

# MAKANAN DARI BAHAN PANGAN SETENGAH JADI

Disarikan oleh :

**Drs. Rd. Kurniawan, M.PFis.**

## 1. Pengertian

Bahan pangan setengah jadi adalah bahan pangan mentah yang telah mengalami pengolahan dengan cara pengawetan. Bahan pangan setengah jadi dari hasil perikanan dan peternakan tidak semuanya siap konsumsi, tetapi masih perlu pengolahan lebih lanjut untuk menjadi makanan siap saji atau siap konsumsi.

Olahan pangan setengah jadi berbahan baku daging sapi dan daging unggas saat ini banyak diminati masyarakat modern, terutama yang memiliki aktivitas bekerja yang padat, karena pengolahan bahan setengah jadi di simpan lama dalam kondisi beku seperti; baso, sosis, nugget atau dapat juga disimpan dalam kondisi kering seperti; dendeng, telur asin dan abon, dengan demikian dapat digunakan kapan saja.

## 2. Jenis dan Manfaat

Jenis-jenis bahan setengah jadi dari hasil perikanan dan peternakan sebagai bahan baku dalam membuat makanan siap konsumsi, antara lain sebagai berikut.

### a. Baso ikan



Baso ikan adalah olahan ikan yang terdiri dari beberapa pilihan bahan pokok seperti ikan Tuna, surimi, udang, kakap dan marlin.

Diramu dengan tepung tapioka dan racikan bumbu istimewa masing-masing mempunyai rasa khas yang menggugah selera.

Sangat berbeda dengan baso daging, baso ikan memiliki tekstur yang lebih lembut dan gurih. Baso ikan sangat nikmat dimasak dengan cara direbus atau digoreng dan disajikan saat masih hangat. Di musim hujan atau cuaca dingin baso ikan adalah teman setia yang menghangatkan tubuh.

### b. Dendeng cumi



Dendeng adalah makanan kering sebagai salah satu produk awetan yang diolah secara tradisional hingga modern dan sangat populer di masyarakat Indonesia. Lembaran daging cumi-cumi diberi campuran gula, garam, dan bumbu-bumbu lain kemudian dikeringkan.

Selain rasanya yang gurih dan lezat, dendeng cumi-cumi juga merupakan makanan tradisional yang kaya akan kandungan gizi seperti protein, mineral, kalsium, fosfor

dan besi serta memiliki kelebihan yaitu masa simpannya lebih lama.

Dendeng cumi merupakan hasil olahan laut yang cukup banyak memiliki penggemar sehingga mudah diperjualbelikan di pasar tradisional, supermarket atau penjualan dengan sistem online.

### c. Terasi udang



Terasi udang atau disebut juga belacan termasuk hasil olahan setengah jadi dari bahan udang. Jenis udang yang biasa digunakan untuk membuat terasi adalah udang rebon atau udang yang berukuran kecil.

Terasi berbentuk seperti pasta atau adonan dan berwarna hitam kecoklatan, kadang diberi bahan pewarna merah sehingga ada yang berwarna kemerahan.

Udang rebon yang telah direbus lalu digiling dan ditambahkan garam kemudian difermentasi/diragikan, lalu dijemur agar kadar air menjadi rendah, kemudian digiling kembali hingga dapat dibentuk menjadi bentuk umum terasi. Produk ini memiliki bau yang sangat tajam, biasanya terasi digunakan untuk membuat sambal. Dapat juga digunakan untuk membuat kerupuk terasi atau sebagai bumbu/bahan penyedap masakan dalam beberapa resep masakan di Indonesia.

### d. Tepung rumput laut



Salah satu cara pengolahan atau pengawetan rumput laut, yaitu dengan mengolahnya menjadi tepung, dengan pengolahan menjadi tepung karagenan rumput laut, akan sangat bermanfaat disamping lebih praktis dalam penggunaan dan penyajiannya juga memudahkan dalam hal pengemasan dan pengangkutan.

Tepung karagenan rumput laut ini sangat besar perannya terutama sebagai stabilisator (pengatur keseimbangan), thickener (bahan pengental), gelling agent (pembentuk gel), pengemulsi dan lainlain. Sifat ini banyak dimanfaatkan oleh industri makanan, obatobatan, kosmetik, tekstil, cat, pasta gigi, dan industri lainnya.

### e. Telur asin



Telur Asin adalah masakan yang berbahan dasar telur dengan cara diawetkan melalui cara diasinkan (diberikan garam berlebih untuk menonaktifkan enzim perombak).

Kebanyakan Telur yang diasinkan adalah telur itik, meski tidak menutup kemungkinan untuk telur-telur yang lain seperti telur bebek. Di Indonesia, terutama di Pulau Jawa Telur Asin biasanya memiliki ciri khas cangkang telur berwarna hijau-kebiruan.

Telur Asin yang dinilai berkualitas tinggi memiliki ciri-ciri bagian kuning telur berwarna agak kemerahan, kering (jika digigit tidak mengeluarkan cairan), tidak menimbulkan bau amis, dan rasa asin tidak menyengat, tekstur berminyak.

#### **f. Dendeng daging**



Dendeng adalah daging yang dipotong tipis menjadi serpihan yang lemaknya dipangkas, dibumbui dengan saus asam, asin atau manis dengan dikeringkan dengan api kecil atau diasinkan dan dijemur.

Hasilnya adalah daging yang asin dan setengah manis dan tidak perlu disimpan di lemari es. Dendeng adalah contoh makanan yang diawetkan. Dendeng termasuk makanan berbentuk lempengan yang dibuat dengan cara pengeringan.

Bumbu yang digunakan dalam pembuatan dendeng adalah garam dapur, gula merah, dan rempah-rempah. Garam dapur merupakan bahan pemberi cita rasa dan pengawet pada makanan karena dapat menghambat pertumbuhan jasad renik.

#### **g. Kornet**



Kornet daging berbentuk gilingan daging halus yang berbumbu, produk ini tersedia dalam kemas-kemasan kaleng atau sachet. Dengan diproses menjadi kornet, masalah penyimpanan daging sapi segar dapat diatasi.

Agar awet, daging sapi segar memang harus disimpan pada suhu dingin atau suhu beku, akibatnya menjadi tidak praktis apabila akan digunakan. Sedangkan daging sapi segar yang telah diproses menjadi kornet kemudian dikalengkan, dapat

disimpan pada suhu kamar sekitar dua tahun.

Daging kornet dapat dihidangkan sebagai campuran perkedel, telur dadar, mi rebus, pengisi roti, serta makanan lain.

#### **h. Keju**



Keju terbuat dari susu sapi, susu kerbau maupun susu kambing. Teksturnya lembut dan rasanya creamy. Keju dibuat dengan memisahkan zat-zat padat dalam susu melalui proses pengentalan dengan bantuan bakteri atau enzim tertentu.

Hasilnya kemudian dikeringkan, diproses dan diawetkan dengan berbagai cara. Produk keju banyak variasinya tergantung dari jenis susu, metode pengentalan, dan proses pembuatannya.

Produk bahan pangan setengah jadi dari susu lainnya adalah susu bubuk dan yogurt (plain youghurt)

### **3. Teknik pengolahan Makanan dari Bahan Baku Setengah Jadi Hasil Perikanan dan Peternakan**

#### **a. Penggilingan**

Daging ikan, daging sapi, dan unggas yang sudah dicuci kemudian dimasukkan ke dalam grinder untuk digiling, sehingga berbentuk pasta. Pada saat penggilingan harus diberikan garam secukupnya.

Garam diberikan pada awal penggilingan berguna untuk meningkatkan kerekatan pasta. Jika dilakukan pada akhir penggilingan sifat kerekatan pasta akan menurun.

Setelah penggilingan dilanjutkan dengan pengadonan, penambahan bahan baku lainnya seperti tepung tapioka dan telur yang berguna untuk menjaga kualitas kekenyalan.

Adonan dimasukan bumbu berupa garam, gula, dan rempah-rempah yang sudah dihaluskan sebelumnya, kemudian dilakukan pencetakan.

#### **b. Pemangangan**

Daging ikan, daging sapi, dan unggas dapat langsung dipanggang untuk dijadikan steak. Daging yang dipanggang sebaiknya daging yang memiliki tekstur daging yang lebih kencang. Ikan dipanggang dalam oven.

Caranya, panggang ikan dalam oven dengan suhu 200°C selama sekitar 10 menit atau hingga kulit pelapisnya kuning keemasan. Lama pemangangan tergantung pada ketebalan fillet.

#### **c. Menggoreng**

Gunakan minyak goreng dengan jumlah yang cukup hingga seluruh bagian ikan terendam minyak. Pastikan minyak telah panas agar kulit pelapis ikan menjadi renyah.

Gunakan api sedang, lalu goreng ikan dengan wajan anti lengket. Ikan cukup dibalik sekali saja sehingga tidak mudah hancur.

Tapi ingat, teknik ini tidak bisa digunakan saat anda menggoreng ikan utuh dan hanya bisa digunakan pada fillet ikan dan unggas.

### **4. Tahap Pembuatan Makanan dari Bahan Setengah Jadi Bahan Baku Hasil Perikanan dan Peternakan**

Hasil perikanan dan peternakan dapat dibuat berbagai diversifikasi bahan pangan setengah jadi seperti berbagai jenis bakso (bakso ikan, bakso daging, bakso ayam), nugget ikan, nugget ayam, bubuk agar-agar rumput laut, keju, mentega, kerupuk ikan, kerupuk udang, dan sebagainya.

Bahan pangan setengah jadi hasil perikanan dan peternakan ini masih memerlukan proses atau tahapan pengolahan. Mengapa? Agar bahan setengah jadi dari hasil perikanan dan peternakan ini memiliki kandungan gizi yang lebih bermanfaat dan aman bagi kesehatan tubuh, memiliki rasa yang menggoyang lidah, dan memiliki nilai estetika dengan kemasan yang menarik.

Sumber :

1. <https://www.amongguru.com/materi-prakarya-kelas-9-smp-k13-makanan-dari-bahan-pangan-setengah-jadi/>
2. Dewi Sri Handayani Nuswantari,dkk., Prakarya Untuk SMP/MTs Kelas IX Semester 2 / Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.-- . Edisi Revisi Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018.