

Pengolahan bahan pangan setengah jadi dari sereal, kacang-kacangan, dan umbi menjadi makanan khas wilayah setempat tentunya sangat penting untuk kita ketahui, entah yang bersifat spontanitas maupun ilmiah. Kita dari semenjak TK telah diajarkan bagaimana agar kita selalu memiliki sikap memanfaatkan lingkungan sekitar.

Pada artikel yang satu ini, kami suguhkan rangkuman pengolahan bahan pangan setengah jadi dari sereal, kacang-kacangan, dan umbi menjadi makanan khas wilayah setempat. Disini menemukan banyak informasi yang terdapat pada buku Kemendikbud RI keluaran resmi dan pemerintah.

Bab 4 Pengolahan Bahan Pangan Setengah Jadi dari Sereal, Kacang-Kacangan, dan Umbi Menjadi Makanan Khas Wilayah Setempat

Pengertian

Pengertian dari pengolahan bahan pangan setengah jadi dari sereal dan umbi menjadi makanan khas daerah setempat adalah mengolah produk pangan primer, baik yang diproduksi oleh rumah tangga, industri kecil, ataupun industri pengolahan pangan dengan teknologi tinggi menjadi makanan dengan karakteristik budaya setempat.

Jenis

1. Olahan pangan setengah jadi dengan bentuk pipih tebal atau tipis

Olahan pangan setengah jadi bentuk pipih tebal atau tipis dari sereal, kacang-kacangan dan umbi yaitu kerupuk gendar, rengginang, kerupuk tette dan keripik tempe.

2. Olahan pangan setengah jadi dengan bentuk butiran besar

Olahan pangan setengah jadi dari sereal, kacang-kacangan, dan umbi dengan bentuk butiran besar yaitu jagung grontol, nasi jagung, kacang kedelai goreng, dan biskuit

3. Olahan pangan setengah jadi dengan bentuk butiran halus

Olahan pangan setengah jadi dari sereal dan umbi dengan bentuk butiran halus yaitu kue adee, udang goreng tepung, Chai kue, dan bakpia.

Teknik Pengolahan

1. Teknik Pengolahan Makanan Panas Basah (*Moist Heat*)

1. Teknik Merebus (*Boiling*)
2. Teknik *Poaching*
3. Teknik *Braising*
4. Teknik *Stewing*
5. Teknik Mengukus (*Steaming*)
6. Teknik *Simmering*
7. Teknik Mengetim

2. Teknik Pengolahan Makanan Panas Kering (*Dry Heat Cooking*)

1. Menggoreng dengan Minyak Banyak (*Deep frying*)
2. Menggoreng dengan Minyak Sedikit (*Shallow frying*)
3. Menumis (*Sauteing*)
4. Memanggang (*Baking*)
 - Memanggang kering
 - Memanggang dalam oven menambah kelembaban
 - Memanggang dalam oven dengan menggunakan 2 wadah
5. Membakar (*Grilling*)

Tahapan Pengolahan dan Contohnya

1. Mie Aceh

Perencanaan

Membuat “Mie Aceh” sebagai makanan sore hari, kumpul dengan keluarga di saat hujan turun tiada henti.

Pelaksanaan/Pembuatan

Bahan Bumbu Mie Aceh:

1. 3 siung bawang putih dan 5 siung bawang merah dikupas dan dicuci.
2. 1 cm jahe dikupas dan dicuci.
3. 4 butir kapulaga.
4. $\frac{1}{2}$ sendok teh jinten disangrai.
5. 3 butir kemiri disangrai.
6. $\frac{1}{2}$ sendok teh ketumbar disangrai.
7. $\frac{1}{2}$ sendok teh kunyit bubuk.
8. 1 sendok teh merica/lada putih bubuk.
9. 2 cm kayumanis.
10. 6 buah cabe merah
11. Garam

Bahan Pelengkap Acar Bawang dan Lainnya

- 1) Bawang merah dikupas dan dicuci.
- 2) Cuka secukupnya.
- 3) Gula secukupnya.
- 4) Timun dicuci tanpa dikupas.
- 5) Emping.
- 6) Kerupuk bawang.

Proses Pembuatan

Dalam membuat mie aceh ada beberapa olahan yang dimasak satu persatu yaitu bumbu mie aceh, mie aceh, acar bawang, dan kerupuk/emping.

Bumbu Mie Aceh

1. Ketumbar dan jinten disangrai, kemudian lanjutkan dengan mensangrai kemiri.
2. Taruh semua bumbu yang sudah disangrai dan bumbu yang sudah dibersihkan pada cobek. Ulek sampai halus.

3. Bumbu halus ditumis dengan minyak sedikit. Jika bumbu sudah matang akan lebih berminyak.
4. Bumbu yang sudah matang tampak lebih berminyak.

Mie Aceh

1. Arang di tungku dibakar terlebih dulu.
2. Tulang atau tetelan direbus untuk diambil kaldunya.
3. Timun dikupas dan dipotong tipis. Jika suka, timun boleh tidak dikupas.
4. Bawang bombay dan seledri diiris tipis sedang.
5. Bawang putih dicincang, tomat dipotong kecil, dan daging dicacah/dicincang.
6. Panaskan minyak, masukkan dan tumis bawang putih, daging cincang, dan tomat.
7. Tambahkan udang yang sudah dibersihkan, jika suka, dan tumislah.
8. Masukkan bumbu ulek matang secukupnya dan tumislah.
9. Tambahkan kaldu secukupnya.
10. Masukkan dengan cepat toge, mie, daun bawang, dan seledri sesuai kebutuhannya/ secukupnya.
11. Tambahkan kecap asin dan garam secukupnya, dan aduklah semuanya secara merata.
12. Tutup wajan selama satu-dua menit.
13. Aduk semua bahan yang ada di wajan secara cepat dan merata.
14. Angkat mie, pindahkan pada piring saji.

Acar Bawang Merah

1. Iris bawang merah tipis-tipis sebanyak kebutuhan.
2. Masukkan gula pada tempat bawang.
3. Tambahkan cuka secukupnya dan aduklah.
4. Aduk secara cepat agar gula tercampur rata dan bawang keluar airnya. Diamkan selama satu jam agar cuka meresap.

Penyajian/Pengemasan

Mie aceh disajikan di piring dengan dilengkapi acar bawang, irisan timun, irisan jeruk nipis, dan emping goreng atau kerupuk bawang.

2. Onde-Onde Ubi Bugis

Perencanaan

Onde-Onde Bugis

Pelaksanaan/Pembuatan

Persiapan

Bahan: Ubi ungu, tepung ketan, gula jawa, air hangat, kelapa, dan garam

Alat-alat : panci, baskom, pisau, parutan dan sendok saringan

Proses Pembuatan

1. Gula jawa dipotong kecilkecil.
2. Kelapa diparut menjadi serpihan kecil-kecil.
3. Rebus air secukupnya hingga matang, lalu dinginkan hingga suam-suam kuku.
4. Ubi ungu dikupas lalu dikukus agar vitaminnya tidak banyak hilang.
5. Dalam keadaan panas, haluskan ubi ungu dengan sendok hingga lembut.
6. Campur tepung ketan dengan garam sedikit saja.
7. Campur semua ubi ungu halus dengan tepung ketan putih bergaram sampai rata. Lembutkan dan uleni dengan memberi air suam-suam kuku sedikit demi sedikit hingga kalis.
8. Ambil adonan sejumput, pipihkan dan isi dengan potongan gula merah dan tutup dengan adonannya, lalu bulatkan.
9. Bulatkan seluruh adonan hingga habis.
10. Panaskan air hingga mendidih, masukkan adonan bulatan onde-onde ke dalam air mendidih, masak hingga onde-onde matang.
11. Angkat kue ondeonde dari panci, lalu tiriskan, kemudian sisihkan.
12. Berilah kelapa parut ,sedikit garam dan kukuslah hingga matang.
13. Onde-onde yang sudah selesai ditiriskan selanjutnya dimasukkan dalam kukusan kelapa parut. Onde-onde Bugis siap disajikan.

Penyajian / Pengemasan

Sajikan kue onde-onde ubi ungu tepung ketan dengan piring saji yang cantik.

Penyajian dan Pengemasan

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menyajikan penampilan olahan pangan sebagai berikut.

1. Kombinasi Warna
2. Bentuk, Tekstur, dan Kekentalan
3. Rasa dan Suhu
4. Alat Saji Makanan
5. Hiasan/Garnis
6. Penyajian

Daftar Pustaka

Suci Paresti, Dewi Sri Handayani Nuswantari, Sukri, IchdaChaerudin. 2017. Prakarya SMP/MTs Kelas VIII Semester I. Jakarta : Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Balitbang, Kemendikbud.