Pengolahan bahan pangan buah menjadi produk pangan tentunya sangat penting untuk kita ketahui, entah yang bersifat spontanitas maupun ilmiah. Kita dari semenjak Tk telah diajarkan bagaimana agar kita selalu bersikap kreatif dan membuat sesuatu yang baru salah satunya yaitu kerajinan dan pengolahan.

Pada artikel yang satu ini, kami suguhkan rangkuman pengolahan bahan pangan buah menjadi produk pangan. Disini menemukan banyak informasi yang terdapat pada buku Kemendikbud RI keluaran resmi dan pemerintah.

Pengertian Bahan Pangan Hasil Samping Buah

Pengertian dari bahan pangan hasil samping buah adalah bahan samping yang dihasilkan dari tanaman buah selain dari pada buah yang merupakan bahan pangan utama.

Karakteristik Hasil Samping Buah

1. ***Berry,*** yaitu lapisan kulit luar tipis sedangkan lapisan tengah dan dalamnya menyatu.
2. ***Hespiridium,*** yaitu buah dengan tiga lapisan dinding buah, dimana lapisan kulit luar tebal dan mengandung zat warna, lapisan tengahnya serupa jaringan yang keputih-putihan, serta lapisan dalam banyak mengandung gelembung berisi cairan jus di dalamnya dengan biji-biji yang tersebar.
3. ***Drupa,*** memiliki tiga lapisan dinding buah, dimana lapisan luar umumnya tipis dan akan terlihat jelas saat buah matang, lapisan tengah merupakan daging buah atau berserabut, dan lapisan dalam merupakan pelindung yang keras bagi bji.
4. ***Pome***, yaitu lapisan luar tipis, lapisan tengah merupakan daging buah dan lapisan dalam seperti kertas yang berfungsi untuk melindungi biji.
5. ***Pepo***, yaitu lapisan kulit luar tebal dan keras, lapisan tengah dan lapisan dalam menyatu membentuk daging buah, dan pada ruangan buah berisi biji-bijian dalam jumlah yang besar.
6. **Kandungan dan Manfaat Bahan Pangan Hasil Samping Buah**
7. **Jantung Pisang**

Kandungan dan Manfaat Bahan Pangan Hasil Samping

Download dari situs https://wirahadie.com

Buah

1. Jantung Pisang

Jantung pisang memiliki khasiat setara dengan buah pisang dan mengandung kalsium, protein, mineral, vitamin dan kandungan serat tinggi yang baik untuk kesehatan.

2. Kulit Jeruk

Buah jeruk banyak mengandung vitamin C dan kaya antioksidan yang dapat melawan radikal bebas yang tidak baik untuk kesehatan tubuh dan kulit.

3. Kulit Manggis

Hasil samping buah manggis (*Garcinia mangostana*) berada pada dinding buah atau kulit buah.

4. Kulit Apel

Nutrisi yang terkandung dalam kulit apel yaitu mineral termasuk kalsium, kalium, dan fosfor, vitamin A, C, K, antioksidan favonoid dan asam fenolat, dan serat yang tinggi.

5. Kulit Pisang

Umumnya kulit pisang dibuang sebagai limbah organik atau digunakan sebagai makanan ternak.

Teknik Pengolahan Pangan

Teknik pengolahan pangan tersebut digunakan sesuai dengan kebutuhan olahan pangan yang akan dibuat. Tidak semua teknik pengolahan akan digunakan untuk satu olahan pangan. Teknik pengolahannya berdasarkan yang telah di jelaskan pada Bab V.

Download dari situs https://wirahadie.com

Pembuatan Pengolahan Bahan Pangan Hasil Samping

1. Tahapan Pengolahan Bahan Pangan Hasil Samping Buah Menjadi

Perencanaan

1. Identifikasi Kebutuhan
2. Ide/gagasan

Tercetus ide untuk membuat makanan dengan memanfaatkan kulit jeruk.

Pelaksanaan

Persiapan

1. Memilih kulit buah jeruk yang baik, tidak ada bercaknya.
2. Mencuci peralatan yang dibutuhkan sebelum digunakan.
3. Mempersiapkan bahan: bahan pangan hasil samping buah dibersihkan dan dicuci; dan gula ditimbang sesuai kebutuhan.

Bahan-bahan

Bahan yang diperlukan untuk pembuatan manisan kulit jeruk yaitu 500 ml air, 100 gr gula dan dua buah jeruk yang diambil kulitnya.

Alat

Alat yang dibutuhkan yaitu panci, saringan, talenan, pisau, sendok, kertas tisu tebal atau kertas roti, plastik sealed, dan kemasan dari kertas.

Proses Pembuatan

1. Cuci kulit buah, potong bagian atas dan bawah kulit jeruk, kemudian buatlah keratan menggunakan pisau pada kulit jeruk.
2. Kupas kulit jeruk satu persatu sesuai keratan.
3. Buang bagian dalam kulit jeruk yang berwarna putih seperti spons setebal mungkin.
4. Potong kulit jeruk ½ cm secara membujur, berbentuk lidi.
5. 5) Rebus 300 ml air hingga mendidih.
6. 6) Masukkan potongan lidi kulit jeruk air dalam air mendidih tersebut.

Download dari situs https://wirahadie.com

7. 7) Rebus kulit jeruk hingga berubah warna dan air tinggal separuh.
8. 8) Tiriskan dan buang airnya.
9. Siapkan panci berisi 200 ml air dan masukkan 60 gram gula.
10. Kemudian didihkan air sambil diaduk sehingga gula larut.
11. Setelah air mendidih masukkan kembali hasil rebusan kulit jeruk yang telah ditiriskan pada panci.
12. Rebus hingga air tiris separuhnya. Jangan sampai air rebusan habis karena gula akan mengkristal.
13. Tiriskan kulit jeruk dengan menggunakan saringan, diamkan beberapa saat hingga air benar-benar tiris.
14. Siapkan piring dan taruh tisu di atasnya, kemudian letakkan kulit jeruk yang telah direbus dengan air gula di dalamnya. Biarkan selama satu malam hingga kulit jeruk kering.
15. Setelah ditiriskan pada tisu/kertas koran selama satu malam maka kulit jeruk menjadi kering.
16. Siapkan mangkuk dan isi dengan 40 gram gula.
17. Tuangkan kulit jeruk yang telah kering pada mangkuk berisi gula dan campurkan gula dengan kulit jeruk. Kulit jeruk tampak manis dengan kilauan gula pasir.

2. Tahapan Pengolahan Bahan Pangan Hasil Samping Buah Menjadi Minuman

Perencanaan

1. Identifikasi Kebutuhan
2. Ide/Gagasan

Minuman kesehatan penyakit diabetes yaitu minuman kulit manggis.

Pelaksanaan

Persiapan

Bahan

Bahan yang diperlukan yaitu tiga buah kulit manggis untuk satu gelas besar, tiga gelas air, dan madu secukupnya.

Alat

Download dari situs https://wirahadie.com

Alat yang diperlukan yaitu panci, saringan, pisau dan sendok untuk proses pembuatan.

Proses Pembuatan

1. Cucilah buah manggis sebelum dibelah. Belah kulit manggis dengan kedua tangan yang dikatupkan.
2. Kerok dengan sendok makan kulit bagian dalam buah manggis. Jangan mengerok terlalu dalam agar tidak mengena bagian yang terlalu pahit-sepat.
3. Letakkan hasil kerokan kulit manggis pada panci.
4. Tuang 3 gelas air pada panci yang berisi kerokan kulit manggis.
5. Rebus air kulit manggis hingga mendidih dan aduklah.
6. Terus didihkan air kulit manggis hingga air tersisa satu gelas, lalu matikan api. Dinginkan hasilnya.
7. Tuang air kulit manggis yang telah dingin pada gelas dengan cara disaring.
8. Beri madu secukupnya agar minuman kulit manggis rasa pahit sepat dan getik berkurang dan minuman terasa lebih enak.

Penyajian dan Pengemasan

Pada prinsipnya penyajian dan pengemasan harus sesuai dengan kebutuhan dan fungsi dari produk olahan pangan tersebut. Selain kualitas dari olahan pangan, tampilan dari penyajian dan pengemasan akan memberikan karakter pada olahan pangan dan memberikan prospek ekonomi yang menguntungkan.

Daftar Pustaka
Suci Paresti, Dewi Sri Handayani Nuswantari, Erny Yuliani, dan Indra Samsudin. 2017. Prakarya SMP/MTs Kelas VII Semeter I. Jakarta : Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.

Download dari situs https://wirahadie.com