

## **BAB IV**

### **PENGOLAHAN BAHAN PANGAN SETENGAH JADI DAN BAHAN HASIL SAMPING DARI HASIL PERIKANAN DAN PETERNAKAN MENJADI MAKANAN SIAP KONSUMSI**

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

Pengolahan pangan dari bahan setengah jadi dari hasil perikanan dan peternakan secara umum dapat menggunakan teknik-teknik dasar pengolahan pangan yang telah dipelajari pada kelas VII dan kelas VIII. Coba kamu pelajari kembali. Berikut ini dijabarkan beberapa teknik pengolahannya:

##### **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 dimasukkan bumbu berupa garam, gula, dan rempah-rempah yang sudah dihaluskan sebelumnya. Kemudian dilakukan pencetakan.

##### **b. Pemanggangan**

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 pemanggangan 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

perternakan 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. Pada sub bab ini kita akan mengolah makanan dari bahan setengah jadi dendeng daging sapi dengan teknik digoreng dan dibakar/panggang. Kalian dapat membuat kreasi sendiri dari bahan setengah jadi “dendeng sapi” ini, tidak harus mengikuti contoh yang ada. Yaitu pembuatan dendeng sapi sambal ijo.

### **1. Identifikasi Kebutuhan**

Dendeng daging sapi adalah salah satu makanan yang cukup digemari oleh masyarakat. Bahan dendeng daging sapi telah banyak dijual dalam bentuk kemasan di pusat oleh-oleh atau pasar swalayan.

### **2. Ide gagasan**

Membuat “Dendeng Daging Sapi Sambal Ijo” dengan kreasi masing-masing.

#### **a) Alat dan Bahan**

Mempersiapkan bahan dan alat yang diperlukan secara lengkap. Apakah itu dengan cara membeli atau meminjam teman/tetangga.

Dendeng daging sapi, bumbu: bawang putih, Bawang merah, cabe hijau keriting, gula merah dan garam secukupnya dan garam secukupnya serta minyak untuk menumis.

#### **Alat**

Kuali/pengorengan, sutil, serokan, ulekan, dan spatula.

#### **d. Proses pembuatan**

Panaskan minyak dalam wajan. Goreng dendeng sapi hingga matang, angkat dan tiriskan.

Haluskan bawang merah, bawang putih dan cabe hijau keriting.

Tumis sambal ijo yang telah dihaluskan hingga harum baunya, tambahkan garam dan gula secukupnya.

Masukkan dendeng sapi goreng dalam tumisan sambal ijo, aduk rata.

Dendeng sapi sambal ijo siap disantap.

#### **e. Penyajian**

Penyajian dendeng sapi sambal ijo menggunakan piring, nikmat disantap dengan nasi hangat. Jika suka dapat ditambah lalapan seperti: mentimun, daun selada, daun kemangi, atau tomat sesuai selera, akan menambah nilai gizinya.

#### **f. Evaluasi Diri**

Di akhir pembuatan pengolahan pangan dendeng daging sapi ujilah hasilnya dengan cara mencoba/merasakan masakanmu. Buatlah angket penilain sederhana bagaimana rasanya, warna, aroma dan bentuk penyajiannya mintalah beberapa teman dan guru untuk mengisi angket tersebut. Jika ada yang kurang sesuai buatlah catatan evaluasinya sebagai bahan masukkan dan bahan perbaikan berikutnya.

## **B. Makanan dari Bahan Pangan Hasil Samping**

### **1. Pengertian**

Bahan baku berupa daging hasil perikanan dan peternakan merupakan bahan pangan utama manusia, sedangkan bagian tulang, kulit, jeroan, kaki, dan sisik, bagian tubuh yang jarang dimakan, tetapi masih dapat dimanfaatkan sebagai Bahan pangan hasil samping dari hasil perikanan dan peternakan masih memiliki kandungan gizi sehingga dapat dimanfaatkan hasil samping pangan.

### **Tips**

1. Jemur sebentar dendeng sapi sebelum digoreng agar hasilnya lebih garing dan renyah.
2. Goreng dendeng sapi dengan api sedang agar tidak mudah gosong.

### **KESELAMATAN KERJA**

#### **Perhatikanlah !**

1. Gunakan celemek, ikat rambutmu jika perempuan agar tidak ada rambut yang terjatuh pada makanan saat bekerja. Cuci tangan sebelum bekerja atau gunakan sarung tangan.
2. Hati-hati dalam bekerja, baik dalam menggunakan peralatan tajam, listrik, kompor gas/minyak tanah maupun peralatan pecahbelah.
3. Kebersihan tempat kerja dan peralatan yang digunakan pada pembuatan hendaknya diperhatikan, baik saat akan memulai memasak maupun setelah selesai memasak.
4. Bekerjasama yang baik antar teman.
5. Matikan kompor dengan baik setelah selesai memasak.

Sebagai olahan pangan siap konsumsi. Hampir semua bagian dari bahan pangan hasil perikanan dan peternakan dapat dimanfaatkan manusia. Hal ini menunjukkan betapa Tuhan Yang Maha Esa menciptakan kebutuhan makanan bagi manusia dengan baik. Anugerah Tuhan yang patut kita syukuri selalu. Hasil samping dari bahan pangan hasil perikanan dan peternakan dapat dimanfaatkan dan diolah menjadi makanan siap konsumsi seperti mie bakso dan ceker ayam, keripik ceker ayam, kerupuk kulit ikan, kerupuk kulit sapi, keripik usus ayam, gulai kepala ikan kakap, rempeyek sisik ikan, dan lain-lain.

### **2. Jenis dan Manfaat**

Jenis-jenis bahan baku yang digunakan untuk membuat makanan dari hasil samping perikanan dan peternakan, yaitu:

#### **a. Kepala ikan**

Kepala ikan adalah bagian kepala dari tubuh ikan, di mana terdapat insang, mata ikan, dan mulut ikan. Bagian kepala ikan dapat diolah menjadi hidangan yang lezat dan bergizi seperti: gulai kepala ikan atau sup kepala ikan, bagian kepala ikan masih memiliki sedikit daging serta nikmat menyatap bagian mata ikan, memiliki nilai nutrisi yang hampir sama dengan bagian tubuh utama di mana terdapat daging ikan, sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizi serta memiliki nilai jual.

Banyak produk samping berupa makanan tradisional maupun modern menggunakan bahan baku perikanan dan peternakan. Diskusikanlah dengan temanmu apa saja produk samping berupa makanan tradisional dan modern yang ada di daerahmu. Sampaikan pula pendapatmu tentang makanan tersebut dengan santun dalam pembelajaran!

## **b. Kulit**

Kulit ialah bagian paling luar daging. Kulit merupakan organ tunggal tubuh paling berat, kulit juga merupakan hasil ternak yang paling tinggi nilai ekonominya yaitu sekitar 59% dari nilai keseluruhan produk yang dihasilkan oleh seekor ternak. Kulit mempunyai banyak fungsi antara lain sebagai alat perasa, pelindung jaringan di bawahnya, memberi bentuk, mengatur suhu tubuh, tempat sintesis vitamin D. Kulit dapat diolah menjadi produk pangan seperti kerupuk dan masakan lainnya.

## **c. Ceker ayam**

Ceker ayam adalah bagian dari tubuh ayam yaitu bagian kaki ayam. Tekstur yang unik dan rasanya yang gurih membuat ceker ayam digemari oleh banyak orang. Bagian tubuh ayam ini masih memiliki nilai gizi dan manfaat bagi tubuh. Ceker ayam mengandung protein, kolagen, zat kapur/kalsium dan kartilago. Ceker ayam memiliki sedikit daging disemua bagian hingga ruas-ruas jarinya, ceker ayam juga memiliki tulang lunak yang rasanya gurih dan lezat. Ceker ayam yang dimasak biasanya akan mengeluarkan cairan atau gel khusus yang banyak mengandung gelatin. Ceker ayam dapat diolah menjadi produk pangan seperti, keripik ceker ayam, baso ceker ayam, sup ceker ayam, dan lainlain.

## **d. Tulang ikan**

Selain kepala ikan yang bisa mengurangi terjadinya osteoporosis ternyata tulang ikan juga dapat membantu menguatkan dan memperkokoh tulang tubuh manusia karena tulang ikan mengandung kalsium, fosfor, dan vitamin D yang sangat dibutuhkan oleh tubuh dalam menjaga kokohnya tulang. Tulang ikan biasanya dikeringkan dan digiling menjadi tepung, setelah menjadi tepung ini baru bisa diversifi kasi dalam bentuk olahan berupa cemilan, seperti pangsit ikan, stik ikan, kerupuk, dan lainnya. Dapatkah kamu mengidentifikasi kasi hasil produk samping dari hasil perikanan dan peternakan yang lainnya yang ada di rumahmu dan sekitarmu? Apakah hasil samping tersebut masih dapat dimanfaatkan dengan baik? Mengolah hasil samping dari bahan baku perikanan dan peternakan harus melalui beberapa uji coba yang membutuhkan ketelitian, ketekunan dan kesabaran karena waktu yang dibutuhkan relatif lama untuk menghasilkan produk pangan sampingan yang bermanfaat bagi tubuh manusia yang memiliki nilai gizi yang tinggi, sehat, dikemas dengan penampilan/kemasan yang menarik dan memiliki nilai ekonomis yang tinggi.