

PENULISAN BUKU AJAR BER-ISBN



Judul Buku
PENGOLAHAN MAKANAN I

Oleh:
Tim Pengusul
Ketua : Dr. Diane Tangian, SH., M.Si
NIDN : 0009067203
Anggota : Silvana A.R Wewengkang, SE., M.Si
NIDN : 0012107203

JURUSAN PARIWISATA
PROGRAM STUDI DIII PERHOTELAN
POLITEKNIK NEGERI MANADO
TAHUN 2019

ABSTRAK

Pengolahan Makanan merupakan salah satu Mata Kuliah Core yang terdapat di Program Studi DIII Perhotelan. Sebagai program studi yang bertanggungjawab dalam menciptakan SDM yang terampil dan berkualitas di bidang Perhotelan, perlu memperhatikan factor-faktor penunjang dalam proses belajar mengajar. Buku ajar merupakan salah satu faktor penunjang dalam proses belajar mengajar yang dapat membantu dosen maupun mahasiswa dalam mencapai kompetensi yang diharapkan.

Adapun buku ajar ini dirancang secara sistematis mulai dari pemberian materi (pengetahuan), sampai latihan agar mahasiswa mudah memahami dan mampu mempraktekan proses pengolahan bahan dasar makanan. Pengetahuan pengolahan bahan dasar makanan merupakan salah satu kompetensi yang harus dimiliki mahasiswa semester 1 (Satu) sebelum melanjutkan ke tahap selanjutnya yaitu Pengolahan Makanan 2.

Akhirnya saya berharap, buku ajar ini dapat menjadi salah satu media pembelajaran yang efektif untuk mencapai kompetensi lulusan.

Manado, 28 Maret 2019,

Penulis,

IDENTITAS MATA KULIAH

a. Nama Mata Kuliah (SKS)

Pengolahan Makanan I

b. Semester

Buku ajar digunakan untuk perkuliahan semester ke I

c. Dosen Pengampu

Silvana A.R Wewengkang, SE., M.Si

Dr. Diane Tangian, SH., M.Si

d. Tujuan Mata Kuliah

Mahasiswa mampu memahami pengetahuan tentang dapur, hygiene dan sanitasi, bahan-bahan makan, menu breakfast dan mempraktekan teknik-teknik pemotongan, jenis-jenis potongan dan cara pengolahan bahan dasar makanan.

e. Deskripsi Mata Kuliah

Pengolahan makanan merupakan bagian yang sangat penting dan memiliki pengaruh yang besar di industry perhotelan. Hotel menyediakan fasilitas penginapan (kamar) tetapi juga menyediakan pelayanan makanan dan minuman. Mahasiswa lulusan Program Studi DIII Perhotelan dituntut harus menguasai teknik-teknik pengolahan makanan sesuai kebutuhan industri. Untuk itu Mata Kuliah Pengolahan Makanan 1 dalam proses belajar mengajar dirancang untuk menghasilkan lulusan sesuai harapan dan kebutuhan industri pengguna seperti pengetahuan *Mise En Place*, Bahan-bahan Makanan, dan Potongan Bahan Makan

f. Daftar topik/Tema/Pokok Bahasan

1. Pengetahuan tentang dapur
2. Pengetahuan tentang organisasi dapur hotel
3. Pengetahuan tentang *mise en place*
4. Pengetahuan tentang pakaian seragam dapur
- 5.
6. Pengetahuan tentang bahan makanan
7. Pengetahuan tentang potongan bahan makan
8. Pengetahuan tentang menu breakfast

PENGOLAHAN MAKANAN I

BAB 1. PENDAHULUAN

BAB 2. PENGETAHUAN TENTANG ORGANISASI DAPUR

- Pengertian dan Fungsi Dapur
- Pembagian Section
- Peralatan masak
- Area cleaning
- Area cooking
- Seragam dan Fungsinya
- Keamanan

BAB 3. MISE EN PLASE

- Pengertian Mise en Place
- Faktor Penentu keberhasilan Mise en Place
- Teknik Penanganan Bahan Makanan
- Pengukuran Bahan
- Penanganan Bahan Pangan
- Teknik Penanganan Bahan Makanan

BAB 4. HYGINE DAN SANITASI

- Pengertian Hygiene dan Sanitasi
- Pengertian Sanitasi
- Tinjauan Umum Tentang Hygiene Sanitasi Makanan
- Ruang lingkup Hygiene dan Sanitasi di Area Kitchen
- Syarat-syarat sanitasi hotel

BAB 5. BAHAN MAKANAN

- Bahan Makanan Nabati
- Bahan Makanan Hewani
- Bahan Makanan Hasil Olahan

BAB 6. POTONGAN BAHAN MAKANAN

- Pengertian Potongan Bahan Makanan
- Jenis-Jenis Potongan Bahan Makanan

BAB 7. MENU BREAKFAST

- Salad
- Soup

DAFTAR PUSTAKA

GLOSSARY

LAMPIRAN

1. Rencana Pembelajaran
2. Bio data penuli

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Industri perhotelan merupakan industri yang menyediakan pelayanan penginapan dan juga menyediakan pelayanan makanan dan minuman. Pendapatan terbesar dari industri perhotelan adalah dari penjualan kamar, dan diikuti oleh penjualan makanan dan minuman. Tamu yang menginap di hotel tidak hanya melihat fasilitas kamar yang disediakan, tapi juga memperhatikan menu makanan dan minuman yang disajikan di hotel tersebut.

Departemen Food and beverage adalah salah satu departemen yang ada di hotel yang bertugas untuk menyediakan pelayanan makan dan minuman baik kepada tamu yang menginap maupun tidak. Dalam pelayanan makanan dan minuman tamu tidak hanya memperhatikan soal cita rasa, tapi juga memperhatikan penyajiannya yang menarik dan unik. Ini menjadi salah satu tantangan dari seorang chef dalam menghasilkan suatu menu.

Pengetahuan pengolahan bahan dasar makanan menjadi salah satu faktor penentu dalam keberhasilan pengolahan makanan. Seorang chef yang memiliki pengetahuan dasar tersebut dalam menciptakan menu yang baru akan sangat mudah melakukannya berdasarkan jenis bahan dan jenis potongan yang akan digunakan. Setiap jenis bahan dan potongan itu berbeda dalam menghasilkan menu.

Program Studi DIII Perhotelan adalah salah satu program studi yang ada di Jurusan Pariwisata Politeknik Negeri Manado yang memiliki tugas dan tanggungjawab dalam menghasilkan lulusan yang kompeten di bidang perhotelan. Untuk itu kurikulum disusun sesuai kebutuhan industri pengguna. Salah satu Mata Kuliah yang ada yaitu Pengolahan Makanan 1, yang fokus pada pengetahuan pengolahan bahan dasar makanan.

B. Tujuan

Buku ajar ini bertujuan untuk membantu mahasiswa memahami konsep dapur, pengolahan makanan, serta mampu mempraktekan teknik-teknik pemotongan dan mengolah menu breakfast.

C. Ruang Lingkup

Buku ajar ini mencakup teori-teori tentang dapur, pengolahan bahan dasar makanan, teknik dan jenis pemotongan sampai mengolah menu breakfast

D. Manfaat

Setelah membaca buku ajar ini diharapkan mahasiswa memiliki pengetahuan di bidang perhotelan khususnya tentang dapur dan pengolahan bahan dasar makanan serta mampu mempraktekannya mulai dari pemilihan bahan, teknik memotong sampai mengolah bahan dasar makan.

BAB II

PENGETAHUAN TENTANG DAPUR

A. Pengertian dan Fungsi Dapur

Pengertian dapur menurut Mahardi (2010) adalah suatu ruangan atau tempat khusus yang memiliki perlengkapan dan peralatan untuk mengolah makanan hingga siap untuk disajikan (Mahadi, 2010). Dapur adalah tempat untuk mengolah makanan. Oleh karena itu, dapur harus bersih dan higienis. Ruang dapur perlu mendapat perhatian khusus, untuk itu para ahli merancang ruang dapur sedemikian rupa supaya orang yang bekerja merasa senang dan suka bekerja di dapur. Selain itu dapur juga harus dilengkapi dengan berbagai jenis perlengkapan. Ahli masak dari perancis lebih mengutamakan ruang dapur dari pada ruang lainnya karena menurut mereka cinta melalui makanan. Ruang dapur berfungsi untuk mengolah makanan, yang setiap pekerjaannya yang tidak lepas dari api. Sebaiknya ruangan dapur harus dibuat dari bahan yang tidak mudah terbakar, kuat dan mudah dibersihkan.

Menurut A. Rachman Arif (2002 : 111), dapur mempunyai pengertian suatu tempat atau ruangan yang memproduksi makanan dan memasak bahan-bahan makanan untuk keperluan tamu hotel serta karyawan hotel keseluruhannya. Sedangkan menurut Ari Fadiati W. S. Dapur mempunyai pengertian suatu unit yang berfungsi sebagai tempat mengolah makanan yang akan diproduksi dan yang akan dijual. Menurut Soekresno (2000:155), dapur dalam hotel mempunyai luas 40% dari restoran. Untuk menanggulangi seluruh kegiatan pengolahan, dapur harus memiliki organisasi yang jelas menyangkut pembagian seksi atau bagian-bagian, fungsi-fungsi, tugas dan tanggung jawab masing-masing orang atau bagian.

Struktur organisasi suatu dapur akan berbeda menurut besar kecilnya hotel serta jumlah outlet penjualan makanan yang disediakan. Semakin besar hotel yang dioperasikan dan semakin banyak unit-unit penjualan makanan dan minuman yang dibuka didalamnya, maka makin besar pula dapur yang disediakan. Bahkan dapat terjadi, dapur yang dibuka lebih dari satu unit. Di dalam suatu dapur yang kecil biasanya diadakan penggabungan fungsi-fungsi, bagian atau jabatan, sehingga untuk dua atau tiga bagian pada dapur yang besar menjadi satu bagian saja pada dapur yang kecil. Akan tetapi penggabungan tersebut harus dilakukan dengan perhitungan yang matang agar tidak menimbulkan kendala dalam mekanisme operasionalnya.

Adapun fungsi dapur adalah:

1. Mengelola makanan yaitu memulai memproses bahan makanan hingga siap disajikan.

2. Melahirkan kreatifitas seni dalam menampilkan makanan, sehingga menjadi lebih menarik.
3. Sebagai sarana promosi untuk memperkenalkan budaya bangsa melalui seni culinaire.

Klasifikasi dapur terdiri atas:

1. Dapur biasa (conventional kitchen)

Pada umumnya terdapat di perusahaan jasa pelayanan makanan dan minuman dalam ukuran kecil, fungsi dan ruang lingkup dapur ini hanya menyiapkan menu tetap dan menu banquet dalam jumlah kecil yang mempunyai suatu standard menu dan porsi yang sifatnya fleksible. Sedangkan untuk pembagian ruangnya, bagian persiapan maupun bagian penyelesaian dijadikan satu tempat di ruangan yang sama. Semua makanan panas disajikan pada satu tempat yang disebut dengan counter

2. Dapur kombinasi antara persiapan dengan penyelesaian (combined preparation and finishing kitchen)

Sistem ini khusus untuk perusahaan jasa pelayanan makanan jadi, yang tidak memerlukan ruangan khusus untuk persiapan dan pembelian bahan makanan, hanyalah makanan-makanan yang sudah jadi. Pengaturan dapur seperti ini memerlukan dry store untuk tempat penyimpanan dan ruangan persiapan untuk peralatan seperti microwave, oven, alat penggorengan. Sedangkan untuk makanan dingin hanya memerlukan ruangan untuk tempat penyimpanan makanan yang sudah disiapkan sebelumnya.

3. Dapur khusus untuk makanan jadi (convenience food kitchen)

Sistem ini khusus untuk perusahaan jasa pelayanan makanan jadi, yang tidak memerlukan ruangan khusus untuk persiapan dan pembelian bahan makanan, hanyalah makanan-makanan yang sudah jadi. Pengaturan dapur seperti ini memerlukan dry store untuk tempat penyimpanan dan ruangan persiapan untuk peralatan seperti microwave, oven, alat penggorengan. Sedangkan untuk makanan dingin hanya memerlukan ruangan untuk tempat penyimpanan makanan yang sudah disiapkan sebelumnya

4. Dapur yang dipisahkan antara bagian persiapan dan bagian penyelesaian (separated preparation and finishing kitchen) / main kitchen.

Sistem ini sangat cocok untuk restoran besar. Baik macam-macam menu maupun jenis makanannya dapat bervariasi dan dapat disajikan dalam jumlah yang besar namun standard menu dan porsi akan sangat diperlukan. Pembagian dapur tersebut terdiri dari, larder, vegetables, saucier, patisserie.

Syarat-syarat bekerja di dapur adalah:

1. Lantai dapur
 - a. Lantai dapur agar dijaga tetap kering dan bersih.
 - b. Pungutlah segera setiap bahan makanan yang jatuh di lantai.
 - c. Lantai dapur agar dibersihkan dengan bahan pembersih secara menyeluruh setiap hari.
2. Dinding
 - a. Bersihkan tembok dengan bahan pembersih dan keringkan.
 - b. Jangan menggunakan tembok untuk tempat gantungan obat, alat maupun telenan.
3. Ventilasi
 - a. Buatlah ventilasi yang cukup kurang lebih 40% dari luas tembok.
 - b. Pasanglah kawat kasa untuk mencegah serangga masuk, dapur dibersihkan secara teratur.
4. Pintu dan Jendela
 - a. Pintu dan jendela agar dapat ditutup rapat.
 - b. Lapisi jendela dengan kawat kasa.
 - c. Pintu harus selalu dalam keadaan tertutup bila tidak digunakan.
5. Plafon
 - a. Plafon dibuat cukup tinggi sehingga ruangan terasa nyaman untuk bekerja
 - b. Bersihkan plafon, cerobong asap, lampu dan lain-lain secara rutin.
6. Saluran air limbah
 - a. Saluran air limbah tidak boleh tersumbat oleh kotoran ataupun lemak.
 - b. Apabila saluran air limbah berbentuk selokan yang tertutup jeruji besi, maka bersihkan dinding selokan dengan bahan pembersih secara rutin
7. Penerangan dapur
 - a. Lampu penerangan dapur harus mampu menerangi seluruh bagian area dapur sehingga bagian-bagian dapur yang kotor segera dapat diketahui dan dibersihkan
 - b. Lampu penerangan dapur harus cukup terang dan tidak menimbulkan bayang-bayang sehingga mata dapat melihat benda dengan nyaman
 - c. Penerangan yang cukup akan mengurangi kelelahan mata

B. Pembagian Section

Dalam menjalankan operasional kerja di dapur, setiap individu harus melaksanakan tugas serta bertanggung jawab atas segala pekerjaannya, untuk menciptakan hubungan kerja

yang baik. Untuk lebih jelasnya dapat di paparkan satu persatu sesuai dengan klasifikasi tingkatan atau jabatan dalam pekerjaan.

1. Chef de Cuisine

Merupakan kepala dapur dengan sebutan lainnya adalah Executive Chef. Ia mengepalai seluruh bagian atau section yang terdapat di dapur dan mengkordinir semua kegiatan didalamnya, seperti operasional, persiapan, pengolahan, administrasi, penyimpanan bahan, dan lain sebagainya. Sebagai coordinator, Executive Chef ini mengatur serta mengawasi pekerjaan-pekerjaan yang dilaksanakan oleh semua subordinat dan menentukan kebijakan-kebijakan yang harus dilaksanakan dibagian dapur. Tugas-tugas pokok Chef de Cuisine adalah:

- a. Mengepalai seluruh bagian dan kegiatan kitchen.
- b. Menentukan sistem operasional, termasuk penyimpanan, kebersihan area, standard recipe, hygiene, dan sanitasi dapur.
- c. Membuat dan menentukan menu harian (chef Suggestion).
- d. Mengkalkulasi biaya dan mengusahakan perolehan laba optimal.
- e. Mengawasi sistem pemorsian dan penggunaan bahan.
- f. Mengatasi complain, melaksanakan persiapan party, menjaga keseimbangan volume kegiatan dan jumlah tenaga kerja.
- g. Mengatur cuti, libur dan tugas-tugas bawahan

2. Asisten atau Wakil Kepala dapur (Le sous Chef)

Dalam suatu dapur yang besar, seorang Chef mempunyai beberapa orang staff yang bertanggung jawab terhadap beberapa bagian yang ada seperti grill room, banquets, coffee shop, dapur pegawai dan lain-lain. Dengan demikian jumlah Sous Chef mungkin lebih dari satu orang dengan tugas dan tanggung jawab yang berbeda

3. Kepala Bagian (Le chef de partie)

Pekerjaan kepala bagian ini, adalah pekerjaan yang khusus dan menghasilkan sesuatu dari hasil kerja sama beberapa unit bagian. Ditinjau dari segi peranannya, maka mereka boleh dikatakan “tulang punggung” di dapur. Kepala bagian saus adalah yang tertinggi diantara kepala bagian yang ada dan chef de partie saucier adalah pimpinan yang tertinggi di antara chef de partie lainnya, seperti kepala bagian dapur bagian dingin. Sedangkan kepala bagian kue biasanya berdiri sendiri yang bertanggung jawab pada bagian kue atau pastry.

4. Wakil Kepala Bagian (Demi chef)

Mereka membantu kepala bagiannya dalam melaksanakan tugas memasak, yang banyaknya dalam setiap bagian akan tergantung dari pada kebutuhan, seperti bagian daging akan mempunyai le commis yang lebih sedikit bila di bandingkan dengan bagian sayuran yang terdiri dari beberapa sub-bagian lagi seperti bagian sup, bagian kentang dan lain-lain.

5. Juru Masak (commis)

Commis bertugas membantu tugas Chef de partie dalam melaksanakan tugasnya mulai dengan dari proses memotong, memasak, hingga memorsikannya. Juru masak pemula (l'apprentice) mereka terdiri dari siswa maupun karyawan pemula yang memperdalam pengetahuannya di dapur, dan biasanya harus melakukan tugasnya dalam waktu tertentu dan kemudian pindah lagi kebagian lainnya dalam jangka waktu tertentu pula, hingga yang bersangkutan sudah dinyatakan mahir.

6. Relife Cook (L'Apprentite)

Kelompok ini tidak mempunyai ruang khusus sebagai tempat kerja, tetapi bagian ini bertugas untuk menggantikan sementara cook atau chef yang sedang tidak ada di tempat atau libur. Mereka berpindah-pindah dari satu seksi ke seksi lain.

7. Butchery

Bagian ini bertugas khusus untuk memotong daging. Bagian ini tidak mudah untuk di kerjakan karena memotong daging dalam bentuk tertentu memerlukan pendidikan dan latihan yang khusus. Mereka harus mengetahui bagian daging tertentu yang di minta oleh tamu, misalnya:

Chateaubriand – Harus dari kepala fillet.

Tournedos – Dari bagian tengah fillet.

Fillet mignon - Dari ujung ekor fillet.

Entrecote – Dari bagian lurus dalam.

Sirloin steak – Sama dengan entrecote.

Osso bucco –Bagian betis anak sapi

Tugas utama butcher: Bertugas memotong semua jenis meat, fish, poultry dan game hingga siap untuk di masak.

8. Bagian Makanan Dingin (le garde manger)

Bagian ini menyiapkan aneka makanan pembuka (appetizer) dingin, seperti Salad dan aneka saus dingin dan bagian ini merupakan bagian yang cukup banyak hubungan dengan bagian lain baik dalam persiapan awal, menyiapkan dan juga menyuplai makanan

daging dingin, ayam juga memberikan dekorasi pada makanan dingin. Selain itu juga membuat sandwich, canapé serta buah-buahan.

9. Bagian Pengolahan Kue (le pâtissier)

Bagian ini membuat berbagai macam kue, pudding, ice cream dan juga membuat dan menyediakan keperluan bagian lain seperti noodle, ravioli, pete dough dan lain-lain. Tidak semua hotel memiliki bagian ini terutama hotel sedang atau kecil, tergantung kebutuhan dan pertimbangan atas untung ruginya, bila lebih ekonomis membeli kue-kue, ice cream dari luar.

Tugas dan tanggung jawab Bakery Section:

- a. Khusus membuat roti-roti dan sejenis (tawar)
- b. Membuat kue-kue dessert yang pada umumnya di hidangkan panas

Tugas dan tanggung jawab Pastry Section:

1. Khusus dengan bidang-bidang kue dengan segala variasi kue.
2. Membuat semua jenis kue manis hidangan penutup.
3. Membuat saus-saus manis untuk pendamping kue.
4. Membuat ice cream dan hidangan yang dibuat dari ice cream
5. Membuat makanan setengah jadi yang akan di olah bagian lain seperti adonan mie

C. Peralatan dapur

Peralatan dapur adalah peralatan yang digunakan baik dalam proses persiapan maupun saat memasak. Contoh peralatan dapur, seperti :

1. Kitchen pan dan Pots

- **Grati Dish** adalah alat masak yang terbuat dari logam tahan panas (api) yang berguna sebagai mengolah makanan dengan memanaskannya bersama – sama dengan tempatnya langsung di oven atau di salamander. Bentuknya ada dua macam yaitu oval dan bundar.
- **Cocotte** adalah alat masak yang terbuat dari logam tahan panas (api) yang fungsinya sama dengan gratin dish. Alat ini juga dapat digunakan sebagai tempat untuk mencetak suatu jenis makanan.
- **Bain – Marie Pot** adalah suatu yang terbuat dari logam tahan panas, bain marie pot sejenis panci dengan dua pegangan. Fungsinya sebagai tempat menyimpan makanan yang sudah matang
- **Stock Pot** adalah yang terbuat dari logam tahan panas (api), stock pot semacam panci besar dengan dua pegangan serta tutupnya dan fungsinya untuk memasak

makanan yang berkuah, merebus makanan, membuat soup maupun kaldu dan lain sebagainya

- **Marmite** adalah suatu yang terbuat dari logam tahan panas (api) fungsinya untuk tempat memasak atau merebus dan untuk menggoreng (menumis) makanan. Marmite sejenis stock pot hanya lebih pendek
- **Roasting Pan** adalah suatu yang terbuat dari logam tahan panas, yang digunakan untuk tempat mengolah makanan dengan cara “roasting” yaitu memanggang langsung di oven.
- **Braising Pan** adalah sama halnya dengan roasting pan, maka braising pan ini juga digunakan untuk tempat mengolah makanan, tetapi dengan cara “braising”, yaitu makanan tersebut dimatangkan dengan cara diungkep.
- **Frying Pan** adalah penggorengan dengan satu tangkai atau pegangan. Penggorengan ini hanya khusus digunakan untuk menggoreng dengan menggunakan minyak goreng sedikit.
- **Saute Pan (Sauteuse)** adalah penggorengan dengan satu pegangan. Penggorengan ini hanya khusus digunakan untuk menggoreng dengan minyak goreng sedikit. Hanya bentuknya lebih cekung.
- **Wok (wajan)** adalah penggorengan cekung dengan dua pegangan, fungsinya untuk menggoreng dengan minyak goreng yang banyak.
- **Crepe Pan** adalah juga semacam penggorengan kecil yang khusus digunakan untuk membuat crepe (adonan yang digoreng tipis).
- **Grill Pan** adalah juga semacam penggorengan, pada umumnya digunakan untuk memanggang. Penggorengan ini juga dilengkapi dengan tutup, sehingga mempercepat dalam proses pemanggang.
- **Fried Egg pan** adalah penggorengan yang khusus digunakan untuk menggoreng telur.
- **Pressed Cooker** adalah alat yang dilengkapi dengan tutup serta alat untuk mengeluarkan asap yang ditimbulkan dari pengolahan makanan dengan system mirip peluit (alat akan berbunyi bila makanan yang ada didalamnya sudah matang).
- **Mixing Bowl** adalah semacam panci tanpa pegangan, yang umumnya digunakan untuk mencampur suatu bahan makanan untuk persiapan pengolahan.
- **Whisking Bowl** adalah hampir sama dengan mixing bowl, hanya mempunyai dua pegangan dan mengaduknya harus menggunakan adukan (whisk).

- **Colander** adalah semacam pan dengan dua pegangan dan dilengkapi dengan saringan dibawahnya, colander biasanya digunakan didapur untuk meniriskan suatu bahan makanan yang telah dicuci.
- **Dandang** adalah alat yang sudah umum digunakan, baik dirumah tangga maupun di hotel atau restaurant. Alat ini di gunakan untuk menanak nasi dengan cara proses penguapan.

2. Pisau Dapur

- Vegetable knife adalah suatu alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk memotong atau mengiris sayuran.
- French knife / Chef Knife adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang berguna sebagai alat serbaguna dalam memotong segala jenis bahan yang akan diolah.
- Filleting knife adalah alat yang terbuat dari logam anti karat, yang digunakan untuk mengiris daging dengan irisan tipis.
- Meat Knife adalah alat yang terbuat dari logam anti karat , yang digunakan untuk memotong atau mengiris daging.
- Boning Knife adalah alat yang terbuat dari logam anti karat, yang digunakan untuk menghilangkan atau melepaskan tulang dari dagingnya.
- Salmon Knife adalah alat yang terbuat dari logam anti karat, yang khusus digunakan untuk memotong atau mengiris ikan salmon
- Bread/biscuit knife adalah alat yang terbuat dari logam anti karat,yang khusus digunakan untuk memotong roti atau biscuit
- Bread knife adalah alat yang terbuat dari logam anti karat, sama penggunaannya dengan bread atau biscuit knife, hanya berbeda modelnya yaitu pisau ini terdapat bagian gerigi pada bagian tajamnya.
- Carving Knife adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk memotong atau mengiris daging yang sudah dimasak.
- Cheese Cutter adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk mengiris atau memotong keju, umumnya untuk keju besar yang agak keras.
- Cheese knife adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, untuk mengiris keju dan biasanya digunakan di depan tamu.

- Bone Chopper Large adalah alat yang terbuat dari logam anti karat, yang khusus digunakan untuk mencancang daging atau tulang.
- Butter Riller adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan memotong mentega dengan bentuk yang bulat.
- Column cutter adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk membuang hati (biji) dari buah – buahan.
- Olive Pitcher adalah alat yang digunakan untuk mengeluarkan biji dari buah olive
- Vegetable Peeler atau Castor adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk mengupas kulit sayuran.
- Paring Knife adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat yang digunakan untuk membuat garnish.
- Peaver Knife adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang digunakan untuk membuat garnish. Namun dengan tingkat kerumitan yang tinggi, misalnya berpola seperti ukiran –ukiran.
- Parisienne Cutter adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat yang digunakan untuk memotong buah – buahan dengan bentuk bulat – bulat.
- Palette adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang digunakan untuk mengambil atau mengembalikan suatu makanan dalam proses pengolahannya. Serta dapat pula untuk mengambil makanan dalam proses penyajian.
- Trusting Needle adalah jarum yang digunakan untuk mengikat atau menjahit daging.
- Knife Sharpener adalah alat yang terbuat dari baja yang digunakan untuk mengasah pisau agar menjadi tajam.
- Cutlet Bat adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang digunakan untuk menipiskan daging. Dengan cara memukul – mukil pada permukaan daging tersebut.
- Meat Fork adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang berbentuk garpu. Khususnya digunakan untuk mengamnil daging dari proses pengolahan.
- Fish Scissors adalah suatu alat gunting yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk menggunting ikan.
- Poultry Scissor adalah suatu alat gunting yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk menggunting atau memeotong daging unggas atau yang bertulang.

- Tong adalah gunting penjapit yang berguna untuk membalik makanan yang sedang di grilled
- Potato Cutter adalah alat yang digunakan untuk memotong kentang, alat ini juga dapat diatur agar hasil yang diperoleh sesuai dengan bentuk potongan yang dikehendaki.
- Egg Slicer adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus digunakan untuk mengiris tipis – tipis telur rebus.
- Onion Chopper adalah alat yang di gunakan untuk mencincang onion
- Grater adalah alat dari bahan stainless steel, yang berguna untuk memarut keju dalam berbagai bentuk.
- Meat Hook adalah alat yang terbuat dari bahan logam anti karat, yang khusus berguna untuk menggantung daging, terutama ditempat penyimpanan (freezer).

3. Kitchen Laddle

- Kitchen Spoon adalah sendok makan yang khusus digunakan untuk juru masak (cook) bila ingin mencicipi rasa makanan.
- Slotted Spoon adalah alat masak yang terbuat dari bahan stainlees steel yang berfungsi menggoreng bahan makanan.
- Wooden Spatula adalah alat yang terbuat dari bahan kayu dan berguna untuk mengaduk, membalik, dan menumis dalam suatu proses pengolahan makanan.
- Iron Spatula adalah alat yang terbuat dari bahan besi atau stainlees steel dan berguna untuk mengaduk , membalik dan mengangkat suatu makanan selama dalam proses pengolahan.
- Roasting Spatula adalah alat yang terbuat dari bahan besi atau stainlees steel dan fungsinya yang sama dengan jenis spatula lainnya, hanya alat ini diutamakan untuk mengangkat suatu makanan panas dari dalam oven sekaligus dengan tempatnya.
- Rubber Spatula adalah alat masak yang terbuat dari bahan karet yang berguna untuk membersihkan sisa – sisa adonan makanan yang menempel dipinggir – pinggir bowl.
- Laddle adalah alat yang terbuat dari bahan stainlees steel dan berguna untuk menyendok dengan tangkai yang panjang. Alat ini digunakan untuk mengambil makanan yang berkuah.
- Skimmer adalah alat yang terbuat dari bahan stainlees steel dan berguna untuk menyaring busa yang dihasilkan dalam suatu proses merebus.

- Spider adalah alat yang terbuat dari bahan stainlees steel dan berguna untuk mengambil suatu makanan setelah melalui proses penggorengan.
- Strainer adalah saringan dengan satu pegangan, yang dibuat dari kawat anti karat. Saringan ini digunakan untuk menyaring suatu bahan makanan yang mengandung cairan.
- Frying Basket adalah semacam keranjang dari besi atau stainlees steel dan alat ini digunakan untuk menggoreng (sebagai alat bantu deep fat fryer).
- Cooling wire adalah alat yang terbuat dari kawat anti karat dengan 4 buah kaki. Alat ini digunakan sebagai tatakan untuk makanan yang perlu didinginkan lebih dahulu.
- Wisk adalah alat yang terbuat dari bahan stainlees steel dan berguna untuk mengaduk atau mencampur suatu adonan.

D. Peralatan masak

1. Peralatan persiapan memasak (preparation equipment) Peralatan ini dipakai untuk keperluan Mise en Place (menyiapkan segala sesuatunya secara lengkap, rapi, dan detil) bagi tiap proses memasak sesuatu makanan. Bentuk peralatannya, misalnya chopping board (talenan), mandolin (parut kentang), bowls (panci cekung), baloonwhisker atau wirewhip (pengocok), scale (timbangan), grater (pemarut), slicer (pengiris), bermacam-macam pisau, needle (jarum), sifter (kasa penyaring tepung), peeler (pengupas), apple corer (alat untuk melubangi).
2. Peralatan porselen tahan api (Earthen ware dan oven proof dish) 28 Adapula alat-alat yang memiliki karakteristik tahan api (fireproof) dan digunakan untuk keperluan tertentu dan menu tertentu. Contohnya seperti di bawah ini :
 - Gratin dish : Alat ini terbuat dari porselen, dipakai untuk makanan-makanan yang diproses secara au gratin, atau dipanasi dengan api dari sebelah atas, memakai salamander. Misalnya Macaroni au gratin, Gratinated leeks. Istilah lain untuk alat ini adalah Sole Dish.
 - Marmite : Alat ini berbentuk cambung porselen berwarna coklat, biasa dipakai untuk menu yang direbus sekalian dengan alat itu (perebus-penyaji). Misalnya Pot au Feu, Petit Marmite, dan Chawan Mushi.
 - Casserole : ada bermacam jenis casserole, misalnya round cassarole, oval cassarole. Semua itu digunakan untuk makanan yang namanya diikuti dengan cassarole, seperti Chicken cassarole, Beef Cassarole.

- Cocotte : Alat ini dipakai untuk masak telur yang langsung dioven, misalnya Eggs en Cocotte, Eggs Benedict. Sebelum dipakai harus dioles dulu dengan mentega.
- Dariole : Dinamakan juga Custard Por, dipakai untuk memasak pudding atau puding agar-agar atau bread pudding, terbuat dari porselen tahan api.
- Pyrex dish : Alat ini tidak hanya tahan oven, tetapi juga dapat untuk menggoreng dan merebus, dibuat dari kaca tahan api dan tembus pandang.
- Alat perebus: egg-boiler, brassier, pan perebus, large steam jacketted boiler, double boiler, dan berbagai ukuran panci perebus.
- Alat penggoreng : deepfryer, chinese wock, gas Freyer, Pressure Freyer, Tilting-Pan.
- Alat penumis : sautee-pan, sauteuse. Dapat juga memakai sautoir atau sauce pan, sangat tergantung situasi dan keperluannya.
- Alat pendadar : teflon berbagai ukuran. Istilah lengkapnya adalah teflon coated sautee-pan.
- Alat poach : Untuk bahan yang berukuran kecil dapat memakai panci atau sautoir, tetapi untuk yang berukuran sangat besar seperti ikan utuh, harus memakai brassiere agar muat.
- Alat pembakar : Proses membakar atau grill juga memakai alat yang dinamakan grill, dibuat dari ram-ram besi dan dipakai di atas arang menyala.
- Alat Broil : Untuk proses ini digunakan alat broiler dan kalau tak ada dapat memakai salamander atau grill.
- Alat barbeque : Barbeque memakai grill, memakai tusukan bagi bahan yang dipanggang di atas api arang.
- Alat Roast : Memanggang dengan oven dinamakan roast dan berlaku untuk daging. Untuk alas bahan yang dipanggang maka digunakan roasting pan.
- Alat steam : Mengukus memerlukan steamer atau kukusan. Uap yang muncul dari alat ini akan mematangkan objek yang dikukus.
- Alat Braise : Braising diperlukan bagi daging yang keras. Alatnya dinamakan braissiere dan prosesnya menggunakan kaldu atau saus sebagai kelengkapan.
- Alat Baking : Membuat roti harus memakai Baking-oven yang berbeda dengan roasting oven untuk daging. Alat bantuannya adalah baking-pan, mould, dan alat kecil lainnya.
- Alat Griddle : Berupa plat besi rata, untuk memasak burger, griddle cake, atau griddle egg, dan yang sulit dimasak dengan grill. Alat itu harus dijaga kebersihannya

dan bebas dari karat dan kotoran. Harus pula dilakukan pembersihan secara periodik atau general cleaning bagi semua alat dapur tersebut.

E. Area cleaning

Merupakan area pencucian bahan makanan serta peralatan masak berupa bak cuci piring atau dishwasher (alat pencuci piring). Biasanya dalam area ini dilakukan juga proses persiapan sebelum memasak. 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.)

F. Area cooking

Merupakan area memasak makanan berupa peralatan kompor, oven, dan microwave. Dalam area memasak, ada beberapa contoh kegiatan yang dapat dilakukan seperti :

1. Memasak dengan konveksi air
 - Merebus Merebus adalah proses memasak makanan di dalam air mendidih, atau memasak makanan berbasis pada cairan seperti kaldu, santan atau susu yang direbus.

Ketika bahan cair dipanaskan sampai titik didih (100°C), maka terjadi vaporisasi (penguapan) cairan secara cepat.

- **Simmering** Simmering adalah teknik memasak makanan dalam cairan panas yang dijaga pada titik didih air yaitu rata-rata pada suhu 100°C (212°F). Untuk menjaga suhu air tetap berada dalam posisi stabil, kecilkan api pada saat gelembung air mulai terbentuk pada awal air akan mendidih. Awal simmering dapat dimulai ketika air berada pada suhu sekitar 94°C atau 200°F. Simmering menjamin perlakuan yang lebih halus dari perlakuan boiling untuk mencegah makanan tersebut mengalami kerusakan tekstur.
- **Poaching** Proses merebus bahan makanan yang dilakukan dengan perlahan-lahan. Api yang digunakan untuk teknik ini berpanas sedang sehingga gelembung air perebus kecil-kecil. Proses pematangan bahan yang direbus dengan teknik poaching berjalan lambat. Poaching sering dilakukan untuk memasak telur, ayam, ikan dan buah.
- **Blanching** Blanching adalah teknik memasak dengan cara merebus sayuran atau buah ke dalam air yang telah mendidih dalam waktu cepat. Blanching sering digunakan dalam proses persiapan (preparing) bahan makanan (sayur atau buah) yang akan diolah lebih lanjut menjadi bentuk makanan lain. Bahan makanan yang diblanch dimasukkan ke dalam air mendidih selama 1-2 menit. Setelah direbus, sayur atau buah yang diblanching segera diangkat dan dicelupkan ke dalam air es untuk menghentikan proses pemasakan lanjut. Proses ini menjamin warna sayuran hijau tetap berwarna hijau setelah mengalami proses pengolahan.
- **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 (direbus) atau di oven dalam pan yang tertutup. Aroma bahan yang dipanggang atau dibakar menjadi lebih enak dan rasanya meningkat. Panas tidak langsung di dalam oven akan memasak makanan dengan hasil yang lebih bagus dan merata kematangannya. Cairan yang digunakan untuk braising dapat ditambah dengan tomat, wine, atau kaldu. Agar bahan makanan yang di brais tidak bersentuhan

langsung dengan pan, yang dapat menyebabkan bahan makanan gosong atau lengket, maka bagian dasar pan dapat diisi dengan mirepoix (campuran bawang bombay, wortel dan seledri). Setelah proses braising selesai, sisa cairan yang terdapat pada pan dapat digunakan untuk membuat saus atau gravy. Teknik olah braising akan menghasilkan cairan masakan dari campuran berbagai flavor makanan yang dimasak.

- Stewing Stew merupakan teknik pengolahan bahan makanan padat yang dimasak dalam air atau berbasis cairan. Sebenarnya teknik ini serupa dengan simmering yang kemudian disajikan tanpa dikeringkan. Bahan makanan yang dimasak dengan stew 34 merupakan kombinasi berbagai jenis bahan makanan nabati dan hewani.
- Pressure Cooking Ini adalah metode memasak dalam panci yang ditutup rapat dan terkunci sehingga tidak ada udara atau cairan yang dapat keluar. Titik didih air meningkat seiring dengan peningkatan tekanan udara di dalam panci.
- Steaming Steam adalah proses memasak lembab/basah, dengan panas dari uap air atau dikenal dengan istilah mengukus. 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.

2. Memasak dengan konduksi dan konveksi minyak.

- Menggoreng Menggoreng adalah metode memasak makanan dalam minyak atau lemak. Secara kimiawi, lemak dan minyak adalah sama, perbedaannya hanya terletak pada titik leleh.
- Sautéing Ini adalah metode memasak makanan dengan menggunakan sedikit minyak atau lemak yang hanya menempel pada permukaan wajan atau alat pemanas seperti wajan dadar (frying pan), wajan, atau sauteuse.
- Stir Frying Stir frying merupakan metode menggoreng cepat pada temperatur yang sangat tinggi. Stir frying menggunakan sedikit minyak dengan alat wajan yang agak dalam. Istilah stir menunjukkan bahwa makanan harus di stir (digerakkan, atau dibolak-balik) secara terus menerus untuk mencegah makanan itu gosong pada salah satu sisinya atau agar seluruh permukaan makanan matang.
- Shallow Frying Shallow frying adalah metode memasak makanan dalam jumlah sedikit, dengan lemak atau minyak yang dipanaskan terlebih dahulu dalam wajan dangkal atau tipis.

- Deep Frying Deep-frying, adalah metode menggoreng dengan minyak berjumlah banyak sehingga semua bagian makanan yang digoreng terendam di dalam minyak panas. Deep frying diklasifikasikan ke dalam metode memasak kering sebab tidak ada air yang digunakan dalam proses memasak tersebut. Deepfrying banyak digunakan untuk mendapatkan hasil penggorengan yang optimal.
- Pan Frying Pan frying termasuk teknik memasak dengan menggunakan minyak goreng, tetapi minyak yang digunakan lebih sedikit daripada deep frying. Istilah pan frying lebih tepat diterapkan pada teknik menggoreng yang menggunakan wajan penggorengan. Sebagai salah satu teknik penggorengan, pan frying menggunakan penghantar panas sedang. Metode penggorengan ini bertujuan mempertahankan kelembaban makanan.

3. Memasak dengan Panas Kering.

- Baking merupakan teknik memasak makanan dengan panas kering oleh konveksi (penghantar) uap udara panas di dalam oven. Beberapa oven domestik menggunakan dua elemen pemanas, yaitu satu berada di bawah untuk baking dan satu berada di atas untuk broiling. Energi panas di dalam oven tidak menyentuh bahan makanan secara langsung tetapi melalui udara panas yang dialirkan dari celah-celah/lubang oven.
- Grilling adalah bentuk memasak makanan yang melibatkan panas langsung. Sumber panas yang dapat digunakan untuk grilling ada tiga yaitu arang kayu, listrik dan gas. Sumber panas grilling berada di bawah makanan sedangkan broiling di atas makanan. Kata grill berasal dari grid of wire (panggangan kawat) yang disiapkan untuk membakar makanan.
- Roasting adalah metode memasak dengan menggunakan panas kering, dari nyala api yang terbuka, oven atau sumber panas lain. Sejak abad 19, roasting dengan pemanasan kering di dalam oven dinamakan baking. Secara tradisional, roasting termasuk metode baking. 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).

G. Seragam dan Fungsinya

Seorang juru masak ataupun chef sangat mengutamakan kebersihan dan keselamatan dalam bekerja. Profesi ini dituntut untuk mengolah hidangan secara higienis dalam kondisi

sanitasi peralatan maupun ruang yang baik. Disamping itu, faktor keselamatan bekerja juga penting dipahami dan dilakoni oleh seorang chef karena bidang ini lekat dengan perangkat-perangkat yang memiliki resiko kecelakaan kerja yang cukup tinggi. Untuk mendukung tugas seorang chef, kelengkapan atribut yang dikenakan sudah menjadi standar yang harus diterapkan baik lingkup dapur restoran maupun hotel. Jika seorang chef setidaknya menggunakan seragam standar seperti, *hat cook*, *necktie*, *double breasted jacket*, *apron*, *side towel*, *trousers* dan *safety shoes*.

1. *Hat cook* menjadi salah satu ciri khas seorang *chef*. Pada awalnya *hat cook* berwarna putih dengan bentuk seperti tabung maupun jamur dan memiliki pori-pori di bagian atas untuk sirkulasi udara. Bentuk *hat cook* yang tinggi menunjukkan posisi seorang *chef* dan pada umumnya yang mengenakan adalah *executive chef*. Fungsi utama yakni mencegah rambut rontok dan jatuh ke dalam makanan serta menyerap keringat di dahi. Bahan yang digunakan pada *hat cook* bisa berupa kertas maupun kain katun. *Hat cook* yang dibuat dari kertas biasanya hanya sekali pakai.
2. *Necktie* (dasi/syal) yang melingkar di leher dan dipakai untuk menyerap keringat di sekitar leher agar tidak menetes ke makanan. Tetapi saat ini penggunaan *necktie* disesuaikan dengan desain *double breasted jacket* (baju koki).
3. *Double breasted jacket* menjadi pakaian wajib seorang juru masak, pakaian ini didesain berlapis pada bagian dada, berlengan panjang dan dibuat dari kain katun yang agak tebal untuk melindungi dada dari panas api, makanan atau cairan yang menyiram tubuh.
4. *Trousers* atau celana panjang yang digunakan *chef*. *Trousers* harus dibuat dari kain yang mudah menyerap keringat dan memilih warna gelap agar tidak terlihat kotor.
5. *Apron* atau sering disebut celemek, wajib dikenakan oleh *chef* dengan tujuan untuk melindungi *jacket* dan *trousers* dari kotoran. Sama seperti *double breasted jacket* yang beraneka warna, *apron* pun tidak hanya berwarna putih namun umumnya mengikuti dengan warna pakaian yang dikenakan. "Panjang *apron* diusahakan sampai lutut dan lebar, supaya celana terlindung dari kotoran
6. *Side towel* harus selalu ada dan disisipkan di pinggang. *Side towel* umumnya dibuat dari kain yang tebal dan mudah menyerap air.

7. *Safety shoes* digunakan untuk melindungi kaki dari kemungkinan kecelakaan kerja di dapur. Sepatu ini memiliki dasar dari bahan karet tebal agar tidak mudah slip dan di bagian atas dilindungi besi baja yang dilapisi dengan kulit, agar kaki aman dari kejatuhan benda berat.



Gambar. Atribut Chef

Ringkasan

Dapur adalah suatu ruangan atau tempat khusus yang memiliki perlengkapan dan peralatan untuk mengolah makanan hingga siap untuk disajikan. Dapur berfungsi untuk mengelola makanan yaitu memulai memproses bahan makanan hingga siap disajikan, melahirkan kreatifitas seni dalam menampilkan makanan, sehingga menjadi lebih menarik, dan sebagai sarana promosi untuk memperkenalkan budaya bangsa melalui seni culinaire. Seorang juru masak ataupun chef sangat mengutamakan kebersihan dan keselamatan dalam bekerja. Profesi ini dituntut untuk mengolah hidangan secara higienis dalam kondisi sanitasi peralatan maupun ruang yang baik. Disamping itu, faktor keselamatan bekerja juga penting dipahami dan dilakoni oleh seorang chef karena bidang ini lekat dengan perangkat-perangkat yang memiliki resiko kecelakaan kerja yang cukup tinggi. Untuk mendukung tugas seorang chef, kelengkapan atribut yang dikenakan sudah menjadi standar yang harus diterapkan baik lingkup dapur restoran maupun hotel.

Latihan

Lengkapilah tabel klasifikasi faktor penentu keberhasilan Mise en Place

Klasifikasi	Nama	Fungsi
Dapur	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	
Pembagian Section	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	
Peralatan Dapur	1	
	2	
	3	
		
		
		

Seragam/Kelengkapan chef	1	
	2	
	3	
		
		
		

Tes Formatif

1. Fungsi *Hat cook* adalah:
 - a. Menyerap keringat di bagian dahi
 - b. Mencegah rambut rontok jatuh pada makanan
 - c. Menyerap kerinta di leher
 - d. Jawaban a dan b benar
 - e. Jawaban a dan c benar
2. Alat yang terbuat dari bahan stainlees steel dan berguna untuk menyaring busa yang dihasilkan dalam suatu proses merebus adalah:
 - a. Rubber
 - b. Laddle
 - c. Skimmer
 - d. Spider
 - e. Strainer
3. Buatlah struktur organisasi kitchen.

Referensi

- Mukhtar. 2004. Usaha Pengelolaan Dapur Dalam Meningkatkan Kualitas Makanan Pada Hotel. Program Studi Pariwisata. Fakultas Sastra Universitas Sumatera Utara. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/1837/pariwisata-muchtar2.pdf;jsessionid=40320B9D51AE0312372227CB2E2F02BA?sequence=1>
- Huda, S dan Nurcahyo, J. 2015. Upaya Food & Beverage Product Dalam Meningkatkan Kualitas Makanan Di Hotel Grand Aston Yogyakarta. Jurnal Khasanah Ilmu Vol. VI No. 1 Maret 2015. <https://pdfs.semanticscholar.org>

BAB III

MISE en PLASE

A. Pengertian Mise en Place

Persiapan (Mise en Place) dalam pengolahan bahan makanan merupakan segala sesuatu yang harus disiapkan sebelum pengolahan. Persiapan akan menentukan keefektifan dan keberhasilan suatu hasil pengolahan. Umumnya persiapan pengolahan meliputi persiapan alat, pengukuran, persiapan bahan, pencucian, penyiangan dan pemotongan. 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.

B. Faktor Penentu keberhasilan Mise en Place

1. 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:

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

2. Alat-alat persiapan.

a. Peralatan Listrik

- 1) Bowl Chopper: alat ini berbentuk meja, berfungsi sebagai tempat pemotongan daging, ikan, tulang, dsb.
- 2) 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.
- 3) Pengupas Kentang: Alat ini digerakkan secara elektrik. Didalamnya terdapat drum berair yang akan secara otomatis mencuci kentang yang telah terkupas. Yang memiliki kapasitas 3,5kg dapat memproduksi sampai 100kg kentang setiap

jamnya, dan yang berkapasitas 25 kg dapat menghasilkan sampai 600kg perjamnya.

b. Peralatan memotong.

- 1) 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.
- 2) Peeler (Pengupas): digunakan untuk mengupas buah-buahan dan sayuran. Pisau ini mempunyai lubang kecil untuk tempat memutar mata pisau.
- 3) 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.
- 4) Vegetables Knife (Pisau Sayuran): digunakan untuk memotong sayuran dan buah, mempunyai bermacam-macam ukuran. Ukuran pisau ini antara 20 cm sampai 30 cm.
- 5) 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 pisanya panjang dan mudah lentur
- 6) 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.
- 7) Chef'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.
- 8) 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.
- 9) Chopping Knife: berbentuk tidak terlalu tipis dan bermata tidak begitu lancip. Dapat digunakan untuk mencincang sayur, bumbu, daging. Panjang pisau antara 25- 30 cm.

- 10) Filleting Knife: tumit pisau tidak terlalu lebar mempunyai keseimbangan panjang mata pisau dengan pegangan tangannya. Digunakan untuk membuat potongan daging, ayam, ikan yang berbentuk lebar dan tipis.
 - 11) Scissors (Gunting): 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.
 - 12) 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.
 - 13) 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.
- c. 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.
- 1) Aluminium: Jenis alat ini seperti sauce pan, stock pot, mixing bowl, timbangan, colander, fish kettle, sauteuses, frying pan, dariole moulds, pie dishes, roasting pans, bain marie pot, oblong pie dish, paandering sleeve, jelly mould, dan sejenisnya.
 - 2) 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
 - 3) Chopper: beberapa contoh dari cooper antara lain whisking bowl, flat sauce pan, bain marie pot, bavarois mould, charlotte mould, sugar boiler, russe, sauteuse, pommes anna moul, savarin mould, petite savarin mould, dan sejenisnya.

- 4) Earthenware and China Item. Contohnya Solid dishes, pie dishes, casserol, sougl dishes, egg dishes, ravier, pudding basin, oyster paltres, dan sejenisnya.
- 5) Gelas Ukur: gelas digunakan untuk gelas ukur dan bowl. Kadang-kadang 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.
- 6) Peralatan dari kayu.
 - Chopping board/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.
 - Wooden spatula: berguna untuk mengaduk makanan yang sedang dimasak.
 - Rolling pin: digunakan untuk menipiskan adonan, terutama digunakan untuk memipihkan adonan roti.
- 7) Peralatan dari karet.
 - Rubber spatula: digunakan untuk mencampur adonan - Peralatan dari plastik atau melamin (cutting board, plastic bowl, plastic tray)
 - Peralatan dari plastik atau melamin (cutting board, plastic bowl, plastic tray): kegunaan alat tersebut sama dengan alat yang telah disebutkan di muka hanya saja bahan peralatan tersebut yang berbeda.

C. Pengukuran Bahan

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

1. Menjaga konstitusi kualitas resep.

Pengukuran yang baik dan tepat, kualitas resep dapat dipertahankan.

2. 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.

D. Penanganan Bahan Pangan

Secara umum bahan pangan dibagi dalam 4 kelompok besar yaitu:

1. Bahan makanan hewan/bahan makanan hewani berasal dari daging, unggas, ikan dan telur, susu dan produknya.
2. Bahan makanan nabati. Bahan pangan nabati terdapat pada kacang-kacangan, dan produknya, biji-bijian, padi-padian, sayur-sayuran.
3. Bahan aditif makanan
4. Bumbu dan rempah

E. Teknik Penanganan Bahan Makanan

1. Kebersihan Makanan.

Kebersihan pada waktu penyimpanan bahan makanan:

- a. Penyimpanan terpisah antara bahan yang sudah di masak dan yang mentah.
- b. Penyimpanan terpisah antara daging, ikan, sayuran, buah, kentang, dll.
- c. Bahan pangan tidak boleh diletakkan secara langsung di lantai.
- d. Pemeriksaan temperatur yang teratur.

2. Kebersihan pada waktu pengolahan:

- a. Daging dan sayuran dipisah pada waktu pengolahan.
- b. Setelah pengolahan daging, unggas, ikan, atau telur peralatan dapur segera dicuci.
- c. Cuci tangan dengan sabun.
- d. Jangan menggunakan peralatan yang dibuat dari kayu (kecuali tempat pemotong daging).
- e. Tempat pemotongan daging harus dibersihkan secara teratur.
- f. Gunakan selalu sarung tangan dan celemek yang tidak mudah terbakar dan berbau.

3. Pencucian.

- a. Cuci sayuran dengan baik (sampai benar-benar bersih).
- b. Umbi-umbian yang tidak dikupas seperti kentang yang akan diolah proses baking, dibersihkan dengan sikat sayuran.
- c. Sayuran hijau dicuci beberapa kali dalam air dingin, angkat agar semua kotoran tertinggal di dasar bejana.
- d. Setelah dicuci tiriskan, masukkan ke dalam lemari es, simpan di tempat yang tepat.

4. 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.

- a. Ubah persentase ke angka desimal dengan meletakkan 2 angka desimal dibelakang koma; $80\% = 0,80 = 4 \text{ KG}$.
 - b. Menghitung jumlah yang dibutuhkan. Bila dibutuhkan 5 kg kentang, berapa banyak kentang yang dibutuhkan sebelum disiangi.
 - c. Ubah persentase ke angka desimal $80\% = 0,80$.
 - d. Bagi berat porsi yang dibutuhkan dengan angka di atas untuk mendapatkan berat kotornya. $5 \text{ kg} : 0,80 = 6,25$. jadi berat kotor kentang adalah 6,25 (berat pembelian).
5. Pengupasan dan Pemotongan.
- a. Kupas semua sayuran setipis mungkin, karena zat makanan banyak terdapat di bawah kulit.
 - b. Potong sayuran dengan potongan yang seragam.
 - c. Sayuran yang dikupas dan dipotong, pada waktu memasak sebaiknya ditutup rapat mungkin untuk menghindarkan kehilangan vitamin selama pemasakan.
 - d. Pada mesin potong, bisa didapatkan potongan sayuran dengan ukuran sekecil mungkin.
 - e. 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.

Rangkuman.

Mise en Place dalam pengolahan bahan makanan merupakan segala sesuatu yang harus disiapkan sebelum pengolahan. Persiapan akan menentukan keberhasilan dan keberhasilan suatu hasil pengolahan. Ruang kerja harus dalam kondisi siap digunakan, dengan memperhatikan posisi meja, kursi dan peralatan, serta menjaga kebersihan ruang baik dari debu, sampah, limbah dan cairan tumpahan di lantai, membuka jendela agar sirkulasi udara selama persiapan mengalir dengan baik, dan mensterilkan ruangan bila kondisi tersebut dibutuhkan.

Semua bahan makanan harus dicuci dengan bersih, dan harus dipisahkan antara sayur dengan daging. Begitu juga pada saat penyimpanan harus dipisahkan antara bahan yang sudah di masak dan yang mentah, daging dengan ikan, sayuran, buah, kentang, dll, serta perlu dilakukan pemeriksaan temperatur secara teratur. Pada saat pengolahan semua bahan perlu ditimbang untuk menjaga cita rasa makanan.

Latihan

Lengkapilah tabel klasifikasi faktor penentu keberhasilan Mise en Place

Klasifikasi	Nama Alat	Fungsi
Alat-alat persiapan	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	
Pengukuran bahan	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	

Tes Formatif

1. Jenis sayuran yang mudah menjadi coklat adalah:

- Kentang
- Terong
- Artichoke
- Ubi

- e. Semua benar
2. Fungsi Carving Fork adalah untuk :
- a. Memegang daging pada waktu dipotong.
 - b. Memegang daging pada waktu menggoreng.
 - c. Memegang daging pada waktu memanggang
 - d. Semuanya benar
 - e. Semuanya salah
3. Sebutkan fungsi pengukuran bahan dan jelaskan resiko yang terjadi akibat kesalahan pengukuran bahan.

Referensi

- Maulinda, R.G. 2017. Modul Praktek Tata Boga 1. Mise En Place. Universitas Telkom. Bandung.
- Mote, V. 2018. Mise En Place Di Kitchen Jack Runner Roastery Bandung. Tugas Akhir. Jurusan Hospitaliti Program Studi Manajemen Tata Boga. Sekolah Tinggi Pariwisata. Bandung.

BAB IV

HYGIENE DAN SANITASI

A. Pengertian Hygiene

Sanitasi merupakan keseluruhan upaya yang mencakup kegiatan atau tindakan yang perlu dilakukan untuk membebaskan hal-hal yang berkenaan kebutuhan manusia, baik itu berupa barang atau jasa, dari segala bentuk gangguan atau bahaya yang merusak dengan kebutuhan manusia di pandang dari sudut kesehatan. Penyelenggaraan makanan yang higiene dan sehat menjadi prinsip dasar penyelenggaraan makanan institusi. Makanan yang tidak dikelola dengan baik dan benar oleh penjamah makanan dapat menimbulkan dampak negatif seperti penyakit dan keracunan akibat bahan kimia, mikroorganisme, tumbuhan atau hewan, serta dapat pula menimbulkan alergi.

Faktor kebersihan penjamah atau pengelola makanan yang biasa disebut higiene personal merupakan prosedur menjaga kebersihan dalam pengelolaan makanan yang aman dan sehat. Prosedur menjaga kebersihan merupakan perilaku bersih untuk mencegah kontaminasi pada makanan yang ditangani. Prosedur yang penting bagi pekerja pengolah makanan adalah pencucian tangan, kebersihan dan kesehatan diri.

Hygiene adalah usaha kesehatan preventif yang menitikberatkan kegiatannya kepada usaha kesehatan individu, maupun usaha kesehatan pribadi hidup manusia (Richard Sihite, 2000). Hygiene sebagaimana yang dijelaskan Soekresno (dalam Rachman, 2010) dapat dikelompokkan sebagai berikut :

1. Ruang lingkup sanitasi dan hygiene di tempat kerja meliputi : (a) hygiene perorangan, (b) hygiene makanan, (c) sanitasi dan hygiene tempat kerja, (d) sanitasi dan hygiene barang dan peralatan, dan (e) limbah dan linen; serta
2. Hygiene perorangan meliputi : (a) rambut,(b) hidung,(c) mulut,(d) telinga, (e) kaki,(f) kosmetik, dan (g) pakaian seragam juru masak.

Hygiene perorangan mencakup semua segi kebersihan diri pribadi karyawan (penjamah makanan) tersebut. Menjaga hygiene perorangan berarti menjaga kebiasaan hidup bersih dan menjaga kebersihan seluruh anggota tubuh yang meliputi:

1. Mandi dengan teratur, bersih dan sehat sebelum memasuki ruangan dapur.
2. Mencuci tangan sebelum dan sesudah menjamah makanan.
3. Kuku dipotong pendek dan tidak di cat (kutex).
4. Rambut pendek dan bersih,
5. Selalu memakai karpus (topi khusus juru masak) atau penutup kepala lainnya.

6. Wajah; tidak menggunakan kosmetik secara berlebihan,
7. Hidung; tidak meraba-raba hidung sambil bekerja dan tidak menyeka wajah dengan menggunakan tangan tetapi menggunakan sapu tangan.
8. Mulut; menjaga kebersihan mulut dan gigi, tidak merokok saat mengolah makanan, jangan batuk menghadap makanan, tidak mencicipi makanan langsung dari alat
9. memasak,
10. Kaki; mempergunakan sepatu dengan ukuran yang sesuai, kaos kaki diganti setiap hari, kuku jari harus dipotong pendek (Rachman, 2010)

Masalah hygiene tidak dapat dipisahkan dari masalah sanitasi, dan pada kegiatan pengolahan makanan masalah sanitasi dan hygiene dilaksanakan bersama-sama. Kebiasaan hidup bersih, bekerja bersih sangat membantu dalam mengolah makanan yang bersih pula (Richard Sihite, 2000).

Ruang lingkup hygiene meliputi:

1. Hygiene perorangan
2. Hygiene makanan dan minuman

B. Pengertian Sanitasi

Sanitasi adalah suatu usaha pencegahan penyakit yang menitikberatkan kegiatan pada usaha kesehatan lingkungan hidup manusia. Upaya menjaga pemeliharaan agar seseorang, makanan, tempat kerja atau peralatan tetap higienis (sehat) dan bebas pencemaran yang diakibatkan oleh bakteri, serangga, atau binatang lainnya. Sanitasi adalah usaha kesehatan preventif yang menitikberatkan kegiatan kepada usaha kesehatan lingkungan hidup manusia (Siti Fathonah, 2005). Sanitasi makanan adalah salah satu usaha pencegahan yang menitikberatkan kegiatan dan tindakan yang perlu untuk membebaskan makanan dari segala bahaya yang dapat mengganggu atau merusak kesehatan, mulai dari sebelum makanan diproduksi, selama dalam proses pengolahan, penyimpanan, pengangkutan, sampai pada saat dimana makanan tersebut siap untuk dikonsumsi kepada masyarakat atau konsumen. Sanitasi makanan ini bertujuan untuk menjamin keamanan dan kemurnian makanan, mencegah konsumen dari penyakit, mencegah penjualan makanan yang akan merugikan pembeli, mengurangi kerusakan makanan (Depkes, 2000).

Sanitasi makanan bertujuan untuk menjamin keamanan dan kemurnian makanan, mencegah konsumen dari penyakit, mencegah penjualan makanan yang akan merugikan pembeli, mengurangi kerusakan/pemborosan makanan. Hygiene dan sanitasi makanan

bertujuan untuk mengendalikan faktor makanan, tempat dan perlengkapannya yang dapat atau mungkin dapat menimbulkan penyakit atau gangguan kesehatan lainnya (Depkes, 2000).

Kualitas lingkungan yang sehat adalah keadaan lingkungan yang bebas dari resiko yang membahayakan kesehatan dan keselamatan hidup manusia, melalui pemukiman antara lain rumah tempat tinggal dan asrama atau yang sejenisnya, melalui lingkungan kerja antara perkantoran dan kawasan industri atau sejenis. Sedangkan upaya yang harus dilakukan dalam menjaga dan memelihara kesehatan lingkungan adalah obyek sanitasi meliputi seluruh tempat kita tinggal/bekerja seperti: dapur, restoran, taman, publik area, ruang kantor, rumah dsb (Juli Soemirat, 2005).

C. Tinjauan Umum Tentang Hygiene Sanitasi Makanan

Aspek hygiene sanitasi makanan adalah aspek pokok dari hygiene sanitasi makanan yang mempengaruhi keamanan makanan. Depkes (2004) menyatakan bahwa ada 4 bagian aspek hygiene sanitasi makanan yaitu :

1. Kontaminasi

Kontaminasi atau pencemaran adalah masuknya zat asing kedalam makanan yang tidak dikehendaki atau diinginkan. Kontaminasi dikelompokkan menjadi 4 macam yaitu : (a) pencemaran mikroba seperti bakteri, jamur, cendawan; (b) pencemaran fisik seperti rambut, debu tanah, serangga dan kotoran lainnya; (c) pencemaran kimia seperti pupuk, pestisida, mercury, cadmium, arsen; serta (d) pencemaran radioaktif seperti radiasi, sinar alfa, sinar gamma dan sebagainya.

Ada 2 cara yang menyebabkan terjadinya kontaminasi pada makanan yaitu :

a. Kontaminasi langsung

Kontaminasi langsung pada makanan dapat terjadi karena adanya kontak langsung makanan dengan lingkungannya. Sumber kontaminasi dapat berupa bahan kimia dan biologi seperti bakteri yang terkandung dalam udara, tanah, dan air.

b. Kontaminasi silang

Kontaminasi silang merupakan perpindahan mikroorganisme ke makanan melalui suatu media. Penyebab utama kontaminasi ini adalah manusia sebagai pengolah makanan yang mampu memindahkan kontaminan yang bersifat biologis, kimiawi dan fisik kedalam makanan ketika makanan tersebut diproses, dipersiapkan, diolah atau disajikan.

2. Keracunan

Keracunan makanan adalah timbulnya gejala klinis suatu penyakit atau gangguan

kesehatan lain akibat mengonsumsi makanan yang tidak higienis. Terjadinya keracunan pada makanan disebabkan karena makanan tersebut telah mengandung unsur-unsur seperti fisik, kimia dan biologi yang sangat membahayakan kesehatan.

3. Pembusukan

Pembusukan adalah proses perubahan komposisi makanan baik sebagian atau seluruhnya pada makanan dari keadaan yang normal menjadi keadaan yang tidak normal. Pembusukan dapat terjadi karena pengaruh fisik, enzim dan mikroba. Pembusukan karena mikroba disebabkan oleh bakteri atau cendawan yang tumbuh dan berkembang biak di dalam makanan sehingga merusak komposisi makanan yang menyebabkan makanan menjadi basi, berubah rasa, bau serta warnanya.

4. Pemalsuan

Pemalsuan adalah upaya perubahan tampilan makanan yang secara sengaja dilakukan dengan cara menambah atau mengganti bahan makanan dengan tujuan meningkatkan tampilan makanan untuk memperoleh keuntungan yang sebesar-besarnya sehingga hal tersebut memberikan dampak buruk pada konsumen (Depkes, 2004).

Menurut Fatonah (dalam Moro, 2011) manfaat penerapan hygiene dan sanitasi makanan yaitu : (1) menyediakan makanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi; (2) mencegah penyakit menular; (3) mencegah kecelakaan akibat kerja; (4) mencegah timbulnya bau yang tidak sedap; (5) menghindari pencemaran; (6) mengurangi jumlah (persentase) sakit; serta (7) lingkungan menjadi bersih, sehat dan nyaman

D. Ruang lingkup Hygiene dan Sanitasi di Area Kitchen

Hygiene dan sanitasi dalam ruang lingkup kitchen merupakan suatu dasar dari kualitas produk yang dihasilkan. Dalam hal ini sangat di perhatikan kebersihan dan kerapian dapur suatu hotel. Kebersihan adalah salah satu faktor yang sangat penting bagi kesehatan personel maupun lingkungan. Di dalam area kitchen kebersihan merupakan hal yang utama dalam menjalankan operasionalnya. Kebersihan harus diperhatikan dengan baik dan benar guna mendukung kesehatan produk yang dihasilkan. Oleh sebab itu kitchen department harus bertanggung jawab dan terhadap kesehatan dan kebersihan area kitchen. Ruang lingkup hygiene dan sanitasi merupakan hal-hal yang berkaitan dengan kebersihan area kitchen dan kesehatan produk yang dihasilkan, sehingga mengoptimalkan kinerja seluruh staff kitchen dalam melaksanakan tugasnya masing-masing.

Adapun ruang lingkup hygiene dan sanitasi area kitchen adalah sebagai berikut :

1. Kebersihan dan kesehatan karyawan dapur didalam melaksanakan tugasnya sesuai dengan standar operasional prosedur(SOP).
2. Kebersihan dari peralatan dapur yang digunakan dalam pengolahan makanan serta penempatan peralatan dapur setelah sehabis digunakan di letakkan ditempatnya.
3. Kebersihan dan kesehatan makanan dari produk makanan yang dihasilkan oleh bagian dapur sehingga tidak menimbulkan adanya bakteri yang masuk kedalam makanan yang akan dijual kepada tamu.
4. Kebersihan dan kerapian store room, baik bahan kering maupun bahan kaleng yang harus diperhatikan jangka pemakaian kadaluarsa bahan makanan tersebut.
5. Kebersihan area kitchen yang meliputi:
 - a. Lantai
 - Luas dapur 40% dari ruang makan atau restoran
 - Luas minimum 15-25 meter bujur sangkar
 - Kualitas lantai harus benar-benar baik
 - Fisik lantai harus kedap air
 - Pada sudut pertemuan antara lantai dengan dinding harus dibuat melengkung
 - b. Dinding
 - Permukaan dinding harus rata
 - Warna dinding harus cerah agar dapat merefleksikan cahaya secara maksimum serta dilapisi dengan stainless steel agar tahan terhadap panas
 - Tinggi dinding minimal 2,60 m
 - Mudah dibersihkan
 - Dari batas lantai 2/3 harus dilapisi porselain
 - c. Ventilasi dapur
 - Ventilasi harus sering dibersihkan
 - Ventilasi harus diberi kawat kasa, guna mencegah masuknya serangga ataupun kotoran
 - d. Langit-langit atau *ceiling*
 - Langit-langit harus licin, anti debu dan mudah dibersihkan
 - Warnanya sedap mungkin terang
 - Atap dapur harus rata dan tidak bocor
 - e. Penerangan atau pencahayaan

- Permukaan tempat kerja di dalam ruangan haruslah cukup terang sesuai dengan kebutuhan dan persyaratan kesehatan
 - Pencerangan sangat penting dalam pemeliharaan kebersihan dalam mencegah kecelakaan maupun mengurangi kelelahan mata karyawan sewaktu bekerja.
 - Dengan penerangan yang cukup dapat melihat secara jelas objek yang akan dikerjakan
- f. Kitchen Hood. Fungsinya untuk menyerap asap yang dipasang diatas meja masak. Pemasangan plumbing atau pipa asap harus sesuai dengan persyaratan kesehatan serta menjamin keamanan antara lain:
- Menghindarkan pemasangan pipa asap bersih dengan pipa asap kotor
 - Pipa yang digunakan harus diusahakan memiliki daya tahan lama, dan tidak mudah karatan.
 - Pembuangan asap kotor harus memadai
- g. Pintu dan jendela
- Pintu dan jendela harus dapat ditutup rapat
 - Jendela dilapisi kawat kasa
 - Jendela dipasang sedemikian rupa sehingga dapat dengan mudah dibersihkan
- h. Saluran air limbah
- Saluran air limbah berbentuk selokan tertutup jeruji besi
 - Saluran air limbah diusahakan agar tidak tersumbat oleh kotoran ataupun lemak
 - Pembuangan air limbah menggunakan pipa-pipa yang dapat mencegah kemungkinan merembesnya air ke tempat lain
 - Dinding selokan dibersihkan dengan bahan pembersih dan dilakukan dengan jangka waktu tertentu yaitu seminggu sekali
- i. Meja persiapan
- Meja persiapan harus terbuat dari stainless steel
 - Tidak mengandung pori-pori
 - Cutting board lebih bagus terbuat dari plastik campuran
 - Pisau disimpan di laci working table dalam keadaan bersih

Tujuan utama hygiene dan sanitasi dapur adalah untuk mencegah timbulnya bakteri dan bibit penyakit yang berasal dari peralatan dapur maupun area dapur itu sendiri. Adapun tujuan Hygiene dan Sanitasi dapur adalah sebagai berikut :

1. Menerapkan hygiene dan sanitasi pada karyawan, peralatan dapur, serta area dapur agar setiap produk yang dihasilkan bersih, sehat, dan berkualitas.
2. Mencegah timbulnya masalah gangguan kesehatan pada karyawan dengan adanya aktivitas dapur, seperti menyiapkan bahan makanan yang akan di olah, hingga makanan siap untuk disajikan.
3. Menciptakan suasana aman, nyaman bagi personel yang terlibat dalam pengolahan makanan.
4. Mengupayakan area dapur, peralatan dapur senantiasa terpelihara kebersihannya.
5. Menciptakan suasana kerja yang asri dan sehat.

Dapur Yang Memenuhi Syarat Kesehatan Adalah Sebagai Berikut :

1. Selalu dalam keadaan bersih.
2. Mempunyai cukup persediaan air bersih untuk mencuci bahan makanan
3. Mempunyai tempat sampah.
4. Alat-alat dapur selalu dalam keadaan bersih
5. Mempunyai ventilasi yang cukup guna memasukkan udara segar serta mengeluarkan asap dan bau yang kurang sedap.
6. Mempunyai tempat penyimpanan yang baik, artinya tidak sampai tercemar oleh bibit penyakit dan serangan serangga dan tikus.
7. Tidak mmeletakkan zat-zat yang berbahaya (insektida) berdekatan dengan bumbu dapur atau bahan makanan.

E. Syarat-syarat sanitasi hotel

Syarat sanitasi suatu hotel ada dua yaitu:

1. Bagian luar hotel
 - a. Keadaan kebersihan dan letak halaman
Halaman bersih dan sampah tidak berserakan serta segala sesuatu yang ditimbun di halaman harus teratur agar tidak jadi sarang tikus.
 - b. Pertamanan dalam hotel dan tanaman sekitar hotel. Syarat dari pertamanan hotel adalah sebagai berikut:
 - Jenis tananaman indoors tplant yaitu jenis tanaman yang mudah hidup tanpa banyak matahari, punya bentuk daun dan warnah yang indah, pohon dan rantingnya yang artistik dan tanaman kerdil

- Jenis tanaman outdoors plant yaitu jarak 5m dari dinding hotel tidak boleh ditanami pohon dan diplester, jarak 5-10m dari dinding hotel dapat ditanam bunga-bunga, jarak 30m dari dinding hotel dapat ditanami pohon besar
- Pertamanan
Sebidang tanah yang ditanami aneka tanaman dengan maksud memperindah pemandangan, punya aspek psikologis untuk menarik pengunjung hotel dan membuat sekeliling hotel tampak segar
- c. Membuang air kotor
 - Air buangan dari WC dibuang ke septic tank
 - Air buangan dari dapur dibuang ke septic tank
 - Air buangan dari kamar mandi, laundry dan tempat lain yang menggunakan sabun atau bahan kimia dapat dibuang ke pengolahan limbah tapi jangan langsung dibuang ke septic tank
 - Air hujan dapat dibuang ke roil atau ke kali

2. Bagian dalam hotel

a. Ventilasi

Ventilasi buangan hotel harus memenuhi syarat yaitu ventilasi 5-10% dari luas lantai dan dibuat sedemikian rupa hingga angin dapat berjalan lancar dan matahari menyinari hotel. Selain itu sirkulasi hawa segar didalam ruangan kamar hotel dapat diperoleh dengan memuat ventilasi yang cukup. Namun dengan pembuatan atau pemasangan ventilasi juga harus mempertimbangkan terhadap masuknya debu dan serangga maupun binatang pengganggu lainnya.

b. Lantai

Lantai harus dibuat dari bahan yang kuat, tidak lembab dan mudah dibersihkan

c. Dinding dan langit-langit

Dinding dan langit-langit dibuat dari bahan yang kuat tidak lembab dan dicat dengan warna yang terang

d. Penarangan

Dapur diberi penarangan yang cukup dan khusus digunakan untuk bekerja maka penerangan minimal 10-15 lilin baik yang berasal dari sinar matahari maupun dari sinar lampu.

e. Pencegahan tikus dan lalat

Gudang harus bebas tikus dan lalat dengan cara memasang kawat kasa dan pipa pembuangan dari dapur dan lubang dibagian bawah dipasang terali besi

f. Fasilitas pendukung

- Penyediaan air bersih

Digunakan dari air PDAM, dari sumur pompa, dan air yang digunakan untuk minum perlu direbus dulu serta dapat digunakan bahan kimia sebagai disinfektan

- Kakus/WC/jamban

Jamban sebaiknya berbentuk leher angsa untuk mencegah bau. Kakus yang ideal adalah desain septic tank

- Kamar mandi

Kamar mandi harus ada bak air bersih. Lantai dan dinding harus mudah dibersihkan. Jarak antara lantai dan dinding ke atas kurang lebih 1,52m harus kedap air.

Rangkuman.

Hygiene dan sanitasi dalam ruang lingkup kitchen merupakan suatu dasar dari kualitas produk yang dihasilkan. Dalam hal ini sangat di perhatikan kebersihan dan kerapian dapur suatu hotel. Kebersihan adalah salah satu faktor yang sangat penting bagi kesehatan personel maupun lingkungan. Di dalam area kitchen kebersihan merupakan hal yang utama dalam menjalankan operasionalnya. Kebersihan harus diperhatikan dengan baik dan benar guna mendukung kesehatan produk yang dihasilkan. Oleh sebab itu kitchen department harus bertanggung jawab dan terhadap kesehatan dan kebersihan area kitchen. Ruang lingkup hygiene dan sanitasi merupakan hal-hal yang berkaitan dengan kebersihan area kitchen dan kesehatan produk yang dihasilkan, sehingga mengoptimalkan kinerja seluruh staff kitchen dalam melaksanakan tugasnya masing-masing.

Latihan

Lengkapilah tabel Ruang Lingkup Hygiene dan Sanitasi

Ruang lingkup	Keterangan
Hygiene	1
	2
	3
	4
	5
	6
	7
Sanitasi	1
	2
	3
	4
	5
	6
	7

Tes Formatif

1. Ruang lingkup sanitasi dan hygiene di tempat kerja meliputi :
 - a. hygiene perorangan
 - b. hygiene makanan
 - c. hygiene barang dan peralatan
 - d. Jawaban b dan c benar
 - e. Jawaban a, b, dan c benar
2. Hygiene perorangan meliputi
 - a. Rambut
 - b. Pakaian seragam juru masak
 - c. Kosmetik,
 - d. Jawaban a, b, dan c benar

- e. Jawaban a, dan b benar
- 3. Jelaskan menyebabkan terjadinya kontaminasi pada makanan.
- 4. Jelaskan syarat sanitasi suatu hotel.

Referensi

Rohani, S. 2009. Penerapan Higine dan Sanitasi pada Kitchen Departemen Hotel Grand Antares Indonesia. Universitas Sumatera Utara. Fakultas Sastra. Program Pendidikan Non Gelar Bidang Keahlian Perhotelan. Medan.

BAB V

BAHAN MAKANAN

Secara umum dapat dikatakan bahwa bahan makanan adalah segala sesuatu yang dapat diolah menjadi makanan. Bahan makanan tersebut dapat dikelompokkan menjadi tiga kelompok besar berdasarkan sumbernya, yaitu:

1. Bahan makanan nabati yang berasal dari tumbuh-tumbuhan.
2. Bahan makanan yang berasal dari binatang atau hewan termasuk telur.
3. Bahan makanan hasil olah dari hewani dan nabati, termasuk susu dan keju.

Seorang juru masak sangat perlu mengetahui jenis-jenis bahan makanan termasuk kualitas, sifat bahan, daya simpan dan kegunaan bahan bahan tersebut. Kualitas dari makanan yang diolah sangat tergantung dari kualitas bahan makanan yang digunakan. Disamping jenis bahan makanan, perlu juga diketahui daya simpan bahan tersebut baik di dalam ruang pendingin, maupun ruang pembeku, karena masing-masing bahan memiliki daya simpan yang berbeda-beda.

A. Bahan Makanan Nabati.

Bahan makanan nabati adalah bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan yang banyak mengandung protein, lemak, vitamin, mineral garam dan karbihydrate, dikelompokkan menjadi:

1. Sayuran (vegetables), yaitu semua jenis tanaman yang dapat diolah menjadi makanan. Sebagian sayuran dapat dimakan dalam keadaan mentah dan sebagian lagi hanya dapat dimakan setelah dimasak. Sayuran tersebut dapat kita kelompokkan menjadi 8 jenis berdasarkan dari bagian tumbuhan yang dipergunakan sebagai sayuran, yaitu:

- a. Sayuran bunga (flower vegetables).

- 1) Romanesco: merupakan sayuran bunga hasil kawin silang antara brocolly dan cauliflower (kembang kol), yang bentuk bunganya kerucut menyerupai stupa dan berwarna putih kehijauan. Tangkainya menyerupai bunga kol atau cauliflower.

Cara memilih

- Pilihlah kelopak bunga yang seragam dari segi bentuk, warna dan besarnya.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Kelopak bunga terlihat dalam keadaan segar.

Sifat dan karakteristik Romanesco

- Romanesco memiliki bunga agak kasar daripada brocolly dan cauliflower.
- Struktur Romanesco terlihat lebih rapih dan cantik dibanding brocolly dan cauliflower.
- Bunga Romanesco kuat dan tidak mudah rusak.

Cara menyiangi / menyiapkan

- Potong batang besar baru kemudian potong tangkai-tangkai kecil dari setiap kuncup bunga.
- Gunakan pisau yang tajam agar tidak merusak kuncup bunga.
- Jangan memotong Romanesco dari bagian atas bunga.

- 2) Bunga Kol (Cauliflower) adalah sayuran bunga yang berasal dari kol, berwarna putih dengan struktur bunga yang rapat.

Cara memilih

- Pilihlah kelopak bunga yang seragam dari segi bentuk, warna dan besarnya.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Kelopak bunga terlihat dalam keadaan segar

Sifat dan karakteristik Bunga Kol (Cauliflower)

- Bunga Kol (Cauliflower) memiliki bunga yang sangat lembut.
- Struktur bunga kol (Cauliflower) terlihat sangat rapat dan padat.
- Bunga kol sangat rentan dan mudah rusak.
- Rusaknya bunga sangat terlihat dengan warna yang kecoklatan dan basah.

Cara menyiangi / menyiapkan

- Rendam terlebih dahulu didalam air garam sebab biasanya terdapat ulat dibagian dalamnya.
- Potong batang besar baru kemudian potong tangkai-tangkai kecil dari setiap kuncup bunga.
- Gunakan pisau yang tajam agar tidak merusak kuncup bunga.
- Jangan memotong bunga kol dari bagian atas bunga karena akan merusak kuncup bunga yang lembut.

- 3) Brocolly adalah sayuran bunga yang berasal dari tanaman bunga brocolly yang terdiri dari kuncup-kuncup bunga yang berwarna hijau, apabila terlalu tua kuncup bunga tersebut akan mekar menjadi kuning.

Cara memilih.

- Rendam terlebih dahulu didalam air garam sebab biasanya terdapat ulat dibagian dalamnya.
- Pilihlah kelopak bunga yang seragam dari segi bentuk, warna dan ukurannya.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Kelopak bunga terlihat dalam keadaan segar

Sifat dan karakteristik brocolly.

- Brocolly memiliki bunga yang sangat lembut b) Struktur brocolly terlihat sangat rapat dan padat.
- Brocolly sangat rentan dan mudah rusak.
- Rusaknya bunga sangat terlihat dengan warna yang kecoklatan dan basah

Cara menyiangi / menyiapkan.

- Potong batang besar baru kemudian potong tangkai-tangkai kecil dari setiap kuncup bunga.
- Gunakan pisau yang tajam agar tidak merusak kuncup bunga.
- Jangan memotong bunga kol dari bagian atas bunga karena akan merusak kuncup bunga yang lembut

b. Sayuran buah (Fruits vegetables)

Sayuran buah adalah bagian dari tanaman sayuran yang berasal dari bagian buah pada tanaman tersebut.

- 1) Mentimun Mentimun yang kita kenal dalam pengolahan makanan ada dua yaitu mentimun lokal dan mentimun Jepang (Kyruri).

Cara memilih.

- Untuk mentimun local pilihlah yang warnanya putih kehijauan bersih dan tidak banyak hijaunya pada bagian belakangnya karena bagian hijau tersebut rasanya pahit.

- Mentimun import (mentimun Jepang), pilihlah yang berwarna hijau tua mulus dan padat.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Pilihlah timun yang keras bila ditekan, karena yang lembek bagian dalamnya yang merupakan rangkaian biji sudah pecah.

Sifat dan karakteristik mentimun.

- Mentimun mudah kering bila dipotong tidak langsung diolah.
- Banyak mengandung air.
- Renyah bila digigit.
- Memiliki rasa yang agak manis

Cara menyiangi / menyiapkan.

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Bila dikupas kulitnya harus segera diolah.
- Jangan membiarkan pada suhu ruang setelah dipotong karena akan merusak tekstur dari mentimun.
- Gunakanlah pisau yang tajam untuk memotong agar tidak merusak hasil potongan

2) Terong

Terong yang kita kenal dalam pengolahan makanan ada beberapa jenis, bentuk dan warna. Ada terong yang berbentuk lonjong dan berwarna ungu muda, ada terong berbentuk bulat besar berwarna ungu adapula yang berbentuk bulat berwarna hijau bergaris putih dan ada yang berbentuk lonjong kecil berwarna ungu tua.

Cara memilih.

- Pilihlah terong yang bentuk dan rupanya seragam sesuai dengan jenis terong.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Pilihlah timun yang keras bila ditekan, karena yang lembek bagian dalamnya yang merupakan rangkaian biji sudah pecah

Sifat dan karakteristik terong.

- Mudah rusak setelah dipotong karena getahnya bersenyawa dengan oksigen.
- Mudah rusak karena struktur dagingnya yang lembut

Cara menyiangi / menyiapkan.

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Setelah dipotong sebaiknya segera direndam dalam air agar warna dagingnya tidak berubah kecoklatan

3) Tomat

Tomat yang kita kenal dalam pengolahan makanan ada beberapa jenis ada yang berwarna merah dan ada pula yang berwarna hijau. Ukuran dan bentuknya pun berbeda ada yang bulat besar, oval dan bulat kecil (Tomato Cherry).

Cara memilih.

- Pilihlah tomat yang bentuk dan rupanya seragam sesuai dengan jenis tomat.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik tomat.

- Mudah rusak setelah dipotong karena zat asam pada tomat membuat bagian yang dipotong tersebut akan cepat membusuk.
- Mudah rusak karena struktur dagingnya yang lembut

Cara menyiangi / menyiapkan.

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Bila ingin mengupas kulitnya celupkan dalam air mendidih selama 10 detik.
- Bila digunakan untuk sauce sebaiknya buang kulit dan bijinya

4) Paprika.

Paprika yang kita kenal ada beberapa warna, yaitu merah, hijau, kuning dan ungu yang belum begitu populer. Paprika adalah sejenis cabe yang berbentuk besar bulat agak lonjong mempunyai tiga atau empat sisi.

Cara memilih paprika

- Pilihlah paprika yang bentuk dan rupanya seragam.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik paprika.

- Mudah rusak setelah dipotong karena cairan pada paprika akan mengering membuat bagian yang dipotong tersebut akan terlihat keputihan.
- Mudah rusak karena struktur dagingnya yang lembut

Cara menyiangi / menyiapkan paprika.

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Bila ingin mengupas kulitnya dicelupkan dalam minyak mendidih selama 10 detik atau digrill.
- Bila digunakan bijinya.
- Apabila setelah dipotong, bagian yang tersisa segera diwrapping dan simpan dalam chiller atau gunakan semua, karena apabila disimpan akan lembek pada bagian sisa potongan yang dapat membusuk

5) Oyong.

Cara memilih oyong.

- Pilihlah oyong yang masih muda.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Pilihlah buncis yang keras / padat

Sifat dan karakteristik oyong.

- Kulit oyong bergerigi, keras dan kasar.
- Daging oyong mirip dengan terong, tetapi bijinya lebih besar dari terong.
- Getahnya sedikit agak berlendir.
- Bentuknya oval

Cara menyiangi / menyiapkan oyong.

- Kupas bagian kulit yang kasar bila ingin diolah.
- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Sebaiknya dipotong saat ingin digunakan

6) Zucchini

Cara memilih zucchini.

- Pilihlah zucchini yang masih muda.

- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik.
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Pilihlah buncis yang keras / padat

Sifat dan karakteristik zucchini.

- Zucchini berwarna hijau tua.
- Daging zucchini mirip dengan terong, tetapi serat dagingnya lebih putih dan halus dibanding terong.
- Agak sedikit bergetah.
- Bentuknya oval

Cara menyiangi / menyiapkan zucchini.

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Sebaiknya dipotong saat ingin digunakan

c. Sayuran polong (legume vegetables).

1) Buncis.

Bunci yang kita kenal bentuknya panjang dan berwarna hijau, namun saat ini ada juga buncis yang berwarna kuning. Saat ini dalam pengolahan makanan buncis yang digunakan bukan saja buncis yang sudah besar, namun buncis yang masih kecil (french bean) pun digunakan.

Cara memilih sayuran polong.

- Pilihlah buncis yang bentuk dan rupanya seragam sesuai dengan jenis buncis.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba.
- Pilihlah buncis yang keras / padat

Sifat dan karakteristik buncis.

- Buncis mudah kering / layu bila dipotong tidak langsung diolah,
- Dagingnya renyah bila digigit.
- Memiliki rasa yang agak manis.
- Lentur dan padat

Cara menyiangi / menyiapkan buncis.

- Bersihkan serat yang terdapat pada sisi buncis.

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
 - Sebaiknya dipotong saat ingin digunakan.
 - Setelah dipotong-potong, lalu di celup (blanching) dalam air mendidih selama 2 - 3 menit, kemudian direndam (soaking) air es untuk menghentikan proses pemasakan, sehingga warnanya tetap cerah dan segar.
 - Setelah di blanching, bila belum digunakan sebaiknya disimpan dalam almari pendingin (chiller).
- 2) Kapri adalah sayuran polong yang mempunyai dua jenis, yaitu; kapri yang berdaging tebal dengan bijinya yang besar dan kapri yang berdaging tipis dan berbiji kecil.

Cara memilih sayuran kapri.

- Pilihlah kapri yang bentuk dan rupanya seragam sesuai dengan jenis kapri.
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Pilihlah kapri yang keras / padat

Sifat dan karakteristik kapri.

- Kapri mudah kering / layu bila dipotong tidak langsung diolah
- Dagingnya renyah bila digigit.
- Memiliki rasa yang agak manis.
- Lentur dan padat.
- Ada jenis kapri yang berbiji besar (kacang polong) dan ada pula yang berbiji kecil

Cara menyiangi / menyiapkan kapri.

- Bersihkan serat yang terdapat pada sisi kapri.
- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong.
- Sebaiknya dipotong saat ingin digunakan.
- Setelah dipotong-potong, lalu di celup (blanching) dalam air mendidih selama 2 - 3 menit, kemudian direndam (soaking) air es untuk menghentikan proses pemasakan, sehingga warnanya tetap cerah dan segar
- e) Setelah di blanching, bila belum digunakan sebaiknya disimpan dalam almari pendingin (chiller).

- 3) Kacang Panjang.

Kacang panjang adalah kelompok sayuran polong yang berwarna hijau panjang dan didalamnya terdapat biji berwarna krem yang menyerupai kacang kedele.

Cara memilih sayuran kacang Panjang

- Pilihlah kacang panjang yang bentuk dan rupanya seragam sesuai dengan jenis buncis
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Pilihlah kacang panjang yang keras / padat

Sifat dan karakteristik kacang Panjang.

- Kacang panjang mudah layu bila dipotong tidak langsung diolah.
- Dagingnya renyah bila digigit.
- Memiliki rasa yang agak manis d) Lentur dan padat

Cara menyiangi / menyiapkan kacang panjang

- Cuci bersih, tiriskan baru dipotong-potong
- Sebaiknya dipotong saat ingin digunakan.
- Saat dipotong-potong jangan sampai banyak biji yang terbang.
- Setelah dipotong-potong, lalu di celup (blanching) dalam air mendidih selama 2 - 3 menit, kemudian direndam (soaking) air es untuk menghentikan proses pemasakan, sehingga warnanya tetap cerah dan segar e) Setelah di blanching, bila belum digunakan sebaiknya disimpan dalam almari pendingin (chiller).

4) Kacang merah.

Kacang merah adalah kacang yang dihasilkan dari sayuran sejenis buncis tetapi kulit dan daging dari jenis buncis ini tidak dapat, maka yang dimakan adalah kacang didalamnya yang berwarna merah.

Cara memilih kacang merah.

- Pilihlah kacang merah yang bentuk, rupa dan warnanya seragam
- Tidak ada bagian yang cacat karena benturan akibat kerusakan fisik
- Tidak ada bagian yang rusak / berlubang karena mikroba
- Pilihlah kacang merah yang keras / padat

Sifat dan karakteristik kacang merah

- Kacang merah yang bagus warna merahnya merata
- Dagingnya padat dan renyah bila digigit
- Memiliki rasa yang agak manis
- Kacang merah segar mudah tumbuh tunas bila disimpan 2 - 3 hari walaupun di dalam refrigerator e) Jangan simpan kacang merah kering di tempat yang lembab karena akan merusak biji kacang hijau yang diakibatkan karena kutu

Cara menyiangi / menyiapkan kacang merah.

- Cuci bersih, tiriskan baru diolah dalam keadaan segar
- Kacang merah yang segar jangan dicuci terlalu lama, karena akan menyebabkan banyaknya vitamin B1 yang larut dalam air
- Bila mengolah kacang merah yang sudah dikeringkan, rendam terlebih dahulu sampai dagingnya lentur, baru diolah

5) Kacang hijau.

Kacang hijau adalah kacang yang dihasilkan dari sayuran sejenis buncis tetapi kulit dan daging dari jenis buncis ini tidak dapat, maka yang dimakan adalah kacang didalamnya yang berwarna hijau.

Cara memilih kacang hijau.

- Pilihlah kacang hijau yang bentuk, rupa dan warnannya seragam
- Tidak ada bagian yang rusak / berlubang karena kutu
- Pilihlah kacang hijau yang keras / padat

Sifat dan karakteristik kacang hijau

- Kacang hijau yang bagus warna hijaunya merata
- Kacang hijau padat dan keras
- Jangan simpan kacang hijau di tempat yang lembab karena akan merusak biji kacang hijau yang diakibatkan karena kutu

Cara menyiangi / menyiapkan kacang hijau.

- Cuci bersih, rendam selama 1 jam sebelum digunakan, agar daging biji menjadi lunak dan mudah diolah
- Kacang hijau jangan dicuci terlalu lama, karena akan menyebabkan banyaknya vitamin B1 yang larut dalam air

6) Kedelai

Kacang hijau adalah kacang yang dihasilkan dari sayuran sejenis buncis tetapi kulit dan daging dari jenis buncis ini tidak dapat, maka yang dimakan adalah kacang didalamnya yang berwarna krem.

Cara memilih kacang kedelai

- Pilihlah kacang kedelai yang bentuk, rupa dan warnannya seragam
- Tidak ada bagian yang rusak / berlubang karena kutu
- Pilihlah kacang kedelai yang keras / padat

Sifat dan karakteristik kacang kedelai

- Kacang kedelai yang bagus warna krem merata
- Kacang kedelai padat dan keras
- Jangan simpan kacang kedelai di tempat yang lembab karena akan merusak biji kacang kedelai yang diakibatkan karena kutu

Cara menyiangi / menyiapkan kacang kedelai.

- Cuci bersih, rendam selama 1 jam sebelum digunakan, agar daging biji menjadi lunak dan mudah diolah
- Kacang hijau jangan dicuci terlalu lama, karena akan menyebabkan banyaknya vitamin B1 yang larut dalam air
- Bila kacang kedelai yang telah direndam ingin dibuat susu terbih dahulu direbus sampai matang, baru diblender sampai menjadi halus / juice, kemudian disaring dengan kain yang halus

7) Kacang tanah.

Kacang tanah adalah kacang yang dihasilkan dari tanaman kacang didalam tanah yang akarnya membesar

Cara memilih kacang tanah.

- Pilihlah kacang tanah yang bentuk, besar dan warnannya seragam.
- Tidak ada bagian yang rusak / berlubang karena kutu
- Pilihlah kacang tanah yang keras / padat

Sifat dan karakteristik kacang tanah.

- Kacang tanah yang bagus warna kulit arinya merah kecoklatan
- Kacang tanah padat dan keras
- Jangan simpan kacang tanah di tempat yang lembab karena akan merusak biji kacang tanah yang diakibatkan karena kutu

Cara menyangi / menyiapkan kacang tanah

- Bila kacang tanah akan digoreng langsung dengan kulit arinya menggunakan minyak panas sebaiknya selalu diaduk agar matangnya merata
- Bila kacang tanah akan di goreng tanpa kulit arinya dan ingin mendapatkan hasil yang renyah sebaiknya diseduh terlebih dahulu, baru dikupas kulit arinya

d. Sayuran daun (leaf vegetables)

Sayuran daun adalah sayuran yang berasal dari daun tumbuhan yang tumbuh diatas permukaan tanah, yang termasuk dalam kelompok sayuran daun adalah:

1) Selada keriting (curly lettuce).

Selada keriting adalah sayuran daun yang berwarna hijau dan setiap lembaran daunnya berbentuk keriting. Daun selada ini biasa digunakan untuk hidangan salad, lalapan atau dapat juga dijadikan sebagai alas (underliner) pada hidangan lauk pauk yang kering dan sedikit berkuah.

Cara memilih selada keriting

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk daunnya utuh
- Pilihlah yang warna hijaunya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik selada keriting

- Mudah rusak dan mudah layu
- Mudah layu pada suhu udara yang panas
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci

Cara menyangi / menyiapkan selada keriting

- Cuci bersih sebelum digunakan.
- Ada sebagian sayuran daun setelah dipotong sebaiknya dibilas dengan air satu atau dua kali agar getah yang terdapat pada daun tersebut bersih seperti Ice berg lettuce, curly lettuce, dll
- Setelah dipotong-potong harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping d) Bila diolah daun selada jangan langsung dicampur dengan

sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce.

2) Lolorosa.

Lolorosa adalah jenis daun selada keriting yang berwarna merah marun. Daun selada ini biasa digunakan untuk hidangan salad atau dapat juga dijadikan sebagai alas pada hidangan lauk pauk yang kering dan sedikit berkuah.

Cara memilih selada lolorosa

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk daunnya utuh
- Pilihlah yang warna merah marunnya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik selada lolorosa

- Mudah rusak dan mudah layu
- Mudah layu pada suhu udara yang panas
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci

Cara menyiangi / menyiapkan selada lolorosa

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Bilas dengan air dingin yang matang agar tidak berubah kecoklatan pada bagian batang yang berwarna hijau
- Setelah dipotong-potong harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping
- Bila diolah daun selada jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

3) Butter lettuce adalah jenis daun selada yang berwarna hijau dan berdaging tebal. Daun selada ini biasa digunakan untuk hidangan salad atau dapat juga dijadikan sebagai alas pada hidangan lauk pauk yang kering dan sedikit berkuah.

Cara memilih selada butter lettuce

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk daunnya utuh
- Pilihlah yang warna hijau daunnya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik selada butter lettuce

- Mudah rusak dan mudah layu
- Mudah layu pada suhu udara yang panas
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci

Cara menyiangi / menyiapkan selada butter lettuce

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Bilas dengan air dingin yang matang agar tidak berubah kecoklatan pada bagian batang yang berwarna hijau
- Setelah dipotong-potong harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping
- Bila diolah daun selada jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

- 4) Ice berg lettuce / head lettuce adalah kelompok daun selada yang terdiri dari lapisan kelopak daun yang berbentuk bulat berwarna hijau pupus.

Cara memilih Ice berg lettuce

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk bulat utuh
- Pilihlah yang warna hijau muda merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik ice berg lettuce

- Mudah rusak dan mudah layu
- Mudah layu pada suhu udara yang panas
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci

Cara menyiangi / menyiapkan ice berg lettuce

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Bilas dengan air dingin yang matang agar tidak berubah kecoklatan pada bagian batang yang berwarna hijau
- Setelah dipotong-potong harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping

- Bila diolah daun selada jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

5) Curly endive Curly endive adalah jenis daun selada yang berwarna hijau dengan daun yang bercabang-cabang. Daun selada ini biasa digunakan untuk hidangan salad.

Cara memilih curly endive

- Pilihlah sayuran daun yang masih muda
- Pilihlah yang warna hijau merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik curly endive

- Mudah rusak dan mudah layu
- Mudah layu pada suhu udara yang panas
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci

Cara menyiangi / menyiapkan curly endive

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan
- Bilas dengan air dingin yang matang agar tidak berubah kecoklatan pada bagian batang yang berwarna hijau
- Setelah dipotong-potong harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping
- Bila diolah daun selada jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

6) Aracula Aracula adalah jenis daun selada yang berwarna hijau dengan daun yang bercabang-cabang dan bertangkai setiap satu lembar daunnya. Daun selada ini biasa digunakan untuk hidangan salad.

Cara memilih aracula

- Pilihlah sayuran daun yang masih muda
- Pilihlah yang warna hijaunya tua merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik aracula

- Mudah rusak atau sobek
- Cepat berubah warnanya menjadi kekuningan bila disimpan 1-2 hari
- Mudah layu pada suhu udara yang panas
- Daunnya renyah
- Memiliki rasa seperti minyak kacang

Cara menyiangi / menyiapkan aracula

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan lalu tutup dengan kertas b) Bilas dengan air dingin agar tetap segar
- Setelah disiapkan disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping
- Bila diolah aracula jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

- 7) Tespong Tespong adalah sayuran daun yang berwarna hijau cerah yang bentuk daunnya oval runcing bergerigi dan agak berbulu serta batangnya seperti kangkung, umumnya digunakan untuk lalapan, namun dapat juga disajikan sebagai salad.

Cara memilih tespong

- Pilihlah tespong yang daunnya masih muda
- Pilihlah yang warna hijau merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Batangnya masih renyah

Sifat dan karakteristik tespong

- Batangnya renyah seperti kangkung, tetapi tespong warnanya lebih muda dari batang kangkung
- Daunnya mudah rusak dan mudah layu
- Rasanya sedikit menyerupai daun mint
- Bentuk daunnya oval lancip sedikit berbulu

Cara menyiangi / menyiapkan tespong

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan, lalu tutup dengan kertas
- Bilas dengan air dingin yang matang agar tespong tetap dalam keadaan segar

- Bila diolah daun selada jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

8) Pohpohan adalah sayuran daun yang berwarna hijau tua yang bentuk daunnya bulat besar dan bergerigi agak berbulu, umumnya digunakan sebagai lalapan, namun dapat juga disajikan sebagai salad

Cara memilih pohpohan

- Pilihlah pohpohan yang daunnya masih muda
- Pilihlah yang warna hijau merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Batangnya masih renyah

Sifat dan karakteristik pohpohan

- Batangnya renyah seperti batang bayam tetapi warnanya hijaunya lebih tua dari bayam
- Daunnya mudah rusak dan mudah layu
- Rasanya sedikit menyerupai daun mint d) Bentuk daunnya bulat dan ujungnya lancip
- Mudah layu

Cara menyiangi / menyiapkan pohpohan

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan, lalu tutup dengan kertas
- Bilas dengan air dingin yang matang agar pohpohan tetap dalam keadaan segar
- Bila diolah pohpohan jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce atau sambal

9) Kenikir adalah sayuran daun yang berwarna hijau tua yang bentuk daunnya oval lancip dan bercabang-cabang, umumnya digunakan sebagai lalapan, namun dapat juga disajikan sebagai salad.

Cara memilih kenikir

- Pilihlah kenikir yang daunnya masih muda
- Pilihlah yang warna hijaunya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik kenikir

- Pohon kenikir bertangkai dan bercabang banyak
- Daunnya mudah rusak dan mudah layu
- Rasanya sedikit menyerupai daun mint
- Bentuk daunnya bercabang-cabang dan lancip
- Mudah layu

Cara menyiangi / menyiapkan kenikir

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan, lalu tutup dengan kertas
- Bilas dengan air dingin yang matang agar kenikir tetap dalam keadaan segar
- Bila diolah kenikir jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce atau sambal.

10) Kemangi termasuk kelompok sayuran daun yang daunnya berwarna hijau, mempunyai aroma yang tajam, umumnya digunakan sebagai lalapan, namun dapat juga disajikan sebagai salad

Cara memilih kemangi

- Pilihlah kemangi yang daunnya masih segar
- Pilihlah yang warna hijaunya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik kemangi

- Daunnya mudah rusak dan mudah layu
- Rasanya sedikit menyerupai daun mint
- Bentuk daunnya lancip

Cara menyiangi / menyiapkan kemangi

- Cuci bersih, tiriskan dengan cara digantung
- Bilas dengan air dingin yang matang agar kemangi tetap dalam keadaan segar
- Bila diolah sebagai lalapan kemangi sebaiknya disajikan dengan tangkainya

11) Radichio adalah jenis daun selada seperti kol, yang terdiri dari lapisan kelopak daun yang berbentuk bulat yang berwarna merah dengan serat daun berwarna putih. Daun selada ini biasa digunakan untuk hidangan salad.

Cara memilih radichio

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk bulat utuh
- Pilihlah yang warna merah tua merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik radichio

- Bentuknya bulat agak lonjong
- Tidak mudah rusak atau layu
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci
- Berwarna merah tua dan beruas putih

Cara menyiangi / menyiapkan radichio

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Bilas dengan air dingin yang matang agar tidak berubah kecoklatan pada bagian batang yang berwarna putih
- Setelah dipotong-potong harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping
- Bila diolah sebagai salad radichio jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan daun selada tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

12) Chicory adalah jenis daun selada seperti sawi putih kelopak daunnya berbentuk oval berwarna putih dan ujung serta sisi kelopaknya berwarna kuning.

Cara memilih chicory

- Pilihlah chicory yang bentuk oval
- Pilihlah yang kelopaknya sama dan utuh
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik chicory

- Bentuknya oval
- Tidak mudah rusak atau layu
- Getahnya akan menyebabkan kecoklatan bila setelah dipotong tidak segera dicuci

Cara menyiangi / menyiapkan chicory

- Cuci bersih sebelum digunakan

- Bilas dengan air dingin yang matang agar tidak berubah kecoklatan pada bagian batang yang berwarna putih
- Setelah dipisahkan dari kelopaknya harus disimpan pada almari pendingin (chiller) agar tetap dalam keadaan segar dalam mangkuk stainless steel, lalu di wrapping
- Bila diolah sebagai salad chicory jangan langsung dicampur dengan sausnya karena akan menyebabkan chicory tersebut menjadi layu karena cairan asam yang terdapat dalam bahan campuran sauce

13) Bok choy kadang ada yang menyebutkan baby bok choy adalah sayuran daun sejenis sawi hijau dengan daun yang lebar, berserat halus dan tebal, berwarna hijau tua.

Cara memilih bok choy

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk daunnya utuh
- Pilihlah yang warna hijaunya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik bok choy

- Daging daunnya dan batangnya tebal
- Tidak mudah rusak atau layu
- Batangnya renyah banyak mengandung air
- Daunnya bulat lebar

Cara menyiangi / menyiapkan bok choy

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Setelah dipotong-potong jangan terlalu lama menunggu pada suhu ruang karena akan menjadikan sayuran tersebut layu.
- Bila dimasak jangan terlalu lama sebab sayuran daun takan rusak bila dimasak dalam waktu lama

14) Bayam adalah sayuran daun yang tumbuh diatas permukaan tanah yang daun dan batangnya dapat dimakan.

Cara memilih bayam

- Pilihlah bayam yang daunnya masih muda
- Pilihlah yang warna hijau merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Batangnya masih renyah dan daunnya tidak layu

Sifat dan karakteristik bayam

- Batangnya renyah
- Daunnya mudah rusak dan mudah layu
- Bentuk daunnya bulat tipis
- Seratnya halus

Cara menyiangi / menyiapkan bayam

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan, lalu tutup dengan kertas
- Setelah dipotong-potong seperlunya, jangan terlalu lama menunggu pada suhu ruang karena akan menjadikan sayuran tersebut layu.
- Bila dimasak jangan terlalu lama sebab sayuran daun takan rusak bila dimasak dalam waktu lama

- 15) Kangkung adalah sayuran daun yang tumbuh diatas permukaan tanah berair / rawa yang daun dan batangnya dapat dimakan berwarna hijau tua, dengan bentuk daun lonjong dan runcing.

Cara memilih kangkung

- Pilihlah kangkung yang daunnya masih muda
- Pilihlah yang warna hijau merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Batangnya masih renyah

Sifat dan karakteristik kangkung

- Batangnya renyah, bolong tengahnya seperti sedotan
- Daunnya mudah rusak dan mudah layu
- Bentuk daunnya oval lancip

Cara menyiangi / menyiapkan kangkung

- Cuci bersih, tiriskan sebelum digunakan dan disimpan, lalu tutup dengan kertas
- Bila dimasak jangan terlalu lama sebab sayuran daun takan rusak bila dimasak dalam waktu lama

- 16) Sawi adalah sayuran daun yang tumbuh diatas permukaan tanah yang dapat dimakan daun dan batangnya.

Cara memilih sawi hijau

- Pilihlah sayuran daun yang bentuk daunnya utuh

- Pilihlah yang warna hijaunya merata
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik sawi hijau

- Daging daunnya dan batangnya tebal
- Tidak mudah rusak atau layu
- Batangnya renyah banyak mengandung air
- Daunnya lebar dan berserat kasar

Cara menyiangi / menyiapkan sawi hijau

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Setelah dipotong-potong jangan terlalu lama menunggu pada suhu ruang karena akan menjadikan sayuran tersebut layu.
- Bila dimasak jangan terlalu lama sebab sayuran daun akan rusak bila dimasak dalam waktu lama

17) Kol adalah kelompok sayuran daun yang terdiri dari lapisan kelopak daun yang berbentuk bulat berwarna putih (kol putih) dan merah (kol merah /red cabbage).

Cara memilih kol

- Pilihlah kol yang bentuknya bulat / gepeng yang kelopak daunnya masih bagus
- Pilihlah yang warna putih bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik kol

- Daging daunnya dan batangnya renyah, banyak mengandung air
- Mudah rusak atau layu
- Batang serat daunnya agak kasar
- Daunnya lebar berwarna putih

Cara menyiangi / menyiapkan kol

- Cuci bersih sebelum digunakan
- Setelah dipotong-potong jangan terlalu lama menunggu pada suhu ruang karena akan menjadikan sayuran tersebut layu.
- Bila dimasak jangan terlalu lama sebab sayuran daun akan rusak bila dimasak dalam waktu lama

- Umumnya sayuran ini diolah untuk lalapan dan disajikan dalam keadaan mentah
- e. Sayuran batang adalah sayuran yang diambil dari bagian batang sayuran yang baru tumbuh diatas permukaan tanah, ada yang hanya batang saja, namun ada pula sayuran batang berdaun.
 - 1) Asparagus adalah sayuran batang yang digunakan tanpa daunnya, tetapi ada kuncup bunga diujung batangnya yang paling atas.

Cara memilih asparagus

- Pilihlah batang asparagus yang masih muda
- Pilihlah yang warna hijaunya muda
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik asparagus

- Kuncup bunganya mudah rusak
- Mempunyai kulit ari yang tipis
- Batangnya mudah patah

Cara menyiangi / menyiapkan asparagus

- Kupas kulit arinya
- Cuci bersih
- Biasanya asparagus diolah setelah direbus, baik untuk salad ataupun untuk peneman makanan pokok

- 2) Fenel adalah batang dari tanaman yang daunnyaupun dipakai untuk bumbu pada masakan, yang lebih dikenal dengan nama daun fenel.

Cara memilih fenel

- Pilihlah batang fenel yang masih muda
- Pilihlah yang warnanya putih dan terdapat sisa daun
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik fenel

- Bonggol batangnya berserat halus dan berwarna putih
- Mempunyai aroma yang has dan lebih lembut dari seledri
- Batangnya mudah patah

Cara menyiangi / menyiapkan fenel

- Cuci bersih

- Biasanya fenel diolah atau digunakan sebagai salad atau bumbu penambah aroma

3) Artichoke adalah jenis sayuran batang yang diambil pada bagian dalam dari kelopak batangnya.

Cara memilih artichoke

- Pilihlah artichoke yang masih muda
- Pilihlah yang warnanya hijau muda
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik artichoke

- Bonggol batangnya tersusun atas lapisan dari kelopak-kelopak daun
- Artichoke diambil bagian tengah yang lembut

Cara menyiangi / menyiapkan artichoke

- Potong bagian batang bawah tangkai dan bagian pucuknya, lalu lepaskan kelopak-kelopaknya
- Ambil bagian tengahnya
- Cuci bersih artichoke
- Potong-potong sesuai dengan standar resep
- Biasanya artichoke digunakan untuk salad atau peneman makanan pokok
- Artichoke saat ini banyak digunakan sudah dalam keadaan diawetkan dalam kemasan botol

f. Sayuran umbi adalah sayuran yang berasal dari akar tanaman yang membesar sehingga menjadi umbi.

1) Kentang

Cara memilih kentang

- Pilihlah kentang yang keras
- Pilihlah kentang yang kulitnya bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

Sifat dan karakteristik kentang

- Bentuknya oval padat
- Warna dagingnya putih atau kuning
- Mudah berubah kecoklatan bila setelah dikupas tidak langsung direndam air

Cara menyiangi / menyiapkan kentang

- Kupas bersih kulitnya, rendam dalam air agar tidak berubah warna
- Olah sesuai dengan standar resep
- Bila ingin direbus sebaiknya jangan dikupas agar tidak terjadi kerusakan pada tekstur kentang
- Untuk menghindari banyaknya cairan bila ingin dibuat perkedel sebaiknya kentang dikukus

2) Wortel

Cara memilih wortel

- Pilihlah wortel yang lurus dan tidak berlubang
- Pilihlah wortel yang kulitnya bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

Sifat dan karakteristik wortel

- Bentuknya lonjong panjang
- Warna dagingnya orange namun ada juga yang berwarna kuning dan ungu

Cara menyiangi / menyiapkan wortel

- Kupas bersih kulitnya, cucu bersih
- Potong - potong dan diolah sesuai dengan standar resep

3) Ubi Jalar

Cara memilih ubi jalar

- Pilihlah ubi jalar yang keras
- Pilihlah ubi jalar yang kulitnya bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

Sifat dan karakteristik ubi jalar

- Bentuknya oval padat
- Warna dagingnya putih, kuning, merah dan ungu sesuai dengan jenisnya

Cara menyiangi / menyiapkan ubi jalar

- Kupas bersih kulitnya, rendam dalam air agar tidak berubah warna
- Olah sesuai dengan standar resep
- Bila ingin direbus sebaiknya jangan dikupas agar tidak terjadi kerusakan pada tekstur ubi jalar

- Untuk menghindari banyaknya cairan bila ingin dihaluskan sebaiknya kentang dikukus

4) Singkong

Cara memilih singkong

- Pilihlah singkong yang besar dan muda
- Pilihlah singkong yang berwarna putih kulit jangatnya dan itu biasanya dagingnya akan putih bersih dan empuk setelah diolah
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

Sifat dan karakteristik singkong

- Bentuknya oval padat
- Warna dagingnya berwarna putih terkadang putih kekuningan sesuai jenisnya
- Bila sudah dikupas sebaiknya direndam dalam air agar tidak kering berubah warna

Cara menyiangi / menyiapkan singkong

- Kupas bersih kulitnya, rendam dalam air agar tidak berubah warna
- Olah sesuai dengan standar resep
- Bila ingin direbus sebaiknya diberi sedikit garam
- Untuk menghindari banyaknya cairan bila ingin dihaluskan untuk membuat getuk atau lainnya sebaiknya dikukus

5) Lobak

Cara memilih lobak

- Pilihlah lobak yang lurus dan tidak berlubang
- Pilihlah lobak yang kulitnya bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

Sifat dan karakteristik lobak

- Bentuknya lonjong panjang
- Warna dagingnya putih bersih
- Banyak mengandung air
- Dagingnya renyah seperti bangkuang

- Aromanya sangat tajam

Cara menyiangi / menyiapkan lobak

- Kupas bersih kulitnya, cucu bersih
- Potong-potong dan diolah sesuai dengan standar resep

6) Radish

Cara memilih radish

- Pilihlah radish yang bentuknya bulat
- Pilihlah radish yang kulitnya bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

Sifat dan karakteristik radish

- Bentuknya bulat, kulitnya berwarna merah dan dagingnya berwarna putih
- Banyak mengandung cairan

Cara menyiangi / menyiapkan radish

- Cuci bersih dengan air matang
- Potong-potong dan diolah sesuai dengan standar resep, biasanya digunakan untuk salad dan disajikan dalam keadaan dingin

7) Bit Root

Cara memilih bit root

- Pilihlah bit root yang bulat agak oval dan tidak berlubang
- Pilihlah bit root yang kulitnya bersih
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba
- Tidak ada permukaan kentang yang berlubang

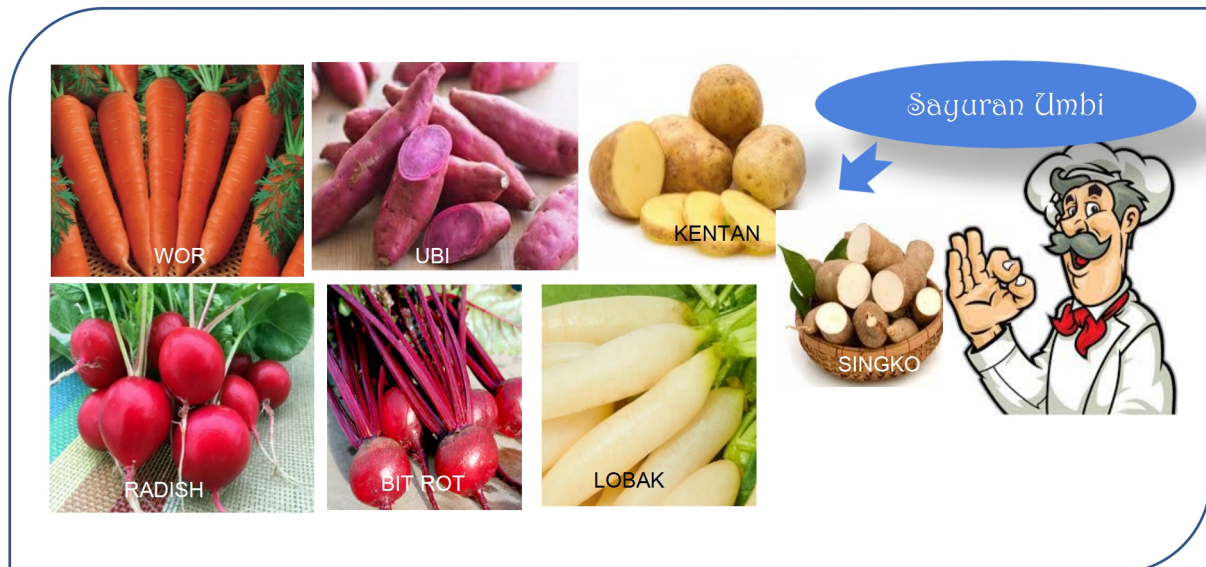
Sifat dan karakteristik bit root

- Bentuknya bulat agak oval
- Warna dagingnya merah darah
- Banyak mengandung cairan
- Dagingnya renyah

Cara menyiangi / menyiapkan bit root

- Bila ingin dimasak, rebus dengan kulitnya
- Potong - potong dan diolah sesuai dengan standar resep

- Setelah dipotong-potong jangan dicampur dengan bahan lainnya terlebih dahulu karena akan melunturi bahan yang lain



g. Sayuran umbi lapis adalah juga sayuran dari akar yang membesar dengan struktur bagian dagingnya berlapis-lapis.

1) Daun bawang

Cara memilih daun bawang

- Pilihlah daun bawang yang daun dan batangnya masih segar
- Pilihlah daun bawang yang masih ada akarnya
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk

Sifat dan karakteristik daun bawang

- Pada daunnya seperti pipa banyak mengandung lendir
- Baunya tajam
- Warna batangnya putih dan berlapis

Cara menyiangi / menyiapkan daun bawang

- Gunakannlah pisau yang tajam untuk memotongnya agar tidak merusak daun bawang
- Bila dimasak dengan metode tumis sebaiknya digunakan sesaat sebelum masakan diangkat
- Setelah dipotong-potong sebaiknya ditaruh dalam wadah yang tertutup, agar tidak cepat layu

2) Bawang Bombay

Cara memilih bawang bombay

- Pilihlah bawang bombay yang bentuknya bulat seperti pada gambar, hal itu karena lapisan daging pada bagian kedua ujungnya tidak banyak tulang
- Pilihlah umbi lapis yang bersih
- Pilihlah umbi lapis yang keras dan padat
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik bawang bombay

- Bentuknya bulat padat
- Kulitnya sangat tipis
- Dagingnya padat dan bersih, berwarna putih dan merah d) Aromanya sangat tajam

Cara menyiangi / menyiapkan bawang bombay

- Kupas bersih kulitnya, cuci bersih
- Potong-potong saat akan digunakan
- Bila sudah dikupas dan akan disimpan dalam almari pendingin maka sebaiknya dibungkus rapat agar baunya tidak menyebar

3) Bawang merah

Cara memilih bawang merah

- Pilihlah umbi lapis yang bersih
- Pilihlah umbi lapis yang keras dan padat
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik bawang merah

- Bentuknya bulat padat agak oval
- Kulitnya berwarna merah tipis
- Dagingnya padat dan bersih
- Aromanya sangat tajam

Cara menyiangi / menyiapkan bawang merah

- Kupas bersih kulitnya, cuci bersih, tiriskan
- Potong-potong saat akan digunakan
- Bila sudah dikupas dan akan disimpan dalam almari pendingin maka sebaiknya dibungkus rapat agar baunya tidak menyebar

Saguran Umbi Lapis



h. Sayuran jamur (mushrooms).

Cara memilih jamur

- Pilihlah jamur yang bersih
- Pilihlah jamur yang dapat dimakan
- Tidak ada bagian yang rusak / busuk karena mikroba

Sifat dan karakteristik jamur

- Bentuknya beraneka ragam
- Dagingnya lembut
- Aromanya sangat tajam

Cara menyiangi / menyiapkan jamur

- Bersihkan bagian pangkalnya yang terdapat tanah
- Potong-potong saat akan digunakan
- Ada beberapa jenis jamur yang sebelum dimasak harus direbus terlebih dahulu
- Bila menggunakan jamur kering sebaiknya direndam terlebih dahulu

Saguran Jamur



B. Bahan Makanan Hewani

Bahan makanan hewani adalah bahan makanan yang berasal dari hewan yang pada umumnya dimakan sebagai bahan makanan yang banyak mengandung protein tinggi yang sangat dibutuhkan oleh manusia dan juga sangat disenangi oleh bakteri. Bahan makanan ini tergolong bahan makanan yang cepat rusak, dengan demikian bahan makanan hewani ini memerlukan penanganan yang seksama mulai saat pembelian, pasca olah sampai pengolahan. Bahan makanan hewani dapat dikelompokkan menjadi tiga kelompok yaitu:

1. Unggas (poultry). Unggas dalam bahasa Inggris disebut dengan poultry adalah jenis hewan ternak kelompok burung. Yang termasuk dalam kelompok ini adalah ordo Galliformes contohnya ayam dan kalkun dan Anseriformes seperti bebek. Selain itu ada kelompok burung seperti burung merpati, burung puyuh dsb. Unggas termasuk keluarga burung yang dipelihara khusus untuk mendapatkan dagingnya untuk dikonsumsi. Jenis-jenis unggas yang banyak dikonsumsi
 - a. Ayam kampung
Ayam ini dikenal sebagai ayam buras (bukan ras) atau ayam local. misalkan: ayam sumatera, ayam kedu, ayam nunukan. Ayam ini umumnya diusahakan sebagai ayam dwiguna yaitu selain sebagai penghasil daging juga penghasil telur.
 - b. Ayam ras pedaging (broiler)
Adalah ayam yang berumur dibawah delapan minggu dimana bobot ayam tersebut berkisar antara 1,3 –2,0 kg dimana karakteristik dagingnya lembut (empuk dan gurih).
 - c. Ayam Cull
Adalah ayam yang berasal dari ayam petelur yang sudah afkir. Ciri-cirinya adalah kepala yang bersih, bulu-bulu yang kering dan rapi. Sebenarnya bukan ayam tipe pedaging, namun telah merosot produktifitas telurnya sehingga dijadikan ayam pedaging.
 - d. Itik
Adalah jenis unggas kedua penghasil daging sesudah ayam.
 - e. Ayam Organik

Komposisi Kandungan zat gizi pada daging ayam.

Menurut USDA, 100 g ayam mengandung air (65 g), energi (215 kkal), protein (18 g), lemak (15 g), lemak jenuh (4 g), kolesterol (75 mg), kalsium (11 mg), besi (0,9 mg), magnesium (20 mg), fosfor (147 mg), kalium (189 mg), natrium (70 mg), dan seng (1,3 mg). Di antara vitamin dalam daging ayam antara lain vitamin C, vitamin B1 (hiamin),

riboflavin, niacin, vitamin B6 (pyridoxamine), folat, vitamin B-12, vitamin A, vitamin E (tocopherol), vitamin D dan vitamin K.

(sumber internet sumber at: <http://www.tipscaramanfaat.com/kandungan-gizidan-manfaat-daging-ayam-bagi-kesehatan-1174.html#sthash.PLkG4YCH.dpuf>)

Cara memilih unggas

- a. Pada leher unggas masih terhat darah merah
- b. Aroma masih segar
- c. Bagian dubur unggas masih terlihat segar
- d. Bagian paha tidak keras dan tampak penuh berisi
- e. Kulit masih segar dan mengkilap
- f. Bersih dari bulu-bulu unggas yang halus
- g. Tidak ada warna kehitaman / memar dalam tubuh unggas

Sifat dan karakteristik unggas

- a. Bagian daging lebih banyak daripada bagian lain
- b. Tekstur daging lembut, serat daging halus
- c. Bagian dada tampak montok berisi
- d. Kulit halus tidak berbrindil
- e. Karkas utuh, tidak ada bercak darah mati atau bagian yang memar

Struktur daging unggas

Struktur daging unggas terbagi menjadi 2 yaitu:

- a. Daging yang berwarna terang (white/light meat) terdapat pada bagian dada unggas.

Karakteristik daging unggas yang berwarna terang adalah:

- Sedikit lemak
- Sedikit jaringan penghubung
- Cepat dalam pengolahan

- b. Daging yang berwarna gelap (dark meat).

Karakteristik daging unggas yang berwarna gelap adalah:

- Banyak lemak
- Banyak jaringan penghubung
- Lama dalam pengolahan

Cara menyiangi / menyiapkan

- Cuci bersih, lalu letakkan pada sebuah waskom agar air bekas cuciannya tidak menetes

- Potong sesuai kebutuhan
- Setelah dipotong, masukkan dalam waskom kemudian diwrapping dan masukkan kedalam almari pendingin atau chiller

Pengolahan ayam dapat dilakukan dengan berbagai teknik.

a. Boiling

Misalnya membuat kaldu (stock), semur ayam, opor ayam dsb Potong karkas kosongan 8 – 12 tergantung berat ayam kosongan Untuk mendapathasil kaldu yang bersih dan jernih, ebus ayam dengan air sampai mendidih, angkat ayam, buang airnya. Rebus kembali ayam dengan air dingin tambah kan mere poix dan bouqet garne rebus dengan api kecil sampai mendidih lebih kurang 45 menit, angkat dan saring. Kaldu dapat digunakan untuk basic continental sup atau soto ayam. Karkas ayam tadi masih bisa dipakai untuk isi soto ayam.

b. Roasting

Adalah ayam yang dibakar di dalam oven. Ayam yang digunakan bisa karkas kosong utuh atau dipotong- potong sesuai jenis masakan. Jika hendak membuat roasting chicken gunakan ayam utuh kosongan, tetapi jika hendak membuat Indonesian roasting sperti ayam bakar kecap, ayam bakar bumbu rujak dsb. Karkas ayam bisa dipotong 4, 6 atau 8 tergantung besarnya ayam.

c. Grilling

Adalah mengolah ayam dengan cara dipanaskan diatas bara api. Metode memotong unggas/ayam tergantung dengan jenis masakan. Membuat singgang ayam Potong winglet. Potong tulang belakang, dapat dilakukan dari dalam rongga badan maupun dari luar. Buka dan ratakan kedua belah bagian dada. Buat torehan kecil pada kulit perut seukuran lutut ayam. Masukkan ujung lutut kedalam torehan tadi sehingga paha melekat pada dada, dan aman ketika dimasak, contoh menu grilled chicken American, grilled chicken with devil sauce, singgang ayam dsb.

d. Sautéing Fricasse

Adalah metode memasak menggunakan teknik menumis dengan minyak sedikit metode memotong ungagas:

- Karkas kosongan, dibuang sayap kecil (winglet) dan kakinya
- Potong dan pisahkan tulang belakang dan bagian dada
- Pisahkan dada menjadi 2 melalui salah satu sisi tulang dada. Potong masing-masing belahan dada menjadi 2 sama berat sehingga terjadi 4 potong bagian

dada. Potong masing masing belahan paha menjadi 2 melalui persendian paha bagian atas (length) dan paha bagian bawah(drumstick).

Ciri-ciri ayam yang tidak layak.

b. Ayam tiren

Ayam bangkai (tiren) memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- warna kulit karkas terdapat bercak-bercak darah pada bagian
- kepala, leher, punggung, warna kulit karkas terdapat bercak-bercak darah
- konsistensi otot dada dan paha lembek
- keadaan serabut otot berwarna kemerahan
- keadaan pembuluh darah di daerah leher dan sayap penuh
- darah warna hati merah kehitaman
- bagian dalam karkas berwarna kemerahan

c. Ayam disuntik air

Ayam setelah dipotong atau disembelih, terlebih dahulu diberi suntikan yang berisi air atau udara maksudnya ini agar terlihat segar dan montok atau berisi ketika dipasarkan, dan harganya bisa naik sedikit, meski mereka sudah tidak menggunakan formalin sebagai pengawet.

Ciri-ciri ayam di suntik dengan air, diantaranya ketika daging ayam diangkat maka akan mengeluarkan tetesan air yang cukup deras, pori-pori kulit ayam terlihat lebih besar dari daging ayam normal serta warna daging terlihat putih pucat.

d. Daging Ayam berformalin

Formalin merupakan larutan komersial dengan konsentrasi 10-40% dari formaldehid. Bahan ini biasanya digunakan sebagai antiseptic, germisida, dan pengawet. Daging ayam berformalin memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- berwarna putih mengkilat
- konsistensi sangat kenyal
- permukaan kulit tegang
- bau khas formaline
- biasanya tidak dihindangi oleh lalat

Ayam Sehat & Tidak



2. Ikan (Fish) jenis kerang (Shell Fish) dan Special Seafood.

Ikan adalah anggota vertebrata poikilotermik yang beraneka ragam dengan jumlah spesies lebih dari 27.000 diseluruh dunia. Secara taksonomi ikan termasuk kelompok parafiletik: hidup di air, berdarah dingin. Ikan adalah sumber makanan yang penting. Hewan air lain, seperti moluska dan krustasea kadang dianggap pula sebagai ikan ketika digunakan sebagai sumber makanan. Hampir semua jenis ikan bernafas dengan insang, kecuali beberapa jenis tertentu yang bernafas menggunakan paru-paru. Jenis-jenis hasil perairan selainnya ikan adalah udang, kerang/tiram, kepiting, cumi-cumi dan rumput laut. Klasifikasi Ikan diklasifikasikan menjadi 3 bagian, yaitu:

a. Menurut Tempat Hidupnya

Menurut tempat hidupnya ikan dikelompokkan menjadi 2, yaitu:

- Ikan yang hidup di air tawar (Fresh Water Fish)
Contoh: Ikan gurame, Ikan mas, Ikan mujair, dll
- Ikan yang hidup di air laut (Sea Water Fish)
Contoh: Ikan Tuna, Ikan Marlin, Ikan Salmon, dll

b. Menurut Bentuk Tubuhnya

Menurut bentuknya ikan dikelompokkan menjadi 2, yaitu:

- Ikan yang berbentuk pipih (Flat Fish)
Contoh: Ikan Bawal Putih, Ikan Pari, Ikan Baronang, Turbot, Dover sole, dll
- Ikan yang berbentuk bulat (Round Fish)
Contoh: Ikan tenggiri, Ikan marlin, Ikan salmon dll

c. Menurut kandungan lemaknya ikan dikelompokkan menjadi 2, yaitu:

- Ikan berlemak rendah (kadar lemak kurang dari 2%). contohnya: kerang (clam), cod, lobster, scallop, bekasang, bawal, gabus dan mullet

- Ikan berlemak sedang/medium (kadar lemak 2-5%) Contohnya; ikan mas, rajungan (crab), carp, udang dan ikan ekor kuning
- Ikan berlemak tinggi (kadar lemak 6 -20%) Contohnya; ikan herring, mackerel, salmon, sardine, tuna, tawes, sepat, tembang dan belut.

Cara memilih ikan

- Pilihlah ikan yang masih berbau segar
- Matanya jernih
- Pilihlah ikan yang bila ditekan dagingnya bingkas
- Insangnya berwarna merah segar
- Sisiknya masih menempel kuat pada kulitnya

Sifat dan karakteristik ikan

- Ikan mudah rusak tingkat kesegarannya bila tidak didinginkan dalam almari pendingin atau diprafir dengan serutan es
- Bila dimasak daging ikan lebih cepat masak
- Jika sudah tidak segar daging ikan mudah dikenali dari fisiknya secara keseluruhan sudah kaku atau mengeras
- Daging ikan mayoritas cenderung sangat lembut dan mudah rusak

Cara menyiangi / menyiapkan ikan

- Bersihkan sisik, insang dan isi perutnya
- Cuci bersih
- Potong-potong atau di fillet sesuai dengan keperluan
- Lumuri dengan air jeruk untuk menghilangkan bau amis
- Bumbui sesuai dengan resep
- Jangan terlalu banyak menggunakan garam, karena setiap jenis binatang laut sudah mempunyai rasa gurih yang alami



Ciri Ciri Ikan Segar & Ikan Busuk

 Insang ikan segar : a. Merah b. Berbau segar c. Tertutup lendir bening	 Insang ikan busuk : a. Cilikat/Kolabu b. Berbau asam c. Tertutup lendir keruh	 Dinding perut ikan segar : a. Utuh b. Elastis	 Dinding perut ikan busuk : a. Menggelembung b. Pecah c. Isi perut keluar d. Lembek
 Daging ikan segar : a. Warna sesuai ikan b. Padat/kenyal c. Bila ditekan bekasnya segera hilang	 Daging ikan busuk : a. Kemerahan b. Bila ditekan bekasnya tidak hilang	 Mata ikan segar : a. Cerah b. Bening c. Cembung d. Menonjol	 Mata ikan busuk : a. Pudar b. Berkerut c. Cekung d. Tenggelam
 Warna ikan segar : a. Terang b. Lendir bening	 Warna ikan busuk : a. Pudar b. Lendir kelabu		

Kerang (shell fish) adalah binatang laut yang mempunyai cangkang atau berkulit keras dan ada pula yang berkulit lunak.

Cara memilih shell fish

- a. Pilihlah kerang yang masih berbau segar
- b. Pilih yang masih hidup
- c. Pilihlah shell fish yang tempurung atau kulit kerasnya bersih
- d. Tidak ada cairan yang keluar dari dalam tempurungnya
- e. Tidak ada perubahan warna pada bagian tubuh shell fish
- f. Tidak ada bagian-bagian yang rusak

Sifat dan karakteristik shell fish

- a. Memiliki kulit atau tempurung yang keras dan kulit yang lunak
- b. Memiliki aroma yang segar air laut
- c. Bila dimasak akan terlihat lebih kecil karena dagingnya berkerut
- d. Bila dimasak ada sebagian shell fish yang berubah warnanya menjadi merah, seperti: udang, lobster dan kerang hijau

Cara menyiangi / menyiapkan shell fish

- a. Bersihkan tempurungnya / kulitnya sesuai keperluan
- b. Cuci bersih
- c. Karena mudah rusak maka setelah dibersihkan segeralah simpan pada lemari pendingin
- d. Bila ingin diolah dapat dengan atau tanpa tempurung / kulitnya
- e. Bumbui sesuai dengan resep
- f. Jangan terlalu banyak menggunakan garam, karena setiap jenis binatang laut sudah mempunyai rasa gurih yang alami

Special Seafood adalah binatang laut yang mempunyai kekhususan pada tubuhnya karena tidak memiliki tempurung dan kulit lunak, seperti gurita, cumi-cumi, ubur-ubur, sotong dan lintah laut (sea cucumber).

Cara memilih special seafood

- a. Pilihlah special seafood yang masih berbau segar
- b. Tidak ada bagian-bagian yang rusak
- c. Pilihlah daging special seafood yang masih kenyal / elastis
- d. Pilihlah yang masih ada cairan lendirnya

Sifat dan karakteristik special seafood

- a. Cumi-cumi mempunyai tinta yang berwarna hitam berbau amis segar yang dapat digunakan untuk membuat ink squid pasta
- b. Cumi-cumi dan sotong mempunyai tulang lunak seperti plastik didalam tubuhnya
- c. Gurita mempunyai lubang-lubang pada setiap belalainya seperti mulut untuk menghisap dan bersifat lengket
- d. Gurita mempunyai kepala yang bulat dan besar
- e. Bila dimasak akan terlihat lebih kecil karena dagingnya berkerut

Cara menyiangi / menyiapkan special seafood

- f. Cumi-cumi dan sotong dibersihkan kulit arinya yang berwarna ungu kemerahan, sampai mendapatkan daging yang berwarna putih
- g. Cuci bersih bagian dalam rongganya dan keluarkan tulang lunak dari dalam tubuhnya
- h. Cumi-cumi dan sotong jangan dimasak terlalu lama, karena akan menyebabkan dagingnya menjadi alot / keras
- i. Gurita sebelum diolah menjadi hidangan sebaiknya direbus dengan air yang sudah mendidih, baru dimasukkan guritanya.
- j. Gurita dipotong-potong sesuai dengan kebutuhan resep standar
- k. Lintah laut (sea cucumber) karena banyak mengandung lendir dibandingkan gurita, maka juga sebelum diolah menjadi hidangan sebaiknya direbus dengan air yang sudah mendidih, baru dimasukkan sea cucumber nya
- l. Karena mudah rusak maka setelah diprepare segeralah simpan pada almari pendingi / refrigerator.
- m. Bumbui sesuai dengan resep i) Jangan terlalu banyak menggunakan garam, karena setiap jenis binatang laut sudah mempunyai rasa gurih yang alami

3. Daging (Meat).

Daging asap adalah serat-serat otot tubuh hewan potong berkaki empat yang dapat dimakan, seperti; daging anak sapi, daging sapi daging domba, dan daging babi untuk sebagian orang. Di dalam ilmu pengetahuan bahan pengertian daging dibedakan dengan karkas. Daging adalah bagian yang sudah tidak mengandung tulang, sedangkan karkas berupa daging yang belum dipisahkan dari tulang atau kerangkanya (Astawan, 2007).

Kualitas karkas dan daging

Kualitas karkas dan daging dipengaruhi oleh faktor sebelum dan sesudah pemotongan. Faktor sebelum pemotongan yang dapat mempengaruhi kualitas daging antara lain

adalah genetik, spesies, bangsa, tipe ternak, jenis kelamin, umur, pakan termasuk bahan aditif (hormon, antibiotik dan mineral). Faktor setelah pemotongan yang mempengaruhi kualitas daging antara lain meliputi metode pelayuan, stimulasi listrik, metode pemasakan, pH karkas dan daging, bahan tambahan termasuk enzim pengempuk daging, hormon dan antibiotika, lemak intramuskular atau marbling, metode penyimpanan dan preservasi, macam otot daging dan lokasi otot daging (Abustam, 2009).

Ciri-ciri daging yang baik diantaranya:

- a. Daging mempunyai warna yang segar, tidak pucat atau (terkadang ada pula) yang tampak agak mengkilat
- b. Keadaan tekstur dagingnya masih kenyal, tidak kaku. Apabila dipegang, tidak lekat di tangan dan masih terasa agak lembab.
- c. Sebaiknya tidak mengambil daging yang berwarna ungu kebirubiruan, apalagi kehitam-hitaman. Daging yang berwarna seperti itu menunjukkan daging yang sudah rusak.
- d. Walaupun warna dagingnya masih merah, tetapi kalau dipegang terasa berlendir menunjukkan daging tersebut sudah rusak, hal tersebut itu tandanya daging sudah busuk
- e. Aroma daging yang masih baik tidak berbau basi, tidak berbau asam, dan tidak berbau busuk

Ternak rata-rata menghasilkan karkas (bagian badan hewan) 55%, macam-macam hasil sampingan 9%, kulit 6% dan bahan lainnya 30%. Nama-nama bagian karkas:

- a. Sapi dewasa, yaitu: round, sirloin, short loin, flank, rib, brisket, cross cut chuck, chuck dan foreshank.
- b. Sapi muda, bagian karkasnya: long leg, flank, short loin, rack, reast, square cut, chuck dan shank.

Komposisi daging terdiri dari:

- a. Air 75 %
- b. Protein 20 %
- c. Lemak 5 %

Komposisi Nutrisi daging sapi

Daging sapi adalah bahan makanan hewani yang biasa dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Daging Sapi mengandung energi sebesar 207 kilokalori, protein 18,8 gram,

karbohidrat 0 gram, lemak 14 gram, kalsium 11 miligram, fosfor 170 miligram, dan zat besi 3 miligram. Selain itu di dalam Daging Sapi juga terkandung vitamin A sebanyak 30 IU, vitamin B1 0,08 miligram dan vitamin C 0 miligram. Hasil tersebut didapat dari melakukan penelitian terhadap 100-gram daging sapi, dengan jumlah yang dapat dimakan sebanyak 100% (Sumber Informasi Gizi: Berbagai publikasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia serta sumber lainnya. <http://keju.blogspot.com/1970/01/kandungan-gizi>).

Struktur daging terdiri dari jaringan otot, lemak, tulang, zat ekstraktif dan jaringan ikat.

a. Jaringan otot (serat)

Merupakan serat otot dari hewan tersebut, berbentuk panjang dan merupakan komponen protein yaitu Actin dan Myosin. Kumpulan serat otot terbungkus dalam selimut tipis yang disebut dengan jaringan ikat bersama-sama dengan pembuluh darah, lemak dan syaraf terikat dengan selaput keras yang membentuk otot yang fungsinya untuk merekatkan otot pada tulang dan sendi (menghubungkan gabungan tulang dan tulang rawan). Jaringan ini mengandung dua protein yaitu Kolagen (berwarna putih) dan Elastin (berwarna kuning). Kolagen biasanya terdapat pada jaringan disekeliling otot dan dalam tendon, elastis ditemukan dalam jaringan yang kuning dari sendi dan tulang rawan.

b. Lemak

Lemak yang terdapat diantara serat otot disebut Marbling. Disamping itu lemak juga tersimpan dibawah kulit, disekeliling daging dan organ dalam, contoh pada ginjal, tulang yang berasal dari hewan muda yang bertekstur lemak dan lentur, mengandung tulang rawan dan sum-sum yang menyebabkan tulang berwarna kemerahan. Bila usia hewan bertambah maka warna tulang akan menjadi putih dan keras serta mudah patah, mengandung sedikit tulang sum-sum dan sumsum tulang diganti dengan sum-sum putih.

c. Ekstraktif

Adalah bahan yang ditemukan dalam daging yang dapat memberi rasa pada daging dan biasanya terdapat pada daging kurus sebanyak 1-2 % kandungannya berbanding langsung pada jumlah jaringan ikat. Potongan daging dan jaringan ikatnya tinggi maka zat ekstraktifnya tinggi dan flavournya juga tinggi, ekstraktif pada umumnya larut dalam air sehingga dapat digunakan sebagai pelumas daging dalam pengolahan makanan.

Cara memilih daging

- Pilihlah daging yang berbau segar
- Pilihlah daging yang warnanya masih cerah sesuai dengan jenis dagingnya spt; daging anak sapi (veal), daging sapi dewasa (beef), daging kambing (lamb)
- Pilihlah daging yang tidak banyak mengandung lemak
- Pilihlah daging yang berserat lembut dan lembab

Sifat dan karakteristik daging

- Mudah rusak karena bakteri, makan jangan dibiarkan lama pada suhu ruang
- Memiliki aroma yang segar
- Mempunyai rasa yang manis bila dimakan dalam keadaan mental atau setengah matang
- Mudah rusak pada proses pengolahan

Cara menyiangi / menyiapkan daging

- Keringkan daging dengan cara mengelap dengan peper towel
- Bersihkan lemak pada daging
- Potong-potong sesuai standar resep
- Segera simpan pada chiller untuk mempertahankan kesegaran daging
- Bila ingin disimpan lama sebaiknya masukkan dalam plastik dan divacum



4. Telur (eggs)

Telur adalah sumber protein hewani yang berasal dari unggas dan umumnya dapat dikonsumsi oleh manusia, seperti; telur ayam, telur bebek, dan telur puyuh.

Komposisi telur:

- Kulit (shell Egg) 12 %
- Putih telur (white egg) 58 %
- Kuning telur (Egg yolk) 30 %

Kandungan nutrisi:

- Air 73-74 %
- Protein 12-14 %
- Lemak 10-13 %
- Mineral 1-1,2 %

Standard Kualitas Telur

- Grade AA: Kuning telur masih dalam keadaan utuh dan putih telur agak mengental
- Grade A: Kuning telur masih dalam keadaan utuh dan putih telur melebar pada saat dipecahkan
- Grade B: Kuning telur masih dalam keadaan utuh tetapi melebar pada saat dipecahkan, begitu pula dengan putihnya melebar dan mencair.

Cara memilih telur

- Pilihlah telur yang bentuk dan warnanya seragam
- Diterawang, dikocok atau dimasukkan kedalam air
- Pilihlah telur yang kulitnya bersih
- Pilihlah yang kulitnya tebal

Sifat dan karakteristik telur

- Rentan terhadap benturan
- Bentuknya oval
- Warna kulitnya coklat agak pink
- Berbau amis
- Permukaan kulitnya agak kasar
- Kuning dan putihnya masih sangat kental

Cara menyiangi / menyiapkan telur

- Bersihkan kulitnya (shell egg)
- Karena sangat disukai salmonella maka segera gunakan bila sudah dipecahkan dari kulitnya
- Setelah dipecahkan bila kuningnya akan disimpan maka beri minyak sedikit agar tekstur kuning telur tetap dalam keadaan lembab

C. Bahan Makanan Hasil Olahan

1. Sosis (Sausages)

Sosis adalah bahan makanan yang berbentuk bulat panjang terbuat dari daging sapi, daging anak sapi, daging ayam dan daging babi.

Cara memilih sosis

- Pilihlah sosis yang tidak banyak mengandung MSG dan pengawet
- Pilihlah produk sosis yang lebelkan halal
- Pilihlah sosis yang tidak banyak mengandung pewarna
- Pilihlah sosis yang lapisan kulitnya dapat dimakan dan terbuat dari jelly

Sifat dan karakteristik sosis

- Berbentuk silinder polos
- Padat dan kenyal
- Adapula yang tidak padat dan tidak kenyal, yaitu jenis fresh sosis

Cara menyiangi / menyiapkan sosis

- Langsung gunakan tanpa dicuci terlebih dahulu
- Kupas lapisan kulitnya bila dalam kemasan tertulis instruksi kupas kulit
- Potong sesuai selera atau standar resep

2. Daging asap (smoke beef).

Cara memilih daging asap

- Pilihlah daging asap yang tidak banyak mengandung MSG dan pengawet
- Pilihlah produk daging asap yang lebelkan halal
- Pilihlah daging asap yang masih utuh daging tanpa proses giling terlebih dahulu

Sifat dan karakteristik daging asap

- Daging masih berbentuk utuh
- Padat dan lentur
- Berwarna merah segar

Cara menyiangi / menyiapkan daging asap

- Langsung gunakan tanpa dicuci terlebih dahulu
- Potong sesuai selera atau standar resep

3. Ikan asap (smoked fish).

Cara memilih ikan asap

- Pilihlah ikan asap yang tidak tampak putih seperti jamur
- Pilihlah ikan asap yang masih utuh daging tanpa proses giling terlebih dahulu

Sifat dan karakteristik ikan asap

- Daging masih berbentuk utuh
- Padat dan tidak mudah hancur
- Berwarna kecoklatan

Cara menyangi / menyiapkan ikan asap

- Langsung gunakan tanpa dicuci terlebih dahulu
- Potong sesuai selera atau standar resep

Rangkuman.

Seorang juru masak sangat perlu mengetahui jenis-jenis bahan makanan termasuk kualitas, sifat bahan, daya simpan dan kegunaan bahan-bahan tersebut. Kualitas dari makanan yang diolah sangat tergantung dari kualitas bahan makanan yang digunakan. Disamping jenis bahan makanan, perlu juga diketahui daya simpan bahan tersebut baik di dalam ruang pendingin, maupun ruang pembeku, karena masing-masing bahan memiliki daya simpan yang berbeda-beda. Bahan makanan nabati adalah bahan makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan yang banyak mengandung protein, lemak, vitamin, mineral garam dan karbohidrat. Bahan makanan hewani adalah bahan makanan yang berasal dari hewan yang pada umumnya dimakan sebagai bahan makanan yang banyak mengandung protein tinggi yang sangat dibutuhkan oleh manusia dan juga sangat disenangi oleh bakteri. Bahan makanan ini tergolong bahan makanan yang cepat rusak, dengan demikian bahan makanan hewani ini memerlukan penanganan yang seksama mulai saat pembelian, pasca olah sampai pengolahan.

Latihan

Lengkapilah tabel klasifikasi bahan makan berdasarkan jenisnya.

Klasifikasi	Jenis	Cara memilih
Bahan Makanan Nabati	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	

	...	
	...	
Bahan Makanan Hewani	1 2 3 4 5 6 7	
Bahan Makanan Hasil Olahan	1 2 3 4 5 6 7	

Tes Formatif

1. Komposisi daging terdiri dari:
 - a. Air 75 %
 - b. Protein 20%
 - c. Lemak 5%
 - d. Semua benar
 - e. Jawaban a dan b benar

2. Di bawah ini adalah sifat dan karakteristik ikan, kecuali:
- a. Mudah rusak tingkat kesegarannya bila tidak didinginkan dalam almari pendingin atau diprafir dengan serutan es
 - b. Bila dimasak daging lebih cepat masak
 - c. Jika sudah tidak segar dagingnya mudah dikenali dari fisiknya secara keseluruhan sudah kaku atau mengeras
 - d. Daging mayoritas cenderung sangat lembut dan mudah rusak
 - e. Semua jawaban salah
3. Sifat dan karakteristik unggas
- a. Bagian daging lebih banyak daripada bagian lain
 - b. Tekstur daging lembut, serat daging halus
 - c. Bagian dada tampak montok berisi
 - d. Kulit halus tidak berbrindil
 - e. Semua salah

Referensi

Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. Pengetahuan Penanganan Bahan Makanan dan Permasalahannya. Bahan Ajar.

BAB VI

POTONGAN BAHAN MAKAN

A. Pengertian Potongan Bahan Makanan

Potongan bahan makanan dilakukan untuk mempersiapkan proses pengolahan makanan ataupun hanya sebagai garnis 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:

1. Membersihkan sayur dari kotoran yang menempel.
2. Mempertahankan zat vitamin yang terdapat dalam sayur agar tidak terlalu banyak larut saat pengolahan.
3. Berupaya mencegah kerusakan pada sayuran.
4. Mempersiapkan sayuran sebelum diolah sesuai dengan jenis menu yang akan dimasak.
5. Memotong atau menyiapkan sayuran dengan teknik dan cara menyimpan yang benar.
6. Kupas dan potong buah atau sayur sedekat mungkin dengan waktu memasak untuk mencegah pengeringan dan kehilangan vitamin.
7. Kupas setipis mungkin karena banyak nutrisi yang berada dibawah kulit
8. Potong dalam ukuran yang sama.
9. Jaga sayuran atau buah yang dapat berubah menjadi coklat dalam air.

B. Jenis-Jenis Potongan Bahan Makanan

Potongan makanan dibagi atas dua jenis yaitu potongan jenis makanan nabati dan potongan jenis hewani. Adapun klasifikasi potongan bahan makanan nabati yaitu:

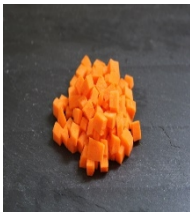
- 1) Potongan kasar: Potongan yang kasar dan tidak beraturan. Potongan ini tidak digunakan dalam penyajian hidangan tetapi digunakan untuk memberi rasa, warna pada stock, soup, sauce, kemudian disaring dan potongan tadi dibuang (Mire Poix).
- 2) Potongan khusus: Suatu potongan yang dipotong secara khusus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

1. Sayuran

Dalam pengolahan makanan yang dimaksud dengan sayuran (vegetables) adalah semua jenis tanaman kebun yang dapat dimakan, baik yang diambil dari bagian akar, batang, maupun daun. Beberapa jenis sayuran dapat dimakan langsung dalam keadaan mentah dan beberapa jenis lainnya dimakan setelah dimasak. 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:

NO	Nama Potongan	Penjelasan	Jenis Sayuran	Fungsi
1	 Jardiniere	Potongan sayuran berbentuk balok ukuran 3 x 1 x 1 cm.	Wortel Lobak Labu siam Buncis Kentang Buncis	Pelengkap hidangan kontinental.
2	 Macedoine/ cube	Potongan sayuran berbentuk kubus ukuran 1 x 1 x 1 cm.	Wortel Lobak Buncis Kentang	Untuk hidangan sambal goreng hati.
3	 Julienne	Potongan sayuran berbentuk batang korek api ukuran 3-4 cm atau 30-40 x 2 x 2 mm	Wortel Lobak Labu siam Rebung Kentang.	Untuk acar, julienne soup dan salad.
4	 Brunoise	Potongan sayuran turunan dari julienne, berbentuk kubus kecil ukuran 2 x 2 x 2 mm.	Wortel Kentang	Untuk isi pastel dan isi resoles.
5	 Paysanne	Potongan sayuran berbentuk bujur sangkar ukuran 10 x 10 x 2 mm.	Wortel Labu siam Kentang.	Pelengkap garnish.

6	 Chopped	Potongan sayuran yang berbentuk cacahan kecil/besar yang tidak beraturan.	Seledri Bombay Bawang Petersely	Sebagai bumbu, hiasan.
7	 Chiffonade	Potongan sayuran yang dipotong/diiris setebal 1-2 mm memanjang.	Kol Daun selada	Pelengkap kuah bakso, garnish, underliner pada salad, shrimp cocktail.
8	 Vichy Carrot	Potongan menurut bentuk dengan ketebalan 2 mm, biasa digunakan untuk wortel.	Wortel	Pelengkap main course dan isi soup.
9	 Barrel	Potongan sayuran berbentuk seperti tong segi 8 dengan ukuran panjang 3-5 cm.	Wortel Lobak Labu siam Kentang	Sebagai pelengkap dalam hidangan. Misal: cocole carrot.
10	 Turning	Potongan sayuran yang berbentuk seperti tong segi 5 dengan panjang 3-4 cm.	Wortel Kentang Lobak.	Sebagai pelengkap main course.
11	 Allumette	Potongan sayuran tipis dengan ukuran 4-5 x 0,5 x 0,5 cm.	Wortel Lobak Labu siam Buncis Kentang	Pelengkap hidangan kontinental.

12	 Mire Poix	Potongan sayuran yang tidak beraturan.	Wortel Bombay Batang seledri	Untuk bumbu dalam pembuatan stock/kaldu.
14	Bouquet Garni 	Ikatan bumbu yang terdiri dari batang sledri, lada butir, bay leaf, thyme, bawang pre.		Untuk penyedap dalam pembuatan kaldu.

Potongan Kentang

Kentang merupakan salah satu makanan pokok di dunia. Komposisi kentang yaitu : 80% mengandung air, 18% zat tepung (starch), 2% protein, dan gula (sugar) sehingga cepat mengenyangkan perut, mudah dicerna dibandingkan dengan roti karena mengandung karbohidrat yang lebih sedikit. Disamping itu kentang juga mengandung vitamin C, thyamin, dan nicotine acid.

NO	Nama Potongan	Ukuran	Fungsi
1	Pommes Frites/ French Fried Potatoes 	Potongan kentang berbentuk balok, tebal 1 x1 x 6 cm	Kentang yang digoreng untuk pelengkap main course.
2	Pommes Paille/ Straw Potatoes 	Potongan kentang dengan irisan berbentuk jerami atau yang dipotong julienne. Dipotong sepanjang 5-6 cm	Untuk pelengkap main course.
3	Pommes Pont-Neuf / Potatoes Pont – Neuf 	Kentang dengan bentuk balok, tebal 1.5 cm dan dengan panjang 5-6 cm.	Untuk pelengkap main course.

4	Pommes Allumattes 	Kentang yang dipotong seperti korek api, dengan ukuran $\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} \times 5$ cm.	Digunakan untuk melengkapi main course.
5	Pommes Parmentiere 	Potongan kentang yang berbentuk kubus dengan $1.5 \times 1.5 \times 1.5$ cm.	Untuk masakan sambal goreng hati.
6	Pommes Chips/ Potatoes Chip 	Kentang yang diiris berbentuk bulat tipis (1 mm).	Untuk makanan ringan/snack, sebagai pendamping main course.
7	Pommes Gaufrettes/ Waffle Potatoes 	Wafel kentang. Dipotong dengan tebal $\frac{1}{2}$ cm (parutan khusus).	Pelengkap main course.
8	Pommes Olivettes 	Kentang dengan bentuk lonjong. Dipotong memanjang dengan bentuk olive sepanjang 5 cm	pelengkap main course yang dalam penyajiannya ditaburi cincangan parsley/seledri.
9	Pommes Chateau / Potatoes Chattece Style 	Seperti oval, diameter 1.5 cm tinggi 5 cm.	Pelengkap main course yang dalam penyajiannya ditaburi cincangan parsley/seledri.
10	Pommes Cocotte 	Potongan kentang dengan bentuk barrel yang berukuran panjang 3 cm.	Digunakan sebagai pelengkap main course yang dalam penyajiannya ditaburi dengan cincangan parsley.

11	Pommes Parisiene/ Potatoes Parissiene Style 	Potongan kentang dengan irisan berbentuk kelereng besar dengan menggunakan parisienne cutter.	Untuk pelengkap main course/isi soup.
12	Pommes Noisettes/ Nut Potatoes 	Potongan kentang dengan irisan berbentuk kelereng kecil (dengan menggunakan mould).	Digunakan untuk pelengkap main course atau isi soup.
13	Pommes Wedges 	Potongan kentang yang di potong segitiga.	Pelengkap main course.
14	Pommes Anna 	potongan slice setebal 2-3 mm yang disusun melingkar.	Untuk hidangan appetizer

2. Daging

Potongan pada bagian yang berbeda akan memiliki keempukan yang berbeda pula. Contoh antara jenis otot, jumlah jaringan ikat dalam otot yang lebih banyak digerakkan selama ternak masih hidup seperti otot paha dan kaki (*Pectoralis profundus*) memiliki tekstur yang lebih kasar, sedangkan otot yang kurang digerakkan seperti otot *Semitendinosus* dan *Longissimus dorsi* yang terletak dibagian punggung seperti potongan sirloin, fillet, cube roll dan top side memiliki tekstur yang lebih halus. Otot yang teksturnya kasar akan kurang empuk dibandingkan dengan otot yang teksturnya halus (Aberley et al, 2001).

Bermacam-macam jenis bagian pemotongan daging sapi, yang biasanya dibagi untuk cara pengolahannya. Yang paling umum dikenal, misalnya sebagai contoh; daging sapi has dalam (tenderloin), has luar (sirloin), T bone (dua jenis potongan yang dipisahkan oleh tulang berbentuk T), dan chuck (paha depan), dikenal di USA dan Eropa sebagai bahan untuk hidangan steak. Tenderloin adalah bagian yang paling mahal dan merupakan favorit dari para pecinta steak, karena memiliki tekstur paling lunak diantara semua jenis pemotongan lainnya. Sementara itu jika di Indonesia, bagian Chuck (daging sapi paha

depan bagian atas) adalah dianggap yang paling bagus untuk membuat bakso, sementara itu potongan tenderloin dan sirloin, dianggap bagus untuk masakan berkuah kental seperti rendang.

Macam-macam potongan/karkas daging sapi:

a. Tenderloin (Has dalam).

Adalah pemotongan daging sapi yang berasal dari otot utama sekitar pinggang sapi, atau sekitar bahu dan tulang panggul. Tenderloin merupakan bagian yang paling lunak, karena otot-otot di daerah tubuh ini jarang dipergunakan untuk beraktivitas. Jenis ini adalah yang termasuk paling mahal, banyak dimanfaatkan untuk membuat steak karena lebih cepat masak.

b. Sirloin (Has Luar)

Adalah pemotongan daging sapi yang diperoleh dari bagian iga, yang juga banyak diolah sebagai steak. Walaupun masuk dalam kelas daging steak dibawah has dalam, namun sirloin ini sangat banyak diminati penggemar steak.

c. Chuck (Daging sapi paha depan)

Adalah bagian pemotongan daging sapi yang diambil dari bagian atasnya paha depan. Paling cocok jenis potongan ini adalah untuk membuat bakso, karena lebih liat dan kenyal.

d. Strip/rip (Iga Sapi)

Ini adalah pemotongan daging sapi yang diambil dari sekitar tulang iga/tulang rusuk sapi. jenis ini juga termasuk sebagai bahan steak yang di sajikan dengan sebutan Steak Ribeye, bisa disertakan juga bagian tulang atau tanpa tulang. Kalau di Indonesia, biasanya dimasak sebagai bahan dasar makanan khas Makassar, atau sup konro.

e. T-Bone

Jenis pemotongan daging sapi yang disebut T-bone juga biasa disajikan sebagai steak. Hal ini adalah potongan daging sapi yang terdiri dari tenderloin dan sedikit bagian strip yang dipisahkan oleh tulang yang berbentuk seperti huruf T.

f. Rump (tanjung)

Potongan daging sapi yang berasal dari daerah punggung bagian belakang. Umumnya jenis daging sapi yang satu ini dihidangkan setelah dipanggang.

g. Lamosir

Merupakan jenis daging sapi yang lunak, dan dinamakan lamosir karena didalamnya terdapat butir-butir lemak. Daging jenis pemotongan ini bisa diolah dengan

dipanggang oven, bakar, atau grill. Masakan khas Batam sup Lamosir, menggunakan daging jenis ini.

h. Brisket (Sandung lamur)

Potongan ini diambil dari bagian dada bagian bawah disekitar ketiak sapi. Umumnya bagian ini agak berlemak, dan biasanya digunakan untuk masakan khas Padang.

i. Shank (Sengkel/skengkel)

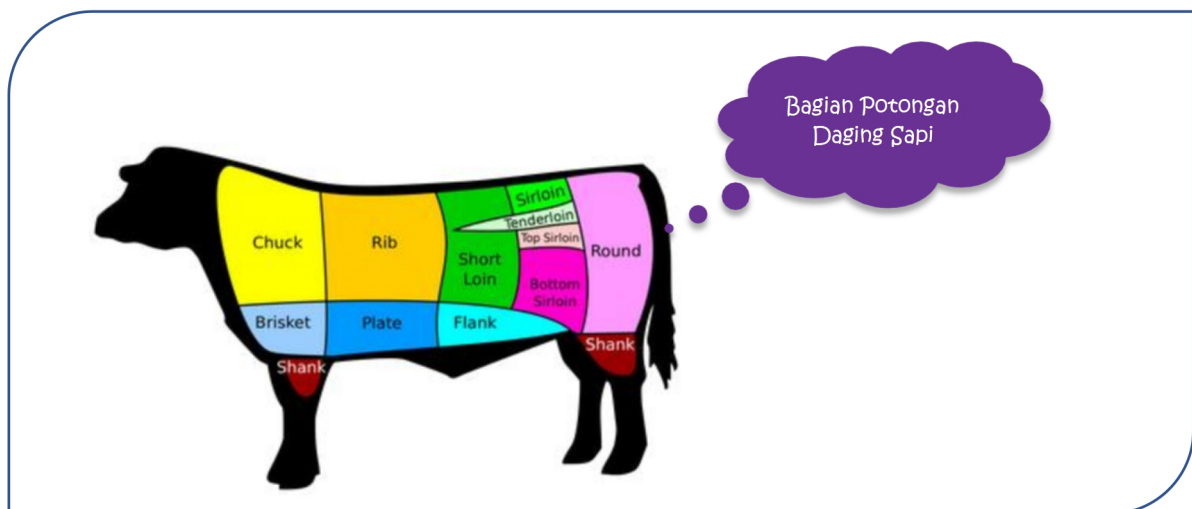
Diambil dari kaki bagian depan atas dari sapi, yang umumnya digunakan untuk menghasilkan kaldu, misalnya sebagai bahan dasar sup, soto dan bakso urat.

j. Knuckle

Adalah bagian pemotongan daging sapi yang diambil dari bagian atas paha belakang sapi, yang berada di antara penutup dan gandik. Hidangan masakan yang menggunakan bahan jenis daging ini adalah casserole dan panggang.

k. Ekor sapi

Seringkali disebut buntut (ekor dalam bhs Jawa), adalah bagian ekor sapi yang biasanya disajikan sebagai sup buntut yang terkenal itu.



3. Unggas

Macam-macam potongan unggas.

a. Roasting dan Boilling.

Caranya:

- Singeing, membakar bulu-bulu halus yang masih tersisa.
- Potong winglet dan bagian kaki kira-kira 1 cm di bawah lutut.
- Potong tulang leher dan tinggalkan jela berkulit leher kira-kira 3 cm dari pangkal leher.

- Baringkan ayam pada cutting board dan patahkan persendian paha dan punggung dengan jalan menekan pelan-pelan.
- Tusukkan jarum dan benang melalui kaki-kaki sayap jelaber dan pangkal leher sayap.
- Letakkan ayam dengan punggung menghadap ke bawah pada cutting board, tekan kaki ke depan sehingga dada ayam tampak jelas, kemudian ikatkan kedua ujung benang kuat-kuat.

Contoh menu : Roast Chicken Grand Mere dan Roast Chicken with Gravy.

b. Grilling.

Caranya:

- Singeing.
- Potong winglet dan kaki.
- Potong tulang belakang, dapat dilakukan dari dalam rongga badan maupun dari luar .
- Buka dan ratakan kedua belah bagian dada.
- Buat torehan kecil pada kulit perut seukuran lutut ayam.
- Masukkan ujung lutut ke dalam torehan tadi sehingga paha melekat pada dada, dan aman ketika dimasak.

Contoh menu: Grilled Chicken American Style dan Grilled Chicken Devil Sauce.

c. Sauteing Frecassee

Caranya:

- Singeing.
- Potong winglet dan kaki.
- Potong dan pisahkan dari badan melalui sela paha dan badan.
- Potong dan pisahkan tulang belakang dan bagian dada.
- Pisahkan dada menjadi dua melalui salah satu sisi tulang dada.
- Potong masing-masing belahan dada menjadi dua sama berat sehingga akhirnya terbagi empat potong daging bagian dada.
- Potong masing-masing belahan paha menjadi dua melalui persendian paha menjadi paha bagian atas (leght) dan paha bagian bawah (drumstick).

Contoh menu Sauted: Chicken Chasseur, Ayam Goreng Manis, dan Opor Ayam

d. Supreme

Caranya:

- Singeing.
- Potong dan pisahkan kaki serta badan melalui sela paha dan badan.
- Kuliti bagian dada.
- Keluarkan tulang cangkang (wish bone).
- Potong winglet dan kuliti sayap yang tersisa dari bahan.
- Potong dan pisahkan bagian dada dari tulang dada. Contoh menu :Supreme of Chicken

e. Stewing

Caranya:

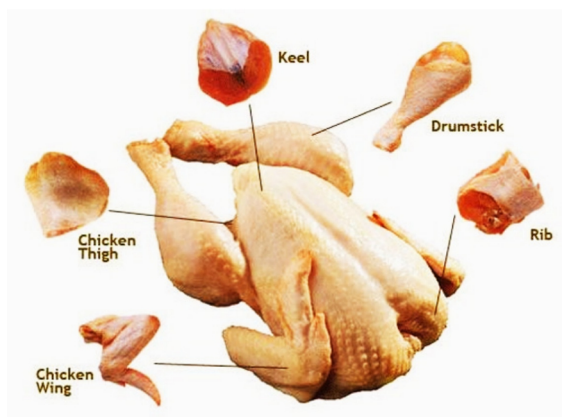
- Potong carcass menjadi 12 potong
- Pisahkan dua sayap dari tubuhnya , potong paha, persendian kaki , potong menyilang karkas dari tulang dada sepanjang tulang rusuk
- Pisahkan dada dari tulangnya

f. Fillet

- Potong dada menjadi 2 bagian
- Pisahkan daging dari tulang

Nama dari bagian potongan ayam atau unggas yaitu:

- Wing
- Thigh
- Kel
- Drumstick
- Rib

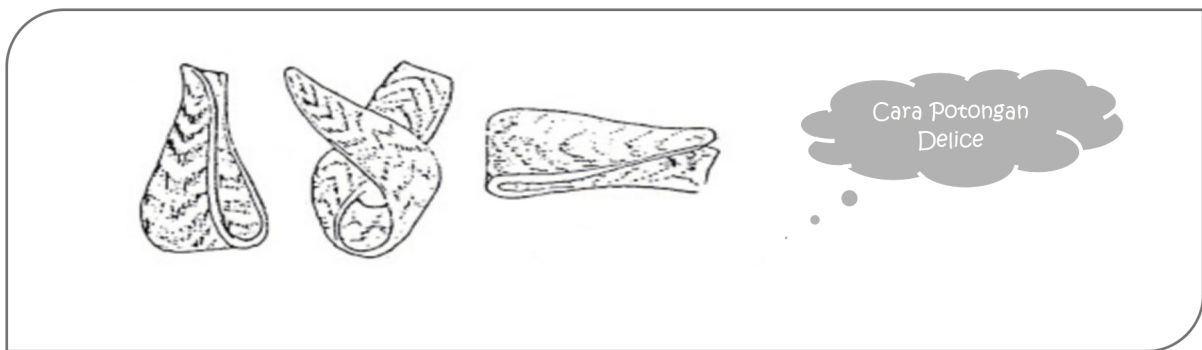


Nama Bagian
Potongan
Unggas/Ayam

4. Ikan

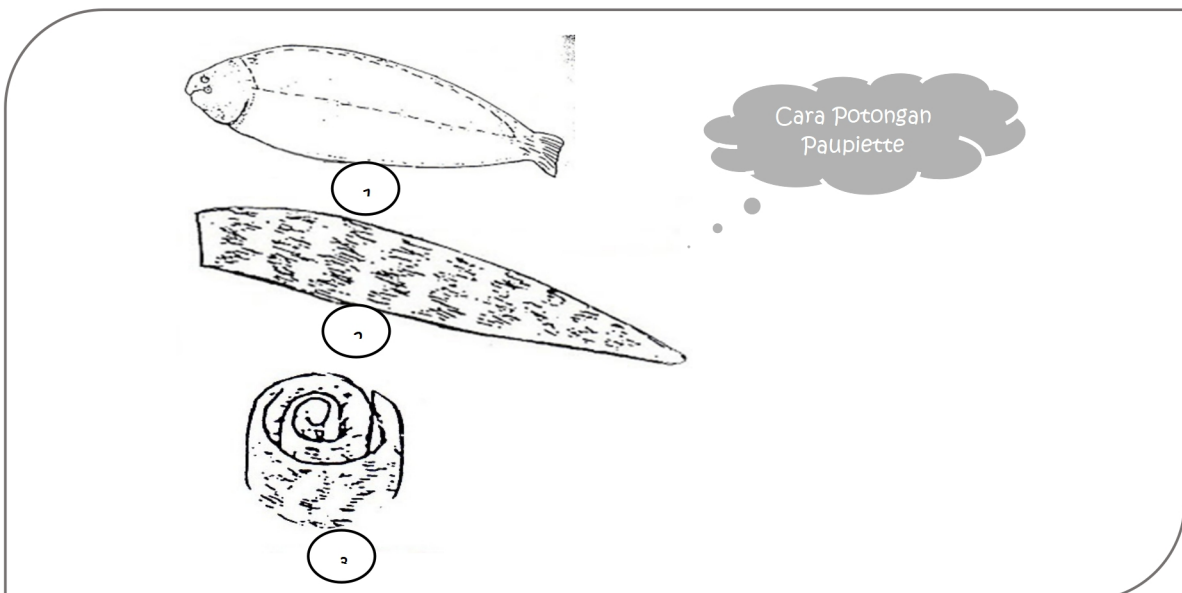
a. Delice

Potongan delice adalah potongan fillet utuh panjang, kemudian disimpul menjadi bulatan atau dilipat. Langkah-langkah: 1) fillet flat fish. 2) bagi menjadi dua bagian, dan 3) ikan yg sudah d fillet di bentuk seperti pita atau simpul bisa juga menjadi bulatan atau dilipat.



b. Paupiette

Daging fillet tipis, diisi lalu digulung. Disebut juga rolled fish. Caranya: ikan di fillet terlebih dahulu, setelah menjadi 2 bagian letakkan daging ikan di cutting board. Setelah itu beri isian diatas daging, kemudian fillet ikan digulung.

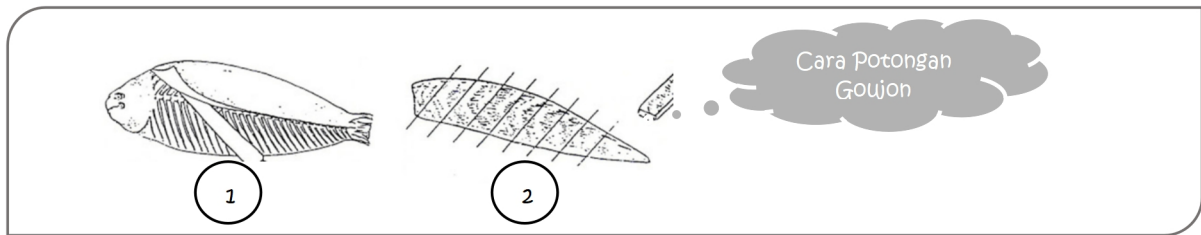


c. Goujon / Goujonette

Daging ikan fillet yang dipotong serong memanjang.

Caranya: Fillet daging ikan diletakkan diatas cutting board, lalu iris atau potong serong

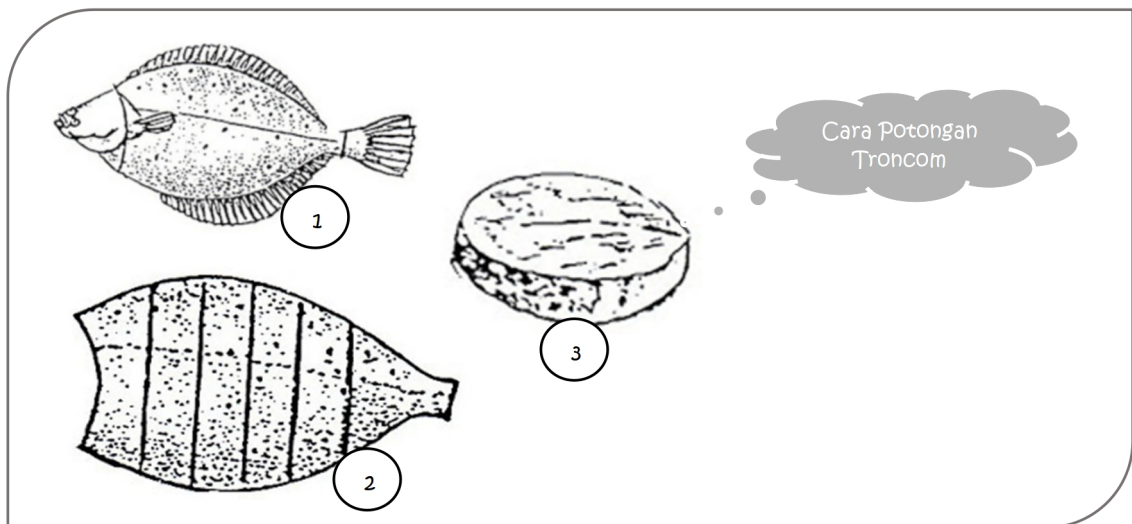
memanjang. Panjang potongan lebih kurang 6-8 cm dengan tebal 0,5-1 cm.



d. Troncom

Potongan ikan yang dipotong bulat utuh.

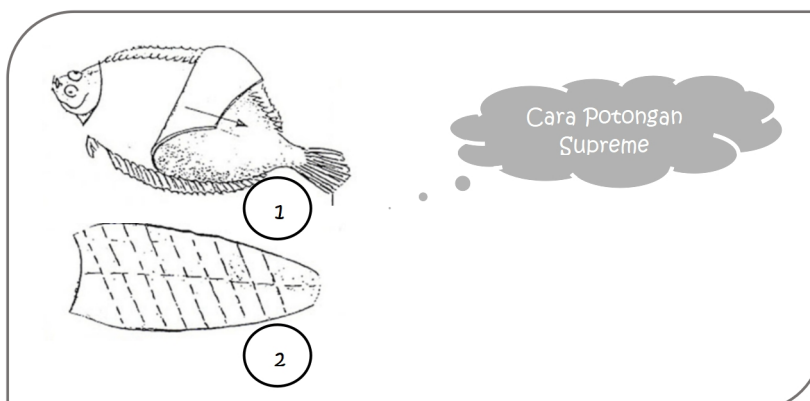
Caranya: Potongan ikan troncom adalah potongan ikan yang dipotong dari ikan yang berbentuk pipih (flat fish), potongan berbentuk bulat utuh. Potongan ikan ini langsung dipotong bulat utuh disertai durinya juga.



e. Supreme

Potongan ikan yang diiris miring dari fillet ikan, supreme biasanya dipotong dari ikan yang bertubuh bulat besar.

Caranya: Ikan di fillet tanpa di bagi menjadi dua. Sehingga menjadi fillet ikan yang cukup besar. Lalu iris miring fillet ikan tersebut.

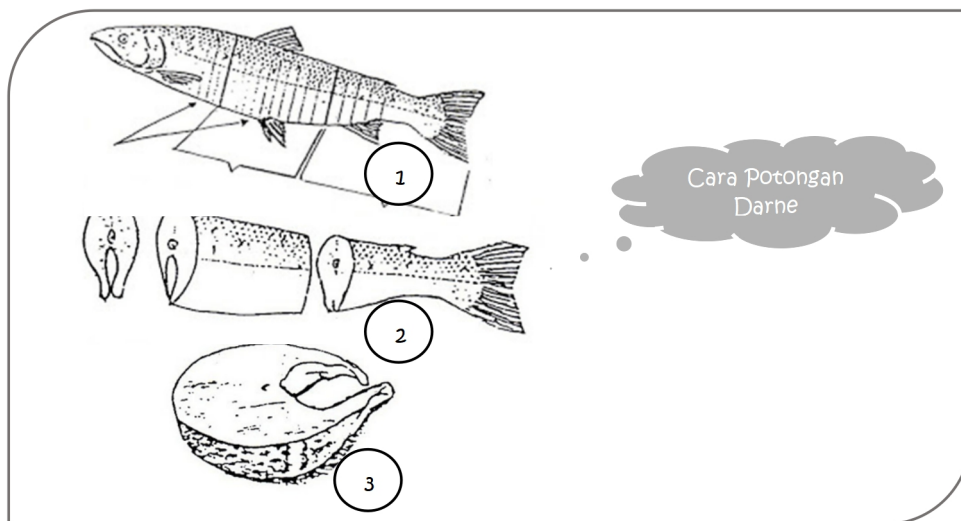


f. Darne

Potongan ikan yang dipotong melintang, dari ikan yang bertubuh bulat. Potongan darne ini bulat utuh.

Caranya:

Ikan yang berbentuk bulat diletakkan diatas cutting board. Lalu belah utuh ikan tersebut disertai durinya. Potong menjadi 3 bagian. Potongan tipis, potongan tebal, potongan bagian ekor.



Rangkuman.

Potongan makanan dibagi atas dua jenis yaitu potongan jenis makanan nabati dan potongan jenis hewani. Adapun klasifikasi potongan bahan makanan nabati yaitu:

1. Potongan kasar: Potongan yang kasar dan tidak beraturan. Potongan ini tidak digunakan dalam penyajian hidangan tetapi digunakan untuk memberi rasa, warna pada stock, soup, sauce, kemudian disaring 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.
3. Sayuran yang dipotong bentuk khusus, jika dilakukan dengan bentuk potongan dan ukuran yang sama dapat meningkatkan penampilan dari penyajian suatu 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:

1. Membersihkan sayur dari kotoran yang menempel.
2. Mempertahankan zat vitamin yang terdapat dalam sayur agar tidak terlalu banyak larut saat pengolahan.
3. Berupaya mencegah kerusakan pada sayuran.
4. Mempersiapkan sayuran sebelum diolah sesuai dengan jenis menu yang akan dimasak.
5. Memotong atau menyiapkan sayuran dengan teknik dan cara menyimpan yang benar.
6. Kupas dan potong buah atau sayur sedekat mungkin dengan waktu memasak untuk mencegah pengeringan dan kehilangan vitamin.
7. Kupas setipis mungkin karena banyak nutrisi yang berada dibawah kulit
8. Potong dalam ukuran yang sama.
9. Jaga sayuran atau buah yang dapat berubah menjadi coklat dalam air.

Latihan

Lengkapilah tabel jenis-jenis potongan sayur di bawah ini

Nama	Bentuk/Ukuran	Fungsi
Bahan Makanan Nabati	1 2 3 4	
Bahan Makanan Hewani	1 2 3 4	
Bahan Makanan Hasil Olahan	1 2 3 4	

Tes Formatif

1. Jenis-jenis potongan ikan adalah:
 - a. Delice
 - b. Paupiette

- c. Goujon / Goujonette
 - d. Semua benar
 - e. Jawaban a dan b benar.
2. Jardiniere adalah bentuk potongan sayuran berbentuk balok ukuran
- a. 3 x 1 x 1 cm.
 - b. 2 x 2 x 2 cm
 - c. 3 x 3 x 3 cm
 - d. 2 x 1 x 1 cm
 - e. 3 x 2 x 2 cm
3. Macam-macam potongan/karkas daging sapi
- a. Tenderloin
 - b. Sirloin
 - c. Chuck
 - d. Strip

Referensi

- Iskandar, Mahdi. 2010. Teori Pengolahan Makanan. Jakarta : Rasindo
- Nurani, A.T. 2010. Potongan Sayuran. Program Studi Pendidikan Tata Boga. Jurusan Pendidikan Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Pendidikan Teknologi dan Kejuruan. Universitas Pendidikan Indonesia.

BAB VII

MENU BREAKFAST

A. Pengertian Menu

Menu berasal dari bahasa perancis “ Le Menu “ yang berarti daftar makanan yang disajikan kepada tamu di ruang makan. Dalam lingkungan rumah tangga , menu di artikan sebagai susunan makanan/ hidangan tertentu. Oleh orang inggris menu disebut juga “ bill of fare” . menu adalah merupakan pedoman bagi yang menyiapkan makanan / hidangan, bahkan merupakan penuntun bagi mereka yang menikmatinya karena akan tergambar tentang apa da bagaimana makanan tersebut dibuat. Menurut pellpart, seorang ahli gastronomi yang sangat terkenal perkataan menu dikenal unutu pertama kalinya pada tahun 1514, ketika Duke of Brunswick menuliskan segala sesuatunya yang akan dihidangkan dalam sebuah pesta yang dilaksanakannya.

Perkataan menu di dalam pemakaiannya mengalami perkembangan terutama setelah revolusi perancis, sehingga menu merupakan suatu mode yang harus dan pasti ada pada setiap jamuan makan. Pada saat ini perkembangan dan bentuk – bentuk menu sangat menarik sehingga menu dipakai sebagai salah satu alat promosi dan sering di ambil oleh para tamu sebagai kenang-kenangan sehingga di dalam pembuatan menu / daftar makan ini memerlukan biaya yang cukup besar dan berpengaruh terhadap harga hidangan. Menu berperan sebagai alat promosi yang efektif, oleh karena susunan menu memegang peranan yang cukup penting dalam menunjang keberhasilan usaha, maka dibuat secara menarik dan tepat. Untuk itu diperlukan pengetahuan dasar sebagai bahan penunjang seperti pengetahuan tentang tipe, struktur, karakter, komposisi, design dan penulisan menu. Ada beberapa pengertian menu. (1) menu diartikan sebagai sususan hidangan yang disiapkan untuk disajikan sebagai makanan, (2) daftar makanan yang bisa dipesan, misalnya pada suatu pesta, acara tertentu, dan lain-lain.(3) daftar makanan yang akan dihidangkan.

B. Soup dan Stock

Soup

Kata sup/soup berasal dari kata Soupe (Perancis) yang berarti bermacam-macam bahan makanan yang ditambahkan kaldu atau cairan. Beberapa pengertian tentang sup yang intinya sebenarnya sama, yaitu :

1. Sup adalah : makanan yang cair terbuat dari rebusan daging, ayam, atau sayuran dan banyak mengandung gizi serta dihidangkan sebagai hidangan pembuka, makanan ringan atau sebagai pelengkap makanan pokok
2. Sup adalah : suatu hidangan yang berupa cairan yang berasal dari kaldu yang ditambah bumbu serta aroma dan bahan isi
3. Sup adalah : makanan cair yang dibuat dari bahan dasar daging, baik daging sapi, ayam dan ikan maupun sayur-sayuran
4. sup adalah : makanan berkuah atau cairan yang mungkin dalam keadaan bening atau kental tergantung bahan lain yang ditambahkan kedalamnya. Dalam pembuatan sup, kualitas stock / kaldu sangat menentukan kualitas sup.

Fungsi Soup pada hidangan kontinental adalah sebagai:

1. Pembangkit selera makan
2. Penambah nilai gizi
3. Penetrasi rasa pada lidah

Terdapat empat komponen utama dalam pembuatan soup yaitu:

1. Bahan Cair

Bahan ini merupakan bahan yang paling penting dalam pembuatan sup yaitu: kaldu/stock. Ada dua jenis stock yang digunakan yaitu: white stock dan brown stock.

2. Bahan Isian

- a. Bahan isian berasal dari nabati: sayur-sayuran, kacang-kacangan dan sereal
- b. Bahan isian berasal dari hewani: daging, unggas, ikan dan jenis-jenis seafood.

3. Bahan Pengental

Bahan pengental terdiri dari, tepung, puree dari bahan terbanyak yang digunakan dalam sup, susu, cream dan telur.

4. Bahan Pemberi Rasa dan Aroma

Bahan pemberi rasa dan aroma sup yaitu contohnya: bouquet garnie, mirepoix, lada, garam dan sebagainya.

Peralatan yang digunakan dalam pengolahan soup adalah:

1. Alat persiapan

Berupa meja kerja, talenan, pisau pemotong, pengupas sayuran (vegetable peeler), balloon whisker.

2. Alat pengolahan

Alat-alat pengolahan yang akan digunakan dalam pembuatan soup meliputi, yaitu:

- a) Kompor, oven.

b) Macam-macam panci dan wajan, diantaranya : stock pot, frying pan, sauce pan dan braise pan.

c) Alat pengaduk, yang tergolong alat ini adalah : sendok sayur sendok/ladle, spatula wood, terdapat dalam berbagai ukuran.

3. Alat penyajian

Alat penyajian yang akan digunakan disesuaikan dengan jenis sup yang akan dihidangkan. Alat hidang yang diperlukan yaitu soup bowl atau boillon cup (pinggan sup) dilengkapi dengan alas soup bowl yaitu saucer. Apabila sup yang akan dihidangkan banyak maka alat hidangnya menggunakan soup tureen dan dilengkapi dengan soup ladle. Pada saat penyajian sup sebaiknya disertakan condiment berupa salt dan pepper.

Soup diklasifikasi menjadi beberapa macam yaitu:

1. Clear/Thin soup – Potages Clairs (sup encer)

Adalah sup yang dibuat dalam keadaan jernih yaitu broth/stock yang tidak dikentalkan. Sup encer dihidangkan tanpa atau dengan isi. Isian dibuat dari berbagai sayur-sayuran dan daging.

2. Thick Soup – Potage lies (sup kental)

Merupakan sup yang dibuat dengan menggunakan stock/clear soup dikentalkan dengan bahan pengental seperti: tepung, susu, cream, liason ataupun dari bahannya sendiri dengan ataupun tanpa isi. Sup kental ini penyelesaiannya dibedakan menjadi dua yaitu:

- Tidak disaring/Unpassed Soup (kekentalannya didapat dari bahan isi yang ditambahkan) misalnya: Potage dan Broth
- Disaring/Passed, misalnya: Puree, Cream, Veloute, Bisque dan Brown Soup.

3. Special Soup

Merupakan sup yang terbuat dari bahan yang khusus/istimewa dan cara pengolahan yang khusus/istimewa pula. Disebut spesial /istimewa karena tidak bisa digolongkan ke dalam Clear soup maupun Thick Soup. Yang termasuk sup istimewa yaitu: Chowders, Cold Soup, Soup Made from Fruits, Wine Soup.

4. National Soup

Merupakan sup yang terbuat dari bahan yang khusus, cara pengolahan yang khusus dan berasal dari suatu Negara.

Contoh:

- Minestrone dari Italia
- Gaspacho Andaluzz dari Spanyol

- Mulligatowny dari India
- Scotch Mutton Broth dari Scotlandia
- Onion Soup dari Perancis
- Borsch dari Rusia.

Secara teori teknik mengolah soup yang baik adalah sebagai berikut:

1. Pada waktu pembuatan kaldu harus benar prosedurnya sehingga menghasilkan kaldu yang baik
2. Menyiapkan kaldu sesuai dengan sup yang akan dibuat.
3. Dalam membuat sup jernih yang perlu diperhatikan ialah: kaldu harus jernih, mempunyai aroma dan rasa yang tinggi, waktu memasak tidak boleh diaduk.

Kriteria hasil masing-masing sup:

1. Sup cair
 - Sup harus benar-benar jernih dan tidak ada gumpalan.
 - Sup tidak berlemak.
 - Kaya dari segi aroma, rasa dan penampilan.
 - Temperatur harus sesuai dengan jenis sup.
2. Sup kental
 - Mempunyai tekstur kental namun masih dapat dituang/mengalir baik dalam keadaan suhu panas maupun dingin.
 - Penampakan sup transparan.
 - Tidak berbutir atau bergumpal.
 - Kaya dari segi aroma, rasa dan penampilan.
 - Temperatur harus sesuai baik untuk sup panas atau dingin.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam teknik penyimpanan soup, yaitu:

1. Kesehatan, meliputi personal hygiene, food hygiene and area hygiene.
2. Suhu
3. Dingin 5o – 15o C
4. Beku 0o – (-18o) C
5. Pemanasan/penghangatan, dapat dilakukan di atas pemanas/api dan microwave.
6. Jangan mencampur sup lama dengan yang baru.

Resep Sup Minestrone (Sup Sayuran)

Sup minestrone merupakan jenis hidangan khas Italia. Hampir semua restoran di Italia menghadirkan menu ini. Resep Bahan Sup Minestrone (Sup Sayuran) :

- 1 liter air kaldu daging sapi
- 1/2 buah bawang bombai, iris
- 3 sendok makan minyak zaitun
- 200 gram zucchini, iris
- 20 gram peterseli, iris halus
- 200 gram buncis
- 100 gram kacang polong
- 100 gram bayam, iris
- 100 gram kol putih, iris
- 100 gram wortel, potong dadu
- 100 ml saus tomat segar
- air secukupnya
- 200 gram kacang merah segar
- garam secukupnya
- lada halus secukupnya
- 3 sendok makan keju parmesan, parut

Cara Membuat Sup Minestrone (Sup Sayuran) :

1. Tumis bawang bombai dengan minyak zaitun selama 3 menit, masukkan semua potongan sayuran dan saus tomat. Tuang air kaldu ke dalam tumisan sayur.
2. Rebus kacang merah hingga lunak. Blender setengah bagian kacang merah, masukkan ke dalam sup. Aduk.
3. Masukkan sisa kacang merah ke dalam sup, tambahkan garam dan lada. Masak sup selama 50 menit dengan api kecil hingga mendidih.
4. Sajikan sup selagi panas, taburkan sedikit keju parmesan.

Untuk 6 porsi

Tips : Kaldu daging dapat dibuat dari 1 kg tulang yang ada dagingnya dan 1 1/2 liter air dibubuhi garam. Masak hingga airnya menjadi satu liter

Kaldu (Stock)

Kaldu (Stock) adalah “cairan yang didapat dari perebusan tulang atau daging, unggas, ikan, sayur-sayuran, dan bahan-bahan pemberi rasa dan aroma”, ada juga yang mengartikan bahwa kaldu (Stock) adalah tulang atau daging yang dimasak dalam waktu tertentu dengan

menggunakan sayuran sebagai penambah aromanya (bouquette garni), disaring, dan digunakan sebagai dasar sup, saus, juga ditambahkan ke dalam suatu masakan sebagai penyedap. Berpedoman pada pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kaldu (Stock) adalah cairan yang didapat dari perebusan tulang atau daging, unggas, ikan, sayur-sayuran, bahan-bahan pemberi rasa dan aroma (bouquette garni), dimasak dalam waktu tertentu yang digunakan sebagai dasar sup, saus, dan penyedap masakan.

Fungsi kaldu (Stock) :

1. Merangsang alat pencernaan sehingga menimbulkan nafsu makan.
2. Sebagai dasar dalam pembuatan sup dan saus.
3. Sebagai penyedap yang dapat ditambahkan dalam masakan tertentu.
4. Dapat diberikan pada orang yang sakit.

Bahan Pembuatan Kaldu (Stock)

1. Bahan dasar pembuatan kaldu yang berasal dari hewani (tulang sapi): Kaldu yang berasal dari sapi muda, lemaknya tidak banyak dan dagingnya berbau susu, sedangkan sapi tua lebih banyak mengandung zat ekstraktif dan bila dimasak lemak tidak hancur.
2. Air : dipergunakan air yang bersih dan bebas dari bau atau rasa yang tajam, misalnya rasa kaporit, asin, dan lain-lain.
3. Bahan penyedap (mirepoix) : berasal dari nabati sejenis sayuran yang terdiri dari wortel, bawang bombay, seledri, direbus bersama-sama selama proses pembuatan kaldu, sehingga dapat memberikan aroma pada kaldu.
4. Bahan penyedap (bouquette garni) : terdiri dari batang daun bawang, bay leaf, thyme halus, lada hitam, lalu diikat jadi satu dan direbus bersama dengan kaldu.

Jenis-jenis Kaldu (Stock) :

1. Kaldu yang berwarna putih (White Stock)

Kaldu putih (white stock) adalah kaldu yang terbuat dari rebusan tulang/daging (sapi, ayam, kambing, ikan), air, mirepoix (kombinasi bawang Bombay, wortel, batang seledri) dan bouquette garni (terdiri dari batang bawang daun, bay leaf, thyme halus, lada hitam, semua diikat menjadi satu). Kaldu putih dapat dibuat dari bermacam-macam tulang sesuai dengan penggunaannya. Untuk sup ikan dipergunakan kaldu ikan, untuk sup ayam dipergunakan kaldu ayam, dan sebagainya. Sebaiknya jangan mempergunakan kaldu ikan untuk saus daging atau sebaliknya. Kaldu yang baik juga dapat dibuat dari tulang-tulang sapi muda, karena tulang tersebut mengandung sumsum, protein, dan zat-zat lain yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh.

Pembuatan kaldu putih (White Stock) :

- a. Tulang sapi dipotong-potong, lalu dibuang lemaknya
- b. Tulang diblancing dengan air mendidih
- c. Tulang dicuci bersih dengan air dingin
- d. Tulang + air dingin direbus sampai mendidih
- e. Api dikecilkan, dibuang lemaknya (skim)
- f. Tambahkan bumbu (mirepoix, bouquet garni)
- g. Dimasak dengan api kecil (simmer) tulang sapi tadi sampai 4 jam.
- h. Disaring dengan saringan halus

2. Kaldu yang berwarna coklat (Brown Stock)

Langkah-langkah membuat Kaldu Coklat/ Brown Stock

- a. Tulang dipotong kecil dibuang lemaknya.
- b. Tulang diroasting, digosongkan sampai coklat kemudian ditambahkan mirepoix hingga warnanya coklat tua atau bisa juga melalui proses sautéing dengan cara selalu mengaduk pada roasting pan diatas kompor.
- c. Buang sisa lemak yang ada, tulang dan mirepoix dituang ke stock pot. Kemudian tuang air pada roasting pan untuk mengambil residu yang menempel dengan cara digosok dengan wooden spatula, kemudian dididihkan sebentar, tuang kedalam stock pot.
- d. Tulang + air dingin + bouquet garnie direbus hingga mendidih (100°C) beberapa saat kemudian api dikecilkan hingga mencapai suhu dibawah titik didih (simmering) ditandai dengan keluarnya gelembung-gelembung air dan memecah dipermukaan secara perlahan.
- e. Dimasak pada suhu simmer 95°C – 98°C untuk tulang sapi/ kambing selama 1,5 – 2 jam.
- f. Lakukan proses skimming untuk menghilangkan kotoran/ buih yang mengapung dipermukaan untuk mendapatkan kaldu yang jernih.
- g. Setelah waktu dan proses sesuai dengan prosedur, kaldu disaring menggunakan conical strainer/ saringan atau tammy cloth/ / kain penyaring.

Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pembuatan Stock:

1. Pergunakan peralatan yang bersih
2. Pergunakan bahan yang segar
3. Pakai panci yang tebal

4. Potongan tulang sebaiknya kecil-kecil
5. Kaldu direbus dengan api kecil
6. Kaldu disaring dengan saringan yang halus
7. Kaldu disimpan di ruang dingin (refrigerator)

C. Salad

Salad yaitu jenis makanan yang terdiri dari campuran sayur-sayuran dan bahan-bahan makanan siap santap. Salad diartikan oleh The Dictionary of American Food and Drink, sebagai makanan yang berupa sayur-sayuran hijau yang disiram dengan beragam bumbu dan saus, kemudian ditambahkan dengan sayuran atau buah-buahan lain. Menurut sejarah, salad telah dikonsumsi penduduk Romawi dan Yunani Lawas. Kata salad berasal dari Bahasa Latin "sal" yang berarti "garam". Garam pada masa itu yaitu bumbu yang penting untuk memberi rasa bagi makanan. Kata "sal" diserap ke dalam Bahasa Perancis lawas dibuat menjadi salade dan di kemudian zaman ke-14 diserap dalam Bahasa Inggris dibuat menjadi salad atau sallet.

Ada 3 jenis salad, yaitu:

1. Simple Salad, adalah salad yang terbuat dari satu atau dua macam bahan makanan
Contoh: potato and beef salad, beat road salad, cucumbe salad.
2. Compound Salad/ Complek Salad, adalah salad yang terbuat dari tiga atau lebih macam bahan makanan yang dikreasikan pada body salad.
Contoh: yolande salad, rusian salad.
3. American Salad, adalah salad yang sama dengan Compoud Salad, hanya saja body terbuat dari buah.
Contoh: orange salad, florida salad.

Salad yang berkualitas dapat dilihat dari berbagai aspek seperti:

1. Susunan bahan, terbuat dari bahan yang segar harus benar-benar tampak segar.
2. Keadaan campuran bahan, body yang dicampur dengan dressing campurannya harus tepat. Tidak boleh terlalu banyak atau terlalu sedikit.
3. Rasa, rasa dari body dan dressing yang seimbang menunjukkan kualitas baik. Sebaliknya, jika body dan dressing tidak seimbang akan menghasilkan rasa yang aneh tentunya.
4. Penampilan, alat hidang yang disajikan harus sesuai dengan salad yang ada di atasnya, agar tampilan salad juga enak dipandang. Karena penampilan salad tidak hanya bergantung pada komposisi warna dan bahan.

Rangkuman.

Menu berperan sebagai alat promosi yang efektif, oleh karena susunan menu memegang peranan yang cukup penting dalam menunjang keberhasilan usaha, maka dibuat secara menarik dan tepat. Untuk itu diperlukan pengetahuan dasar sebagai bahan penunjang seperti pengetahuan tentang tipe, struktur, karakter, komposisi, design dan penulisan menu. Kaldu (Stock) adalah “cairan yang didapat dari perebusan tulang atau daging, unggas, ikan, sayur-sayuran, dan bahan-bahan pemberi rasa dan aroma”, ada juga yang mengartikan bahwa kaldu (Stock) adalah tulang atau daging yang dimasak dalam waktu tertentu dengan menggunakan sayuran sebagai penambah aromanya (bouquette garni), disaring, dan digunakan sebagai dasar sup, saus, juga ditambahkan ke dalam suatu masakan sebagai penyedap. Salad yaitu jenis makanan yang terdiri dari campuran sayur-sayuran dan bahan-bahan makanan siap santap. Salad diartikan oleh The Dictionary of American Food and Drink, sebagai makanan yang berupa sayur-sayuran hijau yang disiram dengan beragam bumbu dan saus, kemudian ditambahkan dengan sayuran atau buah-buahan lain. Menurut sejarah, salad

Latihan

Lengkapilah tabel jenis-jenis potongan sayur di bawah ini

Nama	Bahan yang digunakan	Cara pembuatan
Soup	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	

Stock	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	
Salad	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	
Bahan Makanan Hasil Olahan	1	
	2	
	3	
	4	
	5	
	6	
	7	
	...	
	...	
	...	

Tes Formatif

1. Jenis-jenis Kaldu (Stock)
 - a. Kaldu yang berwarna putih (White Stock)
 - b. Kaldu yang berwarna coklat (Brown Stock)
 - c. Kaldu yang berwarna hitam (Black Stock)
 - d. Semua benar
 - e. Semua Salah

2. Soup diklasifikasi menjadi beberapa macam yaitu
 - a. Clear/Thin
 - b. Thick Soup
 - c. National Soup
 - d. Semua benar
 - e. Semua salah

3. Jenis-jenis salad, yaitu
 - a. Simple Salad
 - b. Compound Salad
 - c. American Salad
 - d. Semua benar
 - e. Semua salah

Referensi

Hayati, F. 2017. Modul Tata Hidang Pengetahuan Menu. Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Ilmu Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan. Universitas Negeri Padang

DAFTAR PUSTAKA

- Hayati, F. 2017. Modul Tata Hidang Pengetahuan Menu. Pendidikan Kesejahteraan Keluarga Ilmu Kesejahteraan Keluarga. Fakultas Pariwisata Dan Perhotelan. Universitas Negeri Padang
- Huda, S dan Nurcahyo, J. 2015. Upaya Food & Beverage Product Dalam Meningkatkan Kualitas Makanan Di Hotel Grand Aston Yogyakarta. Jurnal Khasanah Ilmu Vol. VI No. 1 Maret 2015. <https://pdfs.semanticscholar.org>
- Iskandar, Mahdi. 2010. Teori Pengolahan Makanan. Jakarta : Rasindo
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013. Pengetahuan Penanganan Bahan Makanan dan Permasalahannya. Bahan Ajar.
- Maulinda, R.G. 2017. Modul Praktek Tata Boga 1. Mise En Place. Universitas Telkom. Bandung.
- Mukhtar. 2004. Usaha Pengelolaan Dapur Dalam Meningkatkan Kualitas Makanan Pada Hotel. Program Studi Pariwisata. Fakultas Sastra Universitas Sumatera Utara. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/1837/pariwisata-mukhtar2.pdf;jsessionid=40320B9D51AE0312372227CB2E2F02BA?sequence=1>
- Murani, A.S. 2010. Potongan Sayur. Fakultas Pendidikan Teknologi dan Kejuruan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Rohani, S. 2009. Penerapan Higine dan Sanitasi pada Kitchen Departemen Hotel Grand Antares Indonesia. Universitas Sumatera Utara. Fakultas Sastra. Program Pendidikan Non Gelar Bidang Keahlian Perhotelan. Medan.

GLOSSARY

Aging	Proses melayukan daging
Appetizer	Makanan pembuka hangat atau dingin
Blanching	Teknik memasak dengan menggunakan air dalam waktu cepat
Boiling	Teknik memasak dengan cairan
Braising	Teknik memasak dengan cairan dalam waktu yang lama
Brunoise	Potongan sayuran dengan ukuran 5 mm x 5 mm
Busuk	Proses pelapukan bahan organik yang banyak mengandung air seperti sayuran, buah dan daging dalam keadaan lembab yang disebabkan jasad renik (bakteri, jamur, dan kapang)
Butt	Daging bagian paha sapi
Cake	Kue berbahan dasar tepung terigu
Coating	Melapisi bahan makanan dengan tepung panir, jelly ataupun adonan tepung terigu
Daun	Bagian tumbuhan yang melebar, pipih, tipis, tumbuh dari batang atau pada ujung-ujung batang, berfungsi untuk fotosintesis dan respirasi
Dry heat cooking	Memasak dengan metode panas kering
Fillet goulash	Potongan daging has dalam berbentuk dadu dengan tebal 1-1,5 cm
Fillet migron	Potongan daging has dalam dengan berat 40-50 gr dan tebal 0,5 cm
Fillet steak	Potongan daging has dalam dengan berat 175-180 gr dan tebal 1,5-2 cm
Frying	Teknik memasak dengan minyak dalam jumlah banyak
Griddling	Memanggang bahan makanan tidak mengenai sumber panas langsung
Julienne	Potongan sayuran yang dipakai dalam hidangan salad
Loin	Daging yang terdapat pada bagian punggung
Microwave	Memasak dengan alat yang menggunakan gelombang pendek
Mire Poix	Potongan sayuran yang digunakan sebagai aromatik pada pembuatan kaldu atau sebagai alas pada proses roasting
Moist heat cooking	Memasak dengan metode panas basah
Polong	Buah yang berasal dari kelompok kacang-kacangan, berbentuk gepeng, terdiri atas dua belahan yang dapat membuka bila kering dan berisi biji sebanyak satu atau lebih
Roast beef	Potongan daging utuh yang diikat rapi untuk dipanggang dalam oven
Rump	Daging sapi bagian paha atas dapat digunakan untuk beef steak
Roasting	Memanggang bahan makanan dalam oven
Salting	Proses pengasinan yang dapat untuk beef dan pork
Sauting	Teknik memasak dengan sedikit lemak
Serat	Bagian dari makanan karbohidrat yang tidak dapat dicerna, terdiri dari serat larut dan serat tidak larut
Soup	Hidangan yang terbuat dari bahan utama kaldu
Steaming	Teknik memasak dengan uap air
Stewing	Teknik memasak dengan cairan dalam waktu yang lama
Stir Frying	Teknik memasak dengan minyak dalam waktu yang singkat

Biodata Ketua

1	Nama Lengkap	: Dr. Diane Tangian, SH., M.Si
2	Jenis Kelamin	: Perempuan
3	Jabatan Fungsional	: Lektor
4	NIP/NIDN	: 19710609 200112 2 001 / 0009067203
5	Tempat/Tanggal Lahir	: Mundung, 9 Juni 1972
6	Alamat Rumah	: Perum Rizky Blok C No 86 Kolongan Tetempangan. Minahasa Utara
7	E-mail	: dianetangian@yahoo.co.id
8	Nomor HP	: 085212633661
9	Alamat Kantor	: Kampus Politeknik Negeri Manado-Sulut
10	Nomor Telepon/Faks	: 0431-812172
11	Lulusan yang Telah dihasilkan	: S-1 75mahasiswaS2:- , S3:-
12	Mata Kuliah yang diAmpuh	: Kewarganegaraan, Hukum Bisnis Pariwisata, Pengantar Ilmu Pariwisata, Pengolahan Makanan 1
		

Biodata Anggota

Nama Lengkap	: Silvana A.R Wewengkang, SE., M.Si
Jabatan Fungsional	: Lektor
NIP/NIDN	: 197210122006042001/0012107203
Tempat/Tanggal Lahir	: Tondano, 12 Oktober 1972
Alamat Rumah	: Tumaluntung Jaga 12 Kec. Kauditan Minahasa Utara
Nomor Telepon/Faks	: 0431-7005201
Nomor HP	: 082194007292
Alamat Kantor	: JlnKampusPoliteknikDs. BuhaManado
Alamat E-mail	: silvana121072@gmail.com
Mata Kuliah yang diAmpuh	: - Pengolahan Makanan 1,2 dan 3 - Manajemen Tata Hidangan 1 dan 2 - Pengantar Nutrisi Makanan
	



RENCANA PEMBELAJARAN SEMESTER

JURUSAN PARIWISATA

PROGRAM STUDI DIII PERHOTELAN

MATA KULIAH		KODE	Rumpun MK	Bobot (SKS)			Sem ester	Disusun tgl
Pengolahan Makanan I		6123124	MATAKULIAH PENDUKUNG	T	3	P	1	9 JANUARI 2017
OTORISASI		Pembuat RP	Koordinator MK				Ka PRODI	
		Silvana Wewengkang	Silvana Wewengkang				Dr. Diane Tangian, SH., M.Si	
Capaian Pembelajaran		Program Studi						
		1. memahami perkembangan terbaru tentang pengolahan bahan-bahan apptizer, menu breakfast, serta peralatan yang ada di kitchen section						
		2. memahami konsep dapur hotel, serta bagian-bagian dan struktur brigade kitchen						
		Mata Kuliah						
		1. memahami menggunakan peralatan di seksi dapur						
		2. memahami metode pengolahan makanan apptizer, menu breakfast						
		3. memahami tugastanggjawab brigade dapur serta seksi penunjang						
		4. memahami ruang lingkup dapur, alur kerja di dapur.						
Media Pembelajaran		Software: Program Tutorial memasak Jurnal: Jurnal ilmiah terkait				Hardware : Komputer, LCD, multi media, white board, gambar Pedoman: Buku Ajar		
Dosen Pengampu		silvana wewengkang linda sinolungan						
Mata Kuliah Prasyarat								
Minggu ke (1)	Kemampuanakhir yang diharapkan (sesuaitahapanbelajar) (2)	BahanKajian (Materi Ajar) (3)	MetodePembelajar an Dan Estimasi Waktu (4)	Asesmen				
				Indikato r (5)	Kriteria dan Bentuk Penilaian (6)	Deskripsi Tugas (7)	Bobot (8)	
1	mahasiswa mampu menjelaskan pengertian dapur hotel, fungsi utama dapur, keadaan lingkungan dapur, jenis-jenis dapur hotel	pengetahuan tentang dapur Hotel	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.pressentasi 1x150	kelengkapa n dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	1.presentasi tentang jenis kitchen hotel dan lay out kitchen	5%	

2	mahasiswa mampu menjelaskan hal-hal yang mempengaruhi struktur organisasi dapur serta susunan personalia serta tugas dan tanggung jawabnya	pengetahuan tentang organisasi dapur hotel	1.Ceramah 2.Diskusi kelompok 3.Presentasi 1x150	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	presentasi struktur organisasi susunan personil dapur serta job description	15%
3	mahasiswa mampu menjelaskan seksi utama dapur, bagian penunjang, serta struktur organisasi dapur kecil, menengah, dan besar	pengetahuan tentang seksi-seksi pada dapur hotel	1.Ceramah 2.Diskusi Kelompok 3.pressentasi	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	presentasi seksi-seksi, bagian penunjang dapur kecil, menengah, besar	5%
4	mahasiswa mampu menjelaskan jenis-jenis peralatan besar dan kecil di dapur hotel	Pengetahuan Mise En Place	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.simulasi	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	presentasi kegunaan dari peralatan simulasi penggunaan peralatan sesuai sop	5%
5	mahasiswa mampu menjelaskan jenis-jenis peralatan besar dan kecil di dapur hotel	Pengetahuan Mise En Place	1. Ceramah 2.tanya jawab 3.presentasi 4.simulasi	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	presentasi tentang peralatan simulasi penggunaan peralatan sesuai sop	10%
6	mahasiswa mampu menjelaskan tentang pengertian hygiene dan sanitasi hygiene perorangan, hygiene lingkungan, hygiene makanan	pengetahuan tentang hygiene dan sanitasi	1.ceramah 2.tanya jawab	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	presentasi penerapan hygiene dan sanitasi ; perseorangan, lingkungan	5%
7	mahasiswa mampu menjelaskan sanitasi makanan dan sanitasi lingkungan	pengetahuan tentang hygiene dan sanitasi	1.ceramah 2.Simulasi 3.Praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	simulasi hygiene perseorangan	5%
8	Ujian Tengah Semester						

9	mahasiswa mampu menjelaskan komponen-komponen pakaian seragam dapur serta fungsi dan tujuan pakaian seragam dapur.	pengetahuan tentang pakaian seragam dapur	1.ceramah 2.Simulasi 3.Praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan	simulasi bagaimana cara mengenakan uniform dengan baik sesuai standart pada saat dikitchen	5%
10	Mahasiswa mampu menjelaskan pengertian, kualitas, cara penyimpanan, fungsi/kegunaan bahan makanan nabati yaitu sayur dan buah, bumbu dan rempah mahasiswa mampu menjelaskan serta memotong sesuai teknik pemotongan untuk bahan makanan sayur, buah, bumbu, rempah	pengetahuan tentang bahan makanan	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.simulasi 5.praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan 4.hasil praktek	presentasi tentang bahan makanan nabati meliputi; sayur, buah, bumbu dan rempah lengkap dengan gambar, kegunaan, cara penyimpanan, kualitas simulasi cara memotong bahan makanan nabati sesuai dengan potongan	10%
11	mahasiswa mampu menjelaskan pengertian, komposisi, jenis-jenis, kualitas, fungsi salad serta mampu membuat resep dan mengolah resep salad. mahasiswa mampu menjelaskan sejarah, pengertian, komposisi, jenis-jenis, kualitas, standar sandwiches serta mampu membuat resep dan mengolah resep sandwiches	salad sandwiches	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan 4.hasil praktek	presentasi tentang salad membuat resep salad praktek pengolahan salad presentasi tentang sandwiches membuat resep sandwich praktek pengolahan sandwiches	10%

12	mahasiswa mampu menjelaskan pengertian, bahan-bahan, penggolongan, kualitas, fungsi stock serta mampu membuat resep dan mengolah resep stock.	stock	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan 4.hasil praktek	presentasi tentang stock membuat resep praktek pengolahan stock	5%
13	mahasiswa mampu menjelaskan pengertian, penggolongan serta mampu membuat resep dan mengolah resep soup	soup	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan 4.hasil praktek	presentasi tentang stock membuat resep praktek pengolahan soup	5%
14	mahasiswa mampu menjelaskan pengertian, fungsi, cairan dasar, bahan pengental, jenis-jenis dan turunan sauce serta mampu membuat resep dan mengolah resep sauce	sauce	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan 4.hasil praktek	presentasi tentang stock membuat resep praktek pengolahan sauce	5%
15	mahasiswa mampu menjelaskan pengertian, komponen, menyusun menu, jenis-jenis, menu breakfast serta mampu membuat resep dan mengolah resep pada menu breakfast	menu breakfast	1.Ceramah 2.tanya jawab 3.Presentasi 4.praktek kitchen	kelengkapan dan kebenaran penjelasan	1.hasil presentasi 2.tes tulisan 3.lisan 4.hasil praktek	presentasi tentang stock membuat resep praktek pengolahan menu breakfast	5%
16	Ujian akhir semester						