan hewani. Tujuan utama dari teknik ini adalah untuk menghasilkan hidangan yang empuk dan mudah dikunyah, sambil mempertahankan konsistensi dan kelembaban bahan makanan. Karakteristik teknik stewing yaitu bumbu ditumis terlebih dulu sebelum direbus dengan cairan berbumbu menggunakan api sedang.

Manfaat dari menerapkan stewing dalam memasak makanan sehari-hari:

- Menikmati waktu. Memasak dengan perlahan membuat kita dapat menghargai waktu dengan sebaik-baiknya.

- Rasa semakin lezat. Merebus memungkinkan semua rasa dalam panci menyatu sempurna. Hasilnya, rasa makanannya akan semakin lezat.
- Tekstur pas. Aneka bahan masakan seperti daging dan sayuran terasa lebih lunak dan tekstur lebih pas.
- Bernutrisi tinggi. Makanan yang direbus mempertahankan hampir semua nutrisi makanan.

Prinsip dasar stewing:

- ❖ Bahan makanan terlebih dahulu dipotong lalu diblansir terlebih dahulu
- ❖ Untuk ikan di-marinate (marinasi) dengan bumbu terlebih dahulu
- ❖ Stewing sausnya dapat dikentalkan dengan tepung Kriteria hasil masakan dalam teknik ini: (1) bentuk potongan seragam/rapi; (2) tidak hancur; (3) tidak keras; (4) warna tidak luntur; dan (5) saus kental.

Contoh makanan yang menggunakan proses stewing:

- 1) Rendang daging/kalio daging



2) Opor ayam



3) beef stew



4) seafood curry stew



5) kimchi stew



b. Teknik Pengolahan Panas Kering (Dry Heat Cooking)

Terdapat 3 Teknik Pengolahan Panas Kering, yaitu:

1) Baking



Gambar 15. Baking

Baking merupakan teknik memasak makanan dengan panas kering oleh konveksi (penghantar) uap udara panas dari segala arah (Indriati, 2019). Beberapa oven domestik menggunakan dua elemen pemanas, yaitu satu berada di bawah untuk baking dan satu berada di atas untuk broiling (Noviani, 2021). Energi panas di dalam oven tidak menyentuh bahan makanan secara langsung tetapi melalui udara panas yang dialirkan dari celah atau lubang oven. Oven dapat dipanaskan

dengan api, aliran listrik dan gelombang elektro-magnetik (microwave oven).

Adalah cara memasak bahan makanan dengan menggunakan oven tanpa menggunakan minyak atau air. Efek dari pemasakan dengan teknik ini adalah sama dengan teknik kering lainnya tetapi tidak ada penambahan minyak dalam makanan sehingga permukaannya menjadi crispy dan warna yang lebih terkendali. Teknik ini biasanya digunakan untuk produk pastry dan roti, selain itu pula digunakan untuk memasak daging, ikan dan lain lainnya. Beberapa jenis pastry memerlukan pematangan terlebih dahulu sebelum dibakar seperti adonan sus.

Baking memiliki beberapa metode, diantaranya: Memanggang kering: Ketika memanggang dengan oven, bahan makanan akan mengeluarkan uap air, uap air ini akan membantu proses pemasakan bahan makanan. Memanggang dalam oven menambah kelembaban Ketika memanggang bahan makanan, masukkan wadah berisi air yang akan mengeluarkan uap air yang masuk ke dalam oven, menyebabkan kandungan air dalam bahan makanan bertambah dan akan menambah kualitas makanan. Teknik ini menggunakan oven. Berikut oven dari zaman dahulu hingga sekarang:

a) Oven Tradisional (Dulu)



Jenis: Oven tanah liat, oven kayu, oven batu bata (wood-fired oven). Cara kerja: Menggunakan api kayu atau arang

sebagai sumber panas langsung. Cocok untuk: Pizza (seperti pizza ala italia otentik), roti tradisional (seperti naan, roti lapis), daging panggang (kambing, ayam utuh), dan masakan yang butuh aroma asap khas (smoked dishes).

b) Oven Gas (Sejak abad ke-19 hingga kini)



Jenis: Oven yang menggunakan gas alam atau gas LPG sebagai sumber panas. Cara kerja: Gas dibakar menghasilkan api untuk memanaskan ruang oven. Cocok untuk: Kue, roti panggang, ayam panggang, kue kering, pastry, dan masakan yang perlu kontrol suhu lebih presisi dibanding oven kaya.

c) Oven Listrik (Populer sejak abad ke-20)



Jenis: Oven dengan elemen pemanas listrik. Cara kerja: Elemen listrik memanaskan ruang oven secara merata. Cocok untuk: Kue tart, kue bolu, brownies, roti, pastry, panggang daging, ikan, dan menu dengan pengaturan suhu yang konsisten.

d) Oven Microwave



Jenis: Oven yang menggunakan gelombang mikro untuk memanaskan makanan. Cara kerja: Gelombang mikro menggetarkan molekul air dalam makanan sehingga panas terbentuk dari dalam. Cocok untuk: Memanaskan ulang makanan, mencairkan bahan beku, memasak cepat seperti popcorn, sayuran kukus, kentang rebus, dan kurang cocok untuk memanggang atau memberikan tekstur renyah.

- e) Oven Convection (Konveksi) (Mulai populer akhir abad ke-20)



Jenis: Oven listrik atau gas dengan kipas yang mengedarkan udara panas secara merata. Cara kerja: Kipas menyebarkan panas sehingga makanan matang lebih cepat dan merata. Cocok untuk: Roti dan kue dengan hasil renyah di luar dan lembut di dalam, ayam panggang dengan kulit renyah, kue kering dan pastry, dan memanggang berbagai jenis daging dan sayuran.

- f) Oven Toaster (Sejak pertengahan abad ke-20)



Jenis: Oven kecil yang umumnya menggunakan elemen listrik, sering untuk memanggang roti atau membuat makanan kecil. Cara kerja: Panas langsung dari elemen listrik yang terletak dekat dengan makanan. Cocok untuk: Roti panggang dan

sandwich, pizza mini, kue kering sederhana, dan makanan cepat saji kecil.

g) Oven Steam (Oven uap) (Modern, akhir abad ke-20 dan kini)



Jenis: Oven yang menggabungkan panas kering dan uap. Cara kerja: Menghasilkan uap panas untuk menjaga kelembapan makanan. Cocok untuk: Roti yang butuh kerak renyah tapi dalamnya lembut, masakan sehat seperti sayuran kukus, ikan dan ayam agar tidak kering, kue dan pastry tertentu agar tetap lembut.

Prinsip dasar Baking:

- Panaskan oven sesuai dengan suhu yang dibutuhkan sebelum masakan dimasukkan dalam oven.
- Letakkan makanan dalam posisi yang tepat.
- Periksa suhu oven selama digunakan.
- Periksa makanan sebelum diangkat dari oven.
- Penanganan harus teliti, karena sangat mempengaruhi mutu makanan.

Hal-hal yang perlu diperhatikan pada saat proses Baking adalah:

- ❖ Oven harus dipanaskan lebih dahulu.
- ❖ Pintu oven jangan sering dibuka-tutup.

- ❖ Pintu oven jangan dibanting waktu proses pemasakan sedang berlangsung.
- ❖ Atur suhu dengan tepat, alat kontrol suhu harus bekerja secara sempurna.
- ❖ Jangan membuka oven terlalu cepat sebelum makanan masak.
- ❖ Waktu memasak harus sesuai dengan ketentuan.

Kriteria hasil Baking:

- Matang dengan merata
- Tekstur halus/lembut
- Jika dipotong tidak hancur
- Berpori halus, permukaan tidak pecah untuk cake
- Tidak hangus
- Renyah/tidak keras untuk biscuit.
- Untuk pudding, lembut, tidak padat dan bagian dalam sedikit lembap.
- Tidak hancur untuk ikan.



2) Roasting



Gambar 16. Roasting

Roasting adalah teknik memasak dalam oven maupun pemanggang dengan menggunakan lemak atau minyak (Ibrahim, Suharman, 2021). Prinsip dari roasting ini adalah membuat makanan menjadi matang dan kering. Makanan yang dimasak dengan teknik roasting ditempatkan pada rak pan atau ditusukkan pada batang stainless steel yang dapat diputar (rotasi). Selama proses roasting, udara panas di oven dialirkan ke seputar daging dari semua sisi (atas, bawah dan samping) (Hidayati, 2021).

Bahan makanan di panggang dalam oven bersuhu 227-235 derajat celsius untuk menghasilkan makanan yang matang dipermukaannya dan keluar aroma serta warnanya. Setelah dipanggang selama 20 menit, turunkan suhu oven agar bagian dalam bahan makanan lebih matang. Namun bila tidak diturunkan makanan akan matang dibagian luarnya dan mentah dibagian dalam. Berapa lamanya memanggang tergantung dari besar kecilnya bahan makanan.

Grilling berbeda dengan roasting karena bahan makanan yang di grilling selalu direndam dalam bumbu dan dibakar langsung di atas sumber panas. Smoking juga berbeda dengan roasting sebab suhu yang digunakan lebih rendah dan selalu menggunakan asap (smoke) baik panas maupun cair, sehingga menimbulkan aroma khas.

Roasting adalah teknik memasak dengan menggunakan panas kering secara langsung, biasanya di dalam oven atau alat pemanggang. Panas yang digunakan bersifat kering dan merata, menyebabkan proses penguapan air dari bahan makanan dan terjadinya reaksi Maillard yang menghasilkan warna kecoklatan dan aroma khas pada makanan. Roasting dapat menggunakan suhu rendah, suhu tinggi atau kombinasi antara suhu rendah dan suhu tinggi.

Kombinasi suhu tinggi dan suhu rendah dilakukan pada awal dan akhir proses memasak. Memasak dengan suhu tinggi dapat menyebabkan cairan yang berada di dalam makanan tidak banyak yang hilang. Cairan yang berada di dalam tertahan oleh lapisan makanan yang sudah mengeras.

Jenis-Jenis Roasting

- Spit roasting. Teknik pengolahan makanan yang sangat tradisional, yaitu dengan cara menusukkan bahan makanan yang akan diolah pada sepotong kayu/besi kemudian dipanggang diatas bara api sambil diputar-putar hingga makanan matang.
- Pot roasting (poeler). Teknik pengolahan seperti roasting tetapi bahan makanan yang diolah ditempatkan dalam suatu wadah tertutup dan dilakukan pada suhu yang rendah yaitu 150°C. Hasil makanan yang diolah dengan teknik ini lebih lembab dibandingkan dengan yang diolah dengan teknik roasting.
- Slow roasting. Teknik roasting yang dilakukan pada suhu yang rendah (80°C-100°C) dengan waktu yang lama hingga seluruh permukaan berwarna kecoklatan.

Prinsip Dasar Roasting

- ❖ Selama proses pengolahan sering dibolak-balik agar matang merata
- ❖ Daging jenis loin sebaiknya jangan sering dibolak-balik untuk mencegah pengerutan

- ❖ Oven harus dipanaskan terlebih dahulu mencapai suhu 200°C-220°C. Setelah bahan makanan mendapatkan warna yang baik, suhu diturunkan pada suhu 180°C agar permukaan tidak hangus.
- ❖ Jika makanan kering perlu dibasahi permukaannya dengan lemak atau cairan yang keluar dari makanan tersebut
- ❖ Penanganan daging dengan di roasting dengan cara trussing (diikat dengan net dari lemak) dan larding (menyelipkan pita lemak dalam daging) serta barding (membungkus dengan lemak).

Tujuan Roasting:

Roasting adalah teknik memasak dengan menggunakan panas kering yang bertujuan untuk:

- Menghasilkan warna coklat keemasan pada permukaan makanan. Proses pemanggangan memicu reaksi Maillard, yaitu reaksi kimia antara asam amino dan gula pereduksi yang menghasilkan warna coklat serta aroma khas pada makanan.
- Meningkatkan aroma dan cita rasa makanan. Roasting membantu mengembangkan aroma dan rasa yang lebih kompleks dan nikmat akibat terjadinya reaksi kimia selama pemanggangan.
- Mengurangi kadar air dalam bahan makanan. Dengan menguapkan air, roasting menghasilkan tekstur yang renyah di luar dan lembut di dalam.
- Mematangkan bahan makanan secara merata. Panas kering yang merata memastikan bahan matang dengan sempurna dari luar ke dalam.
- Mengawetkan makanan. Pengurangan kadar air dan pengembangan lapisan permukaan yang kering membantu memperlambat pertumbuhan mikroorganisme.

Alat yang Digunakan:

Dalam proses roasting, penggunaan alat yang tepat sangat penting untuk mendapatkan hasil masakan yang optimal.

Berikut adalah beberapa alat utama yang biasa digunakan dalam teknik roasting:

- ❖ Oven (Listrik atau Gas). Oven adalah alat utama dalam roasting yang berfungsi memberikan panas kering secara merata pada bahan makanan. Oven dapat berupa oven konvensional, oven listrik, atau oven gas yang dilengkapi dengan pengatur suhu dan timer.
- ❖ Rak Pemanggang (Roasting Rack). Rak ini digunakan untuk meletakkan bahan makanan di atas Loyang agar udara panas dapat bersirkulasi dengan baik di sekitar makanan. Dengan rak, bagian bawah bahan tidak terkena langsung minyak atau cairan sehingga makanan bisa matang merata dan permukaan tetap kering.
- ❖ Loyang atau Baking Tray. Tempat menaruh bahan makanan selama dipanggang di dalam oven. Loyang bisa terbuat dari logam tahan panas seperti stainless steel atau aluminium. Biasanya dipakai untuk menampung tetesan minyak atau cairan dari bahan yang sedang dipanggang.
- ❖ Termometer Oven dan Termometer Daging. Termometer oven digunakan untuk memastikan suhu oven sesuai dengan yang diinginkan. Termometer daging digunakan untuk mengecek suhu internal bahan makanan agar matang sempurna dan aman dikonsumsi.
- ❖ Sarung Tangan Oven (Oven Mitts). Alat pelindung tangan dari panas saat mengambil atau memasukkan bahan ke dalam oven.
- ❖ Alat Penusuk atau Garpu Besar. Digunakan untuk menusuk bahan seperti daging agar panas lebih meresap dan untuk membalik bahan jika diperlukan.
- ❖ Alat Pemanggang Tusuk (Spit/Rod). Digunakan dalam teknik spit roasting, yaitu memutar bahan makanan seperti ayam atau daging di atas api terbuka.

Bahan yang Cocok untuk Roasting:

- Daging. Daging sapi, ayam, kambing, dan babi sangat cocok untuk roasting karena lemak dan jaringan ikatnya dapat meleleh dan menghasilkan cita rasa yang kaya. Daging yang dipanggang akan memiliki permukaan renyah dan bagian dalam yang juicy bila dipanggang dengan teknik yang tepat.
- Sayuran Bertepung. Sayuran seperti kentang, wortel, ubi jalar, labu, dan bit sangat cocok untuk roasting karena kandungan pati dan airnya dapat menghasilkan tekstur luar yang renyah dan dalam yang lembut. Pemanggangan juga menambah rasa manis alami dari sayuran tersebut.
- Sayuran Non-bertepung. Brokoli, kembang kol, asparagus, paprika, dan tomat juga bisa diroast untuk mendapatkan rasa yang lebih intens dan tekstur yang lebih menarik.
- Kacang-kacangan dan Biji-bijian. Kacang almond, kacang tanah, kacang mede, biji labu, dan biji bunga matahari sering di-roast untuk meningkatkan aroma dan rasa gurih alami mereka.
- Bahan Lainnya. Biji kopi (untuk proses roasting kopi). Roti (misalnya memanggang roti agar garing). Buah kering tertentu seperti apel atau pir untuk membuat camilan.

Langkah-Langkah Roasting:

- ❖ Persiapan Bahan. Cuci dan bersihkan bahan makanan (daging, sayuran, atau kacang-kacangan). Potong bahan sesuai ukuran yang diinginkan agar matang merata. Bumbui dengan garam, merica, rempah, atau minyak sesuai resep dan selera.
- ❖ Pemanasan Oven. Panaskan oven terlebih dahulu pada suhu yang sesuai (biasanya antara 180°C hingga 220°C) agar panas merata saat bahan dimasukkan.
- ❖ Penataan Bahan pada Loyang atau Rak. Letakkan bahan makanan di atas loyang atau rak pemanggang dengan jarak yang cukup agar udara panas dapat bersirkulasi baik. Gunakan rak untuk menghindari bahan menyentuh minyak atau cairan yang keluar.

- ❖ Proses Pemanggang. Masukkan loyang ke dalam oven yang sudah panas. Panggang selama waktu yang diperlukan sesuai jenis dan ukuran bahan (contoh: ayam sekitar 45-60 menit, sayuran 20-30 menit). Sese kali, bahan bisa dibalik agar matang merata dan warna kecoklatan merata.
- ❖ Pengecekan Kematangan. Gunakan termometer daging untuk mengecek suhu internal, misalnya daging ayam minimal 75°C untuk aman dikonsumsi. Perhatikan warna dan tekstur bahan. Jika perlu, oleskan minyak atau bumbu tambahan untuk menambah rasa dan mencegah kekeringan.
- ❖ Pengeluaran dan Pendinginan. Angkat bahan dari oven, biarkan selama beberapa menit agar jus dalam bahan menyebar merata, terutama untuk daging agar tidak kering.
- ❖ Penyajian. Sajikan bahan roasting dalam keadaan hangat untuk menjaga tekstur dan rasa optimal.

Kriteria Hasil Roasting:

Hasil roasting yang baik memiliki beberapa kriteria penting yang menandakan bahwa proses pemanggang berhasil menghasilkan makanan dengan kualitas optimal. Berikut kriteria utama hasil roasting:

- Warna Coklat Keemasan. Warna pada permukaan bahan harus coklat keemasan atau kecoklatan yang merata, menandakan terjadinya reaksi Maillard dan karamelisasi yang memberikan aroma dan rasa khas.
- Tekstur Renyah di Permukaan. Bagian luar makanan harus terasa renyah dan kering, sedangkan bagian dalam tetap lembut dan juicy, terutama untuk daging dan sayuran bertepung.
- Aroma yang Khas dan Menggugah Selera. Aroma yang keluar dari bahan roasting harus harum dan menggugah selera, hasil dari reaksi kimia yang terjadi selama pemanggang.

- **Kematangan Merata.** Makanan harus matang sempurna dari luar hingga bagian dalam tanpa ada bagian yang mentah atau terlalu kering.
- **Rasa yang Kaya dan Kompleks.** Proses roasting meningkatkan rasa makanan menjadi lebih kaya, sedikit manis, gurih, dan beraroma.
- **Tidak Terbakar atau Gosong.** Bagian luar makanan harus berwarna coklat keemasan, bukan hitam gosong, yang dapat menyebabkan rasa pahit dan berbahaya bagi kesehatan.
- **Kadar Air yang Berkurang.** Roasting mengurangi kadar air pada permukaan sehingga makanan tidak lembek atau basah.

Faktor yang Mempengaruhi Roasting:

- ❖ **Suhu oven:** Suhu terlalu tinggi bisa membuat makanan gosong.
- ❖ **Lama pemanggangan:** Terlalu lama bisa membuat makanan kering.
- ❖ **Ketebalan bahan:** Bahan yang tebal membutuhkan waktu lebih lama.
- ❖ **Penggunaan minyak atau bumbu:** Memengaruhi rasa dan hasil akhir warna.

Keunggulan Roasting:

- **Menghasilkan Rasa dan Aroma yang Khas.** Roasting memicu reaksi Maillard dan karamelisasi yang menciptakan aroma dan rasa kompleks yang menggugah selera.
- **Tekstur yang Menarik.** Bagian luar makanan menjadi renyah dan berwarna coklat keemasan, sementara bagian dalam tetap lembut dan juicy.
- **Pengolahan yang Sehat.** Karena menggunakan panas kering dan sedikit atau tanpa minyak, roasting cenderung lebih sehat dibandingkan teknik penggorengan.
- **Pengawetan Makanan.** Pengurangan kadar air selama roasting dapat memperpanjang umur simpan bahan makanan.

- Variasi Bahan yang Luas. Bisa digunakan untuk berbagai bahan makanan seperti daging, sayur, kacang, dan biji kopi.

Kekurangan Roasting:

- ❖ Memerlukan Waktu yang Cukup Lama. Roasting biasanya memakan waktu lebih lama dibanding teknik memasak lain seperti menggoreng atau merebus.
- ❖ Risiko Overcooking atau Terbakar. Jika suhu atau waktu tidak tepat, makanan bisa gosong di luar dan masih mentah di dalam atau justru menjadi terlalu kering.
- ❖ Peralatan yang Memadai Diperlukan. Oven dan alat pendukung lain bisa jadi investasi mahal dan tidak selalu tersedia di semua dapur.
- ❖ Tidak Cocok untuk Semua Jenis Makanan. Bahan dengan kandungan air tinggi seperti sayur berdaun muda bisa menjadi layu dan tidak enak jika di-roast.

3) Grilling



Gambar 17. Grilling

Grilling adalah metode memasak makanan yang melibatkan panas langsung (Soemantri, 2020). Sumber panas yang dapat digunakan untuk grilling ada tiga yaitu arang kayu, listrik, dan gas. Sumber panas grilling berada di bawah makanan, sedangkan pada broiling berada di atas makanan. Bahan-bahan yang dimasak dengan grilling ditempatkan ± 10 cm di atas

sumber panas langsung. Cara memasak ini dilakukan dengan menggunakan arang atau panas listrik, sehingga memberikan rasa dari asap jika tidak dilakukan melalui oven (Tuti Soenardi, 2014). Lama pembakaran tergantung pada besar potongan bahan. Makanan yang diolah hanya dengan teknik grilling terbatas pada makanan yang memiliki bentuk maupun potongan yang kecil, hal ini mempermudah semua bagian dalam makanan teraliri oleh panas.

Grilling adalah memasak bahan makanan di atas lempengan besi panas (griddle) yang diletakkan di atas perapian. Suhu yang dibutuhkan sekitar 292°C. Panas ini biasanya bisa dari arang, batubara, elpiji atau alat elektrik lainnya. Grilling juga bisa dilakukan di atas bara api langsung dengan jeruji panggang atau alat Bantu lain. Bahan makanan yang biasanya di Grill adalah Daging, Ayam, Ikan.

Sumber panas/api biasanya berada di bawah bahan makanan yang sedang dimasak/panggang, bila sumber panas/api berasal di atas bahan makanan yang sedang dimasak proses tersebut disebut “gratinating”. Istilah grilling banyak dikenal di Eropa, sedangkan di Amerika istilah ini lebih dikenal dengan istilah “broilling”. Alat yang digunakan memasak disebut grill dan dilengkapi dengan jeruji kawat. Jeruji ini berfungsi sebagai penahan bahan makanan yang sedang dimasak/dipanggang, selain itu fungsi lainnya juga untuk membuat bagian yang matang dan gosong berbentuk jeruji pula. Kegosongan inilah yang menjadi ciri khas dan yang menunjukkan bahwa makanan tersebut adalah di grilled. Bila jeruji kawat diganti dengan lempengan besi yang rata maka alat tersebut disebut griddle.

Prinsip dasar Grilling:

- Pilih daging yang empuk dan mutu terbaik.
- Bahan makanan yang akan di Grill harus di marinade lebih dahulu.
- Oles permukaan Grill dengan sedikit minyak untuk menghindari supaya tidak lengket. Bahan makanan yang akan di Grill juga diolesi dengan sedikit minyak.

- Penggunaan penjepit (Tong) untuk membalikkan makan-an, jangan menggunakan garpu, karena bila tertusuk pada bahan makanan, cairan akan mengalir ke luar.

Kriteria hasil Grill:

- ❖ Matang merata sampai ke dalam atau sesuai dengan permintaan tamu (untuk jenis steak: Rare, Medium, Welldone).
- ❖ Utuh dan tidak lengket di Gridle.
- ❖ Ada garis-garis dari grill itu sendiri.

Potensi Kehilangan zat gizi:

- Pada proses pemanggangan yang ekstrim, asam linoleat dan kemungkinan juga asam lemak yang lain akan dikonversi menjadi hidroperoksida yang tidak stabil oleh adanya aktivitas enzim lipoksigenase. Perubahan tersebut akan berpengaruh pada nilai gizi lemak dan vitamin (oksidasi vitamin larut lemak)
- Memanggang dengan sumber panas yang berasal dari bawah bisa menghilangkan vitamin B hingga 40%, dan bahkan mineral dapat hilang Ketika kaldu yang kaya gizi menetes dari daging.
- Ada juga kekhawatiran tentang zat hidrokarbon aromatik polisiklik (PAH) yang berpotensi menjadi karsinogen zat penyebab kanker) ketika daging dipanggang dan lemak menetes ke permukaan sumber panas. Namun untungnya para peneliti telah menemukan bahwa zat ini bisa turun hingga 4189% jika tetesan dikeluarkan dan asap dikurangi. Contoh masakan yaitu Steak daging.

c. Teknik Pengolahan Semi Kering (Fat Heat Cooking)

Terdapat 4 Teknik Pengolahan Semi Kering, yaitu:

1) Sauteing



Gambar 18. Sauteing

Sauteing adalah metode memasak makanan dengan menggunakan sedikit minyak (Cucu Cahyana, 2015) atau lemak, sehingga bahan makanan tidak seluruhnya tertutup lemak (Noviani, 2021). Jenis minyak atau lemak yang dapat digunakan dalam proses sauteing antara lain minyak zaitun, mentega, dan margarin. Lemak dipanaskan dengan panas yang relatif tinggi, sehingga proses memasak makanan dapat berlangsung secara cepat.

Proses ini bertujuan agar permukaan bahan makanan mengalami perubahan warna menjadi kecoklatan dan menambah aroma. Makanan yang di saute diselesaikan dengan saus yang dibuat dari sisa cairan saute yang menempel di wajan. Teknik ini biasanya digunakan pada masakan China (Indriati, 2019). Pengolahan dengan teknik ini, sisi makanan yang telah mulai mencoklat kemudian dibalik sampai ke dua sisinya berwarna sama. Terdapat dua jenis teknik sauteing yang dapat digunakan saat memasak, yaitu:

- a) Teknik sauteing oriental. Pada teknik ini, lemak yang digunakan adalah lemak nabati. Bumbu dimasukkan ketika minyak telah panas, sehingga aroma dari bumbu dikeluarkan secara optimal dan beraroma sedap. Alat yang digunakan

disebut dengan wok (wajan bulat dengan handle untuk memegangnya).

- b) Teknik sauteing continental. Pada teknik ini, lemak yang digunakan adalah butter (mentega), karena mudah untuk gosong maka menumisnya hanya menunggu mentega panas dan cukup meleleh saja. Menumis dengan mentega akan menghasilkan aroma yang lebih sedap, daripada dengan margarin. Bumbu-bumbu yang telah masuk ke dalam pan dan telah layu, maka selesailah proses menumisnya. Alat yang digunakan biasanya berupa saute pan, frying pan, stir fry, dan panci bertangkai skillet.

Prinsip dasar:

- Minyak/margarine/butter yang digunakan untuk pengolahan sedikit hanya untuk menambah rasa.
- Temperatur minyak jangan sampai berasap).
- Bahan makanan yang diolah tidak diaduk melainkan alatnya yang digoyang.
- Waktu memasak tidak terlalu lama hanya beberapa menit.

Sementara itu, untuk kriteria masakan saute adalah sebagai berikut ini:

- ❖ Jika bumbu yang diolah, maka harus beraroma harum dan berwarna kuning merata.
- ❖ Sayuran segar, krispi dan mengkilat.
- ❖ Daging berwarna cokelat merata, mengkilap dan empuk.

2) Shallow Frying



Gambar 19. Shallow Frying

Menurut Surya (2018) shallow frying adalah metode memasak makanan dalam jumlah sedikit, dengan lemak atau minyak yang dipanaskan terlebih dahulu dalam pan dangkal (shallow pan) atau cepet. Jumlah lemak yang digunakan untuk menggoreng hanya sedikit yaitu dapat merendam sekitar 1/3 bagian makanan yang digoreng (Prihastuti Ekawatiningsih, dkk, 2008).

Metode memasak dengan menggunakan wajan datar tidak hanya shallow frying saja, tetapi masih ada tiga metode lainnya yang serupa, yaitu: sauté, griddle, dan stir fry. Dari segi waktu, shallow frying merupakan metode memasak yang lebih lambat dari stir frying. Suhu yang digunakan untuk teknik masak shallow frying antara 150-170° celcius (Deasylawati, 2014). Sisi makanan yang telah berwarna kecoklatan kemudian dibalik, sehingga kedua sisinya matang dengan sempurna.

Berbeda dengan deep frying yang menggunakan banyak minyak hingga bahan tenggelam, pada shallow frying minyak hanya setengah atau Sebagian bahan yang terendam. Metode ini cocok untuk menggoreng makanan dengan ukuran sedang, seperti potongan daging tipis, ikan, sayuran, atau telur.

Ciri-ciri Pan Frying (Shallow Frying):

- Menggunakan minyak dalam jumlah terbatas.
- Makanan dibalik untuk memastikan kematangan merata.
- Suhu minyak cukup tinggi untuk menghasilkan permukaan yang renyah dan warna coklat keemasan.
- Waktu memasak lebih singkat dibanding metode memasak dengan sedikit atau tanpa minyak.

Proses Pengolahan Pan Frying (Shallow Frying):

- ❖ Panaskan sedikit minyak dalam wajan dengan api sedang.
- ❖ Masukkan bahan makanan yang sudah dibumbui.
- ❖ Goreng satu sisi hingga kecoklatan dan renyah.
- ❖ Balik dan goreng sisi lainnya sampai matang merata.
- ❖ Angkat dan tiriskan minyak sebelum disajikan.

Alat yang Digunakan:

- Wajan (Frying Pan atau Skillet). Digunakan untuk shallow frying atau pan frying. Biasanya memiliki permukaan datar dan tepi rendah untuk memudahkan membalik makanan.
- Deep Fryer. Alat khusus untuk deep frying yang biasanya dilengkapi thermostat pengatur suhu dan keranjang pengangkat makanan.
- Penggorengan (Kuali). Wadah berbentuk bulat besar dengan dinding tinggi, cocok untuk deep frying dengan minyak banyak.
- Termometer Minyak. Digunakan untuk mengukur suhu minyak agar sesuai dengan suhu ideal penggorengan (sekitar 160–190°C).
- Spatula dan Penjepit. Alat bantu untuk membalik dan mengangkat makanan agar tidak rusak saat digoreng.
- Saringan atau Keranjang Pengangkat. Digunakan untuk mengangkat makanan dari minyak dan meniriskan minyak berlebih.

- Kertas Tisu atau Rak Pendingin. Tempat meniriskan minyak berlebih setelah penggorengan agar makanan tidak terlalu berminyak.

Bahan yang Cocok untuk Frying:

- ❖ Daging. Potongan daging ayam, sapi, dan ikan sangat cocok untuk digoreng karena menghasilkan tekstur renyah di luar dan juicy di dalam.
- ❖ Sayuran. Sayuran dengan tekstur padat seperti kentang (untuk kentang goreng), wortel, terong, dan jagung cocok untuk frying karena tahan panas dan menghasilkan tekstur renyah.
- ❖ Produk Tepung dan Adonan. Seperti bakwan, tempura, atau kue goreng yang dibuat dari adonan tepung karena tepung membantu membentuk lapisan renyah.
- ❖ Telur. Telur ceplok atau telur dadar yang dimasak dengan teknik frying.
- ❖ Makanan Olahan. Seperti nugget, sosis, tahu, dan tempe yang sudah dibumbui dan siap digoreng.

Faktor yang Mempengaruhi Frying:

- Suhu minyak: Jika terlalu panas, makanan cepat gosong; jika terlalu dingin, menyerap minyak banyak.
- Jenis minyak: Minyak dengan titik asap tinggi seperti minyak kelapa sawit, minyak jagung lebih cocok.
- Ukuran potongan bahan: Potongan kecil matang lebih cepat.
- Lama menggoreng: Harus disesuaikan agar matang sempurna dan renyah.

Keunggulan Frying:

- Memasak dengan Cepat
- Proses penggorengan menggunakan suhu tinggi sehingga makanan matang dalam waktu singkat.
- Menghasilkan Tekstur Renyah
- Permukaan makanan menjadi renyah dan berwarna coklat keemasan yang menarik

- Rasa yang Lebih Kaya
- Minyak membantu meningkatkan cita rasa dan aroma makanan
- Serbaguna
- Cocok untuk berbagai bahan makanan seperti daging, sayuran, dan makanan olahan.

Kekurangan Frying:

- ❖ Mengandung Lemak Tinggi
- ❖ Makanan yang digoreng menyerap minyak, sehingga kandungan lemak dan kalori menjadi tinggi
- ❖ Risiko Kesehatan
- ❖ Penggunaan minyak yang berulang dan suhu tinggi dapat menghasilkan senyawa berbahaya seperti akrilamida
- ❖ Minyak Mudah Rusak
- ❖ Minyak panas cepat teroksidasi dan rusak, mempengaruhi rasa dan kesehatan
- ❖ Peralatan dan Kebersihan
- ❖ Memerlukan alat khusus dan perhatian ekstra terhadap kebersihan minyak dan dapur.

3) Stir Frying



Gambar 20. Stir Frying

Stir frying merupakan metode menggoreng cepat pada temperatur yang sangat tinggi dengan sedikit minyak kemudian

wajan digerakkan atau digoyangkan untuk mencampur semua bahan makanan (Surya, 2018). Teknik memasak ini berasal dari Tiongkok yang kemudian menyebar ke berbagai negara di Asia dan Eropa. Stir frying menggunakan sedikit minyak dengan peralatan memasak (wajan) yang agak dalam. Istilah stir menunjukkan bahwa makanan harus di goyangkan (digerakkan, atau dibolak-balik) secara terus menerus untuk mencegah makanan itu gosong pada salah satu sisinya atau agar seluruh permukaan makanan matang (Ni Made Yuni Gumala, 2021). Mengoyangkan wajan yang berisi bahan makanan yang dimasak menjadi ciri khas dari penggunaan teknik ini.

Stir frying adalah prinsip pengolahan bahan makanan menggunakan minyak sedikit, api yang besar, dan waktu yang cepat. Minyak yang digunakan lebih banyak dari teknik sauteing. Bahan makanan dimasukkan sesuai urutan dari yang proses matangnya lama ke cepat yaitu dimulai dari bahan makanan hewani, sayur bertekstur keras kemudian sayur dari daun-daunan yang cepat matang. Setelah proses memasak hampir selesai baru ditambah penambah rasa dan pengental.

Prinsip Dasar:

- Bahan makanan hewani dipotong kecil-kecil.
- Suhu minyak jangan sampai berasap.
- Suhu temperatur normal 175°-195°C.
- Pengolahan dilakukan dalam waktu yang cepat dan menggunakan api besar.

4) Deep Frying



Gambar 21. Deep Frying

Deep-frying adalah metode menggoreng dengan minyak cukup banyak, sehingga semua bagian makanan yang digoreng terendam di dalam minyak panas (Indriati, 2019). Dari proses tersebut akan menghasilkan produk yang renyah (garing) dan matang sempurna (Hadi, 2017). Deep frying banyak digunakan untuk mendapatkan hasil penggorengan yang optimal. Deep frying secara luas telah banyak digunakan oleh industri pangan dengan menggunakan alat yang lebih canggih, yaitu pressure fryer atau vacuum fryer.

Makanan yang digoreng dengan cara deep frying, telah menjadi kegemaran masyarakat untuk semua kelompok umur. Selain prosesnya cepat, metode ini juga dapat dilakukan secara terus menerus untuk memasak makanan dalam jumlah banyak. Dalam keadaan darurat, makanan yang digoreng dengan teknik deep frying cukup aman dikonsumsi karena bakteri telah mati pada suhu panas. Makanan yang telah digoreng menjadi 1 lebih steril dan kering sehingga masa simpan atau masa tenggang waktu makanan sebelum dimakan menjadi lebih lama. Teknik memasak deep frying cocok untuk menggoreng bahan makanan ikan, ayam, maupun kroket (Ide, 2013).

Deep frying adalah metode penggorengan di mana bahan makanan sepenuhnya direndam dalam minyak panas yang biasanya bersuhu antara 160°C hingga 190°C. Teknik ini

memungkinkan makanan matang dengan cepat dan merata karena minyak yang panas mentransfer panas secara efektif ke seluruh permukaan makanan.

Ciri khas deep frying adalah menghasilkan makanan dengan permukaan yang sangat renyah dan berwarna coklat keemasan, sementara bagian dalamnya tetap lembut dan juicy. Contoh makanan yang sering dideep fry antara lain kentang goreng, ayam goreng, dan tahu goreng. Deep frying dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu:

- French Style: Bahan makanan dimarinade, diberi lapisan tepung, kemudian digoreng. Contohnya adalah fried chicken.
- English Style: Bahan makanan yang akan digoreng dimarinade, lalu di-bread crumb. Bread crumb dapat dilakukan 1 atau 2 kali. Contohnya: kroket, breaded chicken.
- Orly Style: Bahan makanan yang akan digoreng dimasukkan ke dalam adonan frying butter (campuran dari tepung, telur, cairan) kemudian digoreng.
- Liquid Style: Cetakan dimasukkan ke dalam minyak panas kemudian cetakan dimasukkan ke dalam frying butter, kemudian digoreng. Contohnya: Frittur, Kembang Goyang.

Cara Menggoreng Langsung Bahan makanan digoreng tanpa dilapisi sesuatu, setelah dimarinade atau tanpa dimarinade.

Proses Deep Frying:

- ❖ Minyak dipanaskan hingga suhu ideal (biasanya 160–190°C).
- ❖ Bahan makanan dimasukkan ke dalam minyak panas secara perlahan agar suhu minyak tidak turun drastis.
- ❖ Bahan dimasak hingga permukaan berwarna coklat keemasan dan tekstur renyah.
- ❖ Makanan diangkat dan minyak ditiriskan agar tidak berminyak berlebihan.

d. Teknik Pengolahan Campuran

Teknik pengolahan campuran adalah metode memasak yang menggabungkan dua teknik berbeda, yaitu panas kering (dry heat) dan panas basah (moist heat). Biasanya dimulai dengan pemanasan suhu tinggi (tumis/panggang/goreng) lalu dilanjutkan dengan perebusan suhu rendah menggunakan kuah atau cairan. Teknik pengolahan campuran menggunakan suhu tinggi di awal ($\pm 160\text{--}200^\circ\text{C}$) untuk memberi rasa & warna, lalu dilanjutkan dengan suhu rendah stabil ($\pm 85\text{--}100^\circ\text{C}$) agar bahan matang perlahan, empuk, dan bumbu meresap.

- 1) Braising (ungkep) | Menumis/searing $\pm 160\text{--}190^\circ\text{C}$ untuk membuat permukaan kecokelatan | Perebusan perlahan $\pm 85\text{--}95^\circ\text{C}$ dengan sedikit cairan (tidak sampai mendidih penuh) | Semur daging, rendang, ayam kecap.
- 2) Stewing (kuah banyak) Menumis bumbu $\pm 120\text{--}150^\circ\text{C}$ | Perebusan $\pm 90\text{--}100^\circ\text{C}$ (mendidih perlahan/simmering) Gulai, rawon, kari, sop buntut.
- 3) Pot Roasting Memanggang/searing $\pm 180\text{--}200^\circ\text{C}$ di oven/panci | Perebusan $\pm 90\text{--}95^\circ\text{C}$ dalam panci tertutup dengan sedikit cairan Pot roast beef, ayam panggang bumbu basah.

e. Teknik Pengolahan Dingin (Cold Processing)



Gambar 22. Cold Processing

1) Refrigeration (pendinginan)

Fungsi:

- a) Menurunkan suhu bahan makanan agar awet dan mencegah pertumbuhan bakteri.
- b) Kegunaan:
- c) Menyimpan daging, sayur, buah, produk susu, bahan siap olah, dan sisa makanan agar tidak cepat rusak.
- d) Menjaga bahan pada suhu $0-10^{\circ}\text{C}$ untuk memperlambat pertumbuhan mikroba.



Gambar 23. Refrigeration

2) Freezing (pembekuan)

Membekukan hingga -18°C atau lebih rendah. Tujuan: mempertahankan kesegaran jangka panjang. Fungsi: Membekukan bahan makanan pada suhu sangat rendah. Kegunaan: Menyimpan daging dalam jangka panjang, bahan makanan beku, es batu, dan bahan berprotein tinggi agar tetap aman.

f. Teknik Pengolahan Biologis

Fermentasi: Menggunakan mikroba (ragi, bakteri, kapang) menghasilkan produk baru seperti tempe, yoghurt, keju, tape. Dapat meningkatkan nilai gizi, rasa, dan daya simpan.

g. Pengawetan Makanan



Gambar 24. Pengawetan Makanan

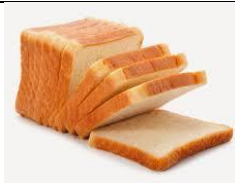
- 1) Pengeringan
- 2) Pengasapan
- 3) Pengasinan
- 4) Pengawetan gula
- 5) Pengalengan (canning)
- 6) Pickling (acar)

Tujuannya memperpanjang masa simpan tanpa mengurangi kualitas makanan secara drastis.

Tabel 4. Teknik Pengolahan Makanan

Teknik Pengolahan	Nama Bahan Makanan	Nama Hidangan	Gambar
Merebus (boiling)	Telur	Semur telur	

Simmering	Daun bayam	Sayur bening bayam	
Poaching	Ayam	Soto ayam	
Stewing	Daging, tulang	Kaldu	
Braising	Jagung	Sup jagung kental	
Mengukus (steaming)	Telur	Kaldu	
Mengetim	Jagung	Sup jagung kental	
Saute	Ayam	Opor ayam	

Grilling	Daging	Gulai	
Roasting	Daging	Braised beef	
baking	Tepung terigu, gula, telur, dan lemak	Roti tawar, bolu	
Deep frying	Ikan	Pepes ikan	
Shallow frying	Ayam, daging	Burger, sosis	

3. Pengetahuan Bahan Makanan

Konsep dasar bahan makanan merujuk pada segala materi yang dapat dikonsumsi untuk menunjang kehidupan dan memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Bahan makanan utama dapat digolongkan menjadi beberapa kelompok penting, yaitu karbohidrat (seperti nasi, jagung, dan kentang) yang berfungsi sebagai sumber energi utama; protein (seperti daging, ikan, dan kacang-kacangan) yang berperan sebagai zat pembangun dan perbaikan jaringan; serta lemak (seperti minyak dan mentega)

yang menjadi sumber energi cadangan. Bahan makanan adalah segala jenis bahan yang berasal dari hewan, tumbuhan, mikroorganisme, atau bahan tambahan yang dapat digunakan untuk diproses menjadi makanan.

Pengetahuan tentang bahan makanan adalah pemahaman mengenai berbagai jenis bahan pangan beserta sifat, karakter, dan cara penanganannya dengan tepat sebelum diolah menjadi suatu hidangan. Pengetahuan ini mencakup kemampuan untuk mengenali macam-macam bahan makanan, mulai dari bahan nabati, hewani, hingga bahan tambahan, serta memahami bagaimana kualitas, kesegaran, nilai gizi, dan perubahan yang terjadi pada bahan tersebut selama proses pengolahan.

Dalam pembelajaran dasar boga, pengetahuan tentang bahan makanan menjadi hal yang sangat penting karena melalui pengetahuan ini seseorang dapat mengetahui bahan mana yang baik digunakan, bagaimana memilih bahan yang segar, serta bagaimana menyimpan bahan agar tetap aman dan layak konsumsi. Selain itu, pengetahuan ini juga membantu memahami reaksi bahan makanan terhadap proses memasak, seperti perubahan tekstur, warna, aroma, atau rasa, sehingga hasil olahan yang dibuat dapat memiliki mutu yang baik.

Secara sederhana, pengetahuan tentang bahan makanan dapat diartikan sebagai bekal awal untuk memahami seluruh proses pengolahan makanan. Tanpa mengenal bahan yang digunakan, seseorang akan sulit menentukan teknik masak yang tepat dan menjaga kualitas hidangan. Oleh karena itu, pengetahuan bahan makanan menjadi dasar yang harus dikuasai sebelum mempelajari teknik boga yang lebih lanjut.

Selain itu, vitamin dan mineral yang kaya pada buah dan sayur, berperan penting dalam mengatur metabolisme dan menjaga daya tahan tubuh, melengkapi kebutuhan nutrisi harian bersama dengan air sebagai pelarut universal dan pengatur suhu. Secara umum, bahan makanan memiliki sifat-sifat penting seperti daya tahan (kemampuan untuk disimpan), tekstur

(kelembutan atau kekerasan), dan warna yang sering menjadi indikator kesegaran.

a. Menilai Mutu Bahan Makanan

Meliputi:

- 1) kesegaran
- 2) tekstur
- 3) warna alami
- 4) bau menandakan busuk atau tidak
- 5) kondisi fisik (tidak memar atau cacat)

b. Analisis Kandungan Gizi

- 1) Karbohidrat: menentukan tingkat gelatinisasi
- 2) Protein: menentukan suhu koagulasi
- 3) Lemak: menentukan titik leleh atau oksidasi
- 4) Vitamin: mudah rusak jika dipanaskan terlalu lama

c. Menentukan Metode Pengolahan yang Tepat

Contoh:

- 1) Sayur hijau: cocok dikukus agar tidak kehilangan vitamin
- 2) Daging keras: cocok untuk menyetup (stewing)
- 3) Ikan: cocok dipanggang atau dikukus

Tujuan dari pengetahuan tentang bahan makanan adalah untuk memberikan pemahaman yang benar dan menyeluruh mengenai berbagai jenis bahan pangan yang digunakan dalam proses pengolahan makanan. Secara lebih rinci, tujuan tersebut meliputi:

- 1) Mengidentifikasi bahan berkualitas tinggi untuk memastikan hasil masakan yang baik dan aman. Agar seseorang mampu mengenali perbedaan antara bahan nabati, hewani, bahan olahan, maupun bahan tambahan pangan, serta memahami fungsi masing-masing bahan dalam masakan. Pengetahuan ini membantu dalam menilai kesegaran, mutu, serta kelayakan bahan sebelum digunakan, sehingga menghasilkan hidangan yang aman dan berkualitas.
- 2) Menentukan metode pengolahan yang sesuai berdasarkan sifat fisik dan kimia bahan. Tujuan ini mencakup pemahaman

tentang tekstur, warna, aroma, kandungan gizi, serta reaksi bahan makanan terhadap proses pemasakan tertentu.

- 3) Menjaga keberlanjutan nilai gizi selama pemrosesan. Dengan memahami bahan pangan secara menyeluruh, proses memasak dapat dilakukan secara tepat sehingga menghasilkan hidangan yang enak, bergizi, menarik, dan layak jual.
- 4) Memilih peralatan yang tepat untuk meningkatkan efisiensi dan kualitas. Agar peserta didik mengetahui cara menjaga kesegaran bahan, menghindari kerusakan, dan memperpanjang daya simpan bahan pangan sesuai karakteristiknya.
- 5) Mempertahankan kebersihan dan sanitasi, yang sangat penting dalam dunia kuliner. Tujuannya adalah agar dapat mencegah kontaminasi, memahami bahaya biologis, kimia, atau fisik, serta menjaga bahan tetap aman dikonsumsi.
- 6) Mencegah kontaminasi silang yang dapat terjadi karena peralatan yang tidak tepat. Pengetahuan bahan makanan memungkinkan seseorang lebih mudah mengkombinasikan bahan, menciptakan variasi menu, dan mengembangkan kreativitas dalam dunia boga.
- 7) Meminimalkan kerusakan makanan selama penanganan dan pemasakan. Dengan memahami sifat-sifat bahan, seseorang dapat memilih teknik memasak yang paling tepat, sehingga hasil olahan memiliki cita rasa dan tekstur yang baik.

Bahan makanan memiliki tiga karakter penting:

- a) Sifat Fisik
 - Tekstur (lunak/keras)
 - Warna
 - Aroma
 - Tingkat kelembaban
 - Bentuk dan ukuran
- b) Sifat Kimia
 - Kandungan karbohidrat, protein, lemak
 - Reaksi terhadap panas (koagulasi, gelatinisasi)

- pH bahan (asam atau basa)
 - Kandungan vitamin dan mineral
- c) Sifat Biologis
- Umur simpan
 - Kerentanan terhadap mikroba
 - Risiko mikrobiologis (salmonella pada daging, bakteri pada susu mentah)

Sumbernya	Jenis-jenisnya	Manfaat
Bahan Pangan Nabati	Serelia (beras, jagung, gandum)	Sumber karbohidrat utama
	Umbi-umbian (singkong, talas, kentang)	Kaya pati
	Sayur-sayuran	Sumber vitamin dan mineral
	Buah-buahan	Sumber serat dan antioksidan
	Kacang-kacangan	Tinggi protein nabati dan lemak sehat
	Bumbu dan rempah (bawang, jahe, kunyit)	Rempah aromatic
Bahan Pangan Hewani	Daging merah (sapi, kambing)	Tinggi protein, zat besi dan vitamin B kompleks
	Daging putih (ayam, bebek)	Protein tinggi dan rendah lemak
	Ikan dan hasil laut	Kaya omega 3 dan protein
	Telur	Memiliki nilai gizi yang tinggi

	Produk susu dan olahan	Keju, mentega, yogurt
Bahan Pangan Olahan	Tepung, mie, roti	
	Tahu, tempe	
	Ikan asin, sosis, nugget	
	Kecap, terasi, yogurt	
Bahan Tambahan Pangan	Pengawet, pewarna, pemanis	
	Pengental, emulsifier	
	Penyedap rasa	

4. Bumbu dan Rempah

a. Pengertian bumbu



Gambar 25. Bumbu

Bumbu adalah segala jenis bahan makanan, baik segar maupun olahan, yang ditambahkan ke dalam masakan untuk menambah, memperkuat, dan menyeimbangkan cita rasa keseluruhan hidangan. Bumbu digunakan untuk membuat masakan terasa lebih enak, harmonis, dan memiliki karakteristik rasa yang khas. Fungsi Utama Bumbu:

- 1) Penguat Rasa (Flavor Enhancer): Bumbu berfungsi untuk meningkatkan rasa alami dari bahan makanan utama. Misalnya, penambahan garam tidak hanya membuat

masakan asin, tetapi juga mengeluarkan rasa gurih alami dari daging atau sayuran.

- 2) **Penyeimbang Rasa:** Bumbu digunakan untuk menyeimbangkan rasa dasar (manis, asam, asin, pahit, umami) agar tidak ada satu rasa yang terlalu dominan. Contohnya, penambahan gula pada sambal yang sangat pedas.
- 3) **Pemberi Karakter:** Bumbu yang merupakan ramuan (misalnya Bumbu Dasar Kuning) memberikan karakter spesifik pada masakan Indonesia (misalnya masakan bersantan dengan aroma kunyit).

b. Pengertian Rempah



Gambar 26. Rempah

Rempah adalah bagian-bagian tumbuhan aromatic seperti biji, buah kering, akar, kulit kayu, rimpang, atau kuncup bungayang biasanya dikeringkan dan digunakan dalam jumlah sedikit sebagai bahan tambahan pada makanan. Tujuannya adalah untuk memberikan aroma kuat, rasa tajam, dan karakteristik unik pada masakan. Karakteristik Kunci Rempah

- 1) **Sumber Botani Khusus:** Rempah biasanya berasal dari tumbuhan tropis dan merupakan bagian tanaman selain daun (daun biasanya disebut herb atau herbal).

- 2) Kandungan Senyawa Aktif Tinggi: Rempah kaya akan minyak atsiri (essential oils) dan oleoresin. Senyawa inilah yang bertanggung jawab atas aroma dan rasa yang sangat kuat, sehingga rempah hanya perlu digunakan dalam jumlah kecil.
- 3) Fungsi Fungsional: Rempah tidak hanya berfungsi sebagai penyedap. Banyak rempah yang memiliki sifat antioksidan, antimikroba (seperti yang ditunjukkan oleh penelitian ilmiah), dan pengawet alami, yang membantu memperpanjang daya simpan makanan dan memberikan manfaat kesehatan.
- 4) Bahan Tunggal: Rempah umumnya merujuk pada bahan tunggal yang belum dicampur (misalnya sebatang kayu manis, beberapa biji ketumbar).

Contoh Bagian Tumbuhan yang Dijadikan Rempah

- a) Rimpang: Jahe, Kunyit, Lengkuas.
- b) Biji: Ketumbar, Merica, Jintan.
- c) Kulit Kayu: Kayu Manis.
- d) Bunga/Kuncup: Cengkeh, Kapulaga.

5. Jenis-jenis Peralatan

Peralatan pengolahan makanan adalah seluruh alat yang digunakan untuk proses:

- a. memotong,
- b. mencuci,
- c. mencampur,
- d. memanaskan,
- e. mendinginkan,
- f. memfermentasi,
- g. menyimpan,
- h. dan menyajikan makanan.

Peralatan ini sering terbuat dari:

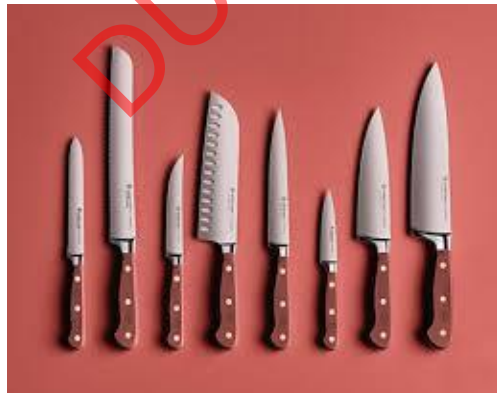
- 1) Stainless steel: higienis, anti karat
- 2) Plastik: ringan, tetapi tidak tahan panas tinggi

- 3) Kayu: digunakan untuk talenan
- 4) Kaca/keramik: tidak bereaksi dengan makanan

a. Alat Persiapan dan Pemotongan (Preparation Tools)

Peralatan ini digunakan sebelum proses pemanasan, untuk membersihkan, mengukur, dan mengubah bentuk bahan makanan.

- 1) Pisau (Knives). Terbuat dari logam (stainless steel) dengan pegangan kayu atau plastik. Ada banyak jenis pisau sesuai kegunaannya. Fungsi: Memotong, mengiris, mencincang, dan membelah bahan makanan. Jenis-jenis pisau:
 - a) Chef's knife (pisau koki) → serbaguna untuk daging, sayur, buah.
 - b) Paring knife (pisau kecil/pengupas) → mengupas atau memotong buah dan sayuran kecil.
 - c) Bread knife (pisau roti bergerigi) → memotong roti tanpa merusak bentuk.
 - d) Boning knife (pisau tulang) → memisahkan daging dari tulangnya.



Gambar 27. Knifes

- 2) Pisau Chef (Chef's Knife). Pisau serbaguna untuk mencincang, mengiris, dan memotong bahan makanan.



Gambar 28. Chef`s Knife

- 3) Pisau Pengupas (Paring Knife), untuk mengupas kulit buah atau sayur.



Gambar 29. Paring Knife

- 4) Pisau Roti (Bread Knife). Memiliki tepi bergerigi untuk memotong roti tanpa merusaknya.



Gambar 30. Bread Knife

- 5) Talenan (Cutting Board). Alas tempat memotong. Penting untuk menggunakan talenan terpisah (misalnya, warna merah untuk daging mentah, hijau untuk sayuran) demi menjaga sanitasi silang (cross-contamination).



Gambar 31. Cutting Board

- 6) Mangkuk Adonan (Mixing Bowl). Digunakan untuk mencampur atau mengaduk bahan-bahan, tersedia dalam berbagai ukuran dan bahan (stainless steel, kaca).



Gambar 32. Mixing Bowl

b. Alat Pengukur (Measuring Tools)

Tabel 5. Perbandingan Alat Menimbang

Alat	Kelebihan	Kekurangan	Kegunaan
Digital Scale	Akurat, cepat	Pakai batrai	Menimbang bahan kue, bumbu
Analog Scale	Tahan lama	Kurang presisi	Bahan dalam jumlah besar
Measuring Cup	Praktis	Tidak akurat untuk bahan padat	Cairan
Measuring Spoon	Tepat untuk jumlah kecil	Tidak cocok untuk bahan banyak	bumbu

- 1) Timbangan Dapur (Kitchen Scale). Untuk mengukur berat bahan padat secara akurat (penting dalam baking).



Gambar 33. Kitchen Scale

-
- A white plastic measuring jug with a handle on the right. The jug has two scales: a metric scale on the left and an imperial scale on the right. The metric scale is marked in liters (L) and milliliters (mL). The imperial scale is marked in pints (pt) and fluid ounces (fl oz). The jug is currently empty.

3) Sendok Ukur (Measuring Spoons). Untuk mengukur bumbu atau bahan dalam jumlah kecil.



TEKNIK PENGOLAHAN MAKANAN | 83

4) Penggiling/Penghalus

- a) Blender/Food Processor. Untuk menghaluskan bumbu, membuat adonan, atau mencampur bahan dengan cepat.



Gambar 36. Food Processor

- b) Cobek/Lumpang (Mortar and Pestle): Untuk menghaluskan bumbu secara tradisional menghasilkan tekstur yang lebih kasar dan aroma yang lebih kuat. Alat tradisional yang menghasilkan bumbu halus alami dan aroma lebih kuat. Biasanya terbuat dari batu, tanah liat, atau kayu.



Gambar 37. Cobek

c. Alat Pematangan (Alat Memasak) (Cooking Tools)

Peralatan ini digunakan langsung di atas kompor atau di dalam oven untuk mematangkan makanan melalui proses pemanasan.

1) Wajan (Wok/Skillet)

- a) Wok: Wajan cekung dengan dasar bundar atau datar, ideal untuk menumis (stir-frying) karena panasnya merata dan membutuhkan sedikit minyak.



Gambar 38. Wajan/Wok

- b) Skillet/Frying Pan: Wajan datar, ideal untuk menggoreng dangkal atau menumis cepat.



Gambar 39. Frying Pan

2) Panci (Pots):

- a) Saucepan: Panci kecil bertangkai, ideal untuk merebus saus atau memanaskan cairan.



Gambar 40. Panci/Pots

- b) Stockpot: Panci tinggi dan besar, ideal untuk membuat kaldu (stock), merebus pasta, atau sup dalam jumlah besar.



Gambar 41. Stockpot

- c) Pressure Cooker (Panci Presto): Panci bertekanan tinggi yang mempersingkat waktu memasak daging atau bahan keras.



Gambar 42. Pressure Cooker

d) Marmite



Gambar 43. Marmite

Marmite adalah panci besar berbentuk silinder dengan dinding tinggi, mirip dengan stock pan, tetapi lebih sering digunakan untuk memasak dalam jumlah sangat besar. Panci ini biasanya dilengkapi dengan dua pegangan di sisi kiri dan kanan untuk memudahkan saat mengangkatnya. Fungsi utama marmite adalah untuk memasak sup, kaldu, atau rebusan dalam kapasitas besar, sehingga lebih banyak digunakan di dapur hotel, restoran, atau katering. Karena ukurannya yang besar, marmite sangat efisien untuk memasak makanan yang membutuhkan waktu lama, seperti sup tulang, bubur, atau sayur kuah dalam jumlah banyak.

e) Roasting pan



Gambar 44. Roasting Pan

Roasting pan adalah wadah pemanggang yang digunakan di dalam oven. Bentuknya biasanya persegi panjang dengan sisi cukup tinggi agar mampu menampung daging beserta cairan atau lemak yang keluar saat dipanggang. Alat ini sering dilengkapi dengan rak kawat sehingga panas bisa menyebar dari segala sisi. Roasting pan biasa dipakai untuk memanggang ayam utuh, kalkun, daging, hingga sayuran besar. Cairan yang terkumpul di dasar pan bahkan bisa dimanfaatkan untuk membuat saus atau gravy yang menambah cita rasa hidangan.

f) Saute pan



Gambar 45. Saute Pan

Sauté pan adalah panci datar dengan dinding lurus dan lebih tinggi dibanding frying pan. Bagian dasarnya lebar dan rata, serta dilengkapi gagang panjang sehingga memudahkan ketika mengaduk atau menggeser makanan. Beberapa sauté pan juga memiliki tutup, sehingga dapat digunakan untuk berbagai metode memasak. Fungsi utamanya adalah untuk melakukan teknik sautéing, yaitu menumis bahan makanan dengan sedikit minyak pada suhu tinggi dalam waktu singkat. Selain itu, sauté pan juga cocok untuk memasak makanan yang membutuhkan cairan, misalnya membuat saus, kari, atau masakan berkuah ringan.

g) Braising pan



Gambar 46. Braising Pan

Braising pan merupakan panci besar dan dalam, biasanya dilengkapi tutup rapat. Fungsinya adalah untuk teknik braising, yaitu mengolah makanan dengan cara menggoreng sebentar lalu melanjutkan memasak dengan cairan dan api kecil dalam waktu lama. Alat ini sangat baik untuk memasak daging agar empuk dan beraroma kuat karena cairan masakan tidak mudah menguap.

h) Crepe pan



Gambar 47. Crepe Pan

Crepe pan adalah wajan datar tipis dengan sisi sangat rendah, dirancang khusus untuk membuat crepe atau pancake tipis. Permukaannya biasanya anti lengket agar adonan mudah diratakan dan diangkat tanpa sobek. *Crepe pan* memungkinkan adonan menyebar tipis dan matang merata. Selain untuk crepe,

wajan ini juga bisa digunakan untuk memasak telur dadar tipis atau roti lapis panggang.

i) Colander



Gambar 48. Colander

Colander pan adalah panci yang dilengkapi dengan saringan di bagian dalam atau tutup berlubang. Fungsinya memudahkan meniriskan air setelah merebus makanan, misalnya pasta, mie, atau sayuran. Dengan colander pan, pengguna tidak perlu memindahkan makanan ke saringan terpisah karena air bisa langsung dibuang melalui lubang. Hal ini lebih praktis dan mengurangi risiko makanan tumpah saat ditiriskan.

j) Fried egg pan



Gambar 49. Fried Egg Pan

Fried egg pan adalah wajan kecil yang biasanya berdiameter sekitar 12–14 cm, dirancang khusus untuk menggoreng telur. Bentuknya bulat dengan permukaan datar dan lapisan anti lengket sehingga telur bisa matang sempurna tanpa menempel. Beberapa *fried egg pan* bahkan memiliki sekat atau cetakan berbentuk bulat, hati, atau bunga, sehingga telur yang digoreng bisa memiliki bentuk menarik.

k) Steamer pan



Gambar 50. Steamer Pan

Steamer pan atau panci kukus adalah peralatan masak yang digunakan untuk mengukus makanan. Bentuknya terdiri dari panci bagian bawah sebagai wadah air dan satu atau beberapa lapisan rak/panci berlubang di bagian atas tempat makanan diletakkan. Saat air di bawah dipanaskan, uap yang dihasilkan akan naik ke atas dan mematangkan makanan tanpa harus bersentuhan langsung dengan air.

d. Alat Pemanggang/Pembakar

- 1) Oven: Digunakan untuk memanggang (baking), membakar (roasting), atau memanaskan.



Gambar 51. Oven

2) Salamander



Gambar 52. Salamander

Alat *salamander* adalah perangkat pemanas yang dirancang khusus untuk memanggang, menggrill, dan mengkaramel makanan dengan cepat. Alat ini biasanya memiliki elemen pemanas di bagian atas yang dapat digeser ke atas dan bawah, sehingga kita dapat mengatur tingkat panas yang diinginkan. Alat salamander sering digunakan di restoran, kafe, dan dapur profesional lainnya untuk menghasilkan makanan panggang yang sempurna.

Alat *salamander* bekerja dengan mengarahkan panas langsung ke makanan yang akan dipanggang. Ini berbeda dari oven konvensional yang memanaskan seluruh ruang interior.

Dengan alat salamander, dapat mengendalikan panas dengan lebih tepat dan cepat, sehingga hasil panggang lebih konsisten. Alat salamander umumnya memiliki dua pengaturan utama: panggang dan broil. Mode “panggang” memanaskan elemen pemanas di bagian atas saja, sementara mode “broil” mengaktifkan elemen pemanas di bagian atas dan bawah. Ini memungkinkan Anda untuk memilih metode yang paling sesuai dengan makanan yang akan Anda panggang.

3) Microwave



Gambar 53. Microwave

Microwave adalah alat dapur elektronik yang berfungsi memanaskan, menghangatkan, dan mencairkan makanan dengan menggunakan radiasi gelombang mikro, yang membuat molekul air dalam makanan bergetar sehingga menghasilkan panas. Alat ini sangat praktis karena prosesnya cepat dan efisien, cocok untuk gaya hidup serba cepat, serta dapat digunakan untuk mencairkan bahan beku atau memasak makanan siap saji.

4) Hot food table



Gambar 54. Hot Food Table

Hot food table adalah meja khusus yang digunakan di dapur restoran, katering, atau hotel untuk menyimpan dan menyajikan makanan dalam kondisi tetap hangat. Meja ini dilengkapi dengan elemen pemanas yang berfungsi menjaga suhu makanan agar tidak dingin saat dihidangkan, sehingga kualitas dan cita rasa makanan tetap terjaga. Biasanya, hot food table terbuat dari bahan stainless steel yang kuat dan mudah dibersihkan. Di atas meja terdapat wadah-wadah atau panci stainless steel yang digunakan untuk menampung berbagai jenis makanan.

Pengaturan suhu pada hot food table dapat disesuaikan dengan kebutuhan agar makanan tetap pada suhu ideal tanpa menjadi terlalu panas. Ada beberapa jenis *hot food table*, seperti dry heat yang menggunakan pemanas kering dan steam table yang menggunakan uap air panas untuk menjaga kelembaban makanan. Hot food table sangat berguna di berbagai tempat makan, terutama untuk buffet atau layanan katering, karena memungkinkan penyajian makanan secara efisien dan menjaga agar makanan tetap lezat saat disajikan kepada tamu.

- 5) Loyang (Baking Pan/Sheet): Wadah logam untuk memanggang kue atau roti.



Gambar 55. Baking Pan

- 6) Grill Pan: Wajan bergaris, memberikan efek panggang pada kompor.



Gambar 56. Grill Pan

e. Alat Bantu dan Pengaduk (Auxiliary and Stirring Tools)

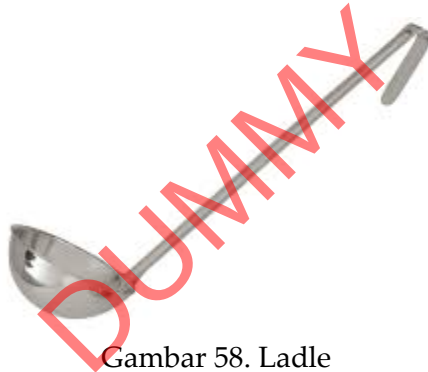
Peralatan ini membantu memindahkan, mengaduk, dan mengolah makanan selama proses memasak.

- 1) Spatula (Spatula/Turner): Digunakan untuk membalik makanan (seperti telur atau pancake) atau mengikis dasar wajan.



Gambar 57. Spatula

- 2) Sendok Sayur (Ladle): Sendok besar dengan cekungan dalam, digunakan untuk mengambil dan menuangkan sup, saus, atau kaldu.



Gambar 58. Ladle

- 3) Saringan (Sieve/Colander): Digunakan untuk memisahkan cairan dari padatan (misalnya menyaring pasta atau mencuci sayuran).



Gambar 59. Colander

- 4) Kocokan (Whisk): Digunakan untuk mengocok telur, membuat adonan ringan, atau mengemulsi saus (misalnya mayones).



Gambar 60. Whisk

- 5) Penjepit (Tongs): Digunakan untuk membalik atau mengangkat makanan panas (misalnya daging yang dipanggang) tanpa menusuknya.



Gambar 61. Tongs

6. Fungsi Peralatan

Jenis peralatan boga dibagi menjadi dua kategori utama: peralatan kecil (kitchen utensils) seperti pisau, spatula, dan panci, serta peralatan besar (kitchen equipment) seperti kompor, oven, dan lemari es. Peralatan ini berfungsi untuk mengolah, memproses, dan menyajikan makanan.

- a. Fungsi kompor adalah untuk memasak makanan dengan menghasilkan panas dari sumber energi seperti gas, listrik,

atau arang. Cara kerjanya bervariasi tergantung jenisnya: kompor gas membakar gas yang disalurkan ke pembakar, menciptakan api yang memanaskan alat masak. Kompor listrik mengalirkan listrik ke elemen pemanas, yang kemudian memancarkan panas. Sementara itu, kompor induksi menggunakan medan elektromagnetik untuk memanaskan panci secara langsung tanpa memanaskan permukaan kompor.

- b. Fungsi utama oven adalah memasak dan mematangkan makanan dengan metode pemanasan menggunakan udara panas. Cara kerjanya adalah dengan mengubah energi dari sumber panas (listrik atau gas) menjadi panas yang didistribusikan secara merata di dalam ruang tertutup untuk memasak makanan, atau untuk mengeringkan dan mensterilkan alat di laboratorium.
- c. Blender berfungsi untuk menghaluskan, mencampur, dan mengemulsi bahan makanan. Cara kerjanya adalah menggunakan motor listrik yang menggerakkan pisau tajam berkecepatan tinggi untuk memotong, mencacah, dan mencampur bahan di dalam wadah hingga halus dan merata.
- d. Fungsi mixer adalah untuk mencampur adonan (mixer dapur) atau menggabungkan berbagai sinyal audio (mixer audio) menjadi satu, sedangkan cara kerjanya bervariasi tergantung jenisnya.
- e. Fungsi spatula adalah untuk mencampur, mengaduk, membalik, atau mengeruk makanan dan bahan-bahan lain dari wadah atau permukaan. Cara kerjanya adalah dengan menggunakan bagian ujungnya yang datar dan fleksibel untuk mengaduk adonan, membalik makanan saat dimasak, mengikis sisa makanan dari mangkuk, atau mengoleskan bahan olesan.

7. Teknik Dasar Persiapan Bahan Makanan

Persiapan bahan makanan adalah suatu proses kegiatan yang spesifik dalam rangka menyiapkan bahan makanan dan bumbu-bumbu sebelum dilakukan pemasakan. Persiapan bahan

makanan juga merupakan proses kegiatan dalam rangka mempersiapkan bahan makanan dan bumbu-bumbu sebelum dilakukan kegiatan pemasakan (termasuk proses pencucian bahan makanan, pemotongan, pengirisan, perendaman, penggilingan, penumbukan, pengadukan, pengasinan, pengasaman, ataupun membuat adonan sesuai dengan resep hidangan. (Purba 2004).

Tujuan persiapan bahan makanan adalah agar bahan makanan siap untuk diolah dalam keadaan bersih dan dalam bentuk-bentuk sesuai resep yang akan dipakai tanpa mengurangi kualitas bahan makanan tersebut. Sebelum mengolah bahan makanan, diperlukan beberapa metode persiapan antara lain:

- a. Mengumpulkan peralatan dan perlengkapan yang dibutuhkan dan bahan makanan yang diperlukan, termasuk bumbu yang sesuai dengan resep makanan.
- b. Mebersihkan bahan makanan, yaitu membersihkan bahan makanan dari kotoran dan dari bagian yang tidak dapat dimakan (misal : kulit buah, akar, daun kering) sehingga didapatkan bahan makanan dengan berat bagian yang dapat dimakan (BDD). Untuk bahan makanan seperti daging (sapi, ayam, kambing, seafood, dll) perlu dilakukan penyiangan untuk memisahkan bahan makanan yang bersih dari bahan left over (tersisa).

Adapun cara memisahkan bahan tersebut berbeda-beda, misalnya pada daging dilakukan penyiangan pada urat-urat yang keras dan lemak-lemak yang tidak diperlukan. Selain itu, terdapat juga daging yang masih menempel pada tulang-tulang. Dengan demikian, dapat dibuat menu seperti sup tulang atau pindang tulang. Sedangkan penyiangan pada ayam dapat berupa tulang dan kulit, tetapi keduanya dapat digunakan untuk kaldu ayam. Bagian lain yang tidak dapat makan, seperti bagian yang rusak dan bewarna biru/hitam, harus dibuang.

- 1) Memotong bahan makanan sesuai resep. Memotong bertujuan untuk mengubah bahan makanan menjadi ukuran

- yang lebih kecil dengan berbagai bentuk potongan agar dapat digunakan sesuai dengan keperluan atau berdasarkan resep.
- 2) Mengukur atau menimbang bahan makanan sesuai resep. Penimbangan bahan makanan pada tahap persiapan ini dapat membuat masakan lebih sesuai dengan resep sehingga menjamin nilai porsi makanan yang dihasilkan. Selain itu, penimbangan bahan makanan sangat diperlukan dalam aspek perhitungan biaya pemasakan sehingga dapat menganalisis daya beli atau biaya yang dikeluarkan untuk pengolahan bahan makanan sesuai dengan tingkat kepuasan konsumen. Keterampilan penimbangan bahan makanan dengan menggunakan ukuran rumah tangga (URT) dapat digunakan untuk memudahkan persiapan bahan makanan. Untuk itu, keterampilan menggunakan URT harus terus dilatih agar mendapatkan hasil pengukuran yang benar-benar akurat. (Rotua, M & Siregar, R. 2015).

8. Mise en Place

a. Pengertian

Persiapan (Mise en Place) dalam pengolahan bahan makanan merupakan segala sesuatu yang harus disiapkan sebelum pengolahan. Persiapan akan menentukan keberhasilan suatu hasil pengolahan. Umumnya persiapan pengolahan meliputi persiapan alat, pengukuran, persiapan bahan, pencucian, penyiangan dan pemotongan. Perencanaan dan persiapan dalam kegiatan masak atau yang umumnya dalam istilah kuliner dikenal dengan sebutan mise en place, diantaranya adalah:

- 1) Melakukan penyusunan tahapan kegiatan masak (baca resep dari awal hingga akhir, untuk memastikan pemahaman bahan dan metode.)
- 2) Menjaga pantry dalam keadaan baik (termasuk penyimpanan bahan sesuai kegunaannya).
- 3) Membuat daftar belanja (cek untuk melihat apa yang dimiliki, dan tuliskan apa yang kurang.)

- 4) Pembelian bahan berkualitas untuk penggunaan masak harian (membeli bahan sesuai kebutuhan, dan pilihlah bahan yang segar.)
- 5) Melakukan tinjauan terhadap resep (duduk, ambil waktu, dan membuat rencana tindakan, memungkinkan cukup waktu untuk setiap langkah.)
- 6) Memulai penataan ruang kerja dapur (penggunaan pakaian masak dan celemek, pengaturan area kerja, kemudian penyusunan bahan dan peralatan.)
- 7) Bersiaplah (sebelum mulai memasak, kalkulasi bahan dan menyelesaikan langkah-langkah persiapan seperti mengupas, mengiris, dan memotong bahan.)
- 8) Rapi dan bersih di area kerja (menjaga area kerja agar tetap bersih dan rapi setiap saat, dari mulai persiapan, pengolahan, hingga penyajian.)
- 9) Mengatur kembali (jika hal-hal tidak berjalan sesuai rencana, berhenti sejenak dan monitor situasi, kemudian pikirkan tujuan akhir sebelum melanjutkan.)
- 10) Senangi memasak (yang tak kalah pentingnya, santai dan ciptakan suasana nyaman. Makanan akan terasa lebih nikmat apabila koki menikmati proses memasak).

b. Tujuan Mise en

Place Mise en place dalam bahasa Perancis adalah segala sesuatu pada tempatnya sebelum suatu kegiatan dilakukan. Mise en place adalah suatu kegiatan awal yang bertujuan untuk menunjang kegiatan utama, sehingga dapat terselenggara dengan teratur, rapi, berjalan dengan lancar, tepat waktu, efisien dan menyenangkan dan pekerjaan berhasil dilakukan dengan sempurna.

- 1) Faktor Penentu Keberhasilan Mise en Place. Faktor Penentu keberhasilan Mise en Place adalah sebagai berikut:
 - a) Ruang Kerja. Ruang kerja harus dalam kondisi siap digunakan, posisi meja kursi dan peralatan di ruang kerja serta kebersihan harus tetap terjaga. Pemahaman tentang tata

letak, peralatan harus dikuasai. Secara umum menyiapkan ruang kerja sebagai berikut:

- Menjaga kebersihan ruang, baik dari debu, sampah, limbah dan cairan tumpahan di lantai yang menyebabkan kecelakaan kerja.
- Menempatkan kursi dan meja pada posisi semula.
- Membuka jendela agar sirkulasi udara selama percobaan mengalir dengan baik.
- Mensterilkan ruangan, bila kondisi tersebut dibutuhkan.

b) Alat-alat Persiapan

- Peralatan Listrik
 - ❖ Bowl Chopper. Alat ini berbentuk meja, berfungsi sebagai tempat pemotongan daging, ikan, tulang, dan sebagainya.



Gambar 62. Bowl Chopper

- ❖ Mesin Pengiris Daging/Meat Slicer Mesin ini dioperasikan dengan listrik, mempunyai pisau berukuran antara 8" 14" Keamanan dan kebersihan amat diperhatikan dalam pendesainan alat ini. Dilengkapi dengan alat pengatur ukuran irisan daging yang berkisar antara 0-6mm.



Gambar 63. Meat Slicer

- ❖ Pengupas Kentang. Alat ini digerakkan secara elektrik. Didalamnya terdapat drum berair yang akan secara otomatis mencuci kentang yang telah terkupas. Yang memiliki kapasitas 3,5 kg dapat memproduksi sampai 100kg kentang setiap jamnya, dan yang berkapasitas 25 kg dapat menghasilkan sampai 600kg perjamnya.



Gambar 64. Pengupas Kentang

- Peralatan Memotong
 - ❖ Paring knife. Merupakan alat pengupas berukuran kecil dengan mata pisau lancip dan mempunyai panjang kira-kira 7-9 cm. Pisau ini digunakan untuk semua pekerjaan ringan di dapur, seperti mengupas,

memotong, membentuk/ pekerjaan yang membutuhkan seni.



Gambar 65. Paring knife

- ❖ Peeler (Pengupas). Digunakan untuk mengupas buah-buahan dan sayuran. Pisau ini mempunyai lubang kecil untuk tempat memutar mata pisau.



Gambar 66. Peeler

- ❖ Carving Fork. Mempunyai dua gigi garpu dan gagang yang panjang. Garpu ini digunakan untuk memegang daging pada waktu dipotong. Pisau ini digunakan untuk mengangkat dan membalik daging.



Gambar 67. Carving Fork

- ❖ Vegetables Knife (Pisau Sayuran). Digunakan untuk memotong sayuran dan buah, mempunyai bermacam-macam ukuran. Ukurau pisau ini antara 20 cm sampai 30 cm.



Gambar 68. Vegetables Knife

- ❖ Palette Knife. Digunakan untuk mengangkat, mencampur, meratakan dan membersihkan campuran bahan makanan (adonan) yang lembek serta untuk membalik dan mengangkat makanan yang rata permukaannya seperti panekuk. Mata pisaunya panjang dan mudah lentur.



Gambar 69. Palette Knife

- ❖ Parisienne Scoop. Parisienne Scoop memiliki mata pisau berbentuk setengah lingkaran, seperti mangkuk dan kecil. Sendok ini digunakan untuk memotong buah-buahan, sayur dan mentega yang berbentuk bulat.



Gambar 70. Parisienne Scoop

- ❖ Cheft's Knife. Disebut juga pisau dapur, paling sesuai untuk memotong, membelah dan mengiris. Panjang pisau antara 20-25 cm. Gagang dan mata pisau panjangnya seimbang, sehingga memberikan cukup tempat untuk ruas jari tangan.



Gambar 71. Cheft's Knife

- ❖ Bonning Knife. Berbentuk tipis dengan mata pisau berujung lancip. Pisau ini panjangnya lebih kurang 12 cm. Digunakan untuk memotong persendian atau sambungan tulang dan juga untuk memisahkan tulang hewan dari dagingnya.



Gambar 72. Bonning Knife

- ❖ Chopping Knife. Berbentuk tidak terlalu tipis dan bermata tidak begitu lancip. Dapat digunakan untuk mencincang sayur, bumbu, daging. Panjang pisau antara 25- 30 cm.



Gambar 73. Chopping Knife

- ❖ Filleting Knife. Tumor pisau tidak terlalu lebar mempunyai keseimbangan panjang mata pisau dengan pegangan tangannya. Digunakan untuk membuat potongan daging, ayam, ikan yang berbentuk lebar dan tipis.



Gambar 74. Filleting Knife

- ❖ Scissors (Gunting). Digunakan untuk menggunting bagian dada ayam, perut ikan. Dan bagian-bagian yang memerlukan bentuk potongan yang rapi pada bahan makanan nabati dan hewani selain daging.



Gambar 75. Scissors

- ❖ Shaperner (Pengasah Pisau). Digunakan untuk mempertajam sisi mata pisau, pengasah ini ada yang terbuat dari baja dan batu. Gunakan pengasah yang lebih keras dari bahan pisau untuk mendapatkan ketajaman pisau yang baik.



Gambar 76. Shaperner

- ❖ Bread Knife/Slicing Knife. Mata pisau bergerigi dan panjang, digunakan untuk mengiris roti, sandwich. Mengiris daging yang sudah matang seperti roast beef. Panjang pisau antara 30 - 45 cm.



Gambar 77. Slicing Knife

- ❖ Clever Knife. Ujung mata pisau berbentuk persegi. pisau ini cukup tebal, kokoh dan gagangnya kuat. pisau ini digunakan untuk memotong tulang, mencincang daging. Panjang pisau 15 - 23 cm.



Gambar 78. Clever Knife

- ❖ Utility Knife. Pisau serbaguna ukuran sedang, cocok untuk memotong sandwich, buah, sayur, atau daging ukuran kecil.



Gambar 79. Utility Knife

- ❖ Steak Knife. Pisau bergigi kecil, digunakan untuk memotong steak atau daging saat disajikan di meja makan.) *Santoku Knife* Pisau khas Jepang, multifungsi untuk memotong, mengiris, dan mencincang sayur, daging, serta ikan.



Gambar 80. Steak Knife

- ❖ Boning Knife. Pisau tipis runcing untuk memisahkan daging dari tulang, cocok untuk unggas, ikan, atau daging sapi.



Gambar 81. Bonning Knife

- ❖ Carving Knife. Pisau panjang ramping untuk mengiris daging panggang, ham, atau ayam dengan potongan tipis.



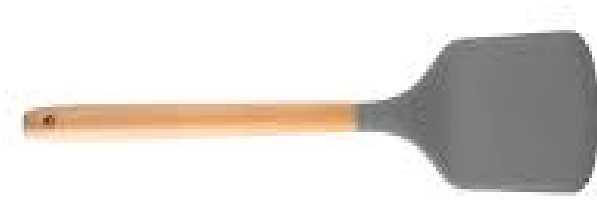
Gambar 82. Carving Knife

- ❖ Honing Steel. Bukan pisau, tetapi batang baja untuk merapikan dan meluruskan sisi tajam pisau agar tetap presisi (bukan mengasah, tapi “menjaga ketajaman”).



Gambar 83. Honing Steel

- ❖ Solid Turner. Alat ini berbentuk pipih dan padat tanpa lubang, biasanya dari logam atau silikon tahan panas. Digunakan untuk membalik makanan padat seperti telur dadar, daging, atau pancake. Kelebihannya, karena padat, makanan tidak akan hancur saat diangkat.



Gambar 84. Solid Turner

- ❖ Slotted Turner. Mirip solid turner, tetapi ada celah atau lubang. Fungsinya sama untuk membalik makanan, tetapi lebih cocok untuk makanan

berminyak atau berkuah karena lubang-lubangnya bisa meniriskan cairan saat mengangkat.



Gambar 85. Slotted Turner

- ❖ Asian Turner. Lebih lebar dan sedikit melengkung, sering dipakai untuk masakan Asia yang dimasak di wajan besar (wok). Dengan bentuknya, memudahkan membalik makanan tumisan atau gorengan dalam jumlah banyak.



Gambar 86. Asian Turner

- ❖ Solid Spoon. Sendok besar berbentuk cekung penuh. Umumnya dipakai untuk menyendok makanan berkuah kental atau padat, misalnya nasi goreng, lauk tumis, atau gulai.



Gambar 87. Solid Spoon

- ❖ Slotted Spoon. Sendok besar tapi berlubang-lubang. Cocok untuk menyendok sayur rebus atau gorengan dari minyak panas karena air/minyak akan menetes kembali lewat lubang.



Gambar 88. Slotted Spoon

- ❖ Solid Pusher (Masher). Alat penghancur berbentuk lempengan berlubang di ujung gagangnya. Umumnya dipakai untuk menghancurkan kentang rebus, ubi, atau sayur rebus agar halus.



Gambar 89. Solid Pusher

- ❖ Draining Spoon. Sendok besar dengan lubang besar-besar. Cocok untuk mengangkat makanan rebusan atau gorengan, misalnya bakso, mie, atau sayuran, karena cairan cepat terbangun.



Gambar 90. Draining Spoon

- ❖ Pasta Server. Sendok bergigi dengan lubang di tengah. Gigi-giginya membantu mengambil pasta panjang seperti spaghetti, sedangkan lubangnya untuk meniriskan air rebusan.



Gambar 91. Pasta Server

- ❖ Cheese Knife. Pisau khusus dengan lubang di bilahnya. Lubang ini mencegah keju lengket saat dipotong.



Gambar 92. Cheese Knife

- ❖ Cheese Grater. Alat parutan dengan lubang tajam berbagai ukuran. Dipakai untuk memarut keju, wortel, mentimun, atau buah.



Gambar 93. Cheese Grater

- ❖ Can Opener. Memiliki roda pemotong dan pegangan. Fungsinya membuka kaleng dengan memotong lingkaran tutupnya.



Gambar 94. Can Opener

- ❖ Pizza Cutter. Berbentuk roda tajam dengan gagang. Digunakan untuk memotong pizza menjadi potongan rapi tanpa merusak topping.



Gambar 95. Pizza Cutter

- ❖ Ice Cream Spoon (Scooper). Sendok bulat dengan tuas khusus. Membantu mengambil dan membentuk es krim menjadi bulatan rapi.



Gambar 96. Ice Cream Spoon

- ❖ Garlic Crusher. Alat penjepit dengan rongga kecil. Digunakan untuk menghancurkan bawang putih agar lebih cepat keluar sari dan aromanya.



Gambar 97. Garlic Crusher

- ❖ Wine Opener. Alat dengan spiral (corkscrew). Digunakan untuk membuka botol wine atau minuman lain yang disumbat dengan gabus.



Gambar 98. Wine Opener

- ❖ Tea Strainer. Saringan kecil berbentuk bulat. Dipakai untuk menyaring daun the atau ampas minuman agar tidak ikut diminum.



Gambar 99. Tea Strainer

c) Contoh peralatan Penyajian Makanan (serving Utensils)

Peralatan penyajian makanan adalah alat-alat yang digunakan untuk menghidangkan makanan yang akan disajikan diatas meja penghidang atau meja makan. Peralatan penyajian makanan meliputi semua peralatan yang digunakan mulai dari penyajian didapur sampai di meja tamu.

- Taplak Meja



Gambar 100. Taplak meja

Taplak meja adalah selambar kain atau bahan penutup lain yang digunakan untuk melapisi permukaan meja makan, meja tamu, maupun meja penyajian. Taplak meja tidak hanya berfungsi sebagai pelindung meja dari noda, panas, dan goresan, tetapi juga sebagai elemen dekoratif yang menambah keindahan, keserasian, dan suasana tertentu pada ruangan atau acara.

- Serbet (Napkin)



Gambar 101. Napkin

Serbet (*Napkin*) adalah selembar kain atau kertas yang digunakan oleh tamu atau pengguna meja untuk membersihkan mulut dan tangan selama makan, serta melindungi pakaian dari tumpahan-tumpahan kecil.

- Tableware



Gambar 102. Tableware

Tableware adalah istilah yang digunakan untuk menyebut semua jenis peralatan makan dan minum yang ditempatkan di meja makan. *Tableware* mencakup piring, mangkuk, gelas, cangkir, sendok, garpu, pisau, serta perlengkapan lain yang digunakan untuk menyajikan, menghidangkan, maupun menikmati makanan dan minuman. *Tableware* dibagi menjadi 3 bagian yaitu : *flatware*, *cutlery*, *holloware*.

- ❖ Flatware



Gambar 103. Flatware

Flatware adalah istilah dalam tata boga untuk menyebut alat makan yang terbuat dari logam (biasanya stainless steel, perak, atau kadang aluminium), yang digunakan untuk memotong, menusuk, atau menyendok makanan. Jenis-jenis flatware sebagai berikut:

❖ Dinner Spoon



Gambar 104. Dinner spoon

Dinner spoon adalah sendok makan utama yang digunakan untuk menyantap hidangan utama dalam jamuan atau makan sehari-hari.

❖ Dinner Fork



Gambar 105. Dinner fork

Dinner fork adalah garpu utama yang digunakan untuk menyantap hidangan pokok dalam jamuan makan formal maupun sehari-hari.

❖ Dinner Knife



Gambar 106. Dinner knife

Dinner knife adalah pisau utama dalam table setting yang digunakan untuk menyantap hidangan pokok.

❖ Dessert Knife



Gambar 107. Dessert knife

Pisau kecil khusus untuk memotong dan menyantap hidangan penutup seperti kue, tart, atau pastry. Bilahnya lebih kecil dari dinner knife, sering sedikit bergerigi halus. Biasanya diletakkan di atas piring utama dalam table setting formal.

❖ Dessert Spoon



Gambar 108. Dessert spoon

Dessert spoon adalah sendok khusus yang digunakan untuk menyantap hidangan penutup seperti pudding, custard, mousse, es krim, atau buah potong.

❖ Dessert Fork



Gambar 109. Dessert fork

Garpu kecil untuk hidangan penutup. Umumnya memiliki 3–4 gigi pendek, salah satunya lebih lebar agar bisa membantu memotong kue atau pastry. Diletakkan di atas piring atau di samping dessert plate.

❖ Soup Spoon



Gambar 110. Soup spoon

Sendok khusus untuk sup, berbentuk bulat atau oval dengan mangkuk dalam. Digunakan untuk menyendok kuah sup atau hidangan cair. Diletakkan di sisi kanan piring utama.

❖ Teaspoon



Gambar 111. Teaspoon

Sendok kecil serbaguna yang digunakan untuk mengaduk teh, kopi, atau menyantap dessert kecil. Panjangnya sekitar 12–14 cm.

❖ Coffee Spoon



Gambar 112. Coffea spoon

Lebih kecil dari teaspoon, digunakan khusus untuk mengaduk kopi dalam cangkir kecil (seperti espresso).

❖ Sugar Spoon



Gambar 113. Sugar spoon

Sendok kecil berbentuk bulat dengan gagang pendek, digunakan untuk mengambil gula dari sugar bowl.

❖ Ice Cream Spoon



Gambar 114. Ice cream spoon

Sendok dengan bentuk agak pipih dan kokoh, digunakan untuk menyantap es krim atau dessert beku lainnya.

❖ Soda Spoon (Parfait/Sundae Spoon)



Gambar 115. Soda spoon

Sendok dengan gagang panjang, digunakan untuk minuman tinggi dalam gelas panjang seperti milkshake, soda float, atau parfait.

❖ Butter Knife



Gambar 116. Butter knife

Pisau kecil, tumpul tanpa gerigi, khusus untuk mengoles mentega atau selai pada roti. Biasanya diletakkan di atas bread plate.

❖ Fish Spoon



Gambar 117. Fish spoon

Sendok yang digunakan bersama fish fork untuk menyantap hidangan ikan. Bentuknya agak pipih agar mudah mengambil daging ikan yang lembut.

❖ Fish Fork



shutterstock.com · 256606579

Gambar 118. Fish fork

Garpu khusus untuk ikan, lebih lebar dan pendek dibanding dinner fork. Memudahkan mengambil daging ikan tanpa merusaknya.

❖ Cake Fork



Gambar 119. Cake fork

Garpu kecil dengan tiga gigi, salah satunya lebih tebal untuk membantu memotong kue lembut. Digunakan khusus untuk menyantap cake atau pastry.

❖ Fruit Fork



Gambar 120. Fruit fork

Garpu kecil yang digunakan untuk memakan potongan buah. Ujungnya lebih runcing untuk menusuk buah dengan mudah.

❖ Serving Spoon



Gambar 121. Serving spoon

Sendok besar yang digunakan untuk menyajikan makanan dari wadah saji ke piring tamu. Biasanya ada di meja prasmanan atau family style dining.

❖ Salad Fork



Gambar 122. Salad fork

Garpu berukuran sedang yang digunakan untuk menyantap salad. Giginya agak lebar sehingga mudah mengambil sayuran atau buah potong.

❖ Salad Spoon



Gambar 123. Salad spoon

Sendok besar yang biasanya dipasangkan dengan salad fork. Fungsinya untuk mengambil salad dari mangkuk saji ke piring tamu.

d) Alat-alat Dapur yang Kecil

Peralatan yang kecil digunakan dalam proses memasak. Alat-alat ini biasa terbuat dari satu bahan dasar atau lebih. Berikut ini diuraikan beberapa peralatan berdasarkan klasifikasi bahannya.

- Alumunium. Jenis alat ini seperti sauce pan, stock pot, mixing bowl, timbangan, colander, fish kettle, sauteuses, frying pan, dariode moulds, pie dishes, roasting pans, bain marie pot, obling pie dish, puanding sleeve, jelly mould, dan sejenisnya.



Gambar 124. Aluminium

- Cloth. Pipping bag, dibuat dari kain nilon yang tidak tembus air, katun yang kuat, atau kanvas. Digunakan untuk bermacam-macam tube untuk membentuk puree kentang, meringue, sus, dan sejenisnya.
 - ❖ Muslin Cloth, dibuat dari katun. Digunakan untuk menyaring sup dan saus.
 - ❖ Tammy Cloth, dibuat dari unbleached calico digunakan untuk menyaring sup dan saus.
 - ❖ Jelly bag, dibuat dari flannel digunakan untuk menyaring jenis-jenis jelly.
 - ❖ Over pocker, dibuat dari hessian.



Gambar 125. Cloth

- Chopper. Beberapa contoh dari cooper antara lain whisking bowl, flat sauce pan, bain marie pot, bayarois mould, charlotte mould, sugar boiler, russe, sauteuse, pommes anna moul, savarin mould, petite savarin mould, dan sejenisnya.



Gambar 126. Chopper

- Earhenware and China Item. Contohnya Solid dishes, pie dishes, caserol, sougile dishes, egg dishes, ravier, pudding basin, oyster paltes, dan sejenisnya.



Gambar 127. Earthenware

- Gelas Ukur. Gelas digunakan untuk gelas ukur dan bowl. Kadangkadang digunakan juga untuk loyang pada kue-kue yang spesifik. Banyak catering menggunakan kebijakan tidak menggunakan gelas untuk persiapan dalam pengolahan makanan karena alasan keamanan, tetapi digunakan dalam berbagai service seperti sundae dish, couples, salad bowl, dan jenis-jenis service.



Gambar 128. Gelas ukur

e) Peralatan Dari Kayu

- Chopping Board I Telenan. Berguna untuk alas memotong sayuran / daging dan juga mecincang bumbu. Chopping board / telenan, ada yang terbuat dari kayu dan ada juga yang terbuat dari bahan plastik yang tebal.



Gambar 129. Chopping board

- Wooden Spatula. Berguna untuk mengaduk makanan yang sedang dimasak.



Gambar 130. Wooden spatula

- Rolling pin. Menipiskan adonan, terutama digunakan untuk memipihkan adonan roti.



Gambar 131. Rolling pin

f) Peralatan dari karet

- Rubber spatula, yang digunakan untuk mencampur adonan.



Gambar 132. Rubber spatula

- Peralatan dari plastik atau melamin (cutting board, plastic bowl, plastic tray) Gunakan alat tersebut sama dengan alat yang telah disebutkan di muka hanya saja bahan peralatan.



Gambar 133. Plastic bowl

g) Pengukuran Bahan

Pengukuran merupakan bagian yang cukup penting dalam pengolahan makanan, karena itu pengukuran harus dilakukan secara hati-hati dan tepat. Pengukuran berguna untuk:

- Menjaga Konstistensi Kualitas Resep Pengukuran yang baik dan tepat, kualitas resep dapat dipertahankan.
- Untuk Mengontrol Biaya Adanya pengukuran biaya pada bahan-bahan yang akan diolah memungkinkan pengontrolan biaya lebih mudah, karena berapa banyaknya bahan yang dipergunakan akan lebih mudah dihitung.

h) Penanganan Bahan Pangan

Secara umum bahan pangan dibagi dalam 4 kelompok besar yaitu:

- Bahan Makanan Hewan Bahan makanan hewani berasal dari daging, unggas, ikan dan telur, susu dan produknya.
- Bahan Makanan Nabati Bahan pangan nabati terdapat pada kacang-kacangan, dan produknya, biji-bijian, padi-padian, sayur-sayuran.
- Bahan Aditif Makanan.
- Bumbu dan Rempah.

- i) Teknik Penanganan Bahan Makanan
- Kebersihan Makanan. Kebersihan pada waktu penyimpanan bahan makanan adalah:
 - ❖ Pertama, Penyimpanan terpisah antara bahan yang sudah di masak dan yang mentah.
 - ❖ Kedua, Penyimpanan terpisah antara daging, ikan, sayuran, buah, kentang, dll
 - ❖ Ketiga, Bahan pangan tidak boleh diletakkan secara langsung di lantai
 - ❖ Keempat, Pemeriksaan temperatur yang teratur
 - Sedangkan untuk kebersihan pada waktu pengolahan adalah:
 - ❖ Pertama, Daging dan sayuran dipisah pada waktu pengolahan.
 - ❖ Kedua, Setelah pengolahan daging, unggas, ikan, atau telur peralatan dapur segera dicuci.
 - ❖ Ketiga, Cuci tangan dengan sabun.
 - ❖ Keempat, Jangan menggunakan peralatan yang dibuat dari kayu (kecuali tempat pemotong daging).
 - ❖ Kelima, Tempat pemotongan daging harus dibersihkan secara teratur. Gunakan selalu sarung tangan dan celemek yang tidak mudah terbakar dan berbau.
 - ❖ Keenam, Gunakan selalu sendok atau garpu serta piring kecil untuk mencicipi makanan.
 - Pencucian
 - ❖ Pertama, Cuci sayuran dengan baik (sampai benar-benar bersih).
 - ❖ Kedua, Umbi-umbian yang tidak dikupas seperti kentang yang akan diolah proses baking, dibersihkan dengan sikat sayuran.
 - ❖ Ketiga, Sayuran hijau dicuci beberapa kali dalam air dingin, angkat agar semua kotoran tertinggal di dasar bejana.

- ❖ Keempat, Setelah dicuci tiriskan, masukkan ke dalam lemari es, simpan di tempat yang tepat.
- Penyiangan. Sewaktu penyiapan banyak bagian yang terbuang. Untuk itu perlu diperhitungkan hasil produksi sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan. Cara mengkalkulasi bahan yang dibutuhkan, Contoh: 5 kg kentang setelah disiangi berat bersihnya 80%. Maka perlu dicari berapa berat bersihnya dari 5 kg kentang.
 - ❖ Pertama, Ubah persentase ke angka desimal dengan meletakkan 2 angka desimal dibelakang koma; $80\% = 0,80 = 4 \text{ kg}$.
 - ❖ Kedua, Menghitung jumlah yang dibutuhkan. Bila dibutuhkan 5 kg kentang, berapa banyak kentang yang dibutuhkan sebelum disiangi.
 - ❖ Ketiga, Ubah persentase ke angka desimal $80\% = 0,80$.
 - ❖ Keempat, Bagi berat porsi yang dibutuhkan dengan angka di atas untuk mendapatkan berat kotoranya. $5 \text{ kg} : 0,80 = 6,25$. Jadi berat kotor kentang adalah 6,25 (berat pembelian).
- Pengupasan dan Pemotongan
 - ❖ Pertama, Kupas semua sayuran setipis mungkin, karena zat makanan banyak terdapat di bawah kulit.
 - ❖ Kedua, Potong sayuran dengan potongan yang seragam.
 - ❖ Ketiga, Sayuran yang dikupas dan dipotong, pada waktu memasak sebaiknya ditutup rapat mungkin untuk menghindarkan kehilangan vitamin selama pemasakan.
 - ❖ Keempat, Pada mesin potong, bisa didapatkan potongan sayuran dengan ukuran sekecil mungkin.
 - ❖ Kelima Sayuran yang mudah menjadi coklat (kentang, terong, artichoke, ubi) dapat dicegah dengan pemberian asam, larutan anti oksidan atau direndam, namun perlakuan demikian vitamin dan mineral bisa hilang

9. Teknik Menimbang

Pengukuran berat bahan makanan lazim dilakukan dengan cara penimbangan. Alat penimbang mempunyai kapasitas penimbangan berat bahan yang bervariasi. Alat penimbang yang menggunakan peer mempunyai kapasitas berat bahan yang ditimbang berkisar antara 1 kg sampai dengan 5 kg. Alat penimbang yang mempunyai kapasitas kecil pada umumnya mempunyai ketelitian sampai 10 gram. Alat penimbang yang berkapasitas lebih besar, menunjukkan ketelitian paling kecil 100 gram.

Pada saat ini telah terdapat berbagai macam alat penimbang digital yang mempunyai ketelitian lebih kecil lagi. Alat penimbang yang mempunyai ketelitian sampai 10 gram lebih tepat untuk dipilih dalam pengolahan makanan skala rumah tangga karena banyak resep-resep masakan porsi kecil yang menggunakan ukuran dalam jumlah di bawah 100 gram. Alat penimbang menggunakan skala keseimbangan (balance scale). Alat ini bekerja dengan cara menyeimbangkan bahan yang ditimbang dengan skala ukuran berat dalam satuan-satuan tertentu.

Menimbang bahan makanan dilakukan agar menghasilkan hidangan dengan kualitas yang baik, menjamin porsi yang tepat, dan memudahkan dalam menghitung biaya makanan. Proses penimbangan dapat dilakukan berulang untuk meyakinkan tetepatan ukuran bahan yang akan diolah. Berdasarkan jenis bahan makanan, takaran berat dengan satuan gram dan kilogram dilakukan pada bahan makanan berbentuk padat antara lain seperti daging, ikan, tempe, sayuran, buah. Sedangkan bahan makanan berbentuk cair antara lain seperti susu dan santan, menggunakan satuan volume yaitu liter, desiliter dan milliliter. Berdasarkan teknologinya, alat untuk menimbang atau menakar dapat berupa timbangan manual dan timbangan digital.

Dalam menimbang bahan makanan, terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan sesuai dengan jenis bahan yang

akan ditimbang dan alat yang tersedia. Berikut adalah beberapa teknik umum dalam menimbang bahan makanan:

- a. Menimbang Langsung. Menimbang langsung adalah teknik paling sederhana di mana bahan makanan diletakkan langsung di atas timbangan untuk mengetahui beratnya. Teknik ini paling sering digunakan untuk bahan kering seperti tepung, gula, atau beras.
- b. Menimbang dengan Wadah. Dalam teknik ini, bahan makanan ditimbang bersama dengan wadahnya. Sebelum menimbang, berat wadah kosong dicatat terlebih dahulu, lalu dikurangi dari total berat setelah bahan dimasukkan. Teknik ini digunakan untuk bahan yang berbentuk cair atau bahan yang sulit ditimbang langsung, seperti madu, mentega, atau yogurt.
- c. Menimbang dengan Takaran. Beberapa bahan makanan tidak ditimbang menggunakan timbangan, melainkan dengan alat ukur seperti sendok atau gelas takar. Contohnya, satu gelas tepung biasanya setara dengan sekitar 125 gram, sementara satu sendok teh garam setara dengan sekitar 5 gram. Teknik ini lebih praktis tetapi memiliki tingkat akurasi yang lebih rendah dibandingkan dengan menimbang langsung.
- d. Menimbang dengan Perbandingan. Teknik ini digunakan terutama dalam industri makanan, di mana bahan-bahan ditimbang berdasarkan rasio tertentu terhadap jumlah total bahan lainnya. Misalnya, dalam pembuatan adonan roti, jumlah air sering dihitung sebagai persentase dari jumlah tepung yang digunakan.
- e. Alat dan Bahan Menimbang. Dalam sebuah resep terdapat kombinasi ukuran yang digunakan yaitu ukuran rumah tangga dan ukuran baku berupa berat, volume metrik sesuai dengan jenis bahan makanan yang akan diukur tersebut, penggunaan meliputi:
 - 1) Gelas, gelas yang digunakan gelas belimbing, tetapi saat ini sulit memperoleh gelas belimbing, maka telah beredar di pasar ukuran CUP (1, 1/2, 1/3, 1/4).

- 2) Sendok makan, sendok makan yang ada di pasaran tidak sama bentuknya, terutama dalam hal besar dan cekungannya, sehingga satuan sendok makan yang digunakan adalah sendok ukuran standart (1 sdm, 1/2, 1/4), demikian sendok teh dari ukuran rumah tangga tersebut dapat di konversi ke dalam ukuran berat, sehingga kandungan gizi yang dihasilkan dapat dihitung. Berikut contoh gambar dari alat ukur yang digunakan.



Gambar 134. Alat ukur spoon

Bahan makanan yang dapat diukur dengan alat ini; untuk metrik bahan makanan yang berupa cairan, misalnya santan, kaldu dan lain. Sedangkan untuk cup ukuran digunakan pada tepung, gula pasir, lemak padatan seperti margarine, sedangkan untuk sendok ukuran digunakan untuk jumlah yang lebih sedikit, baik bentuk cair, bubuk atau lemak padatan, bumbu termasuk. Berikut diilustrasikan bagaimana cara mengukur yang baik dan benar :

		
1. Sebaiknya tepung diayak terlebih dahulu, agar butiran terurai	2. Masukkan tepung dengan sendok, dan ratakan dengan alat yang permukaan rata. Tidak ditekan-tekan atau diketuk-ketuk	3. Tepung terukur rata pada atas bibir alat, bahan siap digunakan

Gambar 135. Cara Melakukan Pengukuran Bahan Makanan Bentuk Tepung

Mata sejajar dengan garis volume	Timbangan Digital	Ukuran Rumah Tangga Gelas Belimbing
		

Gambar 136. Cara Mengukur Cairan. Menimbang, Gelas Belimbing

Beberapa ukuran bahan makanan yang sering digunakan dalam perhitungan kebutuhan bahan makanan ketika memasak terdapat konversi dari ukuran rumah tangga ke dalam ukuran gram ataupun metrik, sehingga dapat menjadi patokan yang memudahkan. Contoh ukuran tersebut 1 sdm cairan (15 ml), 1 sdm gula pasir (10 gram), 1 sdt gula pasir (5 gram) 1 sdm ragi instan (8 gram), 1 sdm tepung maezena (8 gram) 1 sdm tepung terigu (8 gram), 1 sdm tepung beras (10 gram) 1 cup cairan (250 cc) 1 sdm minyak goreng (15 gram).

f. Menimbang Berat Kotor

Bahan makanan segar dari pasar, tidak semua bisa di gunakan untuk dimasak, masih terdapat bahan yang tidak dimakan misalnya: akar, sisik kulit, daun yang layu atau tua, biji, bonggol jagung dan lain lain. Berat yang seperti ini disebut berat kotor = BK. Sebagai Ahli Gizi tentunya saudara harus mengetahui kandungan zat gizi yang ada dalam bahan makanan dan makanan yang dihasilkan, oleh karena itu sebelum memasak bahan makanan yang akan digunakan harus ditimbang dahulu beratnya. Tujuan lain dari menimbang bahan makanan :

- 1) Untuk menghitung nilai gizi yang terkandung dalam resep masakan.
- 2) Menghitung biaya yang dibutuhkan.
- 3) Membakukan suatu resep, dari resep Indonesia yang banyak menggunakan ukuran yang tidak ter standart.

Berbagai jenis alat tersedia untuk menimbang bahan makanan, tergantung pada kebutuhan dan tingkat akurasi yang diinginkan. Untuk mengetahui berat bahan makanan tentunya kita harus memahami macam-macam alat ukur. Berikut adalah beberapa alat yang umum digunakan:

a) Timbangan. Ada bermacam-macam timbangan makanan dengan kapasitas yang berbeda:

- Timbangan konvensional.
- Timbangan digital lebih akurat, kerana bisa menimbang bahan dengan ketelitian 1 gram.

❖ Konversi berat:

1 kg = 2 pond = 10 ons

1/2 kg = 1 pond = 5 ons 1 ons = 100 gram

❖ Ukuran Internasional yang tidak memakai desimal dan telah disesuaikan.

1 Pound = 1 lb = 450

Gram 1 lb = 16 Ounces

1 ounce = 28 Gram

1 KG = 2,2 Pound

b) Alat ukur Rumah Tangga. Alat ukur Rumah Tangga terdiri dari:

- makan (sdm), sendok teh (sdt)
- Gelas belimbing (Indonesia)
- Mangkuk (resep asli Indonesia)

Untuk praktik menimbang berat kotor ini, mahasiswa dibagi menjadi beberapa kelompok, masing-masing kelompok melakukan proses menimbang berat kotor, berat bersih dan menghitung persen berat yang dapat dimakan.

1) Alat Ukur dan Alat Timbang. Alat untuk menimbang atau menakar dapat berupa timbangan manual dan timbangan digital. Berikut beberapa jenis alat- alat menimbang atau menakar.

- Timbangan Dapur Digital (*Digital Kitchen Scale*). Timbangan ini menggunakan sensor elektronik berat/ masa bahan dan menampilkan hasil dalam angka digital dan mudah dibaca. Memiliki ciri- ciri sebagai berikut:
 - ❖ Memiliki layar *LCD* yang menampilkan angka.
 - ❖ Biasanya dilengkapi dengan fungsi *tara* (reset ke nol) untuk memudahkan pengukuran bahan setelah menaruh wadah.
 - ❖ Beberapa model bisa mengukur dalam satuan gram, ons, atau kilogram.
 - ❖ Biasanya memiliki kapasitas hingga beberapa kilogram.

Kelebihan dari timbangan digital:

- ❖ Sangat presisi, cocok untuk pengukuran bahan yang membutuhkan ketepatan, seperti tepung, gula, dan bumbu-bumbu.
- ❖ Mudah digunakan dengan tampilan digital yang jelas.
- ❖ Banyak model yang memiliki fitur konversi satuan (misalnya gram ke ons atau liter ke mililiter).

Kekurangan timbangan digital:

- ❖ Memerlukan daya (baterai atau adaptor).
- ❖ Beberapa model bisa lebih mahal dibandingkan timbangan manual.



Gambar 137. Timbangan digital

- Timbangan Dapur Mekanik (*Analog Kitchen Scale*). Timbangan mekanik menggunakan pegas untuk mengukur berat bahan dan menunjukkan hasilnya menggunakan jarum pada dial (*skala analog*). Memiliki ciri- ciri sebagai berikut:
 - ❖ Tidak membutuhkan baterai atau daya listrik.
 - ❖ Memiliki dial dengan skala yang menunjukkan berat dalam satuan gram, ons, atau kilogram.
 - ❖ Biasanya lebih sederhana, dengan kapasitas yang lebih kecil (biasanya hingga 5–10 kg).

Kelebihan dari timbangan mekanik:

- ❖ Tidak memerlukan baterai atau daya listrik, sehingga lebih praktis dalam situasi darurat.
- ❖ Lebih ekonomis dan mudah ditemukan di pasar.

Kekurangan timbangan mekanik:

- ❖ Tidak seakurat timbangan digital, terutama untuk pengukuran dalam jumlah kecil.
- ❖ Membaca hasil pengukuran bisa lebih sulit karena menggunakan jarum dan dial.



Gambar 138. Timbangan mekanik

- Timbangan Wadah (Bowl Scale). Timbangan ini dilengkapi dengan wadah yang terintegrasi, memudahkan pengukuran bahan langsung ke dalam wadah tanpa harus memindahkan bahan ke tempat lain. Memiliki ciri- ciri sebagai berikut:
 - ❖ Dilengkapi dengan mangkuk atau wadah untuk menimbang bahan secara langsung.
 - ❖ Beberapa timbangan jenis ini memiliki fungsi tara, yang memungkinkan mengatur berat wadah menjadi nol sebelum mengukur bahan.

Kelebihan dari timbangan wadah:

- ❖ Praktis untuk menimbang bahan cair atau bahan yang mudah tumpah.
- ❖ Wadah bisa dicuci dan digunakan untuk pengolahan bahan lebih lanjut setelah penimbangan.

Kekurangan dari timbangan wadah:

- ❖ Kapasitas terbatas tergantung pada ukuran wadah.
- ❖ Bisa sedikit lebih mahal dibandingkan timbangan tanpa wadah.



Gambar 139. Alat timbangan wadah

- Timbangan sendok digital (*measuring spoons digital*). Sendok takar digital adalah alat penakar berbentuk sendok yang dilengkapi dengan sensor elektronik dan layar digital (*LCD*) untuk menampilkan hasil ukur secara akurat. Alat ini digunakan untuk menakar bahan makanan atau bumbu dalam jumlah kecil dengan tingkat presisi yang lebih tinggi dibanding sendok takar manual. Memiliki ciri sebagai berikut:
 - ❖ Memiliki layar digital (*LCD*) untuk menampilkan hasil takaran.
 - ❖ Dilengkapi tombol fungsi seperti ON/OFF, TARE (reset ke nol), dan MODE (mengganti satuan ukur).

Kelebihan dari timbangan sendok digital ini

- ❖ Praktis, mudah digunakan seperti sendok biasa mudah dibawa kemana.
- ❖ Multifungsi, bisa menakar bahan padat (gula, tepung, kopi) maupun cair (minyak, susu).

Kekurangan dari alat timbangan ini:

- ❖ Membutuhkan baterai tidak bisa dipakai jika baterai habis dan harga yang mahal.
- ❖ Lebih rentan rusak jika terkena air pada bagian elektronik.



Gambar 140. Sendok takar digital

- Alat takar Gelas Ukur (Measuring Glass / Measuring Cup for Liquid). Gelas ukur adalah wadah transparan (biasanya dari plastik tahan panas atau kaca) yang dilengkapi dengan skala ukuran volume dalam satuan mililiter (ml), liter (L), atau cup. Gelas ini digunakan untuk menakar bahan cair seperti air, minyak, santan, susu, dan sirup. Memiliki ciri-ciri sebagai berikut:
 - ❖ Terbuat dari kaca atau plastik transparan sehingga isi terlihat jelas.
 - ❖ Memiliki tanda skala pada sisi luar (ml, L, cup, atau fl.oz).
 - ❖ Dilengkapi gagang untuk memudahkan memegang.

Memiliki fungsi:

- ❖ Menakar bahan cair secara tepat sesuai resep.
- ❖ Kadang juga digunakan untuk bahan padat tertentu (misalnya gula pasir atau beras), tetapi tidak seakurat untuk cairan.
- ❖ Membantu dalam proses memasak, membuat kue, maupun eksperimen laboratorium.



- Sendok takar. Sendok takar adalah alat ukur berbentuk sendok yang dibuat dengan ukuran standar tertentu untuk menakar bahan makanan atau minuman dalam jumlah kecil, baik yang padat (tepung, gula, garam, kopi, bumbu) maupun cair (minyak, sirup, vanilla cair). Tujuannya yaitu Memastikan jumlah bahan yang digunakan sesuai dengan resep, Menjaga konsistensi rasa, tekstur, dan kualitas hasil masakan atau minuman dan Mempermudah proses memasak atau membuat kue agar lebih praktis dan efisien. Ciri- cirinya yaitu:
 - ❖ Tersedia dalam satu set dengan berbagai ukuran standar.
 - ❖ Ukuran umum: 1 tablespoon (1 sdm = 15 ml), 1 teaspoon (1 sdt = 5 ml), 1/2 sdt, 1/4 sdt, dan seterusnya.
 - ❖ Terbuat dari plastik, logam (stainless steel), atau silicon.



10. Teknik Memarut Kelapa



Gambar 141. Kelapa

a. Definisi dan Tujuan Memarut

1) Definisi

Memarut adalah proses mengubah bahan makanan padat dan keras (seperti keju, sayuran, buah-buahan, atau rempah-rempah) menjadi potongan-potongan kecil, halus, atau berserabut dengan cara menggosokkannya pada permukaan alat parut (grater) yang tajam dan berlubang. Memarut adalah proses mengolah bahan makanan dengan cara menggesekkan bahan tersebut ke permukaan parutan yang memiliki mata tajam.

Gesekan ini menyebabkan bahan terurai menjadi serpihan halus, panjang, atau butiran kecil sesuai jenis parutan yang digunakan. Teknik ini sangat umum digunakan pada bahan yang memiliki tekstur keras hingga agak lunak seperti kelapa, wortel, kunyit, jahe, keju, dan bahan lainnya. Proses memarut membantu memperkecil ukuran bahan sehingga lebih mudah diproses menjadi makanan.

2) Tujuan Utama

Tujuan utama memarut adalah menghasilkan bahan dalam bentuk lebih kecil dan halus, sehingga memudahkan proses pengolahan berikutnya. Misalnya, kelapa diparut untuk mempermudah proses pemerasan santan. Selain itu, memarut

juga bertujuan menciptakan tekstur tertentu, seperti serpihan halus untuk topping atau campuran adonan. Teknik ini juga memperbesar area permukaan bahan sehingga bahan lebih cepat matang saat dimasak atau lebih mudah tercampur secara merata dalam adonan. Dengan ukuran yang kecil, bahan juga lebih cepat mengeluarkan sari alami.

- Mengubah Tekstur: Menghasilkan tekstur yang berbeda (halus, kasar, berserabut) yang diinginkan dalam hidangan.
- Mempercepat Proses Memasak/Melarutkan: Potongan kecil memiliki luas permukaan yang lebih besar, sehingga lebih cepat larut (misalnya keju), atau lebih cepat matang/layu.
- Meningkatkan Rasa dan Aroma: Memecah membran sel bahan makanan (misalnya jahe, bawang putih, atau kulit jeruk), sehingga melepaskan enzim, sari, dan minyak atsiri yang menguatkan rasa dan aroma.
- Fungsi Estetika/Garnish: Digunakan untuk hiasan atau topping yang menarik, seperti parutan cokelat, zest (kulit jeruk), atau parutan keju.

b. Persiapan Alat dan Bahan Memarut

- 1) Persiapan Alat. Peralatan yang digunakan untuk memarut kelapa terbagi menjadi alat tradisional dan modern.

Tabel 6. Jenis Alat Parut

Jenis Alat	Detail dan Fungsi	Gambar
Kukur Kelapa Tradisional	Ini adalah alat parut yang memiliki mata pisau bergerigi atau paku-paku tajam dan biasanya dipasang pada bangku kayu. Fungsi: Daging kelapa digosokkan ke gigi parut secara manual.	
Mesin Parut Listrik	Mesin dengan motor listrik yang menggerakkan mata parut silinder. Fungsi: Untuk memarut kelapa dalam jumlah besar dengan cepat dan hemat tenaga. (Penting: Pastikan mesin bersih dan berfungsi baik).	

Alat Parut Tangan (Jika Darurat)	Bisa menggunakan sisi parutan kasar dari box grater (parut kotak) standar dapur. Fungsi: Untuk memarut sedikit kelapa, namun hasilnya mungkin kurang seragam dan lebih melelahkan.	
Wadah Penampung	Siapkan baskom atau wadah bersih yang cukup besar untuk menampung hasil parutan kelapa.	
Pisau dan Talenan	Digunakan untuk membelah, memisahkan, dan membersihkan kelapa sebelum diparut.	
Kain Saring/ Saringan Kasa (untuk Santan)	Alat pendukung yang sangat penting jika tujuan akhirnya adalah membuat santan. Kain ini digunakan untuk memeras parutan kelapa dan menyaring santan dari ampasnya.	

Alat Parut (Grater). Alat parut adalah inti dari teknik ini. Terdapat beberapa jenis parut, yang masing-masing menghasilkan ukuran dan bentuk parutan berbeda:

Tabel 7. Karakteristik Grater

Jenis Parut	Karakteristik Hasil	Contoh Penggunaan
Box Grater (Parut Kotak)	Memiliki 4 sisi dengan ukuran lubang yang berbeda (kasar, sedang, halus, slicer).	Keju, wortel, kelapa, kentang.
Microplane/ Rasp Grater	Lubang sangat kecil dan tajam, menghasilkan parutan super halus.	Zest (kulit jeruk), pala, jahe, bawang putih, parutan cokelat yang sangat halus.
Flat/Paddle Grater	Parut datar satu sisi, biasanya untuk parutan sedang atau kasar.	Keju, sayuran untuk salad.

- 2) Prinsip Utama Persiapan Alat
- a) Sanitasi: Semua alat, terutama mata parut dan wadah penampung, harus dicuci bersih dan dikeringkan untuk mencegah kontaminasi dan bau. Keamanan utama dalam memarut adalah memperhatikan jarak jari dari mata parut. Menggunakan sarung tangan anti-luka dapat membantu mencegah cedera. Parutan harus selalu bersih, kering, dan tidak berkarat untuk menghindari kontaminasi makanan. Setelah digunakan, alat harus dicuci segera agar bahan yang melekat tidak mengeras dan sulit dibersihkan. Kebersihan

- bahan juga harus diperhatikan untuk menjaga kualitas hasil parutan.
- b) Ketajaman: Pastikan mata parut atau gigi-gigi kukur kelapa cukup tajam. Alat parut yang tumpul akan menghasilkan parutan yang lumat dan tidak berserabut, yang bisa mengurangi rendemen santan.
 - 3) Persiapan bahan untuk memarut (kelapa). Bahan utama yang harus disiapkan adalah buah kelapa itu sendiri.

Tabel 8. Bahan utama memarut

Tahap Persiapan	Detail
Pilih kelapa tua	Pilih kelapa yang sudah tua dan matang. Ciri-cirinya adalah tempurung yang keras, kulit luar berwarna coklat pekat, dan jika diguncang terdengar suara air yang sedikit (tanda airnya sudah menyusut dan dagingnya tebal). Tujuan: Untuk mendapatkan kandungan lemak (santan) yang maksimal.
Kupas kulit luar (sabut)	Bersihkan sabut kelapa hingga hanya menyisakan tempurung.
Pecahkan Kelapa	Pecahkan kelapa menjadi dua bagian yang seimbang. Air kelapa dapat ditampung dan digunakan untuk masakan lain, atau dibuang jika tidak dibutuhkan.
Pisahkan Daging dari Tempurung	Gunakan pisau dempet (pisau khusus untuk mengeluarkan daging kelapa) atau alat lain untuk mencungkil dan memisahkan daging kelapa dari tempurungnya.

Hilangkan Kulit Ari (Opsional)	Daging kelapa biasanya memiliki kulit ari tipis berwarna cokelat. Untuk santan yang benar-benar putih bersih (misalnya untuk membuat arem-arem atau kue), kulit ari ini harus dikerok atau dikupas bersih. Tujuan: Menghindari warna kusam atau bintik cokelat pada hasil parutan/santan.
Pencucian	Cuci bersih daging kelapa (yang sudah terpisah) di bawah air mengalir untuk menghilangkan sisa kotoran atau serpihan tempurung.

- 4) Teknik dan Fungsi Memarut. Memarut adalah salah satu teknik mengolah makanan dengan cara menghancurkan, mengikis, atau memotong bahan makanan menjadi potongan-potongan kecil, halus, atau berbentuk serabut menggunakan alat yang disebut parutan (parutan).
- a) Teknik Memarut. Teknik memarut biasanya dilakukan dengan menggesekkan bahan makanan ke permukaan parutan yang memiliki banyak lubang kecil atau mata pisau tajam. Proses memarut dimulai dengan mencuci bahan agar bebas kotoran. Bahan seperti wortel, jahe, dan kunyit perlu dikupas terlebih dahulu. Selanjutnya, parutan harus dipegang dengan kuat agar tidak bergeser selama proses. Bahan digerakkan pada permukaan parutan dengan tekanan merata menggunakan gerakan turun-naik atau satu arah, tergantung jenis parutan. Jari harus dijauhkan dari mata parutan untuk menghindari luka. Hasil parutan kemudian dikumpulkan dalam wadah. Setelah selesai, parutan harus langsung dicuci agar sisa bahan tidak mengering dan menempel.
- Peralatan: Parutan manual, bisa berbentuk kotak (memiliki beberapa sisi dengan lubang/mata pisau berbeda), parutan datar, atau parutan khusus seperti

microplane. Mesin parut, terutama untuk memarut kelapa dalam jumlah besar, menggunakan penggerak motor untuk memutar silinder atau pisau parut secara otomatis.

- Cara Memarut Manual: Pertama, siapkan bahan makanan yang akan diparut (misalnya: keju, wortel, kelapa). Bahan keras seperti mentega atau keju lebih mudah diparut dalam keadaan dingin/beku. Setelah itu, pilih sisi parutan dengan ukuran lubang yang sesuai dengan kebutuhan hasil akhir. Lalu, Gosokkan atau tekan bahan makanan secara konsisten dan satu arah (atau maju-mundur, tergantung jenis parutan) pada permukaan parutan. kumpulkan hasil parutan yang jatuh ke wadah di bawahnya.

b) Fungsi memarut

- Pengolahan Bahan Masakan
 - ❖ Kelapa: Fungsi paling umum adalah memarut daging buah kelapa menjadi serpihan kecil untuk kemudian diambil santannya (sari pati kelapa) dengan cara diperas. Juga untuk membuat serundeng atau taburan.
 - ❖ Sayuran: Memarut sayuran seperti wortel, kol, atau labu siam untuk salad, coleslaw, isian lumpia, atau perkedel. Ini membuat sayuran lebih cepat matang dan mudah dicampur.
 - ❖ Keju: Untuk menghasilkan serutan keju yang mudah meleleh sebagai topping pada pizza, pasta, kue, atau dicampur ke dalam adonan.
- Mempermudah Pencampuran. Memarut membuat bahan (seperti mentega beku ke dalam adonan kue, atau bawang putih/jahe ke dalam saus) terdistribusi secara merata dan lebih cepat menyebar atau mengeluarkan aroma/rasa.
- ❖ Dekorasi dan Topping. Memarut coklat batangan atau zest (kulit luar) jeruk untuk taburan pada hidangan penutup (dessert) atau minuman.

- ❖ Efisiensi waktu dan tenaga. Khususnya dengan mesin pamarut, proses pengolahan bahan dalam jumlah besar (seperti kelapa di pasar atau industri kuliner) menjadi sangat cepat dan efisien dibandingkan cara manual.

11. Teknik Memeras Santan



Pemilihan kelapa

- Kelapa dipilih dalam kondisi tua, berkulit keras, dan memiliki serat coklat tebal. Kelapa tua mengandung lebih banyak minyak sehingga menghasilkan santan kental berkualitas.
- Kelapa yang baik ditandai dengan suara “nyaring dan berisi” saat diguncang karena air di dalam masih segar.
- Pilih kelapa tanpa bercak jamur, retak, atau bau tengik.

Teknik memeras kelapa:

Memeras adalah teknik mengeluarkan sari atau cairan dari bahan makanan dengan cara menekan, memadatkan, atau memijit bahan tersebut. Teknik ini dapat dilakukan secara manual menggunakan tangan atau menggunakan alat seperti kain saring, pemeras jeruk, hingga mesin juicer. Proses memeras umumnya dilakukan pada bahan seperti kelapa parut untuk menghasilkan santan, jeruk untuk membuat jus, daun pandan untuk ekstrak warna, serta rempah seperti kunyit.

Tujuan memeras adalah memperoleh sari atau cairan alami dari bahan makanan dengan efektif. Proses ini membantu memisahkan cairan dari ampas sehingga didapatkan hasil yang lebih murni. Dengan memeras, santan dari kelapa dapat diperoleh dengan maksimal, begitu juga jus dari buah. Selain itu, memeras digunakan untuk mengambil ekstrak warna atau aroma alami dari daun atau umbi. Tujuan lainnya adalah mengoptimalkan penggunaan bahan agar tidak ada sari yang terbuang.

a. Penggunaan Air Panas/Hangat

- 1) Fungsi Panas: Lemak kelapa akan lebih mudah larut dan terlepas dari ampas seratnya ketika berinteraksi dengan air yang sedikit hangat atau panas.
- 2) Perhatian: Jangan gunakan air mendidih, karena dapat merusak tekstur parutan dan berisiko melukai tangan saat memeras. Cukup air hangat suam-suam kuku atau panas yang masih bisa ditoleransi tangan.

b. Kualitas Santan (Kental vs. Encer)

Teknik memeras biasanya dibagi menjadi dua tahap untuk menghasilkan dua jenis santan dengan fungsi berbeda:

- 1) Santan Kental (First Press): Diperoleh dari perasan pertama. Menggunakan sedikit air dan pemerasan yang kuat. Santan ini kaya lemak, tebal, dan sangat gurih. Digunakan untuk masakan yang membutuhkan body dan kekentalan (misalnya rendang, areh).
- 2) Santan Encer (Second Press): Diperoleh dari ampas parutan sisa perasan pertama yang diperas kembali dengan menambahkan lebih banyak air. Digunakan sebagai cairan dasar masakan (misalnya sayur lodeh, gulai) atau untuk merebus bahan.

c. Langkah-Langkah Memeras Kelapa

Persiapan Alat dan Bahan:

- 1) Kelapa parut bersih.
- 2) Air hangat suam-suam kuku.

- 3) Wadah besar (baskom).
- 4) Kain saringan (kain kasa, serbet bersih, atau muslin cloth) atau saringan kawat halus. Tangan menjadi alat paling sederhana dalam memeras, terutama saat menggunakan kain saring atau kain kasa. Saringan halus digunakan untuk memisahkan cairan dari ampas kecil. Pemeras jeruk manual dirancang khusus dengan bentuk kerucut untuk memudahkan pengeluaran sari buah. Untuk proses cepat dan hasil lebih banyak, juicer atau mesin pemeras otomatis digunakan untuk berbagai jenis buah dan sayur.

Langkah-Langkah Memeras Kelapa

a. Memeras Santan Kental

- 1) Tambahkan Air Sedikit: Pindahkan kelapa parut ke dalam wadah. Tuangkan sedikit air hangat ke atas parutan (perbandingan ideal: 100 gram parutan dengan 50-75 ml air).
- 2) Uleni/Aduk Rata: Gunakan tangan bersih untuk menguleni parutan kelapa dan air secara kuat selama 1-2 menit. Gerakan ini membantu memecah sel-sel lemak yang tersisa.
- 3) Memeras: Pindahkan campuran ke dalam kain saringan. Ikat atau lipat kain agar ampas tidak keluar. Peras sekuat tenaga hingga semua cairan santan keluar.
- 4) Tampung: Tampung cairan kental yang keluar dalam wadah terpisah. Inilah santan kental.

b. Memeras Santan Encer

- 1) Ulangi Proses: Ampas kelapa yang tersisa dari perasan kental dimasukkan kembali ke baskom.
- 2) Tambahkan Air Lebih Banyak: Tambahkan air hangat dalam jumlah yang lebih banyak (sekitar 150-200 ml per 100 gram ampas).
- 3) Uleni/Aduk Rata: Uleni kembali ampas dengan air hingga airnya terlihat keruh.
- 4) Memeras: Peras kembali ampas menggunakan kain saringan (atau cukup saringan kawat) hingga semua cairan keluar.
- 5) Tampung: Cairan ini adalah santan encer.

d. Tips untuk Hasil Optimal

- 1) Jangan Memeras Terlalu Lama: Setelah santan kental keluar, jangan terus-menerus memeras ampas dengan air yang sama, karena lemak yang tersisa akan berkurang dan santan hanya akan semakin encer tanpa penambahan air baru.
- 2) Bersihkan Tangan: Pastikan tangan bersih atau gunakan sarung tangan makanan, karena proses pengulenan dan pemerasan dilakukan kontak langsung dengan tangan.
- 3) Saring Ganda: Untuk masakan yang membutuhkan santan sangat bersih (misalnya kue), saring santan kental dan encer dua kali menggunakan saringan yang sangat halus atau kain kasa.
- 4) Hati-hati dengan Air Dingin: Memeras dengan air dingin akan menghasilkan santan yang lebih sedikit dan kurang gurih karena lemak kelapa sulit terlepas.

e. Fungsi memeras kelapa

- 1) Pemberi Cita Rasa Gurih dan Lezat
 - Santan kaya akan lemak sehat (terutama asam laurat) yang memberikan rasa gurih (umami) dan manis alami pada masakan.
 - Ini adalah elemen kunci dalam masakan Nusantara yang khas seperti Rendang, Gulai, Opor, Kari, Sayur Lodeh, dan Soto. Tanpa santan, hidangan tersebut akan kehilangan karakter rasa autentiknya.
- 2) Pengental Alami (Bahan Pengental)
 - Kandungan lemak dan protein yang tinggi dalam santan memberikan tekstur kental dan creamy pada kuah masakan.
 - Saat dimasak (terutama pada masakan yang lama seperti Rendang), santan akan menyusut dan lemaknya akan memisah (pecah minyak), membentuk saus yang sangat kental dan melapisi bahan masakan.

3) Pemberi Konsistensi dan Warna

- Santan memberikan konsistensi yang stabil dan padat pada makanan penutup seperti bubur, kolak, atau aneka kue tradisional (misalnya: Kue Lapis, Serabi, Getuk).
- Santan juga berfungsi sebagai pewarna putih alami pada masakan berkuah, seperti Opor Ayam.

12. Teknik Membuat Pewarna Alami



Gambar 142. Membuat pewarna alami

a. Teknik pewarna

Teknik pewarna adalah cara memberikan warna pada makanan menggunakan bahan pewarna alami atau sintetis. Pewarnaan digunakan untuk meningkatkan tampilan makanan sehingga lebih menarik, lebih seragam warnanya, atau menciptakan identitas rasa tertentu. Pewarnaan bisa dilakukan pada kue, minuman, adonan, atau masakan tradisional.

Pewarnaan bertujuan mempercantik visual makanan sehingga lebih menggugah selera. Warna juga dapat menjadi penanda rasa, misalnya warna hijau yang biasanya berkaitan dengan pandan. Selain itu, pewarnaan membantu menyamakan warna makanan agar terlihat seragam, terutama setelah dimasak. Pewarna juga digunakan untuk mengganti warna alami yang pudar selama proses pemanasan.

b. Teknik pewarna alami

Dilakukan dengan cara ekstraksi; bahan baku alami (seperti daun suji, kunyit, atau buah naga) dilumatkan atau direbus untuk mengeluarkan sari patinya yang mengandung pigmen. Ekstrak ini kemudian dicampurkan ke dalam adonan atau larutan makanan. Pewarna alami berasal dari tumbuhan seperti kunyit (kuning), daun pandan atau suji (hijau), bit (merah), ubi ungu (ungu), dan bunga telang (biru). Pewarna alami aman dikonsumsi dan tidak memiliki efek samping, namun warnanya sering kurang pekat dan dapat berubah saat dipanaskan.

c. Teknik pewarna sintetis (Food Grade)



Gambar 143. Pewarna sintesis

Melibatkan pencampuran langsung pewarna komersial (cair, bubuk, atau gel) ke dalam adonan. Pewarna sintetis berupa pewarna buatan yang aman jika digunakan sesuai takaran. Warna yang dihasilkan lebih pekat, stabil, dan tersedia dalam banyak pilihan. Namun penggunaannya tidak boleh berlebihan karena dapat memengaruhi rasa makanan dan tidak sehat jika digunakan secara berlebihan.

- 1) Cair: Ditambahkan setetes demi setetes pada makanan berbasis air (minuman, icing).
- 2) Gel/Pasta: Paling pekat, digunakan dalam jumlah sedikit (ujung tusuk gigi) pada adonan yang sedikit airnya (roti, buttercream) agar tidak mengubah tekstur.

3) Bubuk/Berbasis Lemak: Digunakan untuk produk kering atau cokelat leleh.

d. Fungsi pewarna

- 1) Meningkatkan Daya Tarik Visual dan Selera (Estetika) Fungsi pewarna utama adalah memberikan daya tarik visual yang kuat. Warna cerah, menarik, dan sesuai dengan jenis makanan akan merangsang nafsu makan (misalnya warna merah pada saus, atau kuning cerah pada minuman lemon). Secara psikologis, warna mempengaruhi persepsi konsumen terhadap rasa dan kualitas, bahkan sebelum makanan dicicipi. Contoh: Kue lapis dengan warna bergradasi, Puding berwarna pastel, Minuman buah berwarna cerah.
- 2) Mengembalikan Warna Asli yang Hilang Proses pengolahan seperti pemanasan (termal), pengeringan, atau penyimpanan yang lama dapat menyebabkan pigmen warna alami dalam bahan makanan (seperti sayuran atau buah) menjadi pudar atau hilang. Pewarna digunakan untuk mengembalikan penampilan asli produk tersebut, menjadikannya terlihat segar dan alami seperti sebelum diproses.
- 3) Standardisasi dan Keceragaman Warna Bahan baku alami sering kali memiliki variasi warna yang tidak konsisten (misalnya, buah atau sayuran yang dipanen pada musim berbeda). Dalam industri pangan, pewarna berfungsi untuk menyamakan dan menstabilkan warna di antara berbagai batch produksi. Hal ini penting untuk menjaga citra merek dan memastikan konsumen mendapatkan produk dengan kualitas visual yang seragam setiap saat.
- 4) Membantu identifikasi atau ciri khas produk. Warna dapat menunjukkan: rasa (strawberry : merah, pandan : hijau), jenis makanan (rawon : hitam karena kluwek), tingkat kematangan atau teknik memasak. Contoh:
 - Warna kuning pada nasi kuning karena kunyit (identitas budaya).
 - Warna hijau pada cendol karena daun suji.

- 5) Mengganti atau memperbaiki warna alami yang hilang saat memasak. Beberapa bahan dapat kehilangan warna karena: dipanaskan lama, teroksidasi, atau tercampur bahan lain. Pewarna membantu memperbaiki warnanya. Contoh:
- Agar-agar menjadi pucat diberi pewarna buah.
 - Kue kering yang terlalu pucat diberi sedikit pewarna kuning makanan.

13. Teknik Menghaluskan Bumbu Kering dan Bumbu Basah



Gambar 144. Teknik menghaluskan bumbu

Indonesia sangat terkenal dengan cita rasa masakan berbumbu rempah-rempah. Untuk menghasilkan makanan yang beraroma sedap dengan tampilan warna yang menarik, maka makanan memerlukan berbagai macam bumbu yang berupa rempah-rempah. Rempah-rempah berfungsi untuk memperkuat dan memperkaya cita rasa dari olahan pangan. Cita rasa masakan yang ditambahkan rempah-rempah berupa bau harum, rasa sedap, dan kaya rasa, yang dapat memberikan memperkuat karakteristik pada bahan pangan tersebut.

Menghaluskan bumbu adalah teknik dasar pengolahan makanan yang dilakukan dengan cara menghancurkan, menggerus, atau memecah bahan-bahan bumbu hingga menjadi tekstur halus atau lembut. Proses ini bertujuan untuk

mengeluarkan aroma, rasa, dan minyak atsiri dari setiap bahan agar mudah meresap ke dalam masakan.

Bahan yang biasa dihaluskan antara lain bawang merah, bawang putih, cabai, kunyit, jahe, merica, kemiri, ketumbar, dan rempah lainnya. Keanekaragaman penggunaan bumbu rempah-rempah sebagai bahan tambahan makanan juga sangat mempengaruhi tampilan makanan secara visual karena memberikan warna yang berbeda pada makanan. Berikut jenis-jenis bumbu dasar menurut KAMIKOMI, 2016 :

a. Bumbu Putih



Gambar 145. Bumbu putih

Bumbu putih atau putih kekuningan, seperti digunakan pada Terik dan opor, adalah bumbu dasar yang komponen utamanya terdiri atas bawang merah, bawang putih, garam yang diberi tambahan kemiri, ketumbar, serta jintan.

b. Bumbu Kuning



Gambar 146. Bumbu kuning

Bumbu kuning merupakan bumbu campuran dari bawang putih, bawang merah, kemiri, kunyit, dengan variasi penggunaan cabe merah. Selain itu bumbu aromatik yang ditambahkan juga bervariasi mulai dari jintan dan mesoyi (untuk bumbu gulai), ketumbar (untuk bumbu kare), atau asam jawa (bumbu rujak). Dalam hal ini sereh, daun salam, lengkuas, serta jeruk purut juga digunakan untuk melengkapi wewangian yang diinginkan. Selain gulai, kare, dan rujak, bumbu ini juga dapat digunakan untuk bumbu ayam goreng, pesmol ikan, atau acar kuning.

c. Bumbu Merah



Gambar 147. Bumbu merah

Bumbu merah terdiri atas campuran bawang merah, bawang putih, dan cabai merah, dilengkapi dengan daun salam, lengkuas, dan petai. Kombinasi bumbu ini dengan santan menghasilkan kuah warna merah yang pedas (berasal dari cabai merah), dan gurih. Bumbu dasar merah dapat diolah menjadi bumbu sambal goreng, ayam rica-rica, telur bumbu bali, kering tempe, pepes, dan kering kentang. Berikut adalah macam-macam bumbu yang dapat dihaluskan:

- 1) Bumbu basah. Bawang merah, bawang putih, cabai, jahe, kunyit, kemiri, lengkuas Biasanya dihaluskan menjadi pasta atau pure untuk masakan seperti rendang, soto, atau sambal.

- 2) Bumbu kering. Lada, ketumbar, jintan, cengkeh, pala Dihaluskan menjadi bubuk untuk campuran bumbu kering atau adonan masakan kering.
- 3) Rempah-rempah. Daun jeruk purut, serai, daun salam. Dihaluskan atau dicincang halus untuk masakan agar aroma lebih kuat.

d. Persiapan Bahan dan Alat

1) Persiapan Bahan

- a) Pencucian (Bumbu Basah): Bumbu basah (cabai, bawang, jahe, kunyit) harus dicuci bersih.
 - b) Pemotongan (Chop): Potong bumbu berukuran besar menjadi potongan kecil-kecil agar memudahkan proses penghalusan, terutama jika menggunakan blender atau food processor.
 - c) Pengupasan/Pembersihan: Kupas kulit bawang, jahe, kencur, dan kunyit. Bersihkan rempah seperti daun jeruk dari tulang daunnya jika digunakan dalam bumbu halus.
 - d) Penyangraian/Pemanasan (Bumbu Kering): Bumbu kering seperti kemiri atau ketumbar sering disangrai sebentar sebelum dihaluskan untuk mengeluarkan aroma maksimal dan menghilangkan kandungan air.
- 2) Persiapan Alat
- a) Ulekan/Cobek & Muntu



Gambar 148. Ulekan

- Kegunaan: Bumbu basah dan kering (jumlah kecil hingga sedang).
- Kelebihan: Menghasilkan tekstur yang lebih kasar (rustic) dan aroma yang lebih kuat karena tekanan mengurai bumbu secara perlahan.
- Kekurangan: Membutuhkan tenaga dan waktu, hasilnya kurang halus dibandingkan mesin.

b) Blender



Gambar 149. Blender

- Kegunaan: Bumbu basah (jumlah besar).
- Kelebihan: Sangat cepat dan efisien untuk jumlah banyak, menghasilkan pasta bumbu yang sangat halus.
- Kekurangan: Membutuhkan penambahan cairan (air atau minyak) untuk beroperasi, dapat mengubah konsentrasi bumbu.

c) Food Processor



Gambar 150. Food processor

- Kegunaan: Bumbu basah dan semi-kering (jumlah sedang).
- Kelebihan: Menghasilkan tekstur yang lebih kasar dari pada blender, namun lebih cepat dari ulekan. Cocok untuk sambal atau chili paste.
- Kekurangan: Membutuhkan cairan, namun tidak sebanyak blender.

d) Grinder Kopi/Bumbu



Gambar 151. Grinder kopi

- Kegunaan: Bumbu kering (rempah biji-bijian).
 - Kelebihan: Menghasilkan bubuk rempah yang sangat halus dan merata.
 - Kekurangan: Hanya untuk bumbu kering (seperti ketumbar, merica, jintan).
- e. Teknik Menghaluskan Bumbu Kering dan Bumbu Basah
- 1) Teknik Menghaluskan Bumbu Kering (Rempah Biji-bijian) :
- a) Metode Sangrai (Toasting): Sangrai bumbu kering (ketumbar, jintan, merica, kemiri) tanpa minyak hingga harum. Tujuan: Menghilangkan kelembapan, mengaktifkan minyak atsiri, dan meningkatkan rasa.



Gambar 152. Metode sangria

- b) Menggunakan Grinder:
- Dinginkan bumbu yang sudah disangrai.
 - Haluskan menggunakan grinder kopi atau bumbu hingga menjadi bubuk halus.
- c) Menggunakan Ulekan:
- Siapkan bahan bumbu dan cuci hingga bersih.
 - Kupas bawang, jahe, kunyit, atau rempah yang memerlukan pengupasan.
 - Potong kecil bahan keras agar mudah dihancurkan.
 - Masukkan bahan paling keras terlebih dahulu (misal: kemiri, jahe, kunyit).

- Ulek dengan gerakan memutar, menekan, dan menghancurkan hingga halus.
 - Tambahkan bahan lembut belakangan (misal: bawang, cabai).
 - Lanjutkan mengulek sampai bumbu mengeluarkan aroma kuat dan teksturnya rata.
 - Pastikan tidak ada bagian bumbu yang masih kasar.
- 2) Teknik Menghaluskan Bumbu Basah (Bumbu Dasar/Pasta Bumbu)
- a) Menggunakan Ulekan (Cobek):
- Urutan Prioritas: Mulai dari bumbu yang paling keras/berserat (misalnya jahe, kunyit, sereh bagian putih) hingga yang paling lunak (bawang, cabai).
 - Teknik Pengulekan: Tambahkan sedikit garam di awal. Garam bertindak sebagai abrasif yang membantu memecah struktur bumbu. Tekan bumbu sambil digerus (bukan hanya dipukul) hingga tekstur yang diinginkan tercapai.
- b) Menggunakan Blender:
- Tambahkan Cairan: Untuk membantu kerja pisau, tambahkan minyak (untuk hasil lebih kaya dan tahan lama) atau air (untuk masakan berkuah) secukupnya.
 - Teknik Blending: Gunakan mode pulse beberapa kali di awal, kemudian haluskan hingga benar-benar halus dan konsisten menjadi pasta.
- c) Menggunakan Food Processor:
- Potong bumbu menjadi ukuran kecil.
 - Proses hingga bumbu terpotong sangat kecil, menghasilkan tekstur pasta yang biasanya sedikit lebih kasar daripada hasil blender (yang ideal untuk bumbu yang ditumis).

3) Fungsi dan Tujuan Menghaluskan Bumbu

Fungsi menghaluskan bumbu:

a) Maksimalisasi Rasa dan Aroma (Fungsi Kimiawi)

- Pelepasan Minyak Atsiri (Essential Oils) : Bumbu menyimpan senyawa rasa dan aroma (minyak atsiri) di dalam dinding selnya. Proses menghaluskan bumbu, baik dengan ulekan maupun blender, secara fisik memecah dinding sel tersebut. Hasil dari Minyak atsiri dan senyawa volatil (mudah menguap) segera dilepaskan, membuat aroma bumbu lebih kuat, segar, dan siap untuk berinteraksi dengan bahan lain saat dimasak.
- Aktivasi Rasa : Pada beberapa rempah (misalnya biji ketumbar atau kemiri yang disangrai), penghalusan membantu mengaktifkan senyawa rasa yang lebih dalam setelah proses pemanasan awal (sangrai).

b) Keseragaman dan Penetrasi (Fungsi Distribusi)

- Distribusi Rasa yang Merata: Ketika bumbu dihaluskan menjadi pasta atau bubuk, ia dapat tercampur secara sempurna ke dalam cairan, minyak, atau bahan dasar masakan. Hasil dari setiap gigitan atau porsi masakan akan memiliki tingkat rasa yang seragam. Bumbu yang dipotong kasar cenderung berkumpul di satu tempat dan tidak dapat menyebar dengan baik.
- Peningkatan Penetrasi: Bumbu halus memiliki luas permukaan yang sangat besar, memungkinkannya berinteraksi lebih efektif dengan bahan masakan utama (daging, sayuran, santan). Hal ini mempercepat proses meresapnya rasa (penetrasi) ke dalam bahan.

c) Pengendalian Tekstur dan Presentasi (Fungsi Estetika)

- Menghasilkan Konsistensi Halus: Dalam masakan yang mengandalkan kuah kental atau saus (seperti kari, gulai, soto kental, atau sambal), bumbu yang dihaluskan akan menyatu dan menghasilkan tekstur yang lembut tanpa ada serpihan kasar bumbu yang mengganggu saat dikonsumsi.

- Efisiensi dalam Proses Memasak: Bumbu halus lebih cepat matang dan lebih cepat "pecah minyak" (proses menumis hingga minyak terpisah dari pasta bumbu) dibandingkan bumbu yang hanya diiris atau dicincang kasar. Ini mengurangi waktu memasak keseluruhan.

Tujuan menghaluskan bumbu:

- a) Menghasilkan aroma yang lebih kuat. Dengan menghaluskan bumbu, minyak atsiri yang terkandung dalam rempah akan keluar dan menghasilkan aroma yang lebih harum.
- b) Meningkatkan rasa masakan. Bumbu halus menyatu lebih merata dalam makanan sehingga rasa lebih lembut, pekat, dan menyeluruh.
- c) Mempermudah penyerapan bumbu. Tekstur halus membuat bumbu mudah meresap ke dalam daging, ayam, ikan, atau bahan lainnya.
- d) Membantu proses pemasakan. Bumbu halus lebih cepat matang dan mudah ditumis dibandingkan bumbu yang masih utuh atau kasar.
- e) Menentukan karakter rasa masakan tertentu. Banyak masakan Indonesia seperti rendang, opor, gulai, sambal halus, dan kari membutuhkan bumbu yang benar-benar halus untuk rasa otentik.

4) Faktor Yang Mempengaruhi Hasil Penghalusan Bumbu

- a) Kualitas bahan. Bumbu segar atau berkualitas tinggi akan menghasilkan aroma dan rasa lebih kuat.
- b) Teknik penghalusan. Penumbukan atau penggilingan berulang menghasilkan tekstur yang lebih halus.
- c) Kandungan air atau minyak. Bumbu basah biasanya lebih mudah dihaluskan. Untuk bumbu kering, sebaiknya gunakan penggiling khusus agar hasil halus maksimal.

- d) Ukuran bumbu. Bumbu dipotong kecil terlebih dahulu agar lebih cepat halus.
- 5) Kegunaan Bumbu Yang Sudah Dihaluskan
 - a) Dasar masakan: digoreng sebagai bumbu tumis, cabai, atau rempah untuk soto, rendang, gulai.
 - b) Saus atau sambal: bumbu halus lebih mudah diaduk merata.
 - c) Marinasi: bumbu halus menyerap ke dalam daging atau ikan lebih efektif.
 - d) Dekorasi atau finishing: bumbu halus dapat ditaburkan atau dicampur untuk tekstur lembut.
- 6) Tips Menghaluskan Bumbu
 - a) Untuk bumbu basah, tambahkan sedikit minyak atau air agar mudah halus.
 - b) Jangan over-blend karena bisa mengubah tekstur bumbu (terlalu encer).
 - c) Simpan bumbu halus dalam wadah kedap udara di kulkas agar awet dan aroma tetap terjaga.
 - d) Gunakan alat bersih agar tidak ada kontaminasi rasa atau warna.

14. Teknik Potongan

Potongan bahan makanan dilakukan untuk mempersiapkan proses pengolahan makanan ataupun hanya sebagai gamis pada hidangan. Bahan makanan yang membutuhkan pemotongan sebelum proses pengolahan yaitu daging, unggas, ikan, sayuran, dan buah-buahan. Hal-hal yang harus diperhatikan sebelum melakukan pemotongan pada bahan makanan berupa sayuran dan buah-buahan adalah:

- a. Membersihkan sayur dari kotoran yang menempel.
- b. Mempertahankan zat vitamin yang terdapat dalam sayur agar tidak terlalu banyak larut saat pengolahan.
- c. Berupaya mencegah kerusakan pada sayuran.
- d. Mempersiapkan sayuran sebelum diolah sesuai dengan jenis menu yang akan dimasak.

- e. Memotong atau menyiapkan sayuran dengan teknik dan cara menyimpan yang benar.
- f. Kupas dan potong buah atau sayur sedekat mungkin dengan waktu memasak untuk mencegah pengeringan dan kehilangan vitamin.
- g. Kupas setipis mungkin karena banyak nutrisi yang berada dibawah kulit Potong dalam ukuran yang sama
- h. Jaga sayuran atau buah yang dapat berubah menjadi coklat di udara

Fungsi Potongan Bahan Makanan

- a. Mempermudah proses pengolahan bahan makanan.
- b. Menambah nilai estetika makanan.
- c. Menambah selera makan.

Berbagai Macam Potongan Bahan Makanan

- a. Potongan hewani: sapi, domba, kambing, ayam dan ikan

Klasifikasi potongan:

- 1) Dramatisasi kasar: Dramatisasi yang kasar dan tidak beraturan. Episode ini tidak digunakan dalam penyajian hidangan tetapi digunakan untuk memberi rasa, warna pada kaldu, sup, saus, kemudian penyaringan dan potongan tadi dibuang (Mire Poix).
- 2) Potongan khusus: Suatu potongan yang dipotong secara khusus dan beraturan, biasanya digunakan sebagai penghias hidangan soup dan sauce, sayur mayur, selada dan pelengkap atau penyerta makanan utama. Sayuran yang dipotong bentuk khusus, jika dilakukan dengan bentuk potongan dan ukuran yang sama dapat meningkatkan penampilan dari penyajian suatu hidangan.

- 3) Potongan bahan makanan nabati: potongan sayur (vegetable cutting) dan kentang

Potongan Sayuran, Potongan bahan makanan nabati meliputi sayuran dan buah-buahan. Potongan sayuran atau vegetable cutting adalah berbagai jenis potongan sayuran/bahan makanan yang digunakan untuk pengolahan masakan. Berikut ini adalah potongan sayur:

15. Teknik Potongan Sayuran Kentang Berdasarkan Jenis-jenisnya

- a. Jenis-jenis potongan kentang
1) Baton (Batonnet)



Gambar 153. Potato Batonnet

- a) Pengertian: Batonnet berarti "batang kecil" dalam Bahasa Perancis. Ini adalah potongan standar batang persegi panjang yang tebal.
- b) Dimensi: Kentang dipotong menjadi batang dengan ukuran seragam, biasanya 6 mm x 6 mm x 5–6 cm.
- c) Aplikasi: Potongan ini sering disebut Jardinière jika digunakan untuk sayuran rebus. Dalam konteks kentang goreng, potongan ini menghasilkan steak fries atau thick-

cut fries yang luarnya renyah dan bagian dalamnya lembut.

d) Cara memotong:

- Kupas kentang dan potong kedua ujungnya agar rata.
- Bentuk kentang menjadi balok persegi panjang, lalu iris setebal 0,5 cm.
- Tumpuk 2–3 lembar dan potong memanjang selebar 0,5 cm.
- Pastikan potongan seragam agar matang merata saat digoreng.
- Rendam dalam air dingin 15–30 menit untuk mengurangi pati.
- Untuk makanan: Kentang goreng klasik, rebusan sayur, atau lauk pendamping.

2) Allumette



Gambar 154. Potato Allumette

- a) Pengertian: Allumette berarti "korek api" dalam bahasa Perancis. Potongan ini lebih tipis dari Batonnet.
- b) Dimensi: Ukuran seragamnya adalah 3 mm x 3 mm x 5–6 cm.
- c) Aplikasi: Potongan Allumette adalah standar ukuran untuk French Fries (Kentang Goreng) yang umum ditemukan di restoran. Potongan ini menghasilkan

kerenyahan yang baik karena rasio luas permukaan yang seimbang.

d) Cara memotong:

- Cuci dan keringkan kentang, lalu bentuk menjadi balok persegi panjang.
- Iris menjadi lembaran setebal 3 mm, kemudian tumpuk dengan rapi.
- Potong sejajar selebar 3 mm dengan gerakan lurus dan mantap.
- Gunakan mandolin atau pisau tajam untuk ketebalan seragam.
- Rendam hasil potongan dalam air es agar tekstur tetap renyah sebelum digoreng.
- Untuk makanan: Kentang goreng tipis (matchstick fries).

3) Julienne



Gambar 155. Potato Julienne

- a) Pengertian: Julienne adalah potongan yang sangat tipis, seperti benang atau korek api yang sangat halus.
- b) Dimensi: Ukurannya sangat ramping, sekitar 1.5 mm x 1.5 mm x 5 cm.

- c) Aplikasi: Jika diterapkan pada kentang goreng, potongan ini menghasilkan Shoestring Fries. Selain itu, sering digunakan sebagai garnish atau dimasak sangat cepat untuk sup atau salad.
- d) Cara memotong:
- Cuci kentang sampai bersih dan keringkan agar tidak licin. Kupas kulitnya jika perlu.
 - Potong kedua ujung kentang agar rata, lalu bentuk menjadi balok persegi panjang dengan memotong sisi-sisinya.
 - Iris balok menjadi lembaran tipis setebal 2 mm. Gunakan pisau tajam agar hasil rata.
 - Tumpuk beberapa lembar (tidak lebih dari 3 atau 4), lalu potong memanjang selebar 2 mm untuk menghasilkan batang halus.
 - Gunakan pisau chef atau mandolin untuk hasil yang seragam, dan rendam potongan dalam air dingin agar tidak berubah warna.
 - Untuk makanan: Salad, sup bening, atau hiasan tumisan.

4) Brunoise



Gambar 156. Potatao Brunoise

- a) Pengertian: Brunoise adalah potongan dadu (kubus) yang sangat kecil, yang dihasilkan dari potongan Julienne.
- b) Dimensi: Ukurannya adalah kubus seragam 3 mm x 3 mm x 3 mm.
- c) Aplikasi: Potongan ini memerlukan presisi tinggi dan digunakan untuk garnish, isian, atau mirepoix (campuran sayuran dasar) untuk sup atau saus yang membutuhkan tekstur halus dan cepat matang.
- d) Cara memotong:
 - Buat potongan julienne terlebih dahulu.
 - Tumpuk potongan tersebut, lalu potong melintang setiap 2 mm.
 - Gunakan pisau tajam dan gerakan cepat agar hasil bersih.
 - Hindari menekan kentang terlalu keras agar tidak rusak.
 - Untuk makanan: Sup halus, saus, omelet sayur.

5) Wedges (Potato Wedges)



Gambar 157. Potato wedges

- a) Pengertian: Potongan kentang yang berbentuk irisan juring atau baji.

- b) Ciri-ciri: Kentang utuh dipotong menjadi 6, 8, atau 10 bagian memanjang, tergantung ukurannya. Potongan ini tebal dan sering dimasak bersama kulitnya.
- c) Aplikasi: Paling umum digunakan untuk kentang panggang (roast potato) atau kentang goreng tebal yang dibumbui kuat, karena potongan yang besar memungkinkan bagian dalamnya tetap lembut sementara luarnya renyah.
- d) Cara memotong:
 - Belah kentang memanjang menjadi dua.
 - Potong setiap bagian menjadi 3–4 irisan segitiga.
 - Pastikan kulit tetap utuh agar tidak mudah hancur.
 - Untuk makanan: Potato wedges goreng/panggang.

6) Crinkle Cut



Gambar 158. Potato Crinkle Cut

- a) Pengertian: Potongan yang dihasilkan menggunakan pisau bergelombang khusus (crinkle cutter).
- b) Ciri-ciri: Memiliki permukaan yang bergelombang (zig-zag).
- c) Aplikasi: Potongan ini memberikan tekstur yang unik dan meningkatkan luas permukaan kentang, sehingga lebih renyah dan cocok untuk menampung saus atau dip.

7) Hash Brown (Potongan Serut)



Gambar 159. Potato Has Brown

- a) Pengertian: Kentang yang diparut atau diserut kasar.
- b) Ciri-ciri: Bukan potongan kubus atau batang, melainkan untaian serutan kentang yang kemudian dibentuk menjadi patty (bulatan pipih) atau segitiga.
- c) Aplikasi: Hidangan sarapan yang digoreng hingga renyah di luar.

8) Shoestring Fries



Gambar 160. Shoestring Fries

Potongan ini sangat tipis, hampir seperti mie, dan digoreng hingga renyah. Cocok sebagai pelengkap steak yang lebih mewah dan empuk.

9) Tater Tots



Gambar 161. Tater Tots

Terbuat dari kentang parut yang dibentuk menjadi bola kecil sebelum digoreng. Cocok disajikan dengan steak ringan atau steak ayam.

10) Tornado Fries



Gambar 162. Tornado Fries

Kentang ini dipotong memutar sekitar tongkat kayu dan kemudian digoreng, menghasilkan bentuk spiral yang unik. Bagus sebagai pilihan kentang yang berbeda dan menarik. Cara memotong sebuah kentang dengan cara melingkar tanpa putus.

11) Dice Potato



Gambar 163. Dice Potato

Potongan ini berbentuk kubus dan biasanya dipanggang atau digoreng. Baik disajikan dengan steak yang lebih ringan dan memiliki bumbu yang lebih halus. Cara memotong:

- Potong kentang menjadi bentuk batonnet (1 × 1 cm).
- Letakkan batang di talenan, lalu potong melintang setiap 1 cm membentuk dadu.
- Gunakan pisau tajam dan potong dengan tekanan ringan agar tidak pecah.
- Pastikan setiap sisi seragam agar matang rata.
- Untuk makanan: Salad kentang, semur, sup kental.

12) Waffle Fries



Gambar 164. Waffle Fries

Potongan ini memiliki tekstur yang unik, berbentuk seperti wafel, memberikan banyak ruang untuk menampung saus dan bumbu. Ini adalah pendamping sempurna untuk steak yang lebih kompleks, seperti T-bone.

13) Potato Skins



Gambar 165. Potato Skins

Diisi dengan keju dan rempah-rempah, potongan kentang ini paling baik disajikan dengan jenis steak yang memiliki profil rasa yang lebih sederhana, memastikan bahwa kedua komponen dapat saling melengkapi tanpa mengalahkan yang lain.

14) Kettle Chips



Gambar 166. Kettle Chips

Berbeda dari potongan kentang biasanya, kettle chips sangat tipis dan renyah. Ini adalah pilihan yang lebih casual, cocok untuk steak sandwich atau pilihan steak yang lebih ringan.

15) Paysanne



Gambar 167. Potato Paysanne

Bentuk & Ukurannya Tipis dan kecil, berbentuk segi empat atau segitiga (tebal $\pm 1-2$ mm). Teknik Pemotongan yaitu Lembaran kentang diiris sesuai bentuk geometri yang diinginkan. Kegunaan: Cepat matang, cocok untuk masakan berkuah. Cocok Untuk: Sup bening atau vegetable soup.

16) Pommes Pont-Neuf



Gambar 168. Pommes Pont-Neuf

Bentuk & Ukuran Batang besar dan tebal (1,5–2 cm). Teknik Pemotongan yaitu Kentang dipotong persegi besar dan digoreng dengan minyak panas sedang. Kegunaan: Tahan lembek karena ukurannya tebal. Cocok Untuk: Steakhouse fries atau lauk daging panggang. Cara memotong:

- Cuci dan kupas kentang, potong ujungnya untuk membuat bentuk persegi panjang.
- Iris menjadi lembaran setebal 1 cm, lalu potong memanjang selebar 1 cm.
- Gunakan gerakan potong mantap agar hasil lurus dan rata.
- Rendam dalam air dingin minimal 30 menit untuk mengeluarkan pati.
- Keringkan sebelum digoreng agar tidak menyerap minyak berlebih.
- Untuk makanan: Kentang goreng tebal (steak fries), kentang panggang.

17) Pommes Cha`teau



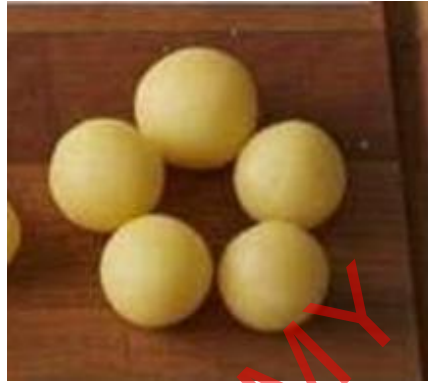
Gambar 169. Pommes cha`teau

Bentuk & Ukuran Bentuk lonjong silinder ± 5 cm panjang. Teknik Pemotongan: Kentang dibentuk dengan pisau halus membulat di ujung. Kegunaan: Sering digunakan untuk penyajian formal. Cocok Untuk: Kentang rebus atau panggang dalam hidangan fine dining. Cara memotong:

- Potong kentang menjadi balok panjang.

- b) Gunakan pisau paring untuk membentuk sisi melengkung sebanyak 7 sisi.
- c) Putar perlahan agar bentuk oval seragam.
- d) Untuk makanan: Pommes Château (pendamping steak).

18) Pommes fondants



Gambar 170. Pommes Fondants

Bentuk & Ukura Potongan silinder tebal (± 5 cm) dengan sisi rata. Teknik Pemotongan Dibentuk rapi, lalu dimasak perlahan dengan kaldu dan mentega. Kegunaan: Tekstur lembut dan rasa gurih. Cocok Untuk: Pendamping steak, daging panggang, atau ayam bakar.

19) Pommes Pailles



Gambar 171. Pommes Pailles

Pengertian: Potongan sangat tipis seperti jerami.

Ukuran: $0,1 \times 0,1 \times 5$ cm

Cara memotong:

- Iris kentang memanjang sangat tipis.
- Rendam dalam air dingin agar tetap renyah.
- Keringkan sebelum digoreng.
- Untuk makanan: Topping steak atau burger.

20) Pommes Anna



Gambar 172. Pommes Anna

Pengertian: Irisan tipis disusun bertumpuk dan dipanggang dengan mentega.

Ukuran: 0,1 cm tebal

Cara memotong:

- Iris kentang bundar setipis mungkin.
- Oles mentega di setiap lapisan dan susun dalam wajan tahan oven.
- Panggang hingga keemasan.
- Untuk makanan: Hidangan klasik Prancis.

21) Slaw/Fine Slice



Gambar 173. Slaw/Fine Slice

Pengertian: Irisan halus panjang seperti serutan.

Ukuran: 0,1 cm tebal

Cara memotong:

- a) Iris memanjang setipis mungkin menggunakan mandolin.
- b) Potong searah serat kentang agar tekstur lembut.
- c) Untuk makanan: Salad coleslaw, kentang goreng halus.

16. Teknik Potongan Sayuran Wortel Berdasarkan Jenis-jenisnya

Teknik Potongan dan Jenis-Jenis Potongan Sayuran Wortel

- a. Jardiniere



Gambar 174. Jardiniere (carrot)

Potongan Jardiniere adalah bentuk potongan dengan ukuran berkisar 3cm x 1cm x 1cm.

b. Julienne



Gambar 175. Julienne (carrot)

Potongan Julienne adalah potongan yang berbentuk Panjang dan tipis seperti batang korek api dengan ukuran: ± 3 mm tebal dan lebar, panjang ± 5 cm. Kegunaan: Salad, hiasan (garnish), atau isian lumpia.

Cara memotong:

- 1) Cuci dan kupas wortel. Potong ujung-ujungnya, lalu potong wortel menjadi beberapa bagian sepanjang 5-7,5 cm.
- 2) Potong salah satu sisi wortel agar memiliki permukaan yang rata. Lakukan ini pada tiga sisi lainnya secara bergantian sehingga wortel berbentuk persegi panjang.
- 3) Letakkan wortel pada sisi yang rata, lalu iris menjadi papan-papan tipis dengan ketebalan sekitar 0,5 cm.
- 4) Tumpuk beberapa papan tipis di atas satu sama lain. Potong tumpukan tersebut memanjang dengan ketebalan yang sama hingga menjadi batang-batang tipis seperti korek api.

c. Brunoise



Gambar 176. Brunoise (carrot)

Potongan Brunoise adalah potongan berukuran sekitar 3 mm (sekitar 1/8 inci) per sisi. Potongan ini dimulai dengan memotong bahan menjadi potongan julienne (seperti korek api), lalu memotongnya lagi secara melintang menjadi dadu-dadu kecil. Kegunaan: Saus, sup kental (consommé), atau hiasan yang elegan. Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Potong ujung wortel dan buang bagian yang tidak rata.
- 2) Potong wortel menjadi beberapa bagian pendek, sekitar 5 cm. Letakkan satu potongan wortel di atas talenan, lalu iris keempat sisinya secara perlahan untuk membuat balok persegi panjang yang rata dan rapi. Sisa potongan bisa digunakan untuk kaldu.
- 3) Letakkan balok wortel di talenan, lalu iris memanjang hingga menjadi lembaran-lembaran tipis setebal 3 mm.
- 4) Tumpuk lembaran wortel yang sudah diiris. Kemudian, potong kembali secara memanjang dengan ketebalan yang sama (sekitar 3 mm) hingga membentuk stik-stik tipis (*julienne*).
- 5) Susun stik-stik wortel yang sudah jadi, lalu putar 90 derajat. Potong melintang dengan jarak yang sama.

d. Paysanne



Gambar 177. Paysanne (carrot)

Potongan paysanne pada wortel adalah potongan tipis dan datar dengan bentuk beragam seperti kotak, segitiga, bulat, atau setengah lingkaran, tergantung bentuk alami sayurannya. Ukurannya biasanya sekitar 1 cm × 1 cm × 0,3 cm. Cara memotong:

- 1) Iris kentang menjadi lembaran setebal 2 mm.
- 2) Potong menjadi kotak berukuran 1 cm.
- 3) Gunakan mandolin agar ketebalan seragam.
- 4) Hasilnya berupa irisan kecil dan tipis yang cepat matang.
- 5) Untuk makanan: Sup sayur, capcay, tumisan ringan.

e. Chiffonade



Gambar 178. Chiffonade (carrot)

Potongan Chiffonade adalah potongan dengan bentuk seperti pita panjang dan tipis dengan ukuran panjang $\pm 5\text{--}6\text{ cm}$, lebar $\pm 1\text{--}2\text{ mm}$.

f. Rondelle



Gambar 179. Rondelle (carrot)

Potongan rondelle pada wortel adalah irisan melintang berbentuk bulat (seperti koin atau cincin tipis) yang mengikuti bentuk asli wortel dengan ukuran standar potongan rondelle $0,3\text{ cm} - 0,5\text{ cm}$ (tergantung kebutuhan masakan). Kegunaan: Sup, tumisan, dan hidangan pendamping.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya.
- 2) Posisikan wortel secara horizontal di atas talenan.
- 3) Iris wortel dari salah satu ujung hingga ke ujung lainnya dengan pisau. Gunakan buku jari tangan yang memegang wortel sebagai panduan agar potongan tetap rata.
- 4) Pastikan setiap irisan memiliki ketebalan yang sama. Ketebalan yang seragam penting agar wortel matang secara merata saat dimasak.
- 5) Saat memotong, selalu pastikan jari-jari Anda berada dalam posisi *claw grip* (ditekuk ke dalam) untuk melindungi tangan dari pisau.

g. Macedoine



Gambar 180. Macedoine (carrot)

Potongan Macedoine adalah bentuk potongan dengan ukuran 12 mm x 12 mm x 12 mm, Lalu potong irisan tersebut berukuran 12mm x 12mm x 12mm lagi. Cara memotong:

- 1) Buat potongan bâtonnet kecil (0,5 cm).
- 2) Iris melintang setiap 0,5 cm membentuk dadu kecil.
- 3) Gunakan pisau tajam dan jaga ukuran agar seragam.
- 4) Rendam dalam air agar tetap segar.
- 5) Untuk makanan: Salad sayur, campuran sayur rebus.

h. Lozenge



Gambar 181. Lozenge

Potongan lozenge pada wortel adalah potongan berbentuk belah ketupat (diamond shape) dengan ukuran sekitar 2 cm × 1 cm × 0,3 cm.

i. Batonnet



Gambar 182. Batonnet (carrot)

Potongan Batonnet adalah potongan dengan ukuran standar potongan batonnet 0,6 cm × 0,6 cm × 5 cm. Kegunaan: Tumisan, finger food, atau sayuran pelengkap (side dish).

Cara memotong:

- 1) Cuci bersih wortel dan kupas kulitnya. Potong bagian ujung atas dan bawah wortel. Jika wortel berukuran besar, potong terlebih dahulu menjadi dua atau empat bagian memanjang agar lebih mudah dipegang.
- 2) Potong sedikit bagian samping wortel agar bentuknya menjadi datar dan dapat diletakkan stabil di atas talenan. Cara ini akan memudahkan Anda memotong.
- 3) Potong wortel menjadi balok-balok dengan lebar sekitar 1 cm dan ketebalan yang seragam. Pastikan semua sisi balok lurus dan rapi.
- 4) Potong setiap balok secara memanjang dengan ketebalan yang sama, yaitu sekitar 1 cm, sehingga membentuk stik berukuran sekitar 5-6 cm. Potongan ini dikenal sebagai batonnet dan sering digunakan untuk tumisan atau sebagai pendamping steak.

j. Oblique



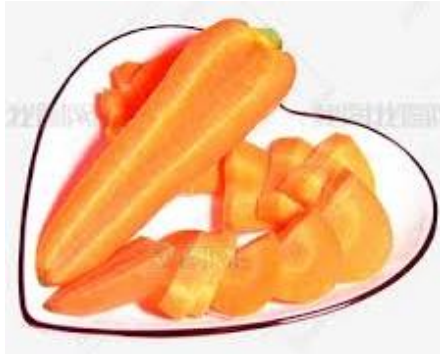
Gambar 183. Oblique

Potongan diagonal (sering juga disebut oblique cut atau bias cut) adalah potongan miring pada bahan makanan seperti wortel, sehingga hasilnya berbentuk oval atau lonjong. Potongan ini dibuat dengan cara mengiris wortel miring sekitar 45° dari arah panjangnya, bukan tegak lurus seperti potongan rondelle. Ukuran ketebalan potongan biasanya 0,3–0,5 cm, tergantung kebutuhan masakan. Kegunaan: Hidangan yang memerlukan waktu masak lebih cepat atau hiasan.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Potong ujung-ujung wortel.
- 2) Letakkan wortel secara horizontal di atas talenan.
- 3) Posisikan pisau dengan sudut miring, sekitar 45 derajat. Buat irisan diagonal pertama pada wortel.
- 4) Putar wortel sekitar seperempat putaran (90 derajat) ke arah Anda.
- 5) Iris wortel lagi dengan sudut yang sama. Anda akan melihat bahwa potongan pertama memiliki dua sisi miring.
- 6) Terus gulirkan dan iris wortel hingga habis. Jika wortel terlalu tebal, potong wortel menjadi dua bagian memanjang terlebih dahulu agar potongannya lebih seragam.

k. Half Moon



Gambar 184. Half Moon

Potongan Half Moon adalah bentuk potongan setengah lingkaran atau bulan sabit dengan ukuran tebal potongan umumnya 2–5 mm, tergantung kebutuhan masakan.

l. Vichy Carrot



Gambar 185. Vichy Carrot

Potongan Vichy Carrot adalah bentuk potongan dengan cara kupas kulit dari belakang ke depan dan potong empat atau lima cm atau setengah wortel, lalu potong sisinya hingga rata sampai berbentuk seperti bunga carnation. Kegunaan: Menambah daya tarik visual, terutama pada hidangan seperti capcai.

Cara memotong:

- 1) Cuci dan kupas wortel. Pilih wortel yang ukurannya cukup besar dan lurus agar mudah diukir.
- 2) Dengan pisau yang tajam, buat takik (irisan) memanjang berbentuk huruf "V" di sekeliling wortel. Buat sekitar 5 hingga 6 takik dengan jarak yang sama untuk membentuk kelopak.
- 3) Setelah semua takik selesai, letakkan wortel di talenan secara horizontal dan iris menjadi kepingan-kepingan setebal sekitar 0,5 cm. Setiap irisan akan menampilkan bentuk bunga.
- 4) Rendam dalam air dingin. Agar kelopak bunga sedikit merekah dan terlihat lebih cantik, rendam irisan wortel dalam air dingin selama beberapa saat.

m. Diagonal



Gambar 186. Diagonal

Potongan Diagonal adalah potongan dengan bentuk lonjong atau oval (karena dipotong miring). Arah potong miring sekitar 45° terhadap panjang wortel dengan ukuran tebal $\pm 0,3 - 0,5$ cm, seragam.

n. Tourne (Potongan Perancis)



Gambar 187. Tourne (Potongan Perancis)

Tourne memiliki bentuk lonjong menyerupai peluru kecil dengan ujung tumpul dengan jumlah sisi 7 sisi melengkung (kadang 5–7 tergantung keterampilan), panjang: ± 5 cm dan diameter tengah: $\pm 1,5$ –2 cm. Kegunaan: Hidangan elegan yang membutuhkan tampilan yang seragam dan matang sempurna.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Pilih wortel yang ukurannya cukup besar dan lurus.
- 2) Potong wortel menjadi potongan-potongan yang lebih pendek dengan panjang sekitar 4–5 cm.
- 3) Pegang wortel dengan mantap. Buat irisan pertama secara miring di salah satu sisi wortel.
- 4) Putar wortel dan buat irisan miring kedua, berdekatan dengan irisan pertama, untuk membentuk sisi kedua dari "barel".
- 5) Terus putar wortel dan potong sisi-sisi lainnya hingga terbentuk total tujuh sisi yang melengkung dan seragam. Tujuan dari gerakan memutar ini adalah untuk menghasilkan bentuk oval dengan ujung yang meruncing.
- 6) Jika perlu, haluskan tepi potongan dengan pisau untuk memastikan semua sisi tampak mulus dan rapi.

o. Small Dice (Potongan Dadu Kecil)



Gambar 188. Small Dice

Potongan small dice adalah teknik memotong bahan makanan menjadi bentuk dadu kecil dengan ukuran yang seragam sekitar $0,5 \text{ cm} \times 0,5 \text{ cm} \times 0,5 \text{ cm}$. Kegunaan: Sup, isian, dan hiasan.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Potong ujung wortel dan buang bagian yang tidak rata.
- 2) Potong wortel menjadi beberapa bagian pendek, sekitar 5 cm. Letakkan satu potongan wortel di atas talenan, lalu iris keempat sisinya secara perlahan untuk membuat balok persegi panjang yang rata dan rapi. Sisa potongan bisa digunakan untuk kaldu.
- 3) Letakkan balok wortel di talenan, lalu iris memanjang hingga menjadi lembaran-lembaran tipis setebal 3 mm.
- 4) Tumpuk lembaran wortel yang sudah diiris. Kemudian, potong kembali secara memanjang dengan ketebalan yang sama (sekitar 3 mm) hingga membentuk stik-stik tipis (*julienne*).
- 5) Susun stik-stik wortel yang sudah jadi, lalu putar 90 derajat. Potong melintang dengan jarak yang sama.

p. Medium Dice (Potongan Dadu Sedang)



Gambar 189. Medium Dice

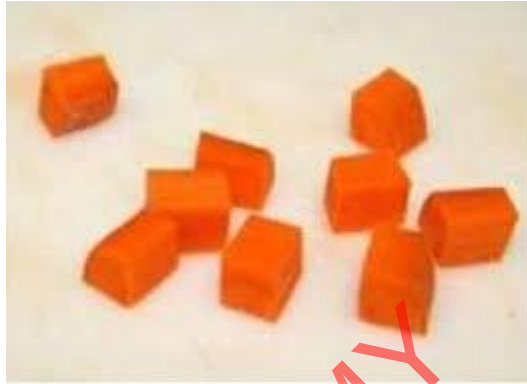
Medium dice adalah teknik memotong bahan makanan, termasuk wortel, menjadi bentuk kubus sedang dengan ukuran sekitar 1/2 inci (1,2 cm) di setiap sisinya. Kegunaan: Bahan tambahan untuk berbagai hidangan, seperti tumisan dan kari.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Potong ujung pangkal wortel.
- 2) Potong wortel menjadi beberapa bagian yang lebih pendek, sekitar 5 cm, agar lebih mudah diolah.
- 3) Letakkan satu potongan wortel di atas talenan. Iris keempat sisinya secara perlahan untuk membentuk balok persegi panjang yang rapi. Potongan sisa bisa digunakan untuk membuat kaldu.
- 4) Letakkan balok wortel yang sudah rapi di talenan. Iris memanjang hingga menjadi lembaran-lembaran tebal dengan ketebalan sekitar 1,2 cm.
- 5) Tumpuk lembaran-lembaran wortel yang sudah diiris. Kemudian, potong kembali secara memanjang dengan ketebalan yang sama (sekitar 1,2 cm) hingga membentuk stik-stik sedang.

- 6) Susun stik-stik wortel yang sudah jadi. Kemudian, potong melintang dengan jarak yang sama (sekitar 1,2 cm) untuk membentuk potongan dadu yang seragam.

q. Large Dice (Potongan Dadu Besar)



Gambar 190. Large Dice

Large dice adalah teknik memotong bahan makanan, termasuk wortel, menjadi bentuk kubus besar dengan ukuran sekitar $\frac{3}{4}$ inci (± 2 cm) di setiap sisinya. Kegunaan: Sup, semur, dan hidangan berkuah lainnya yang dimasak dalam waktu lama. Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya.
- 2) Potong wortel menjadi beberapa bagian yang lebih pendek dengan panjang sekitar 5 cm. Letakkan potongan wortel di atas talenan, lalu iris tipis salah satu sisinya memanjang untuk membuat permukaan rata sebagai alas. Lakukan hal yang sama pada sisi-sisi lainnya hingga membentuk balok persegi panjang.
- 3) Letakkan balok wortel di talenan, lalu iris memanjang hingga menjadi lembaran-lembaran setebal sekitar 2 cm.
- 4) Tumpuk lembaran wortel yang sudah diiris, lalu potong kembali secara memanjang dengan ketebalan yang sama (sekitar 2 cm) hingga membentuk stik-stik tebal.

- 5) Susun stik-stik wortel yang sudah jadi, kemudian potong melintang dengan jarak yang sama (sekitar 2 cm) untuk membentuk potongan dadu yang seragam.

r. Sifflet (Diagonal Slice)



Gambar 191. Sifflet (Diagonal Slice)

Potongan Bias Cut adalah bentuk potongan lonjong atau oval (karena dipotong miring) dengan sudut potong sekitar 45° dari arah panjang wortel dan dengan ketebalan 0,3 – 0,5 cm (bisa disesuaikan). Kegunaan: Tumisan dan hidangan oriental untuk menambah daya tarik visual.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih, lalu kupas kulitnya. Potong kedua ujung wortel untuk membuat permukaan yang rapi.
- 2) Posisikan pisau Anda pada sudut sekitar 45 derajat dari arah wortel. Pegang wortel dengan kuat menggunakan satu tangan dan pisau dengan tangan lainnya.
- 3) Buat irisan pertama. Setelah itu, teruskan mengiris wortel dengan sudut kemiringan yang sama, hingga menghasilkan potongan-potongan oval yang seragam.
- 4) Selama memotong, posisikan jari-jari tangan yang memegang wortel dengan aman, yaitu ditekuk ke dalam (*claw grip*), untuk menghindari luka.

s. Stick Cut



Gambar 192. Stick Cut

Potongan Stick Cut adalah bentuk potongan panjang, lurus seperti batang atau stik dengan ukuran umum Panjang $\pm 5-6$ cm, Tebal $\pm 0,5-1$ cm.

t. Matignon



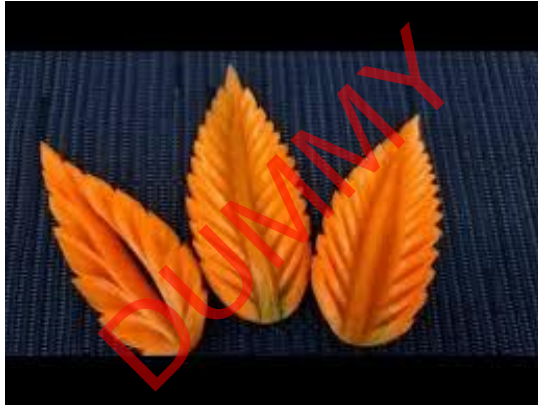
Gambar 193. Matignon

Potongan Matignon adalah Bentuk potongan dadu kecil dengan ukuran: $\pm 0,5$ cm tiap sisi. Potongan terkecil dari wortel, biasanya jauh lebih kecil dari brunoise. Kegunaan: Memberikan rasa wortel pada masakan tanpa menambahkan tekstur yang signifikan, seperti dalam saus atau sup kental.

Cara memotong:

- 1) Cuci bersih wortel, lalu kupas dan potong ujungnya.
- 2) Potong wortel menjadi 2 atau 3 bagian agar lebih mudah dipegang.
- 3) Buat potongan memanjang, iris setiap potongan wortel menjadi beberapa irisan tipis memanjang, mirip seperti potongan julienne.
- 4) Tumpuk irisan-irisan tipis tersebut, lalu cincang bolak-balik menggunakan pisau hingga menjadi potongan-potongan yang sangat kecil dan halus.

u. Leaf Cut



Gambar 194. Leaf Cut

Leaf cut adalah potongan wortel yang berbentuk seperti daun tipis, pipih, dan memiliki sisi lancip di ujungnya. Bentuk potongan leaf cut seperti daun – oval memanjang, dengan ujung runcing di satu atau dua sisi dengan panjang sekitar 3–5 cm dan ketebalan sekitar 2–3 mm.

v. Grated



Gambar 195. Grated

Potongan Grated adalah bentuk potongan serpihan kecil dan halus dengan ukuran: Panjang $\pm 1-2$ mm, sangat lembut.

w. Potongan Kasaran (Rough-cut)



Gambar 196. Rough-cut

Wortel dipotong menjadi potongan-potongan besar yang tidak beraturan. Kegunaan: Bahan dasar untuk kaldu atau sup yang akan dihaluskan, di mana ukuran tidak terlalu penting.

Cara memotong:

- 1) Cuci dan kupas wortel. Potong ujung wortel.

- 2) Potong secara memanjang, untuk wortel berukuran besar, potong menjadi dua bagian memanjang terlebih dahulu agar lebih mudah ditangani.
- 3) Potong melintang, potong lagi secara melintang menjadi beberapa bagian besar yang tidak beraturan.
- 4) Lakukan langkah ini pada sisa wortel yang sudah dipotong memanjang. Hasil akhirnya akan menjadi potongan-potongan besar yang kasar

x. Brunoise halus (Fine Brunoise)



Gambar 197. Fine Brunoise

Versi yang lebih kecil dari brunoise.

Kegunaan: Hiasan yang sangat halus untuk hidangan kelas atas.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Potong kedua ujung wortel untuk memudahkan proses memotong.
- 2) Potong wortel menjadi beberapa bagian yang lebih pendek, sekitar 5 cm. Letakkan satu potongan di atas talenan, lalu iris keempat sisinya secara perlahan hingga membentuk balok persegi panjang yang rata. Simpan sisa potongan untuk sup atau kaldu.
- 3) Letakkan balok wortel di talenan. Dengan hati-hati, iris memanjang hingga menjadi lembaran-lembaran yang sangat tipis, setebal sekitar 1,5 mm.

- 4) Tumpuk lembaran-lembaran wortel yang sudah diiris. Kemudian, potong kembali secara memanjang dengan ketebalan yang sama (sekitar 1,5 mm) hingga membentuk stik-stik sangat tipis (*fine julienne*).
- 5) Susun stik-stik wortel yang sudah jadi, lalu putar 90 derajat. Potong melintang dengan jarak yang sama (sekitar 1,5 mm) untuk membentuk potongan dadu yang sangat kecil dan seragam.

y. Parutan (Shredded)



Gambar 198. Shredded

Wortel diparut menggunakan parutan atau food processor.

Kegunaan: Salad, coleslaw, dan berbagai hidangan lain yang membutuhkan wortel yang diparut.

Cara memotong:

- 1) Cuci bersih wortel dan kupas kulitnya. Potong wortel menjadi beberapa bagian agar lebih mudah digenggam.
- 2) Letakkan parutan di atas talenan atau wadah untuk menampung hasil parutan.
- 3) Pilih ukuran parutan.
 - a) Untuk hasil kasar: Gunakan sisi parutan dengan lubang yang lebih besar.

- b) Untuk hasil halus: Gunakan sisi parutan dengan lubang yang lebih kecil.
 - 4) Pegang wortel dengan kuat. Gerakkan wortel secara naik-turun pada permukaan parutan. Angling wortel sedikit akan menghasilkan parutan yang lebih panjang.
 - 5) Saat wortel semakin pendek, berhati-hatilah agar jari-jari Anda tidak ikut terparut.
- z. Pita (Ribbons)



Gambar 199. Ribbons

Irisan wortel yang sangat tipis dan panjang, dibuat dengan pengupas sayuran. Kegunaan: Salad, hidangan pembuka (appetizer), atau hiasan.

Cara memotong:

- 1) Ambil peeler dan posisikan di salah satu ujung wortel.
- 2) Tarik peeler secara perlahan namun tegas dari atas ke bawah sepanjang wortel, seperti saat Anda mengupas.
- 3) Irisan pertama biasanya hanya akan berupa kulit. Setelah itu, irisan akan menghasilkan pita wortel yang lebih lebar dan berwarna.
- 4) Putar wortel setelah beberapa kali irisan. Ulangi proses ini sampai Anda mendapatkan jumlah pita yang diinginkan atau sampai Anda mencapai bagian inti wortel.

- 5) Saat wortel semakin kecil, berhati-hatilah agar jari-jari Anda tidak terluka. Anda bisa menggunakan garpu untuk menahan wortel agar lebih aman.

aa. Batang (Allumette)



Gambar 200. Allumette

Versi lebih kecil dan tipis dari baton, mirip dengan julienne tetapi lebih panjang.

Kegunaan: Hiasan, salad, atau sayuran tumis.

Cara memotong:

- 1) Cuci wortel hingga bersih dan kupas kulitnya. Potong kedua ujungnya.
- 2) Potong wortel menjadi beberapa bagian yang lebih pendek, sekitar 4–5 cm. Iris keempat sisinya secara perlahan untuk membuat balok persegi panjang yang rapi.
- 3) Letakkan balok wortel di talenan dan iris memanjang menjadi lembaran-lembaran tipis setebal 3 mm.
- 4) Tumpuk lembaran wortel yang sudah diiris. Kemudian, potong kembali secara memanjang dengan ketebalan yang sama (sekitar 3 mm) hingga membentuk stik-stik yang seragam.

bb. Cincang halus (Fine mince)



Gambar 201. Fine Mince

Versi yang lebih halus dari potongan cincang, mendekati tekstur pasta. Kegunaan: Isian atau saus yang membutuhkan tekstur halus.

Cara memotong:

- 1) Kumpulkan potongan dadu wortel di tengah talenan.
- 2) Letakkan ujung pisau di papan talenan, lalu angkat dan turunkan gagang pisau. Gerakkan pisau maju mundur dengan gerakan mengayun untuk mencacah wortel.
- 3) Saat mencacah, gunakan tangan Anda yang tidak dominan untuk menahan ujung tumpul pisau dan mengumpulkan potongan wortel ke tengah kembali.
- 4) Lanjutkan mencacah hingga wortel mencapai konsistensi yang Anda inginkan.

17. Teknik Potongan Ikan Berdasarkan Jenis-jenisnya

Ikan adalah bahan makanan yang berasal dari hewan air yang hidup di laut maupun di air tawar, yang memiliki kandungan protein tinggi, serta mudah dicerna tubuh manusia.

Menurut Winarno (2004) dalam buku Kimia Pangan dan Gizi, Ikan merupakan salah satu bahan pangan hewani yang kaya akan protein, asam lemak tak jenuh, vitamin, dan mineral, namun mudah mengalami kerusakan atau pembusukan. Jadi, ikan dapat diartikan sebagai bahan pangan yang berasal dari hewan air yang bernilai gizi tinggi, terutama protein dan lemak sehat, tetapi mudah rusak jika tidak disimpan atau diolah dengan benar. Cara Memilih Ikan yang Baik dan Segar

- a. Mata. Ikan segar memiliki mata jernih, menonjol, dan tidak cekung. Mata yang keruh atau cekung menandakan ikan sudah lama.
- b. Insang. Warna insang merah terang atau merah muda, serta tidak berlendir tebal. Insang yang berwarna coklat atau keabu-abuan menunjukkan ikan tidak segar.
- c. Bau. Ikan segar berbau segar khas laut atau air tawar. Bau busuk atau asam menandakan pembusukan.
- d. Kulit dan sisik. Sisik melekat kuat dan mengilap. Kulit tidak kusam dan tidak terkelupas.
- e. Daging. Daging ikan padat, kenyal, dan elastis. Bila ditekan jari tidak meninggalkan bekas. Daging lembek atau mudah hancur menunjukkan ikan sudah tidak segar.
- f. Perut. Perut ikan utuh, tidak pecah, dan tidak berbau menyengat.

Jenis-jenis potongan ikan

- 1) Fillet



Gambar 202. Fillet Fish

Potongan daging ikan yang tipis dan tanpa tulang, biasanya dari bagian sisi ikan. Kegunaan: Ideal untuk memasak cepat seperti menggoreng, memanggang, atau membuat sushi, karena mudah dimasak dan memiliki tekstur lembut.

2) Steak



Gambar 203. Fish Steak

Potongan tebal (sekitar 2-3 cm) dari ikan besar seperti tuna atau salmon, termasuk tulang. Kegunaan: Cocok untuk grilling atau baking, memberikan rasa kaya dan tekstur padat, sering digunakan dalam hidangan steak ikan.

3) Cube



Gambar 204. Fish Cube

Potongan kecil-kecil berbentuk kubus dari daging ikan. Kegunaan: Digunakan dalam sup, kari, atau tumisan, karena cepat matang dan mudah bercampur dengan bahan lain.

4) Delice



Gambar 205. Delice

Potongan delice adalah potongan fillet utuh Panjang, kemudian di simpul menjadi bulatan atau dilipat. Caranya : pertama-tama fillet flash fish, lalu bagi menjadi dua bagian, setelah itu ikan yang sudah di fillet di bentuk seperti pita atau simpul bisa juga menjadi bulatan atau dilipat. Kegunaan: Potongan delice digunakan untuk hidangan panggang (baked fish), kukus, atau untuk sajian fine dining karena tampilannya menarik.

5) Supreme



Gambar 206. Supreme

Potongan supreme" bisa merujuk pada potongan fillet ikan premium tanpa tulang yang diiris diagonal atau miring untuk penyajian yang elegan. Selain itu, "Supreme" juga bisa merujuk pada merek kabel listrik yang dijual eceran atau dalam potongan tertentu. Potongan Supreme (ikan)

- a) Definisi: Potongan fillet atau loin ikan premium tanpa tulang yang dipotong diagonal atau miring.
- b) Karakteristik: Potongan ini terlihat rapi, memiliki tampilan yang menarik, dan tekstur yang lembut serta lembap.
- c) Penggunaan: Sering digunakan dalam hidangan kelas atas karena penampilannya yang istimewa.
- d) Metode memasak: Cocok dipanggang, dibakar, atau ditumis.
- e) Cara pemotongan: Ikan difillet tanpa dibagi dua, sehingga menghasilkan satu fillet besar. Iris miring fillet tersebut untuk menghasilkan potongan lebar dengan ketebalan sedang.

6) Head



Gambar 207. Head Fish

Bagian kepala ikan, termasuk mata dan otak. Kegunaan: Cocok untuk membuat kaldu atau sup, karena kaya akan gelatin dan rasa, atau dimakan langsung dalam hidangan seperti kepala ikan goreng.

7) Paupiette



Gambar 208. Paupiette Fish

Paupiette adalah potongan ikan tipis yang berisi isian (biasanya daging cincang atau sayuran), lalu digulung atau dilipat. Teknik ini biasanya menggunakan fillet ikan sebagai lapisan luar yang kemudian digulung seperti sosis kecil atau gulungan.

- 1) Bahan dasar: Menggunakan fillet ikan yang tipis sebagai "kulit" pembungkus.
- 2) Isian: Diisi dengan berbagai bahan, seperti daging cincang atau bahan lainnya.
- 3) Bentuk akhir: Digulung atau dilipat untuk membentuk seperti gulungan atau sosis.
- 4) Nama lain: Terkadang disebut juga dengan rolled fish.
- 5) Cara pemotongan: Ikan jenis flat fish seperti kakap, nila, atau gurame difillet menjadi dua bagian. Letakkan daging ikan di atas cutting board, beri isian (seperti udang cincang, jamur, atau sayur) di atasnya, kemudian gulung perlahan hingga membentuk silinder.

Kegunaan: Biasa digunakan untuk hidangan kukus, panggang oven, atau disajikan dengan saus seperti white sauce atau lemon butter sauce.

8) Troncon



Gambar 209. Troncon Fish

Potongan tronçon (atau troncon) adalah potongan ikan pipih yang dipotong melintang secara bulat utuh, termasuk dengan durinya, dengan ketebalan sekitar 4-5 cm. Potongan ini umum digunakan untuk ikan seperti turbot atau halibut.

- a) Bahan: Ikan pipih (flat fish) seperti turbot atau halibut.
- b) Ukuran: Ketebalan sekitar 4-5 cm.
- c) Ciri khas: Potongan bulat utuh yang tetap menyertakan duri ikan.
- d) Fungsi: Memberikan porsi yang mengenyangkan dan menambah cita rasa hidangan karena masih ada tulangnya, serta mempertahankan struktur dan rasa ikan saat dimasak.
- e) Metode memasak: Cocok untuk dipanggang atau direbus.
- f) Cara pemotongan: Ikan yang berbentuk pipih (flat fish) dipotong bulat utuh dari badan ikan dengan cara melintang, disertai tulang tengahnya. Tidak dipisahkan dari durinya.

9) Darne



Gambar 210. Darne Fish

Potongan ikan *darne* adalah irisan tebal melintang yang diambil dari ikan berbadan bulat, yang masih mencakup tulang belakang dan kulitnya, mirip dengan steak ikan. Potongan ini biasanya memiliki ketebalan sekitar 2-3 cm dan cocok untuk metode memasak seperti memanggang atau membakar karena dapat mempertahankan rasa dan kelembapan ikan. Cara pemotongan:

Ikan jenis *round fish* (seperti tongkol atau tuna) diletakkan di atas *cutting board*, kemudian dipotong melintang beserta durinya menjadi beberapa bagian, biasanya tiga potongan (bagian kepala, tengah, dan ekor). Kegunaan: Umumnya digunakan untuk membuat steak ikan, ikan bakar, atau hidangan berkuah seperti sarden, karena potongan ini masih memiliki tulang yang memperkuat rasa.

10) Goujon



Gambar 211. Goujon Fish

Potongan ikan *goujon* adalah potongan daging ikan fillet yang dipotong memanjang, biasanya menyerong, dengan ukuran tertentu. Potongan ini mirip dengan 'tongkat' atau 'batang' ikan yang lembut, dan sering kali digoreng hingga renyah di luar. Cara pemotongan: Fillet ikan diletakkan di atas *cutting board*, lalu diiris serong memanjang dengan ukuran panjang sekitar 6–8 cm dan tebal 0,5–1 cm. Kegunaan: Cocok untuk digoreng tepung (*deep fried*) atau dijadikan *fish fingers* (cemilan atau lauk).

11) Loin/Medallion



Gambar 212. Loin/Medallion Fish

Deskripsi: Potongan tebal yang diambil secara memanjang dari bagian punggung ikan besar (misalnya tuna, swordfish, salmon). Cara pemotongan: Ikan besar dibelah memanjang dari tulang punggung (backbone) untuk menghasilkan potongan yang bebas tulang (boneless) dan bebas kulit (skinless) jika diinginkan. Potongan ini kemudian bisa diiris melintang menjadi medallion jika diperlukan. Kegunaan: Karena tebal dan boneless, potongan loin sangat cocok untuk disajikan sebagai hidangan kail (steak ikan), pan-seared, atau grill.

12) Butterfly Fillet/Cutlet (Irisan Kupu-kupu)



Gambar 213. Butterfly Fillet

Deskripsi: Potongan di mana dua fillet ikan tetap terhubung di bagian tengah (biasanya di tulang belakang atau kulit) sehingga membentuk seperti bentuk kupu-kupu saat dibuka. Cara pemotongan: Ikan (sering ikan yang lebih kecil atau rata) difillet dari kedua sisi tetapi dibiarkan bagian belakang atau kulit sebagai penghubung, kemudian dibuka seperti sayap kupu-kupu. Kegunaan: Potongan ini bagus untuk dipanggang atau dibakar sekaligus karena dagingnya terbuka lebar dan memungkinkan pematangan yang merata juga presentasi yang menarik.

18. Teknik Potongan Ayam Berdasarkan Jenis-jenisnya

Ayam adalah sebangsa unggas yang biasanya ditenakan di rumah-rumah. Yang termasuk unggas adalah segala jenis ayam, bebek, angsa, kalkun, dan sebagainya. Sebelum memotong karkas ayam, untuk mendapatkan bentuk potongan standar, sebaiknya lebih dulu mengenal kerangka dari ayam / unggas. Dengan demikian akan mempercepat proses pemotongan dan mendapatkan bentuk potongan yang tepat dan sedikitnya serpihan daging yang terbuang. Tanda-tanda Daging Ayam yang Baik:

- a. Terlihat masih segar dan baru dipotong.
- b. Kulitnya licin, mulus, tanpa memar.
- c. Sisi kakinya lunak.
- d. Bulunya tidak terlalu dalam.
- e. Baunya juga masih segar

Teknik Potongan dan Jenis-jenis Ayam. Adapun jenis-jenis potongan ayam, yaitu:

1) Whole Chicken



Gambar 214. Whole Chicken

Ayam utuh tanpa dipotong, masih utuh seluruh bagian tubuhnya termasuk dada, paha, sayap, dan punggung. Kegunaan: Cocok untuk roasting atau baking, memberikan hidangan lengkap dengan rasa merata, sering digunakan dalam hidangan tradisional seperti ayam panggang. Cara pemotongan: Biasanya dibersihkan dari bulu, jeroan, dan kepala, lalu siap digunakan utuh. Kegunaan: Cocok untuk olahan seperti ayam panggang utuh, ayam rebus utuh, atau ayam presto.

2) Breast



Gambar 215. Breast

Potongan daging dada ayam, tanpa tulang atau dengan tulang. Kegunaan: Ideal untuk grilling, stir-fry, atau membuat ayam fillet, karena dagingnya lembut dan rendah lemak, cocok untuk salad atau sandwich. Cara pemotongan: Pisahkan bagian

dada dari tulang dada (tulang sternum) hingga ke bagian sayap. Kegunaan: Sangat baik untuk masakan seperti ayam goreng tepung (fillet), chicken steak, ayam suwir, atau ayam panggang oven.

3) Thigh (Paha Atas)



Gambar 216. Thigh

Potongan paha ayam, termasuk tulang atau tanpa. Kegunaan: Bagus untuk braising atau frying, memberikan tekstur juicy dan rasa gurih, sering digunakan dalam kari atau hidangan pedas. Merupakan bagian atas kaki ayam yang menempel pada tubuh, terdiri dari daging berwarna gelap dan lebih juicy. Cara pemotongan: Dipisahkan di sendi paha dari badan ayam, dipotong di bagian atas lutut. Kegunaan: Cocok untuk ayam goreng, rendang ayam, atau ayam semur karena dagingnya tetap empuk setelah dimasak lama.

4) Drumstick



Gambar 217. Drumstick

Bagian kaki bawah ayam (betis). Kegunaan: Cocok untuk baking atau frying, memberikan potongan praktis untuk camilan seperti ayam goreng, dengan kulit renyah dan daging empuk. Merupakan bagian kaki ayam di bawah lutut, berbentuk seperti stik. Dagingnya padat dan sedikit berurat. Cara pemotongan: Dipisahkan dari bagian paha atas pada sendi lutut. Kegunaan: Sering digunakan untuk ayam goreng tepung, ayam krispi, atau ayam bakar pedas manis.

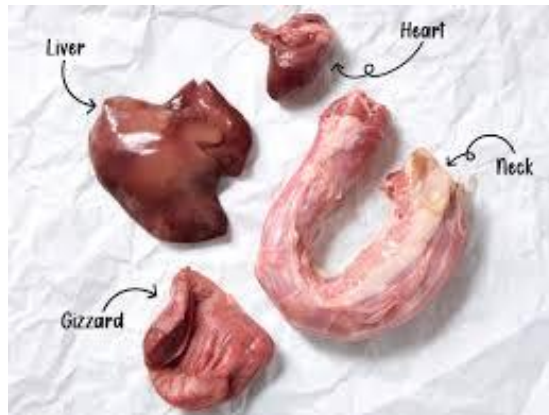
5) Wing



Gambar 218. Wing

Sayap ayam, termasuk bagian drumette, mid-wing, dan tip. Kegunaan: Digunakan untuk frying atau grilling, populer dalam hidangan seperti buffalo wings atau ayam kecap, karena mudah dimakan sebagai camilan. Terdiri dari tiga bagian: drumette (pangkal sayap), wingette (sayap tengah), dan tip (ujung sayap). Cara pemotongan: Potong pada sendi di antara drumette, wingette, dan tip. Kegunaan: Cocok untuk gorengan (fried chicken wing), ayam madu, atau ayam bakar kecap.

6) Giblets (Jeroan Ayam)



Gambar 219. Giblets

Bagian dalam ayam seperti hati, jantung, dan lemak. Kegunaan: Cocok untuk membuat kaldu, sup, atau dimasak sebagai lauk, memberikan rasa kaya dan nutrisi tambahan. Cara pemotongan: Dipisahkan dari tubuh ayam setelah proses pembersihan.

7) Neck



Gambar 220. Neck

Leher ayam. Kegunaan: Digunakan dalam sup atau kaldu, karena kaya akan gelatin dan memberikan rasa mendalam saat direbus lama.

8) Back & Neck (Punggung dan Leher)



Gambar 221. Back & Neck

Bagian punggung ayam. Kegunaan: Sering digunakan untuk membuat stock atau kaldu, karena tulangnya memberikan rasa kuat, atau dipotong untuk hidangan seperti ayam goreng. Deskripsi: Bagian punggung dan leher ayam, yang umumnya lebih sedikit daging namun kaya tulang dan lendir untuk kaldu. Cara pemotongan: Setelah bagian utama tubuh ayam dipisahkan, bagian punggung (termasuk belakang tulang rusuk) dan leher dipotong terpisah dari tubuh utama. Kegunaan: Sering digunakan untuk membuat kaldu, sup ataupun sebagai dasar kuah karena kandungan tulangnya baik untuk rasa dan kekayaan sari.

9) Tenderloin (Fillet Dada Dalam)



Gambar 222. Tenderloin (Chicken)

Potongan kecil dari bagian dalam dada ayam. Kegunaan: Ideal untuk stir-fry atau grilling cepat, memberikan daging sangat lembut dan tanpa tulang, cocok untuk hidangan mewah. Adalah bagian otot kecil yang menempel di sisi dalam dada ayam. Dagingnya lebih lembut dari bagian dada biasa. Cara pemotongan: Dilepas dari bagian bawah dada (fillet) setelah ayam dibelah. Kegunaan: Sering digunakan untuk membuat chicken strip, nugget, sate ayam, atau sup ayam lembut.

10) Ground Chicken atau Mince



Gambar 223. Ground Chicken/Mince

Ayam yang digiling halus. Kegunaan: Digunakan dalam burger, meatballs, atau tumisan, karena mudah dibentuk dan cepat matang, cocok untuk hidangan seperti nugget atau bakso ayam.

11) Half Chicken (Ayam Setengah)



Gambar 224. Half Chicken

Adalah potongan ayam yang dibelah dua secara memanjang dari dada hingga ke bagian belakang, sehingga menghasilkan dua bagian yang sama besar. Cara pemotongan: Pisahkan ayam menjadi dua bagian sejajar tulang belakang. Kegunaan: Cocok untuk masakan panggang atau bakar, seperti ayam bakar setengah ekor.

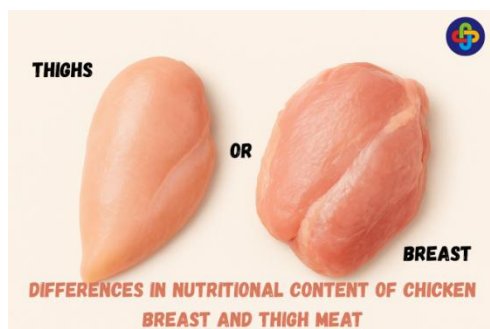
12) Leg Quarter (Paha Utuh)



Gambar 225. Leg Quarter

Gabungan antara paha atas (thigh) dan paha bawah (drumstick) yang belum dipisahkan. Cara pemotongan: Dipotong dari tubuh ayam dengan tetap menyisakan kedua bagian tersebut utuh. Kegunaan: Biasanya untuk ayam panggang utuh, ayam oven, atau ayam goreng besar.

13) Breast Quarter (Seperempat Dada)



Gambar 226. Breast Quarter

Terdiri dari bagian dada dan sebagian sayap, dipotong dari ayam utuh menjadi empat bagian besar. Cara pemotongan: Potong ayam utuh menjadi empat bagian seimbang; dada dan sayap menjadi satu bagian. Kegunaan: Umum untuk ayam panggang atau ayam goreng potongan besar.

14) 8-Piece Cut (Ayam 8 Potong)



Gambar 227. 8-Piece Cut

Adalah pemotongan ayam utuh menjadi delapan bagian standar, yaitu: 2 dada, 2 sayap, 2 paha atas, dan 2 paha bawah. Cara pemotongan: Ayam dibelah dua dari bagian dada, lalu masing-masing bagian dipotong lagi di sendi hingga menjadi delapan potong. Kegunaan: Umum digunakan untuk restoran cepat saji, seperti ayam goreng krispi.

15) Supre`me (Breast With Wing Drumette)



Gambar 228. Supre`me (breast with wing drumette)

Deskripsi: Potongan dada ayam (breast) yang masih menyertakan bagian drummette sayap (bagian pangkal sayap) yang menempel. Cara pemotongan: Pisahkan dada ayam dengan sayap pangkal (drummette) masih terhubung di sendi bahu, potong dengan tulang tetap terpasang. Kegunaan: Digunakan sebagai hidangan premium, sering dipanggang atau dimasak sebagai sajian tunggal karena tampilannya bagus dan dagingnya masih dengan tulang menambah cita rasa.

19. Teknik Potongan Daging Berdasarkan Jenis-jenisnya

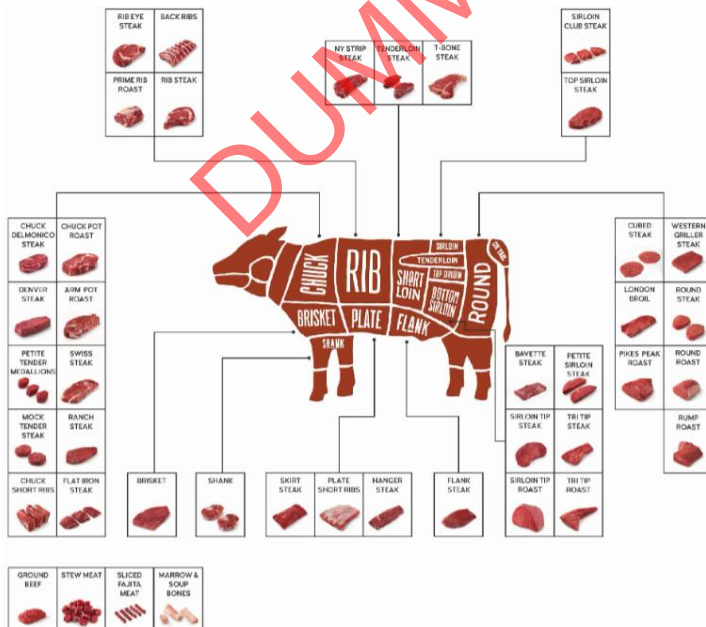
Daging merupakan salah satu bahan makanan mengandung zat gizi protein yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan tubuh manusia. Protein daging mengandung susunan asam amino yang lengkap. Daging merupakan salah satu bahan pangan yang mudah rusak, karena daging mengandung air yang banyak, zat-zat nutrisi yang cukup baik, serta tidak mempunyai pelindung, sehingga mudah dicemari oleh mikroba yang akan merusak daging tersebut.

Jaringan tubuh hewan terdiri atas komponen-komponen fisik, seperti kulit, jaringan lemak, jaringan otot, tulang, jaringan pembuluh darah, dan jaringan saraf. Jaringan otot, lemak, ikat, tulang dan tulang rawan merupakan komponen yang utama. Jaringan otot merupakan komponen yang terbanyak dalam karkas yaitu 35-36% dari berat karkas atau 35-40% dari berat hewan hidup. Otot ini melekat pada kerangka, tetapi ada yang melekat langsung pada tulang rawan dan kulit.

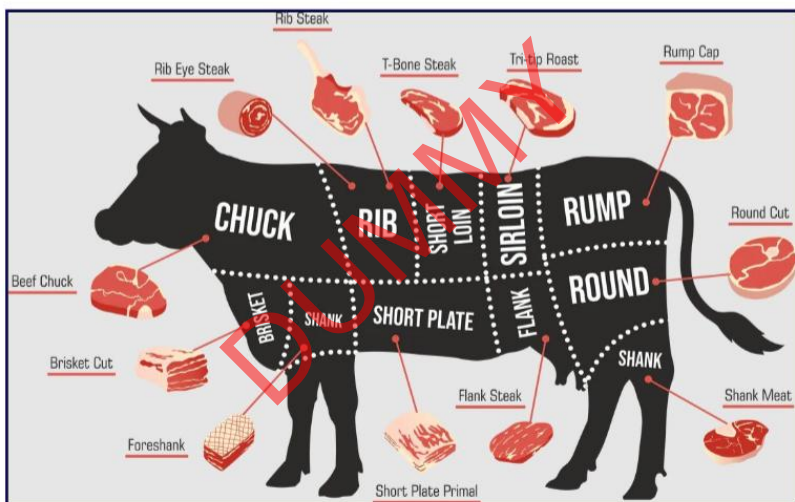
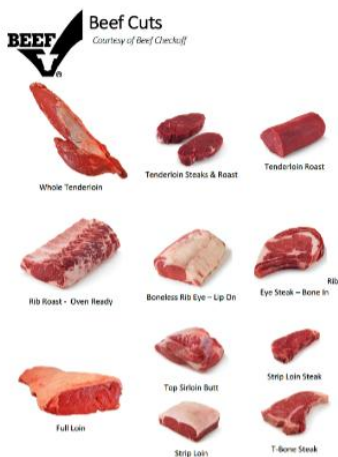
Fungsi Daging :

Daging memiliki kandungan protein mutu tinggi, sebab pada daging terdapat kandungan asam amino esensial yang lengkap dan seimbang. Protein dalam daging lebih mudah dicerna dibandingkan dengan protein yang berasal dari tumbuhan (nabati). Protein sangat dibutuhkan untuk proses pertumbuhan, perkembangan dan pemeliharaan kesehatan tubuh manusia. Ciri-ciri daging yang masih baik.

- Daging mempunyai warna segar, tidak pucat (atau terkadang) ada pula yang tampak agak mengkilat
- Keadaan tekstur dagingnya masih kenyal tidak kaku, apabila dipegang tidak lengket ditangan dan masih terasa agak lembab.
- Sebaiknya tidak mengambil daging yang berwarna ungu kebiru-biruan, apalagi kehitaman, daging yang berwarna seperti itu menunjukkan daging yang sudah rusak
- Walaupun warna daging masih merah, tetapi bila dipegang terasa berlendir, menunjukkan bahwa daging tersebut telah rusak atau busuk.
- Aroma Daging yang masih baik tidak berbau busuk, tidak berbau asam dan tidak berbau basi
- Bila daging disobek dengan tangan, dagingnya padat/susah disobek.

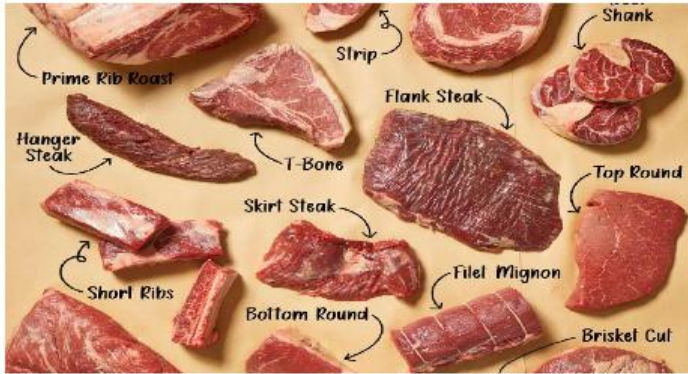


Gambar 229. Macam-macam bagian daging



Gambar 230. Potongan daging

Portioning adalah proses memotong daging menjadi ukuran seragam sesuai kebutuhan menu.



Gambar 231. Portioning

Tujuan Portioning

- Konsistensi ukuran porsi
- Kematangan merata
- Penentuan berat standar (misal: 150g steak, 80g strip)
- Efisiensi biaya (food cost)

Contoh Hasil Portioning

- Steak: 150–250 gram per potong
- Dada ayam: 100–150 gram per filet
- Daging stir-fry: 0.5–1 cm strip panjang

Cara Melakukan Portioning

- Tentukan bentuk potongan (steak, cube, strip)
- Potong melawan arah serat untuk hasil empuk
- Gunakan pisau chef yang berat untuk potongan besar
- Timbang setiap potong agar seragam



Gambar 232. Slicing

Slicing adalah teknik mengiris daging menjadi lembaran tipis atau sedang, tergantung kebutuhan masakan.

Jenis Slicing

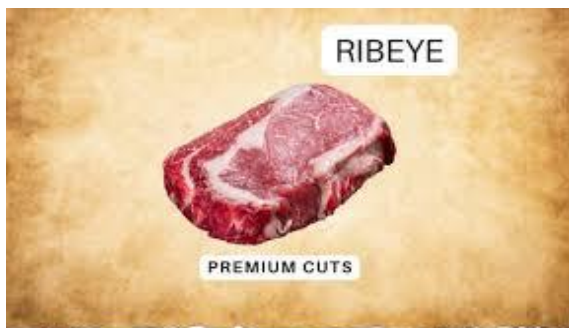
- a. Thin Slice (1–2 mm) → yakiniku, sukiyaki, tumisan cepat
- b. Medium Slice (3–5 mm) → stir fry, tumis pedas
- c. Thick Slice (6–10 mm) → beef steak, chicken steak

Teknik Slicing yang Benar

- a. Iris melawan arah serat agar empuk
- b. Dinginkan daging terlebih dulu agar lebih mudah diiris tipis
- c. Gunakan pisau panjang dengan gerakan maju–mundur (bukan ditekan kuat)
- d. Jaga ketebalan agar seragam untuk kematangan merata

Teknik pemotongan daging sapi

- 1) Ribeye



Gambar 233. Ribeye

Potongan dari bagian punggung atas, kaya lemak marbling. Digunakan untuk steak panggang, grilling, atau stir-fry karena empuk dan beraroma.

2) Sirloin



Gambar 234. Beef Sirloin

Dari bagian punggung tengah. Ideal untuk steak, kebab, atau tumis karena teksturnya padat namun mudah dipotong.

3) Dadu



Gambar 235. Beef Cube

Potongan daging sapi dadu adalah daging sapi yang dipotong berbentuk kubus kecil (sekitar 1,5-3 cm) dengan berbagai ukuran, tergantung pada jenis masakannya. Daging ini

sering digunakan untuk masakan seperti rendang, semur, sate, atau diolah menjadi saikoro beef, yang biasanya dipanggang cepat. Potongan *cubes* merupakan potongan yang biasa digunakan untuk memasak. Biasanya bentuk potongan ini diambil dari bagian *topside*, *short rib*, *chuck tender*, *rump*, dan *shin*.

Cara pemotongan: Jika ingin memotong daging berbentuk *cubes* cukup siapkan pisau yang tajam lalu potong dadu daging dengan ukuran 3×3 cm. Potongan *cubes* biasanya dijadikan campuran mengolah sup daging atau soto daging.

4) Slice



Gambar 236. Beef Slice

Daging slice (atau irisan daging tipis) adalah potongan daging, umumnya daging sapi, yang diiris dengan ketebalan sangat tipis, biasanya antara 1,5 mm hingga 4 mm. Potongan ini sengaja dibuat tipis agar dapat dimasak dengan sangat cepat, seringkali hanya dalam hitungan detik. Untuk mendapatkan irisan yang bagus, daging sapi yang digunakan yaitu bagian *rump*, *knuckle*, *flank*, *topside*, *chuck roll*, *topside*, *cube roll*, dan *strip loin*. Daging dipotong tipis, melintang, pipih, dan cenderung lebar. Potongan *slice* biasa digunakan untuk yakiniku dan sukiyaki.

5) Chop



Gambar 237. Beef Chop

Daging chop cincang didefinisikan sebagai daging, umumnya daging sapi, yang diproses melalui teknik mencincang kasar atau merajang, bukan digiling hingga halus seperti daging giling standar (mince). Penggunaan istilah "chop" di sini merujuk pada teknik memotong yang menghasilkan potongan-potongan daging yang kecil namun tidak seragam dan berukuran lebih besar dibandingkan tekstur halus dan homogen dari daging giling biasa.

Daging chop cincang sengaja dibuat demikian untuk mempertahankan serat dan tekstur daging, memberikan sensasi gigitan yang lebih menonjol dan rasa daging yang lebih kuat saat dikonsumsi. Karena teksturnya yang kasar dan padat, potongan ini sangat populer digunakan dalam pembuatan patty burger gourmet, meatball yang bertekstur, atau isian lainnya yang membutuhkan tekstur daging yang lebih substansial. Cara pemotongan : Untuk mendapatkan potongan ini, anda membutuhkan pisau cincang berukuran besar. Sehingga hasil potongannya pun jadi kecil-kecil dan nampak tak beraturan. Saus pasta atau abon adalah sajian yang biasa menggunakan daging potongan *chop*.

6) Cutlet



Gambar 238. Cutlet

Potongan daging sapi cutlet didefinisikan sebagai irisan daging tanpa tulang yang relatif tipis, biasanya dipotong dari bagian paha belakang sapi (round) atau potongan daging lain yang cocok. Karakteristik utama dari cutlet adalah ketebalannya yang tipis (sekitar 6 mm hingga 1,3 cm) dan fakta bahwa potongan ini sering kali digeprek atau dipukul-pukul secara manual untuk mengempukkan seratnya dan menjadikannya lebih lebar, memastikan daging matang dengan cepat dan merata,

Potongan *cutlet* sebatas mirip dengan potongan *fillet* dengan tujuan memperpendek serat daging sehingga lebih lunak. Bagian yang biasanya dipotong dengan cara ini adalah kaki atau iga sapi. Pertama-tama, buang tulang daging lalu iris tipis. Mirip dengan *fillet*, namun *cutlet* biasanya dipotong merata dengan ketebalan 1 sampai 2 cm. *Katsuretsu* ala Jepang menggunakan daging dengan potongan ini.

7) Mince



Gambar 239. Beef Mince

Daging mince adalah istilah yang umum digunakan di beberapa negara untuk merujuk pada daging giling atau daging cincang halus. Proses pembuatannya melibatkan pelewatan daging, yang sering kali berasal dari potongan ekonomis seperti paha depan atau paha belakang sapi, melalui mesin penggiling (grinder) berulang kali menggunakan plate berlubang kecil.

Tujuan dari proses ini adalah untuk memecah serat daging secara ekstensif, menghasilkan tekstur yang sangat halus, lembut, dan homogen. Berbeda dengan daging chop cincang yang masih mempertahankan tekstur kasar, daging mince memiliki konsistensi seragam yang ideal untuk hidangan yang memerlukan integrasi rasa maksimal dan tekstur yang lembut, seperti saus Bolognese, isian taco, atau Shepherd's Pie.

8) Fillet



Gambar 240. Fillet Beef

Daging sapi fillet mengacu pada potongan daging yang diambil dari bagian yang paling empuk dan bebas dari tulang, lemak tebal, atau jaringan ikat yang keras. Istilah fillet sering kali merujuk secara spesifik pada potongan Has Dalam atau Tenderloin sapi, yaitu otot yang terletak di sepanjang tulang belakang bagian dalam, yang hampir tidak pernah digunakan oleh sapi sehingga sangat lembut.

Daging fillet memiliki karakteristik sangat rendah lemak (lean) dan tekstur yang halus seperti mentega, menjadikannya potongan premium yang paling diminati untuk dibuat steak—seperti Fillet Mignon atau Chateaubriand—serta cocok untuk masakan yang memerlukan waktu masak singkat karena kelembutannya yang alami.

Potongan ini biasanya dipakai untuk daging bagian lurus atau daging has (sirloin), dimana daging dipotong utuh panjang. Potongan daging sealar dengan serat akan membuat alot. Tapi jika potongan berlawanan arah dengan serat daging tekstur akan terasa empuk. Untuk mendapatkan potongan daging fillet, letakkan daging di atas talenan. Lalu bersihkan daging dari serat yang menempel dan selaput kasar yang ada dan dipisahkan. Potong daging dengan cara menyamping berlawanan dengan serat daging. Potongan fillet biasanya digunakan untuk memasak steak.

Cara pemotongan: membersihkan daging dari serat dan selaput kasar, lalu memotongnya melintang berlawanan arah serat agar teksturnya lebih empuk. Biasanya menggunakan bagian lulur atau has/sirloin yang dipotong utuh memanjang, kemudian diiris menyamping dengan ketebalan rata. kegunaan: memasak steak atau hidangan yang membutuhkan daging lembut dan cepat matang.

9) Goujons dan Rolled



Gambar 241. Goujons/Rolled Beef

Goujons merupakan potongan daging sebesar ibu jari, yang sering digunakan dalam hidangan Perancis. Bagian daging yang biasa digunakan yaitu sirloin. Anda dapat memasak *steak*, tumis daging atau *boeuf bourguignon* ala Perancis dengan potongan *goujons*. Sementara *rolled* merupakan daging iris tipis yang digulung. Bagian daging yang biasa digunakan adalah *fore rib* dan *sirloin*. *Roast beef roll ups* dengan *balsamic sauce* adalah salah satu makanan dengan potongan rolled.

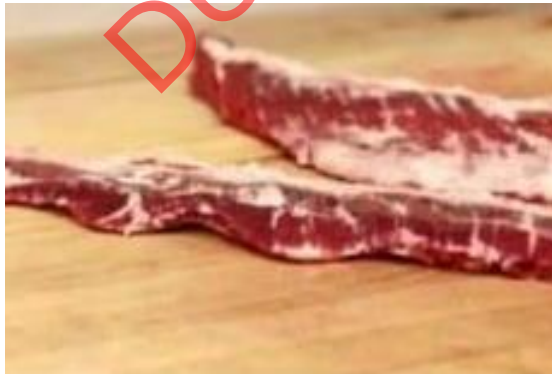
10) Sandung Lamur (Brisket)



Gambar 242. Brisket

Potongan ini diambil dari bagian dada bagian bawah di sekitar ketiak sapi. Umumnya bagian ini agak spesifik, dan biasanya digunakan untuk masakan khas Padang. Cara pemotongan: diambil memanjang dari dada bawah sampai ketiak, sering disertai lemak. Kegunaan: untuk rendang, semur, rawon, atau barbecue brisket.

11) Shank (Sengkel)



Gambar 243. Shank (Sengkel)

Diambil dari kaki bagian depan atas dari sapi, yang umumnya digunakan untuk menghasilkan kaldu, misalnya sebagai bahan dasar sup, soto, dan bakso urat. Cara pemotongan:

diambil melintang tulang kaki dengan sedikit daging dan urat menempel. Kegunaan: untuk sup, soto, dan kaldu.

12) Skrit (skirt)



Gambar 244. Skrit

Potongan steak skirt berasal dari bagian depan perut di bawah tulang rusuk. Potongan bagian skirt ini biasa disajikan dalam bentuk jita (daging panggang yang disajikan dengan taco) atau ditumis. Jika ingin dibuat steak, taburi panggang dengan garam lalu letakkan daging skirt di atasnya. Potongan skirt ini paling cocok jika disajikan dengan saus salsa dan chimichurri. Cara pemotongan: diambil dari otot diafragma (perut bawah), dipotong melintang serat agar empuk. Kegunaan: untuk fajitas, tumisan, atau steak berbumbu rempah.

13) Top Round



Gambar 245. Top Round

Potongan steak yang berasal dari bagian belakang paha sapi. Potongan ini memiliki tekstur daging yang lumayan alot dan memang sangat cocok untuk dibuat dendeng. Namun, Anda tetap bisa mengolah top round menjadi steak yang lembut dengan cara dipanggang perlahan dan diiris tipis. Potongan top round paling nikmat jika disajikan dengan saus wine. Cara pemotongan: diambil dari paha belakang bagian atas, dipotong tipis melawan serat. Kegunaan: untuk dendeng, bistik, atau daging panggang iris tipis.

14) Flank



Gambar 246. Flank

Potongan flank berasal dari bagian kanan perut sapi. Potongan flank yang berbentuk memanjang ini biasa disajikan dalam bentuk sate ala London maupun dipotong-potong untuk tumisan. Agar makin nikmat, potongan flank harus direndam dengan saus terlebih dahulu sebelum dipanggang. Saus yang cocok untuk potongan flank adalah saus steak. Cara pemotongan: diambil dari bagian bawah perut dekat rusuk, dipotong melintang serat panjang. Kegunaan: untuk sate, tumisan, atau steak dengan marinasi.

20. Jenis-jenis Dressing



Gambar 247. Jenis-jenis Dressing

Dressing/ saus/ kuah, dalam masakan kontinental merupakan bahan makanan yang penting karena dapat mempertinggi rasa suatu makanan. Saus dapat juga memberi variasi suatu hidangan terutama penampilannya yang menarik. Dressing adalah cairan (liquid) atau cairan yang dikentalkan (semi liquid) yang mempunyai rasa kecut dan tajam, rasa dressing sebaiknya lebih menonjol dari rasa asam bahan utama karena Bahan utama sebagian besar diambil dari sayuran segar atau bahan makanan segar lainnya yang belum dibumbui dan Bahan salad yang dimasak biasanya ditambah sedikit bumbu, hampir tidak terasa.

Jenis-jenis Dressing

Dapur kontinental mengenal adanya "saus dasar" yang disebut "Mother Sauce", yang terdiri dari enam macam sauce, yaitu:

5 MOTHER SAUCES



Béchamel Sauce



Espagnole sauce



Velouté Sauce



Tomato sauce



Hollandaise sauce

Gambar 248. 5 Mother Sauces

- a. Bechmel sauce
- b. Veloute sauce
- c. Tomato sauce
- d. Espagnole sauce
- e. Mayonnaise sauce (saus dasar minyak)
- f. Hollandaise sauce (saus dasar mentega)

Dari enam macam sauce yang ada, saus/ dressing yang dipergunakan untuk pembuatan salad adalah dressing dari saus dasar minyak selada dan saus dasar mentega dan turunannya. Ada tiga macam salad dressing, yaitu:

1) French dressing



Gambar. 249. French Dressing

Istilah French dressing atau Vinaigrette yang dipergunakan dalam pengolahan makanan merupakan suatu campuran atau emulsi yang tidak stabil antara minyak, air dan bumbu - bumbu. French dressing, turunannya :

- a) English mustard
- b) French mustard
- c) Lemon dressing
- d) Miller dressing
- e) Requefort dressing

2) Mayonnaise Sauce



Gambar 250. Mayonnaise Sauce

Mayonnaise juga dibuat dari minyak, asam, bumbu dan kuning telur. Percampuran atau emulsi antara minyak dan air (cuka) dapat dibuat stabil dengan menambah kuning telur pada campuran tadi, kuning telur pada campuran ini berfungsi sebagai stabilisator yang menyebabkan campuran itu stabil tetap dibanding apabila menggunakan putih telur. Kualitas mayonnaise yang baik:

- a) Texture/susunan/ kekentalan. Mayonnaise yang baik mempunyai susunan yang lembut dan cukup kental, tidak meleleh dan tidak terlalu tegar.
- b) Warna mayonnaise yang baik adalah kuning susu (yellowish cream) dan bersih.
- c) Flavour/rasa dan aroma. Mayonnaise yang baik mempunyai rasa dan aroma lembut, bebas dari bekas bau tengik dari minyak dan bau- bau rusak lainnya.

Turunan mayonnaise sauce

- Andalouse sauce
- Coctail sauce
- Remoulade sauce
- Tartar sauce
- Thousand Island sauce
- Aspic mayonnaise sauce

3) Boiled dressing



Gambar 251. Boiled Dressing

Cocked dressing, sauce/ dressing yang proses pengolahannya dimasak terlebih dahulu, terdiri dari campuran bahan cair dan bumbu- bumbu yang dikentalkan dengan tepung ataupun telur. Boiled dressing termasuk emulsi Stabil, karena minyak atau lemak yang dipergunakan dapat bercampur konstan atau tetap dengan air. Minyak dan air tidak terpisah setelah campuran dari bahan-bahan boiled dressing diaduk/dikocok. Boiled dressing dapat dibedakan dengan salad dressing lainnya yang stabil dari proses pembuatannya, Boiled dressing dibuat melalui proses dimasak dan dikentalkan dengan bahan pengental, sedangkan salad dressing yang lainnya tidak dimasak. Boiled dressing dapat dikatakan jarang digunakan, pada umumnya dipergunakan untuk salad atau makanan yang memerlukan rasa lebih kecut dan kasar serta lemak (fat) rendah.

Saus dasar mentega:

- a) Hollandaise sauce (Boiled dressing), turunannya :
 - Maltese sauce
 - Mousseline sauce
- b) Bearnaise sauce (Boiled dressing), Turunannya :
 - Choron sauce

- Foyot sauce

Ketiga salad dressing ini dianggap sebagai dasar saus dingin atau basic cold sauce dari saus dasar ini dapat diturunkan atau dihasilkan saus-saus dingin lainnya.

Macam-macam dressing:

- a) Oil-based Dressing. Dibuat dari campuran minyak dan asam (vinegar/lemon). Contoh:
 - 1) Vinaigrette
 - 2) Italian dressing
 - 3) Lemon dressing
- b) Cream-based Dressing. Menggunakan bahan dasar krim, yogurt, atau mayonnaise. Contoh:
 - 1) Thousand island (campuran mayo, saus tomat, pickle, dan gula)
 - 2) Caesar dressing
 - 3) Ranch dressing
- c) Emulsified Dressing. Dibuat melalui proses emulsi sehingga lebih stabil. Contoh:
 - 1) Mayonnaise
 - 2) Aioli (mayonnaise dengan bawang putih halus)
 - 3) Hollandaise (emulsi panas)

21. Bahan, Bumbu dan Alat Dalam Pembuatan Mayonaise
Bahan, Bumbu, dan Alat dalam Pembuatan Mayonnaise

Tabel 9. Bahan-bahan Mayonnaise

a. Kuning Telur	
b. Salad Oil	
c. Cuka / air lemon	

d. Mustard



170
g

e. Kecap Inggris



f. Garam



g. Gula (Opsional)	
--------------------	---

Tabel 10. Alat-alat pembuatan mayonnaise

a. Ballon whisk / garpu / alat pengocok lainnya	
b. Mixing Bowl	

22. Kegunaan dan Fungsi Dressing

Mayonnaise memiliki kandungan protein yang tinggi. Tidak hanya enak untuk dimakanan, mayonnaise juga dapat dimanfaatkan untuk kecantikan. Mayonnaise dapat digunakan sebagai masker rambut. Masker rambut dari mayonnaise

mencegah kebotakan, melindungi rambut dari sinar matahari, dan mencegah rambut rontok serta bercabang.

Mayonnaise juga baik digunakan untuk masker wajah. Mayonnaise mampu melembabkan kulit, menyamarkan noda hitam, dan mengangkat serta mencegah komedo. Untuk urusan makanan, mayonnaise memang juara. Hampir semua jenis olahan masakan, baik manis atau asin, cocok dilengkapi dengan mayonnaise terutama makanan gorengan. Contoh penggunaan mayonnaise dalam makanan adalah pada burger, pizza, kentang goreng, dan sebagainya. Mayonnaise juga cocok dijadikan salad dressing pada campuran buah dan sayur.

Fungsi dari bahan-bahan pembuat mayonnaise:

a. Kuning telur



Gambar 252. Kuning Telur

Kuning telur berfungsi sebagai emulgator larutan asam dengan minyak nabati. Bisa saja menggunakan putih telur, tetapi diperlukan pengadukan yang sangat cepat jika menggunakan putih telur.

b. Salad Oil



Gambar 253. Salad Oil

Minyak yang digunakan sebaiknya bukanlah minyak goreng karena minyak sayur memiliki kadar lemak yang rendah. Selain itu minyak sayur tak akan membeku jika dimasukkan ke dalam refrigerator. Minyak sayur juga merupakan bahan utama yang akan bereaksi dengan kuning telur untuk menciptakan emulsi. Untuk resep tradisional Prancis minyak nabati yang digunakan adalah minyak zaitun.

c. Cuka / air lemon



Gambar 254. Cuka

Cuka / air lemon berfungsi sebagai pembunuh kuman pada telur dan merupakan zat terdispersi dalam medium pendispersi minyak nabati, akan tetapi untuk air lemon memberikan rasa dan aroma yang khas.

d. Garam



Gambar 255. Garam

Berfungsi sebagai penyedap pada mayonaise.

23. Teknik Pengolahan Dressing

Teknik membuat mayonaise:

- a. Kuning telur, cuka, jus lemon, mustard, dan garam diaduk dengan cepat selama 3-5 menit. Campuran tidak boleh dikocok dan hanya boleh diaduk. Proses pengocokan hanya akan memungkinkan masuknya udara ke dalam campuran sehingga mayonaise akan pecah.
- b. Tambahkan minyak sayur sedikit demi sedikit pada campuran sambil diaduk.
- c. Jika ingin menambahkan bahan lain sebagai perasa, masukkan dalam bentuk bubuk, jangan cairan. Cairan menurunkan volume mayonaise, mayonaise akan mengempis. Banyak orang melakukan kesalahan ini yaitu menambahkan kocokan putih telur di akhir proses. Hal ini akan mengakibatkan mayonaise mengempis.

- d. Jika telah selesai menambahkan bahan-bahan bubuk, diamkan mayonaise agar terbentuk emulsi sempurna. Tutup mayonaise dan simpan di lemari es.

Teknik Pembuatan Dressing:

Teknik pembuatan dressing/ saus dasar minyak selada dan sauce dasar mentega mempergunakan teknik mengemulsi. Teknik mengemulsi adalah suatu cara mencampur kuning telur, minyak atau margarine yang sudah dijernihkan (clarified), air (cuka) serta bumbu-bumbu dengan cara dikocok hingga kental/ bercampur. Sedangkan arti dari emulsi adalah suatu campuran dimana bagian-bagian minyak bercampur dan dipegang oleh bagian air.

- 1) Teknik emulsi ini ada dua sifat, yaitu:
 - a) Emulsi tidak stabil. Merupakan campuran minyak, air dan bumbu, dimana bagian-bagian bahan tersebut dapat dipegang oleh bagian-bagian air dalam waktu yang singkat, contoh: French dressing.
 - b) Emulsi stabil. Suatu campuran dimana bagian-bagian minyak bercampur dan dapat dipegang oleh bagian-bagian cair dalam waktu yang lama, contoh: mayonnaise sauce.
- 2) Cara mengemulsi dapat dilakukan dengan tiga cara:
 - a) Au bain marie (ditim). Teknik pengolahan makanan dengan menggunakan dua buah alat, satu alat sebagai tempat merebus air sebagai penghantar panas dan alat satu lagi sebagai tempat bahan makanan yang diolah, contoh: Hollandaise sauce.
 - b) Diaduk/dikocok untuk mendapatkan emulsi stabil. Dikerjakan dengan cara mengaduk kuning telur dan menuangkan minyak sedikit demi sedikit sampai terjadi emulsi stabil, contoh: Mayonnaise sauce.
 - c) Dikocok untuk mendapatkan emulsi tidak stabil. Dikerjakan dengan cara mengaduk mengocok bahan-

bahan menjadi satu sehingga menjadi emulsi tidak stabil,
contoh: French dressing

3) Kegagalan dalam membuat mayonnaise dan cara mengatasi:

Dalam proses pembuatan mayonnaise sering terjadi kegagalan, minyak dan bahan-bahan lainnya tidak bersatu, minyak tetap terpisah dari kuning telur dan bahan lainnya. Kegagalan ini disebabkan:

- a) Minyak dituang terlalu cepat dan banyak. Kecepatan minyak dan kecepatan emulsi minyak dan bahan-bahan lainnya tidak seimbang, sehingga minyak belum seluruhnya larut atau lebur (incorporated) bersama bahan-bahan lainnya, minyak lain sudah ditambah. Cara menanggulangi minyak dituang sedikit demi sedikit, apabila sudah terjadi emulsi dengan baik baru ditambah minyak berikutnya dan pengocokkan harus konstan/ ajeg.
- b) Temperature minyak terlalu dingin atau agak panas. Minyak yang akan dituang sebaiknya bertemperatur sekitar 20°C, perbedaan yang menyolok mungkin lebih rendah atau lebih tinggi akan mempersulit emulsi dan mempercepat mayonnaise pecah. Cara menanggulangi, simpan minyak dihu ruang dan tidak terkena sinar matahari atau panas kompor.
- c) Kecepatan mengaduk tidak konstan dan merata. Kecepatan mengocok yang tidak seimbang mempersulit terjadinya emulsi, ketidak seimbangan ini mungkin antara kecepatan mengocok dan kecepatan menuangkan minyak mungkin sekali cepat dan sewaktu-waktu lambat. Cara menanggulangi mengaduk dan menuang minyak harus konstan dari awal sampai akhir.
- d) Kualitas telur kurang baik. Telur yang berkualitas kurang baik atau sudah rusak mempunyai daya emulsi yang rendah. Cara menanggulangi pilih telur yang berkualitas dan disimpan di suhu ruang.
- e) Terlalu banyak garam. Garam yang berlebihan mempunyai tendensi menghalangi proses emulsi antara minyak dan

bahan-bahan lainnya. Cara menanggulangi gunakan garam sesuai resep.

4) Bottle Dressing

a) Bahan dasar untuk membuat boiled dressing:

- Liquid bahan cair, misalnya air, susu, fruit juice sari buah.
- Fat lemak atau minyak, misalnya salad oil, margarine, butter.
- Seasoning/ bumbu, misalnya: vinegar, salt, papper, sugar.
- Thickening/ bahan pengental, misalnya flour, egg.

b) Hal-hal yang perlu diingat dalam proses pembuatan boiled dressing:

- Boiled dressing tidak dimasak diatas api langsung tetapi menggunakan alat pemasak ganda. dimana diantara alat memasak ini terdapat air (au bain marie/ ditim).
- Boiled dressing dimasak dengan menggunakan panas api rendah dan diaduk pelan-pelan.
- Boiled dressing akan bertambah kental jika dingin.

c) Langkah-langkah pembuatan:

- Mencairkan butter dalam sauce pan dengan teknikau bain marie, dibiarkan hangat.
- Ditempat berbeda, cuka dipanaskan bersama pepper (crush) dalam pan hingga agak kering, kemudian didinginkan dan ditambah air sesuai resep.
- Masukkan kuning telur kedalamnya sambil terus diaduk melalui proses pengolahanau bain marie hingga tekstur lembut (sabavon). Angkat dari api dan diaduk terus hingga hangat hangat kuku.
- Tambahkan butter yang telah dicairkan sedikit demi sedikit, aduk terus hingga rata.
- Perbaiki msanya dengan menambah garam, dan terakhir tambahkan lemon juice, sauce siap digunakan. Penyimpanan sauce pada temperature 30°C-37°C. Sauce ini bisa dihidangkan bersama boiled vegetables dan poached fish.

- d) Dressing dapat berfungsi dengan baik apabila:
- Memberi rasa enak.
 - Penuh gizi.
 - Memberi variasi hidangan sehingga bernilai tinggi.
 - Tidak untuk merubah rasa asli dari bahan utama.
- e) Teknik Penataan Salad
- Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam teknik penataan underliner:
 - ❖ Underliner tidak boleh menutupi logo atau symbol hotel/restoran yang biasanya dicetak dipiring bagian tepi atas.
 - ❖ Underliner tidak boleh menjorok keluar piring dan tidak boleh terlalu kedalam sehingga Underliner tertutup seluruhnya pada waktu bagian body diletakkan diatasnya body tidak boleh seluruhnya menutupi Underliner).
 - Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam teknik penataan body:
 - ❖ Body yang dibuat dari campuran beberapa bahan makanan dengan dressing sebaiknya dicampur beberapa saat sebelum waktu penghidangan (service).
 - ❖ Body yang dicampur dengan mayonnaise sauce tidak boleh meleleh, body tetap merupakan onggokan yang rapi.
 - ❖ Bagian body tidak boleh menutupi underliner.
 - Beberapa hal yang perlu diperhatikan pada waktu memberikan/ mencampur dressing pada salad: Dressing tidak boleh merendam body. Dressing yang akan menyertai body (salad) sayuran hijau sebaiknya dituangkan pada saat salad akan dibawa dari dapur ke restoran sehingga salad nampak hijau dan tetap segar sampai dihadapan tamu.
 - Beberapa hal yang perlu diperhatikan waktu mengatur garnish:

- ❖ Kombinasi warna berfariasi.
- ❖ Bahan garnish dapat berasal dari bahan yang digunakan untuk body.
- ❖ Mudah dibuat, sederhana dan menarik.
- ❖ Rasa tidak kontradiksi dengan rasa body.

24. Jenis-jenis Stock (White and Brown)



Gambar 256. White and Brown Stock

a. Pengertian stock

Stock atau kaldu adalah cairan gurih bening yang kaya rasa, dihasilkan dari perebusan tulang, daging, unggas, atau ikan, serta sayuran dan bumbu dalam waktu lama untuk mengekstrak sari dan nutrisinya, berfungsi sebagai dasar sup, saus, dan penyedap masakan. Kaldu ini penting dalam kuliner, terutama masakan kontinental, memberikan aroma, rasa umami, serta menambah nilai gizi dan membangkitkan selera makan. Stock adalah cairan dasar yang dibuat dari hasil perebusan tulang, daging, ikan, sayuran, dan bumbu aromatik dalam waktu tertentu. Stock digunakan sebagai dasar pembuatan sup, saus, gravy, pasta, masakan Western, maupun masakan Asia.

Stock merupakan bahan cair, jernih, tidak kental penuh dengan aroma yang terbuat dari ekstrak bahan tulang atau daging (beef, veal, chicken,) dengan menambahkan sayuran (onion, carrot, celery) dan bumbu dengan prosedur yang benar. Stock merupakan bahan dasar dalam pembuatan dan menentukan kualitas masakan yang diolah yaitu soup, sauce dan braised dish. stew, walaupun tidak semua sauce menggunakan stock. Bila stock yang digunakan kurang berkualitas maka masakan kurang sempurna. Kata stock dalam kuliner perancis disebut fond yang berarti foundation artinya dasar, Bahan dari kambing, ham, babi, game merupakan stock spesial dan jarang di buat.

b. Jenis-jenis stock

Tabel 11. Jenis-jenis Stock

Jenis Stock	Warna	Bahan Utama	Waktu memasak	Kegunaan
White Stock	Putih/bening	Tulang ayam/sapi + sayuran	3-4 jam	Sup bening, saus putih
Brown Stock	Kecoklatan	Tulang dipanggang dulu	4-6 jam	Saus cokelat, stew
Fish Stock (fumet)	Bening	Tulang & kepala ikan	30-45 menit	Seafood soup, risotto
Vegetable Stock	Bening	Sayuran Aromatik	45-60 menit	Sup vegan, dasar masakan ringan

c. White Stock (Kaldu Putih)



Gambar 257. White Stock

White Stock atau Kaldu Putih adalah jenis kaldu yang disatukan oleh warnanya yang jernih, pucat, dan hampir transparan. Kaldu ini dibuat dengan merebus tulang (umumnya tulang ayam, ikan, atau anak sapi) dan sayuran aromatik (mirepoix) tanpa melalui proses pemanggangannya terlebih dahulu. Tulang seringkali dicuci atau direbus sebentar (blansir) sebelum direbus bersama air dingin, mirepoix (bawang bombai, wortel, seledri), dan sachet d'épices (bumbu aromatik) dalam waktu yang lama. Karena tidak dipanggang, White Stock menghasilkan rasa yang lebih ringan, netral, dan lembut. Kaldu ini sangat serbaguna dan ideal digunakan untuk sup bening, saus putih (velouté), atau masakan di mana warna pada akhirnya harus tetap terang.

d. Brown Stock (Kaldu Cokelat)



Gambar 258. Brown Stock

Brown Stock atau Kaldu Cokelat adalah jenis kaldu yang memiliki karakteristik warna cokelat gelap yang kaya serta rasa yang dalam dan kompleks. Perbedaan utamanya dengan White Stock terletak pada tahap persiapan tulang: tulang (umumnya tulang sapi, domba, atau anak sapi) dan mirepoix dipanggang terlebih dahulu di oven hingga berwarna cokelat tua sebelum direbus. Proses karamelisasi dan reaksi Maillard yang terjadi selama pemanggangannya inilah yang memberikan warna cokelat pekat dan rasa yang lebih nutty dan kuat pada kaldu. Kadang-kadang ditambahkan sedikit pasta tomat yang juga ikut dipanggang untuk memperkuat warna dan keasaman. Brown Stock adalah dasar yang penting untuk membuat saus cokelat klasik (Espagnole) dan banyak sup kaya rasa lainnya.

25. Bahan, Bumbu dan Alat Dalam Pembuatan Stock

Bahan yang digunakan dalam pembuatan stock ada 5 komponen bahan yang saling melengkapi yaitu:

a. Tulang dan Daging



Gambar 259. Tulang dan daging

Tulang (bone). Tulang merupakan bahan yang banyak digunakan dalam pembuatan stock, bahan untuk white stock digunakan tulang sapi, tulang sapi muda, tulang ayam, tulang ikan. Penggunaan tulang ikan yang berlemak tidak dipergunakan, sedangkan untuk brown stock menggunakan tulang sapi, tulang sapi muda. Tulang buruan (kalkun), tulang kambing, tulang babi dipergunakan untuk stock spesial. Jenis tulang yang digunakan menentukan jenis stock. Stock ayam, terbuat dari tulang ayam, stock ikan terbuat dari tulang ikan dll.

Daging, merupakan bahan untuk membuat stock tetapi harganya sangat mahal sehingga jarang digunakan untuk bahan stock, kecuali dalam pembuatan chicken stock seperti Broth dibuat dari proses simmer daging atau unggas, dan kadang-kadang hanya merupakan hasil sampingan dari daging atau ayam. Broth menunjukkan bahan cair yang beraroma penuh dari proses simmer.

b. Mirepoix



Gambar 260. Mirepoix

Aromatic Vegetable merupakan bahan yang memberikan aroma dalam pembuatan stock. Mirepoix (meer pwh) perpaduan sayuran antara bawang Bombay (onion), wortel (carrot), seledri (celery) dengan singkatan dalam dapur continental OCC. Porsi dalam penggunaan mirepoix yang tepat adalah untuk mendapat 400 gr mirepoix terdiri dari onion 200 gram (50%), carrot 100 gram (25%) dan celery 100 gram (25%). Ada mirepoix putih yang terdiri dari parsnip, celery, onion kadang ditambahkan potongan mushroom.

c. Produk-produk Asam



Gambar 261. Produk-produk Asam

Asam, diperlukan untuk memudahkan larutan jaringan pengikat. Produk-produk tomat memberi sumbangan aroma dan rasa asam untuk brown stock, tetapi white stock tidak menggunakan asam, sebab asam akan memberi wama yang tidak diinginkan. Penggunaan tomat dalam proses pembuatan brownstock perlu hati-hati, sebab dapat membuat stock menjadi buram, Wine di digunakan untuk membuat fish stock.

d. Garam dan Spice



Gambar 262. Gram dan spice

Garam dalam pembuatan stock tidak digunakan, kalau pun digunakan hanya sedikit saja. tetapi bila terpaksa menggunakan hanya seringian mungkin dengan maksud untuk meningkatkan dalam. membantu ekstraksi aroma. Bumbu dan rempah di gunakan dalam pembuatan stock di masukan dalam cheesecloth di sebut sachet, dalam kuliner perancis disebut spice bag bentuk sashet yang dibungkus dengan kain yang digantung dalam stock pot, isi dan sachet seperti bay leave. peppercom black, thyme, clove whole. Selain itu ada bouquet garni (boo kay garnee) sayuran beraroma yang diikat menjadi satu ikatan/bundel. Bouquet garni yaitu satu ikatan yang terdin berupa parssley stems, thyme springs, bay leat, celery, danleek yang dukat. Kadang ditambah dengan lada hitam bouquet gari, dipergunakan untuk memberi aroma pada stock.

1) Bahan dan bumbu White Stock (Kaldu Putih)

Bahan:

- a) Tulang: Tulang Ayam, Tulang Ikan, atau Tulang Anak Sapi (Veal). Catatan: Tulang dicuci atau diblansir (direbus sebentar) sebelum digunakan.
- b) Mirepoix: Bawang bombai, Wortel, Seledri (dipotong kasar).
- c) Cairan: Air dingin.

Bumbu:

- Lada putih utuh
- Daun Salam (Bay Leaf)
- Timi

Teknik kunci: Semua bahan direbus tanpa proses pemanggang

Prosedur Pembuatan White Stock

- Potong tulang sapi menjadi 3-4 inch (8-10 cm); tujuannya agar permukaannya lebih banyak dan membantu mengekstraksikan. Tulang ikan dan ayam tidak perlu dipotong, namun untuk carcasses yang utuh bisa di chop.
- Cuci tulang dalam air dingin, bisa juga dilakukan proses blanching (tulang di masukan dalam stock pot tambahkan air sampai terendam tulangnya masak sampai mendidih kemudian tulang diangkat dicuci). Tujuannya untuk mengangkat kotoran yang dapat mengotori stock.
- Letakkan tulang dalam stock pot, dan tuangi dengan air dingin hingga tulang tertutup, supaya mempercepat ekstraksi. Apabila menggunakan air panas akan memperlambat ekstraksi
- Rebuslah sampai mendidih, kemudian kecilkan apinya (summer). Bersihkan buih-buih yang muncul. Proses ini penting agar mendapatkan stock yang jernih. Buih yang membentuk gumpalan akan pecah dan terurai dan tercampur dengan bahan cair.
- Tambahkan mirepoix, bouquet garni dan sacket digantungkan pada ujung stock pot, jaga stock jangan sampai mendidih dan biarkan tetap dalam keadaan simmer.

- Selama pemasakan bersihkan kotoran-kotoran yang muncul sesering mungkin. Jagalah air, agar jumlahnya tetap di atas tulang, dengan cara menambahkan air jika stock tereduksi. Pengolahan tulang dengan mengekspos ke udara akan menyebabkan warna gelap dan mengakibatkan stock berwarna gelap, juga aroma yang tidak tereduksi ke dalam air, karena air tidak mengenai tulang.
- Simmer sesuai dengan waktu yang diinginkan, untuk tulang sapi (beef dan veal selama 6-8 jam. untuk tulang ayam 3-4 jam dan untuk tulang ikan 30-45 menit.) Waktu selama itu dipergunakan untuk mengekstraksikan lebih banyak gelatin.
- Saring stock dengan conical strainer yang dilapisi dengan cheese cloth, supaya jernih dan bersih
- Dinginkan stock secepat mungkin, hal ini bisa dilakukan dengan cara:
 - ❖ Letakkan pot dalam sebuah bak, dan air dingin dapat melewati bawah pot. Proses ini disebut venting.
 - ❖ Alirkan air dingin ke dalam bak, tingginya jangan sampai melebihi stock.
 - ❖ Aduk-aduk stock, sehingga stock dapat dingin secara merata.
 - ❖ Kesalahan dalam mendinginkan stock memudahkan tumbuhnya bakteri.

2) Bahan dan bumbu Brown Stock

Bahan:

- a) Tulang: Tulang Sapi, Tulang Domba, atau Tulang Anak Sapi (Daging Sapi) Catatan: Tulang dipanggang hingga cokelat tua sebelum direbus
- b) Mirepoix: Bawang bombai, Wortel, Seledri. Catatan: Sayuran ini dipanggang bersama tulang.
- c) Pasta Tomat (dioleskan pada tulang saat dipanggang)
- d) Cairan: Air dingin

Bumbu:

- Lada hitam utuh

- Daun Salam (Bay Leaf)
- Timi

Teknik kunci: Tulang dan sayuran diolah dengan proses pemanggangan untuk menciptakan warna dan rasa gelap.

Prosedur Pembuatan Brown Stock

- Potong tulang menjadi 3-4 inch (8-10 cm) seperti halnya white stock
- Tulang-tulang tersebut tidak perlu dicuci atau di bianch. Bahan cair dari proses pencucian akan menghalangi proses pencoklatan.
- Letakkan tulang-tulang tersebut dalam roastingpan dan coklatkan dengan panas oven 375 derajat, dapat juga lebih tinggi dari itu.
- Jika tulang-tulang telah coklat, angkat dari pan, dan letakan pada stockpot. Tuangi air dingin sampai menutupi tulang dan simmer.
- Tiriskan lemak maupun sisa-sisa lemak dalam roasting pan. Deglazedengan penambahan air. aduk di atas api sampai dripping terlarut, dan tambahkan pada stock pot.
- Sementara stock dipanaskan, masukkan mirepoix, dan sisa lemak dalam roasting pan. kemudian coklatkan sayur-sayuran tersebut dalam oven.
- Saat air pada stock pot mencapai simmer, maka mulailah membersihkan lemak yang muncul.
- Tambahkan sayuran yang sudah dicoklatkan dan produk tomat pada stock pot. Simmer selama 3-4 jam.
- Saring stock dengan conical stramer yang dilapisi dengan cheese cloth, supaya jernih dan bersih.
- Dinginkan stock dengan cara:
 - ❖ Letakkan pot dalam sebuah bak, dan air dingin dapat melewati bawahpot. Proses ini disebut venting.
 - ❖ Alirkan air dingin ke dalam bak, tingginya jangan sampai melebihi stock.

- ❖ Aduk-aduk pot sekali-kali, sehingga stock dapat dingin secara merata.
 - ❖ Kesalahan dalam mendinginkan stock memudahkan tumbuhnya bakteri.
- 3) Pendinginan dan Penyimpanan Stock
- a) Stock setelah di saring di turunkan suhunya dari 520 C sampai 210C selama 2 jam
 - b) Kurangi lagi suhu dari 210C sampai 500 dalam 4 jam jadi seluruhnya 6 jam dalam mendinginkan
 - c) Stock dapat disimpan hingga 1 minggu dalam kulkas atau kamar pendingin pada temperatur 1" C-4 C
 - d) Stock dapat disimpan hingga 3 bulan dalam freezer
 - e) Stock harus benar-benar dingin sebelum disimpan dalam lemari pendingin, kamar pendingin atau freezer.
 - f) Untuk mempercepat proses pendinginan stock boleh ditempatkan dalam air es. Stock kemudian, diaduk untuk mengurangi panas secara merata.
 - g) Gunakan stock pot atau tutup untuk mencegah benda asing (kotoran) ke dalam stock.
 - h) Berikan label dan tanggal pada semua stock yang disimpan.
- 4) Alat dalam pembuatan stock :
- a) Panci Besar (Stock Pot): Untuk merebus bahan dalam waktu lama.



Gambar 263. Stock Pot

- b) Sendok Berlubang (Skimmer): Untuk membuang kotoran/buih yang mengapung.



Gambar 264. Skimmer

- c) Saringan Halus (Fine Mesh Sieve): Untuk menyaring hasil akhir kaldu.



Gambar 265. Fine Mesh Sieve

- d) Loyang Panggang: Hanya diperlukan untuk membuat Brown Stock (untuk memanggang tulang dan mirepoix).



Gambar 266. Loyang Panggang

5) Kualitas White and Brown Stock

Kualitas white dan browns stock ditentukan oleh proses pembuatan, bila proses pembuatan tidak diikuti dengan benar maka kualitas stock rendah salah satunya keruh.

a) Kualitas white stock

- Flavor, harus seimbang, netral kava akan rasa bahan
- Memiliki aroma yang segar dan bahan yang digunakan
- Warna: white stock meliputi beet, chicken, veal, fish harus mempunyai warna yang sangatringan dan jemih bening, tidak berlemak
- Clarity/kejernihan kaldu sebaiknya mendekati kecerahan kristal pada saat panas.
- Tidak memiliki rasa asin dari garam.

b) Kualitas brownstock

- Warna Brown stock agak coklat cerah seperti air the.
- Kaya akan rasa dari bahan dan herb, rasa dari brownstock tidak pahit karena penggosongan.
- Brown stock tidak berlemak.
- Aroma brownstock harum segar tulang sapi dan aromatic.
- Tidak memiliki rasa asin dari garam.

26. Kegunaan dan Fungsi Stock

Kegunaan dan fungsi utama dari stock dalam dunia kuliner adalah sebagai fondasi rasa (dasar rasa) yang esensial. Kaldu yang diekstrak dari tulang, sayuran, dan bumbu memberikan dimensi rasa umami yang mendalam dan tubuh (body) yang kaya pada hidangan, jauh lebih unggul dibandingkan sekedar udara. Fungsi utamanya adalah menjadi cairan dasar untuk membuat saus induk (saus induk) klasik, seperti Velouté dan Espagnole, di mana stok memberikan kekentalan dan stabilitas rasa yang diperlukan. Selain itu, stock adalah komponen wajib dan utama untuk membuat sup, stew (semur), dan risotto, menggantikan udara untuk memastikan hidangan akhir memiliki rasa yang kompleks.

Berkat kandungan kolagen dari tulang yang berubah menjadi gelatin saat dimasak, stock juga berfungsi memberikan kekentalan dan tekstur alami (mouthfeel) yang mewah pada saus dan kuah, menjadikannya salah satu elemen paling mendasar dalam menciptakan masakan berkualitas tinggi.

27. Teknik Mengolah Stock Sesuai Dengan Jenisnya

a. Teknik Mengolah White Stock (Kaldu Putih)

- 1) Persiapan tulang (Blansing). Teknik: Tulang (ayam, ikan, atau anak sapi) dimasukkan ke dalam air dingin, dididihkan sebentar, lalu udara dibuang. Fungsi: Untuk menghilangkan kotoran, darah, dan sisa protein yang dapat membuat kaldu keruh.
- 2) Perebusan. Teknik: Tulang bersih dimasukkan kembali ke Panci Stock dan ditambahkan air dingin hingga terendam. Didihkan perlahan. Fungsi: Air dingin membantu melarutkan kolagen dan zat rasa secara perlahan, menghasilkan stok yang lebih jernih.
- 3) Pembersihan. Teknik: Setelah mendidih, kecilkan api hingga hanya bergelembung kecil (simmering). Buang buih dan kotoran (scum) yang muncul di permukaan secara rutin menggunakan skimmer. Fungsi: Proses ini sangat vital agar kaldu tetap jernih dan tidak keruh.
- 4) Penambahan aromatic. Teknik: Mirepoix (bawang, wortel, seledri) dan bumbu (sachet d'épices) ditambahkan pada waktu pertengahan perebusan (sekitar 1 jam sebelum selesai untuk tulang unggas/sapi). Untuk kaldu ikan (Fumet), mirepoix ditambahkan dari awal karena waktu rebus yang singkat. Fungsi: Memaksimalkan rasa tanpa membuat kaldu menjadi terlalu asam atau pahit karena direbus terlalu lama.
- 5) Durasi perebusan. Ayam/Daging Sapi Muda: 3–6 jam. Ikan (Fumet): 30–45 menit (perebusan terlalu lama akan membuat kaldu pahit).

b. Teknik mengolah brown stock

- 1) Persiapan Tulang (Memanggang). Teknik Kunci: Tulang sapi atau domba dipanggang dalam oven bersuhu tinggi hingga berwarna coklat tua dan karamelisasi. Fungsi: Reaksi Maillard (pencokelatan protein dan gula) menghasilkan rasa yang dalam dan warna coklat gelap yang menjadi ciri khas kaldu ini.
- 2) Penambahan Aromatik dan Pasta Tomat. Teknik: Mirepoix ditambahkan dan dipanggang sebentar di akhir proses memanggang tulang. Kemudian, pasta tomat dioleskan atau dicampurkan dan dipanggang sebentar hingga terkaramelisasi. Fungsi: Pasta tomat yang terkaramelisasi meningkatkan warna gelap dan memberikan sedikit keasaman yang menyeimbangkan rasa kaldu.
- 3) Deglazing (Opsional, tapi hamparan). Teknik: Setelah tulang dan mirepoix dipanggang, dipanggang di atas kompor, lalu ditambahkan sedikit udara untuk mengikis sisa coklat yang menempel (fond). Cairan fond ini kemudian dimasukkan ke dalam panci. Fungsi: Cairan fond mengandung konsentrasi rasa tertinggi.
- 4) Perebusan dan Pembersihan. Teknik: Tulang, mirepoix, cairan fond, dan air dingin dimasukkan ke dalam panci. Dididihkan perlahan (mendidih) dan membuang buihnya secara rutin. Durasi: Biasanya membutuhkan waktu perebusan yang sangat lama, yaitu 6–8 jam (atau hingga 12 jam) untuk memaksimalkan ekstraksi kolagen dan rasa.

c. Teknik mengolah Fish Stock (Kaldu Ikan)



Gambar 267. Fish Stock

- 1) Gunakan tulang dan kepala ikan putih (hindari tuna atau mackerel).
- 2) Tumis ringan tulang dengan mentega.
- 3) Tambahkan air + jeruk lemon.
- 4) Masak hanya 30–45 menit (agar tidak amis).
- 5) Saring.

d. teknik mengolah Vegetabel Stock



Gambar 268. Vegetable Stock

- 1) Potong sayuran (wortel, bombai, seledri, daun bawang).
- 2) Tumis sebentar agar aromanya keluar.
- 3) Tambahkan air dan rebus 45–60 menit.
- 4) Bisa tambahkan jamur untuk rasa gurih.

28. Bahan dan Alat Dalam Memarnir



Gambar 269. Memarnir

a. Konsep Memanir

Memanir adalah proses memberikan lapisan penutup yang terdiri dari bahan cair (seperti telur kocok) dan bahan kering (seperti tepung panir/tepung roti) pada permukaan bahan makanan sebelum digoreng. Tujuan utama dari memanir ini adalah untuk menciptakan kulit yang kering, renyah, dan berwarna kecokelatan saat digoreng. Inti dari Teknik ini adalah membuat lapisan pelindung yang akan menghasilkan tekstur yang berbeda dan meningkatkan presentasi hidangan.

Memanir merupakan proses membungkus makanan dengan kocokan telur, tepung terigu dan tepung roti (bread crumb). Beberapa contoh makanan yang dipanir sebelum digoreng antara lain croquette, escalope, cutlet, fish fillet, fritter. Dalam memanir dikenal istilah dredge atau dredging, yaitu

bahan makanan dilumuri tepung terigu pada permukaannya. Adapun urutan dari proses memanir adalah sebagai berikut:

- 1) Membalur bahan makanan dengan tepung terigu
- 2) Memasukan bahan makanan kedalam kocokan telur
- 3) Memasukkan bahan makanan kedalam tepung roti



Gambar 270. Langkah Memanir

b. Bahan dan Alat dalam Memanir

Dalam melakukan teknik memanir, beberapa bahan dan alat penting yang diperlukan adalah:

- 1) Bahan-Bahan yang Dipanir. Umumnya bahan makanan yang dipanir berupa bahan makanan yang memiliki tekstur padat dan perlu digoreng, seperti:
 - a) Daging (Ayam, Ikan, Udang, dan sebagainya.)
 - b) Olahan Makanan (Risoles, Kroket, Nugget, Schotel, dan sebagainya.)
 - c) Sayuran tertentu.
- 2) Bahan Perekat Cair



Gambar 271. Bahan Perekat Cair

Telur kocok yang berfungsi sebagai bahan perekat yang paling umum digunakan. Bisa menggunakan putih telur saja, atau kuning dan putih telur yang dikocok lepas.

c. Bahan Lapisan Kering (Panir):



Gambar 272. Bahan Lapisan Kering

- 1) Tepung Panir (Bread Crumbs), yaitu remahan roti kering yang dihancurkan. Jenisnya beragam, seperti panir putih halus, panir oranye kasar (panko), dan sebagainya.
- 2) Tepung Terigu, yang terkadang digunakan sebagai lapisan pertama sebelum dicelupkan ke telur untuk membantu perekatan.

Alat-alat memanir, yaitu:

- 1) Tiga Wadah Rata: Digunakan untuk menaruh tiga urutan bahan (misalnya: tepung terigu, telur kocok, dan tepung panir).
- 2) Wajan Penggorengan: Untuk menggoreng bahan yang sudah dipanir.
- 3) Saringan : Untuk mengangkat bahan makanan
- 4) Kulkas/Freezer: Untuk menyimpan bahan yang sudah dipanir sebelum digoreng agar lapisan panir lebih merekat sempurna.
- 5) Minyak Goreng: Dalam jumlah banyak (deep-fry)

29. Kegunaan dan Fungsi Dalam Memanir

Memanir memiliki beberapa kegunaan dan fungsi penting dalam pengolahan makanan:

- a. Menciptakan Tekstur: Memberikan lapisan luar yang kering, renyah (kriuk), dan garing, yang kontras dengan tekstur lembut di bagian dalam.
- b. Melindungi Isi: Lapisan panir berfungsi sebagai isolator/pelindung yang menjaga agar bagian dalam (isi) makanan tidak menjadi kering saat digoreng dan menjaga isian tetap utuh.
- c. Meningkatkan Penampilan: Memberikan warna cokelat keemasan yang menarik, membuat hidangan terlihat lebih rapi dan matang sempurna.
- d. Mencegah Pecah: Pada olahan makanan seperti risoles atau kroket, lapisan panir membantu menjaga bentuk dan mencegah isian bocor atau kulit pecah saat proses penggorengan.
- e. Mengurangi Penyerapan Minyak: Karena lapisan panir cepat mengering dan mengeras saat terkena panas tinggi, ia membatasi jumlah minyak yang dapat diserap oleh bahan makanan.

Tujuan Memarnir:

- 1) Memberikan rasa (flavoring). Bumbu atau rempah meresap ke dalam makanan sehingga rasanya lebih merata.
- 2) Melembutkan tekstur makanan (tenderizing). Cairan asam (seperti jeruk, cuka, atau yogurt) membantu memecah serat otot pada daging atau ikan sehingga lebih empuk.
- 3) Menambah aroma. Rempah-rempah seperti bawang putih, jahe, atau lada memberikan aroma khas pada masakan.
- 4) Meningkatkan penampilan makanan. Marinade tertentu dapat memberi warna menarik, misalnya kunyit atau paprika bubuk.
- 5) Memperpanjang umur simpan sementara. Beberapa bahan asam atau garam dapat menghambat pertumbuhan mikroba ringan sebelum dimasak.

30. Teknik Dalam Memarnir

- a. Teknik Eropa. Teknik ini menghasilkan lapisan tipis, klasik, dan renyah. Sering digunakan untuk hidangan seperti Schnitzel atau Escalope. Langkah-langkah Memarnir Teknik Eropa:
 - 1) Keringkan permukaan bahan makanan (misalnya, escalope daging tipis) menggunakan tisu dapur. Gulingkan bahan makanan ke dalam Tepung Terigu hingga seluruh permukaannya tertutup tipis dan merata. Tepuk-tepuk ringan untuk membuang kelebihan tepung.
 - 2) Celupkan bahan makanan yang sudah bertepung ke dalam Telur
 - 3) Kocok. Pastikan seluruh permukaan terlumuri. Angkat dan biarkan kelebihan telur menetes.
 - 4) Segera gulingkan ke dalam Tepung Panir Halus. Tekan-tekan ringan permukaan bahan makanan dengan telapak tangan agar tepung panir menempel dengan padat dan sempurna. Pastikan seluruh lapisan tertutup sempurna.
 - 5) Dinginkan di lemari es (kulkas) selama minimal 30 menit sebelum digoreng untuk menguatkan rekatannya.

- b. Teknik Amerika. Teknik ini menghasilkan lapisan yang tebal, sangat garing, dan sering berbumbu kuat. Ini adalah metode yang ideal untuk Crispy Fried Chicken atau Nugget yang tebal. Langkah-langkah Memanir Teknik Amerika:
- 1) Keringkan bahan makanan atau, dalam kasus ayam goreng, rendam dalam buttermilk selama beberapa jam dan tiriskan.
 - 2) Gulingkan bahan makanan ke dalam Tepung Bumbu (Wadah 1). Pastikan tertutup rata.
 - 3) Celupkan ke dalam Telur Kocok (Wadah 2). Gulingkan ke dalam Tepung Panko (Wadah 3). Tekan-tekan kuat. Lapisan Kedua (Penguatan Lapisan):
 - 4) Celupkan kembali (cepat saja) ke dalam Telur Kocok (Wadah 2).
 - 5) Gulingkan kembali ke dalam Tepung Panko (Wadah 3). Tekan lebih kuat lagi untuk membangun lapisan ganda yang tebal.
 - 6) Wajib didinginkan di freezer atau kulkas minimal 30-60 menit. Ini mencegah lapisan ganda yang tebal pecah atau lepas saat digoreng.

CATATAN

Lined area for notes, featuring horizontal ruling lines and a large diagonal watermark reading "DUMMY".

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, N., dkk. (2022). *Dasar-Dasar Kuliner*. Jakarta: Kemendikbudristek (Pusat Kurikulum dan Perbukuan).
- Aminullah, A., Ramadhan, A. M., & Fitrilia, T. (2024). Profil Tekstur Mi Basah Ekstrusi dengan Penambahan Telur. *Jurnal Ilmiah Pangan Halal*, 6(2), 125–133.
- Arifin, Z. (2020). *Dasar-dasar teknik pengolahan makanan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Arumsari, V. S., & Kurniawati, D. (2022). Efektivitas Metode Penghalusan Bumbu Tradisional. *Jurnal Teknologi Pangan*, 13(1), 21–30.
- Astawan, M. (2008). *Sehat dengan Hidangan Nusantara*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Astuti, Sri. (2019). *Dasar-dasar Tata Boga*. Yogyakarta: Deepublish.
- Brown, A. (2014). *Understanding Food: Principles and Preparation*. Boston: Cengage Learning.
- Budidarma, Y. (2022). *BUKU PANDUAN ILMU BUTCHERY: UNTUK UNGGAS, IKAN & SEAFOOD, LAMB*. Penerbit Andi.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Buku Ajar Tata Boga untuk SMK*. Jakarta: Direktorat Pembinaan SMK.
- Departemen Pendidikan Nasional. *Buku Ajar Tata Boga SMK/MAK*. Jakarta: Depdiknas, 2012.

- Dewi, N. K., & Lestari, Y. (2023). Optimalisasi Teknik Menimbang Bahan Kering dan Basah dalam Produksi Kuliner. *Jurnal Riset Boga*, 4(1), 29–37.
- Dr. Diane Tangian, M.Si. 2019. MODUL PENGOLAHAN BAHAN DASAR MAKANAN. repository.polimdo.ac.id.
- Dra. Cidartaty Lubis, MM. 2013. BOGA DASAR 1. KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN DIREKTORAT PEMBINAAN SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN
- Dwi, S. (2018). Teknik Dasar Pengolahan Makanan. Jakarta: Penerbit Etnika Raya. (Contoh buku ajar yang membahas metode persiapan dan pengolahan)
- Escoffier, A. (1903). *Le Guide Culinaire*.
- Gisslen, W. (2018). Professional Cooking (9th ed.). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Gisslen, Wayne. Professional Baking, 7th Edition. New York: John Wiley & Sons, 2017.
- Gozali, G. Pengolahan Makanan Kontinental.
- Handayani, T., & Nurjanah, S. (2021). Analisis Penggunaan Rempah pada Produk Kuliner Nusantara. *Jurnal Tata Boga*, 10(2), 56–63.
- Haryanto, T. Teknik Dasar Memarut, Memeras, dan Pewarnaan Bahan Makanan. Jakarta: Elex Media Komputindo, 2015.
- Heni, Sri. (2018). Dasar-dasar Boga. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hidayat, T. (2021). "Analisis Higiene Sanitasi dalam Proses Pengolahan Makanan." *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 15(2).
- Iznillillah, W., & Jumiono, A. (2024). Aneka Olahan Produk Pangan dari Rempah Pala (*Myristica fragrans* Houtt). *Jurnal Ilmiah Pangan Halal*, 6(2), 144–153.
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan No. 1096/Menkes/Per/VI/2011 tentang Higiene Sanitasi Jasa Boga*.
- Khasanah, Nuriyatul. (2017). Pengolahan Makanan Indonesia. Jakarta:

- Khasanah, S,. 2022. Membuat Stock and Sauce. E-modul
- Kurniawan, A. (2023). "Efek Teknik Blanching terhadap Retensi Vitamin C pada Sayuran Hijau." *Jurnal Teknologi Pangan Indonesia*.
- Kusumawati, E., & Widiati, A. (2018). Ilmu Boga Dasar. Bandung: Alfabeta.
- Kusumawati, L. (2023). Teknik Dasar Pengolahan Makanan untuk Industri Kuliner. Artikel Ilmiah, Universitas Negeri Malang. <https://kuliner.um.ac.id/teknik-pengolahan>
- Lahmudin, L., Susanty, S., & Hulfa, I. (2021). TEKNIK PENGOLAHAN BUMBU DASAR MASAKAN INDONESIA DI STP MATARAM. *Journal Of Responsible Tourism*, 1(1), 19-24. <https://doi.org/10.47492/jrt.v1i1.988>
- Lestari, R., & Suryani, E. (2020). Studi Bumbu dan Rempah sebagai Penambah Cita Rasa dalam Kuliner Indonesia. *Jurnal Boga*, 9(2), 77–84.
- McGee, H. (2004). *On Food and Cooking: The Science and Lore of the Kitchen*. New York: Scribner.
- Minantyo, H. (2011). *Dasar-Dasar Pengolahan Makanan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Megasari, V., & Ratnawati, D. (2020). Evaluasi Teknik Pemotongan Sayuran terhadap Warna dan Tekstur. *Jurnal Teknologi Boga*, 11(2), 88–96.
- Mudjajanto, E. (2010). *Teknologi Pengolahan Pangan*. Jakarta: PT Gramedia.
- Noviani, Betty Ayu. Ilmu Boga Dasar Pengolahan Makanan, Metode Dasar Memasak . Guepedia, 2021
- Nugraha, D. (2017). *Teknik Pengolahan Masakan Indonesia dan Kontinental*. Yogyakarta: Deepublish.
- Nugroho, D. *Pengolahan Bumbu dan Rempah dalam Kuliner Indonesia*. Yogyakarta: Andi Offset, 2016.
- Nurani, A. S., dkk. (2021). *Pengembangan Media Pembelajaran Pengolahan Makanan Kontinental*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Nurul H. Nurul K, H. 2022. Dasar-dasar Kuliner. KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI.
- Putra, R. (2022). "Perbandingan Karakteristik Organoleptik Kaldu Ayam dengan Teknik White Stock dan Brown Stock." *Jurnal Perhotelan dan Pariwisata*.
- Potter, N. N., & Hotchkiss, J. H. (1998). Food Science. New York: Springer.
- Pratiwi, D., & Nurhayati, S. (2021). Pengaruh Teknik Pengolahan terhadap Kualitas Sensoris Hidangan Tradisional. *Jurnal Pangan dan Gizi*, 12(1), 45–54.
- Prawirokusumo, S. (2017). *Ilmu Gizi Dasar*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Puspitasari, A. (2021). "Analisis Kualitas dan Daya Simpan Produk Pangan yang Menggunakan Teknik Breeding Berbasis Tepung Lokal."
- Putri, D. A., & Wibisono, Y. (2024). Pengaruh Jenis dan Konsentrasi Bahan Pengisi pada Kaldu Bubuk Ikan Lemuru. *Journal of Food Engineering*, 3(3), 125–136.
- Rachmawati, A., & Prasetyo, B. (2022). Pengaruh Teknik Memasak pada Kandungan Nutrisi Bahan Makanan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 17(3), 210–218.
- Rachmawati, E., Mufidah, L., Anggraeni, R. C. M., & Sulistyani, T. (2021). *Ilmu Dan Teknologi Boga Dasar*. Deepublish.
- Rachmawati, Eka, et al. *Ilmu Dan Teknologi Boga Dasar* . Deepublish, 2021
- Rahayu, E. Teknik Pengolahan Bumbu dalam Kuliner. Jakarta: Gramedia, 2016.
- Rahmadini, F. (2022). Teknik Memotong Bahan Makanan (Cutting Method) dalam Dunia Tata Boga. Artikel Edukasi, Akademi Tata Boga Indonesia. <https://atbi.ac.id/artikel-cutting-method>
- Rahmawati, D. (2020). Pengenalan Bahan Makanan Hewani dan Nabati. Bandung: Media Sains Indonesia.
- Roni .K., Sri Purnaningsih. 2025. Buku Metode & Teknik Pengolahan Makanan. Omera Pustaka.

- Salim, R., & Hartono, F. (2023). Pengembangan Kaldu Sayuran Lokal sebagai Flavor Enhancer. *Jurnal Industri Pangan*, 5(1), 12–20.
- Santoso, B. (2023). Fungsi dan Penerapan Stock dalam Pengolahan Hidangan Barat. *Artikel Kuliner Profesional*. [https://chefpro.id/artikel- stock](https://chefpro.id/artikel-stock)
- Sastrawinata, S. *Dasar-Dasar Tata Boga*. Bandung: Alfabeta, 2017.
- SNI BPOM. (2013). *Pedoman Higiene Sanitasi Makanan*. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan.
- Sobari, E. (2019). *Dasar-dasar proses pengolahan bahan pangan*. Politeknik Negeri Subang.
- Sri Rini Dwiari, dkk. 2013. *Pengetahuan Bahan Makanan 2*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan.
- Sri Wahyuni, Y. S. K. D., & Rahayuni, T. (2021). Karakteristik Bumbu Instan Bubuk Gulai Tempoyak. *FoodTech: Jurnal Teknologi Pangan*, 4(2), 40–49.
- Start Cooking. *Measuring Different Ingredients in Cooking*. <http://startcooking.com/measuring-different-ingredients-in-cooking>
- Subardjo, T. (2019). *Modul Pelatihan Dasar Boga: Metode Penggorengan*. Yogyakarta: Balai Pendidikan Keterampilan Kuliner.
- Subba, D. (2013). Effect of Tenderization, Meat Restructuring and Cutting Technique on the Texture of Dried Beef. *Journal of Food Science and Technology Nepal*, 6, 102–104.
- Suryani, L. (2016). *Dasar-Dasar Tata Boga*. Bandung: Alfabeta.
- Suryaningsih, R. (2019). *Pengolahan dan Penyajian Makanan Hewani dan Nabati*. Bandung: Alfabeta.
- Sutomo, Budi. (2010). *Bumbu Dasar dan Rahasia Masakan Indonesia*.
- Syamsidah, Hamidah Suryani. 2018. *Pengetahuan Bahan Makanan*. Ed.1, Cet. 1- Yogyakarta:Deepublish. [https://eprints.unm.ac.id/9012/1/Pengetahuan%20Bahan %20Makanan W a termark.pdf](https://eprints.unm.ac.id/9012/1/Pengetahuan%20Bahan%20Makanan_Wa%20termark.pdf)
- Syarif, W., & Drzalali, S. (2020). *Boga Dasar*. Padang: UNP Press.

- Tangian, D., & Wewengkang, S. (2019). Buku Ajar Pengolahan Makanan 1. Buku Ajar, 1-126
- Tangian, Diane. "Modul Pengolahan Bahan Dasar Makanan." Modul (2019): 1-77.
- The Culinary Institute of America. (2011). *The Professional Chef* (9th ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Wahyuningsih. (2020). *Pengolahan Makanan*.
- Widiastuti, Ratna. (2021). Bahan Makanan, Bumbu, dan Teknik Pengolahan. Semarang: Unnes Press.
- Winarno, F. G. (2004). Kimia Pangan dan Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Winarno, F.G. (2002). Kimia Pangan dan Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Winarta, I. Wayan. Redesain Alat Pencincang Daging Rempah-Rempah dan Pamarut Kelapa . Diss. Politeknik Negeri Bali, 2024

GLOSARIUM

Ilmu Boga	Bidang yang mempelajari proses pengolahan makanan secara sistematis, mulai dari pemilihan bahan, persiapan, teknik memasak, hingga penyajian.
Mise en Place	Istilah kuliner dari bahasa Perancis yang berarti "segala sesuatu pada tempatnya", merujuk pada tahap persiapan awal (alat, bahan, bumbu) sebelum proses memasak dimulai agar pekerjaan berjalan lancar dan efisien.
Washing (Pembersihan)	Proses menghilangkan kotoran fisik, kimia, dan biologis dari bahan makanan melalui pencucian, penyikatan, atau perendaman sebelum diolah.
Peeling (Pengupasan)	Teknik mengupas kulit bahan makanan untuk memastikan kebersihan dan mempermudah pengolahan.
Cutting (Pemotongan)	Kegiatan memotong bahan makanan sesuai kebutuhan untuk menyamakan tingkat kematangan dan menambah nilai estetika.

Marinate (Memarinasi)	Proses merendam bahan makanan (seperti daging atau ikan) ke dalam cairan berbumbu untuk memberikan rasa dan mengempukkan tekstur sebelum dimasak.
Seasoning (Pembumbuan)	Pemberian bumbu dan penyedap pada makanan untuk meningkatkan cita rasa.
Whisk (Mengocok)	Teknik mengocok bahan (seperti telur atau krim) untuk memasukkan udara atau mencampur bahan secara merata.
Kontaminasi Silang	Berpindahnya bakteri dari satu bahan makanan ke bahan lain, atau dari peralatan kotor ke bahan makanan yang bersih.
Boiling (Merebus)	Memasak bahan makanan dalam cairan (air, kaldu, susu) yang sedang mendidih pada suhu 100°C.
Simmering (Menyetup)	Teknik memasak dalam cairan yang dididihkan terlebih dahulu, kemudian api dikecilkan hingga muncul gelembung kecil di permukaan (suhu 85-96°C) untuk menjaga tekstur bahan.
Poaching	Memasak bahan makanan yang lunak (telur, ikan, buah) dalam cairan sedikit di bawah titik didih (suhu 71-82°C) dengan api sedang agar bentuk bahan tetap terjaga.
Blanching	Merebus sayuran atau buah dalam air mendidih secara cepat (1-2 menit), kemudian segera merendamnya dalam air es untuk menghentikan proses pemasakan dan menjaga warna tetap segar.
Braising	Teknik memasak dengan sedikit cairan dalam panci tertutup rapat

	dengan api kecil. Biasanya dimulai dengan membakar permukaan bahan (searing) hingga kecokelatan sebelum diberi cairan.
Stewing (Mengulai)	Mengolah bahan makanan (biasanya kombinasi hewani dan nabati) dengan menumis bumbu terlebih dahulu, lalu merebusnya dengan cairan berbumbu menggunakan api sedang.
Baking (Memanggang)	Memasak makanan (terutama roti dan pastry) menggunakan panas kering di dalam oven tanpa tambahan minyak atau air secara langsung.
Roasting	Teknik memanggang bahan (biasanya daging atau unggas) di dalam oven menggunakan lemak atau minyak agar permukaan kering dan beraroma.
Grilling (Membakar)	Memasak makanan langsung di atas sumber panas (arang, gas, atau listrik) dengan suhu tinggi, biasanya menggunakan rak jeruji kawat.
Sauteing (Menumis)	Memasak bahan makanan yang dipotong kecil menggunakan sedikit minyak atau lemak dalam wajan (saute pan) dengan panas tinggi dan waktu singkat.
Shallow Frying	Metode menggoreng bahan makanan dalam pan dangkal dengan minyak yang hanya merendam sekitar 1/3 bagian makanan.
Deep Frying	Teknik menggoreng di mana seluruh bagian bahan makanan terendam dalam minyak panas yang banyak untuk menghasilkan tekstur renyah (crispy).

Stir Frying	Metode menggoreng cepat dengan suhu sangat tinggi dan sedikit minyak, di mana wajan terus digerakkan/digoyangkan agar bahan tercampur merata dan tidak gosong.
Searing	Membakar permukaan daging dengan suhu tinggi dalam waktu singkat untuk menciptakan warna cokelat (karamelisasi) dan mengunci sari daging di dalamnya.
Chef's Knife	Pisau serbaguna berukuran 20-25 cm yang digunakan untuk mencincang, mengiris, dan memotong berbagai bahan makanan.
Paring Knife	Pisau kecil (7-9 cm) dengan mata pisau lancip untuk pekerjaan ringan seperti mengupas kulit buah atau membentuk hiasan (garnish).
Stockpot	Panci tinggi dan besar yang ideal untuk membuat kaldu (stock), merebus pasta, atau membuat sup dalam kapasitas banyak.
Colander	Wadah berbentuk panci atau mangkuk berlubang yang digunakan untuk meniriskan air setelah merebus pasta atau mencuci sayuran.
Salamander	Perangkat pemanas dengan elemen panas di bagian atas untuk memanggang atau mengkaramelkan permukaan makanan secara cepat.
Bumbu	Bahan segar atau olahan yang ditambahkan untuk memperkuat, menambah, dan menyeimbangkan rasa hidangan.
Rempah	Bagian tumbuhan aromatik (biji, akar, kulit kayu, rimpang) yang biasanya dikeringkan untuk memberi aroma dan rasa tajam yang unik pada masakan.

INDEKS

A

Air, 26, 34, 41, 58, 160, 165, 166,
167, 279, 280, 286
Air perebus, 26
Alat parut, 159, 160
Alat penimbang, 143, 144
Alat Persiapan, 84
Ayam, viii, 22, 61, 74, 75, 76, 168,
230, 231, 234, 237, 239, 279, 286,
290, 296

B

Bahan makanan, 14, 26, 28, 31, 32,
33, 40, 41, 42, 51, 61, 64, 69, 70,
71, 76, 79, 141, 146, 148, 182
Bahan Makanan Hewani, 297
Bahan Makanan Nabati, 141
Baking, ix, x, 44, 45, 49, 50, 54, 100,
294, 302
Baking (Memanggang), 302
Blanching, ix, 30, 31, 32, 295, 301
Boiling, ix, 25, 26, 27, 300
Boiling (Merebus), ix, 25, 300

Braising, ix, x, 36, 37, 38, 71, 75, 94,
301
Bumbu basah, 8, 174, 175, 176, 177,
181
Bumbu Dasar Kuning, 82
Bumbu Instan, 297
Bumbu kering, 8, 174, 175, 177
Bumbu segar, 8, 181
Butter, xii, 132

C

Cake, xii, 133
Chef's Knife, 303
Cita rasa, 11, 171
Colander, x, 95, 101, 303
Cooking, 20, 25, 44, 62, 89, 294, 295,
297
Crispy, 294
Cutting, x, 20, 86, 296, 297, 300

D

Daging, viii, 8, 30, 32, 36, 53, 55, 61,
64, 66, 74, 75, 78, 80, 108, 142,
157, 161, 221, 231, 240, 241, 243,

245, 246, 247, 249, 250, 276, 280,
286, 290, 298
Daging keras, 8, 78
Dapur, 17, 87, 136, 149, 150, 256
Dapur kontinental, 256
Deep frying, 70, 76
Deep Frying, ix, 69, 71, 302
Deglazing, 287
Dressing, viii, xvi, 255, 256, 257, 259,
260, 263, 266, 267, 269, 270, 271,
304
Durasi perebusan, 286
Dutch oven, 39

E

Emulsi, 267, 304
Emulsi stabil, 267
Emulsi tidak stabil, 267
Escalope, 293

F

Fermentasi, 73
Fillet ikan, 35, 228
Flavor, 81, 284, 297
Freezing, 73
French dressing, 257, 267, 268
Frying, ix, x, 64, 65, 66, 67, 90, 302

G

Garam, xvi, 179, 262, 266, 269, 278
Garnish, 157
Gas, 46, 54
Gelas belimbing, 149
Gelas ukur, xii, 138, 153
Gelombang mikro, 47
Gizi, 6, 77, 148, 221, 296, 298
Grilling, ix, 51, 60, 61, 75, 302
Grilling (Membakar), 302

H

HACCP, 5, 15
Higiene, 22, 294, 297
Higiene Sanitasi, 294, 297

I

Ikan, viii, 8, 22, 61, 76, 78, 80, 81,
220, 221, 224, 226, 227, 228, 229,
230, 279, 286, 288, 290, 296
Ilmu boga, 1

J

Jahe, 24, 83
Jinten, 24

K

Kaldu, 74, 75, 272, 274, 275, 279,
285, 286, 288, 296, 297
Karbohidrat, 77
Keamanan pangan, 10
Kebersihan, 8, 9, 68, 142, 160
Kelapa, xiii, 155, 157, 160, 162, 164,
165, 166, 298
Kematangan merata, 243
Konduksi, 14
Kontaminasi, 8, 21, 300
Kontaminasi silang, 8
Kontaminasi Silang, 21, 300
Konveksi, 14, 48
Kriteria hasil, 32, 33, 35, 42, 50, 61
Kualitas bahan, 9, 181
Kualitas makanan, 10
Kunyit, 24, 83

L

Lapisan panir, 292
Lemak, 63, 67, 78, 165, 170
Lengkuas, 24, 83

Loyang, xvi, 54, 56, 100, 284

M

Marinasi, 182

Masyarakat, i, iii

Mayonnaise, xvii, 256, 257, 258, 260, 261, 263, 264, 268

Memanir, 289, 290, 292, 293, 294

Memarut, 155, 157, 161, 162, 163, 294

Memasak, 3, 13, 26, 27, 30, 41, 52, 67, 89, 156, 180, 295, 296, 300, 301, 302

Mirepoix, xvi, 277, 279, 280, 286, 287

Mise en place, 106

Mise en Place, 6, 15, 105, 107, 299

Mother Sauce, 256

N

Nilai gizi, 26

O

Oven, x, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 55, 56, 59, 96, 97

Oven listrik, 48

P

Pala, 23, 294

Panas, 9, 25, 26, 32, 34, 44, 49, 52, 54, 60, 165

Panas kering, 9, 54

Panir, 291, 294

Paring Knife, x, 85, 303

Parutan, 159, 162, 217

Pasta, xi, 120, 170, 179, 280, 287

Pasta tomat, 287

Pastry, 309

Peeling, 19, 299

Pemilihan kelapa, 164

Pencernaan, 6

Pengawetan Makanan, x, 59, 73

Pengolahan makanan, 3, 5, 13, 14

Penimbangan bahan makanan, 105

Penjamah makanan, 18

Perambatan panas, 14

Perebusan, 71, 72, 286, 287

Persiapan Bahan, vii, 7, 31, 56, 104, 174

Pickling, 74

Poaching, ix, 33, 74, 301

Pot roasting, 52

Pound, 148

Presenting, 20

Protein, 78, 80, 240

R

Radiasi, 14

Reaksi Maillard, 287

Refrigeration, ix, 72, 73

Rendang, 42, 167

Roasting, ix, x, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58, 59, 72, 75, 92, 93, 302

S

Salad, xii, xvi, 135, 187, 192, 198, 199, 203, 217, 218, 261, 265, 270

Salamander, x, 97, 304

Salmonella, 5, 10, 15

Sanitasi, 159

Santan, viii, 158, 164, 165, 166, 167, 168

Sauteing, ix, 62, 302

Sauteing (Menu mis), 302

Sayuran, viii, 22, 35, 37, 55, 56, 64, 66, 110, 142, 143, 163, 183, 184, 198, 273, 280, 290, 295, 297

Seafood, 273

Searing, 303

Seasoning, 269, 300
 Sendok makan, 146
 Sendok takar, xiii, 152, 153, 154
 Shallow frying, 76
 Simmer, 280, 281
 Simmering, ix, 28, 74, 300
 Slow roasting, 52
 Smoking, 51
 Sortasi, 25
 Spit roasting, 52
 Steamer, x, 96
 Steaming, ix, 34, 301
 Steaming (Mengukus), 301
 Stewing, ix, 40, 42, 72, 74, 301
 Stewing (Mengulai), 301
 Stir frying, 68, 69
 Stir Frying, ix, 68, 303
 Stock, viii, xvi, xvii, 272, 273, 274,
 275, 276, 279, 280, 281, 282, 283,
 284, 285, 286, 288, 295, 296, 297
 Suhu oven, 58

T

Teknik Amerika, 294
 Teknik emulsi, 267
 Teknik Eropa, 293
 Teknik memarut, 162

Teknik memeras, 164, 165
 Teknik Memotong, 296
 Teknik pengolahan campuran, 11,
 71
 Teknik pengolahan makanan, 2,
 52, 267
 Tempat pengolahan makanan, 17
 Termometer oven, 55
 Timbangan digital, xiii, 148, 150
 Timbangan mekanik, xiii, 150, 151
 Topping, 163, 197
 Tumis, 288, 289

U

Umbi-umbian, 22, 80, 142
 Undang-Undang, ii

V

Vinaigrette, 260
 Vitamin, 78, 295

W

Wajan, x, 65, 89, 90, 100, 292
 Washing, 19, 299
 White wine, 36, 308

BIODATA PENULIS



Ezi Angraini, M.Pd., yang akrab dipanggil Ezi, lahir di Pesisir Selatan pada 27 Desember 1984. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di Sekolah Dasar Negeri (SDN) 17 Kapencong (1991-1997), dan Madrasah Tsanawiyah (MTsN) Bayang (1997- 2000), dan Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 2 Painan Pesisir Selatan (2000-2003). Kemudian Penulis melanjutkan pendidikannya ke Perguruan

Tinggi Negeri (PTN) di Fakultas Teknik jurusan Tata UNP (2003-2009). Kemudian, penulis melanjutkan pendidikannya ke jenjang Magister di Fakultas Teknik Prodi Pendidikan Teknologi Dan kejuruan,(2014--2017). Setelah menyelesaikan pendidikan S2 nya di FT UNP, sekarang sedang mengambil program doktoral di Pasca FT UNP, sekarang beliau tercatat sebagai dosen di Departemen Ilmu Kesejahteraan Keluarga Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan UNP. Saat ini, penulis aktif menulis buku ajar dan buku karya-karya penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu penulis juga aktif membuat buku resep sebagai penunjang dalam mengajar mata kuliah kuliner. Penulis lebih banyak menggeluti ilmu kue-kue, baik kue tradisional maupun kue-kue internasional, (Pastry, Bakery, cake decoration, gastronomi dll).

DUMMY

basic **cooking skills**

Ezi Angraini, M.Pd.

Buku **Basic Cooking Skills** membahas berbagai teknik dasar memasak yang meliputi pengenalan bahan pangan, pembuatan *stock* (kaldu), saus dasar (*mother sauce*), *dressing*, teknik emulsi, memanir, serta prinsip pengolahan dan penyajian makanan. Materi disajikan secara sistematis dan aplikatif agar pembaca tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu menerapkannya secara tepat dalam praktik memasak. Penyusunan buku ini bertujuan untuk memberikan pemahaman menyeluruh mengenai proses memasak yang benar, mulai dari pemilihan bahan, penggunaan teknik yang sesuai, pengendalian suhu, hingga menjaga cita rasa, tekstur, dan kualitas hidangan. Dengan menguasai teknik dasar tersebut, diharapkan pembaca memiliki keterampilan memasak yang kuat sebagai bekal untuk pengembangan kemampuan kuliner pada tahap selanjutnya.



*Partnership for Action
on Community Education*

**Komplek Pondok Pinang, Padang
Sumatera Barat**



Tahun 2026