

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Memasak adalah kegiatan sehari-hari yang dilakukan untuk memenuhi kebutuhan konsumsi masyarakat. Kuliner merupakan hasil pangan berupa olahan makanan dan minuman yang berkaitan dengan adat dan budaya dalam suatu daerah.

Tradisi kuliner Indonesia terkenal dengan cita rasanya yang sangat kuat dan kaya. Kekayaan makanannya tercermin beranekaraga, budaya dan tradisi di Indonesia dengan 6000 pulau terbentang dari Sabang sampai Merauke dengan budaya yang sangat beragam. Masakan Indonesia terkenal dengan rempah-rempah yang berlimpah seperti cengkeh, kapulaga, pala, bunga lawang, kemiri, jahe, lengkuas, dan tradisi yang dipengaruhi oleh perekonomian pada saat itu oleh Kerajaan India, Cina, Timur Tengah dan Eropa. **(SBS, 2008)**

Secara historis, jejak masakan Indonesia dapat ditemukan pada prasasti berabad-abad yang lalu. Istilah Boga merupakan seni yang memberikan kesenangan saat memakan makanan yang dibuat didalam dapur. Disebutkan secara luas dalam prasasti Sumatera dan Jawa. Memo berupa prasasti ini semakin jauh ke Timur Indonesia materi menjadi lebih tunggal, salah satunya adalah sagu. Dari bahan dan teknik dalam memasak tumbuh dan didorong oleh para saudagar dari India, Cina dan Timur Tengah, dan Eropa. Saudagar dari Eropa merupakan yang pertama tiba di Indonesia dan membawa rempah-rempah dari benua Amerika sebelum bangsa Belanda menginjakkan kaki di Indonesia.

Dalam segi geografis dan sumber daya alam, Indonesia berkontribusi dalam perdagangan rempah-rempah di dunia. Kelebihan ini juga membuat budaya Indonesia menjadi semakin beraneka ragam, dengan datangnya Belanda, Portugis, Spanyol, dan Jepang yang menjajah Indonesia untuk dimanfaatkan sumber daya alam dan sumber daya manusianya.

Kehadiran penduduk asing dari bangsa Eropa membawa banyak dampak bagi masyarakat Indonesia. Keberagaman kuliner Indonesia muncul ketika bangsa Eropa seperti Belanda datang ke Indonesia. Kehadiran bangsa Eropa juga mengubah teknik memasak, bahan baku yang digunakan, hingga cara menikmati hidangan dari bangsa yang pernah mendatangi Indonesia. Berawal dari jajanan hingga makanan pokok banyak yang menunjukkan multikulturasi antara Indonesia dengan bangsa Eropa dan Tiongkok. Masyarakat Indonesia seringkali melakukan adaptasi dengan cara menggunakan bahan masakan lokal yang mudah dijumpai sebagai bahan pokok sehari-hari dalam menu-menu asing. Metode dalam mengolah bahan makanan pada sejak zaman dahulu tetap diterapkan untuk menyajikan berbagai hidangan yang sudah melalui akulturasi budaya Eropa dan Indonesia. Menggunakan alat makan berupa sumpit, serta menambahkan pelengkap rasa dalam memasak adalah bentuk orang Indonesia dalam melakukan adaptasi hidangan sehari-hari.

Pada abad ke-16 bangsa Belanda mencari rempah-rempah, Indonesia berperan penting bagi Belanda. Dalam masa kolonialisme, Belanda memperkenalkan roti, susu, keju, *steak*, *waffle*, *pancake*, keju, dan keju, dan *yogurt* yang umumnya dikonsumsi oleh bangsa Belanda dan saudagar Indonesia pada zaman penjajahan. Beberapa bangsawan dan masyarakat lokal yang terpelajar mengenal masakan Belanda, dan menjunjung tinggi masakan ini sebagai hidangan kelas atas masyarakat kolonial Hindia Belanda.

Melihat ke masa sekarang, kuliner berkembang dengan pesat dan sudah menjadi gaya hidup di masyarakat dikarenakan manusia yang adakah makhluk konsumtif menjadikan makanan lebih dari hanya sekedar kebutuhan sehari-hari. Rasa penasaran dalam diri masyarakat Indonesia diimbangi dengan rasa kepuasan dalam hal menjadikan kuliner unik. Kuliner unik sebagai bisnis yang semakin

digemari. Pandangan seperti inilah yang kedepannya ditakuti akan membuar masakan Indonesia yang khas dan tradisional tergeser dari kehidupan masyarakat Indonesia sehari-hari. (**Tempo, 2018**)

Solo adalah salah satu kota yang terletak di provinsi Jawa Tengah. Meskipun Solo merupakan kota kecil, dengan luas 44,02 km², Kota Solo menyimpan begitu banyak objek wisata sejarah dan kebudayaan didalamnya. Selain itu posisinya yang strategis yang berada diantara perbatasan dari provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dan Jawa Timur memberikan keunggulan dalam geografis, karena kota Solo bisa dikunjungi dari semua tempat di Jawa.

Slogan “Berseri”, akronim dari “Bersih, Sehat, Rapi, dan Indah” merupakan semboyan dari kota Solo. Dengan harapan kota Solo sebagai pusat kebudayaan di pulau Jawa, kota Solo menyanggah slogan “The Spirit of Java”. Kota Solo merupakan dataran rendah dengan ketinggian 92 meter diatas permukaan laut, dengan memiliki banyak situs bersejarah dari Keraton Kasunanan Hadiningrat menimbulkan kota Solo cukup dikenal oleh wisatawan domestik, maupun mancanegara karena menarik untuk dikunjungi. Sejarah panjang dari Keraton Kasunanan Hadiningrat menyebabkan munculnya budaya, agama, dan kultur yang membuat masakan Solo beragam.

Dari segi geografis, kota Solo memiliki pegunungan yang melingkari menjadi faktor keberagaman kuliner kota Solo. Gunung yang melingkari kota Solo diantaranya yaitu Gunung Lawu, Gunung Merapi, Gunung Merbabu. Perbedaan iklim yang dipengaruhi oleh kondisi inilah akhirnya berdampak pada gaya kehidupan masyarakat kota Solo. Ditambah sungai Bengawan Solo yang merupakan sungai terpanjang di Jawa mengalir di tengah kota Solo. Dengan hulu sungai yang menyambung ke ke pegunungan Gunung Kidul, Ponorogo dan Wonorejo dan bermuara di Gresik.

Selain makanan, ada minuman khas Solo yang terkenal dikalangan wisatawan yang disebut Wedang Ronde. Wedang Ronde merupakan minuman dari air jahe yang diberi bola “ronde” yang terbuat dari tepung ketan yang berisi gula merah dan kacang tanah. Mengutip dari Nicholas Molodysky, Ronde adalah salah satu makanan hasil akulturasi budaya dari budaya Tiongkok yang menjadi minuman

yang mudah dijumpai di Indonesia. Di Tiongkok, Ronde dikenal sebagai Tangyuan yang bermula dihidangkan ketika festival, namun dengan seiring berjalannya waktu ronde berubah menjadi minuman yang bisa dijumpai kapan saja. Tangyuan yang awalnya hanya memiliki satu warna yaitu putih sekarang sudah dimodifikasi menjadi berwarna-warni agar menarik perhatian konsumen. Tangyuan memiliki beberapa varian rasa. Dari rasa coklat, kentang tumbuk. Bangsa Tiongkok biasa mencampurkan kacang tanah, atau kacang merah dalam menyajikannya. Karena pengaruh budaya Indonesia, Tangyuan berubah mengikuti selera masyarakat lokal dengan mengubahnya menjadi wedang ronde. Dengan budaya Tiongkok yang biasa menyajikan Tangyuan dengan air jahe dan kacang manis tumbuk, Ronde lalu mulai diterima dengan masyarakat lokal. (Abdulsalam, 2021)

Wedang menurut Matic merupakan minuman hangat yang terdiri dari gula kopi atau teh. Dan dalam wedang Ronde yang digunakan adalah wedang jahe yang disajikan hangat. (Matic, 2017)

“**KULINER KOTA SOLO PROVINSI JAWA TENGAH**” dipilih oleh penulis karena kuliner dari kota ini kurang dikenal oleh masyarakat luas. Penulis ingin memperkenalkan dan melestarikan kuliner tradisional agar lebih dikenal oleh masyarakat umum dalam bentuk presentasi produk masakan. Karakteristik, sejarah, dan keanekaragaman kuliner kota Solo inilah yang membuat penulis terdorong untuk mempelajarinya. Latar belakang yang terkandung dalam sejarah kuliner di kota Solo, warisan kuliner yang berasal dari kreativitas masyarakat Solo yang beranekaragam dalam mengolah bahan pangan menjadi ciri khas tersendiri.

1.2 Tujuan Presentasi Makanan

Tujuan dari penelitian *food presentation* Kuliner Kota Solo adalah

1. Tujuan Formal

Tujuan penulis dalam menyusun Tugas Akhir ini adalah untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan pendidikan Diploma III Program Studi Manajemen Tata Boga di Politeknik Pariwisata NHI Bandung

2. Tujuan Operasional

Tema Kuliner Khas Solo Provinsi Jawa Tengah dipilih dengan tujuan agar masakan kota Solo dapat dilestarikan, lebih dikenal oleh masyarakat umum

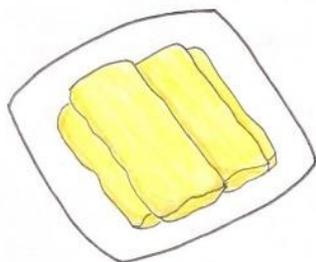
Teknik yang digunakan penulis dalam menguji kemampuan dalam menyajikan masakan yang dipelajari dalam menempuh pendidikan di Diploma III Manajemen Tata Boga

1.3 Usulan Produk

Melalui penjelasan latar belakang, Penulis ingin mempresentasikan rangkaian menu masakan Kota Solo yang telah dipilih untuk dikembangkan dan akan ditampilkan:

1.3.1 Sosis Solo

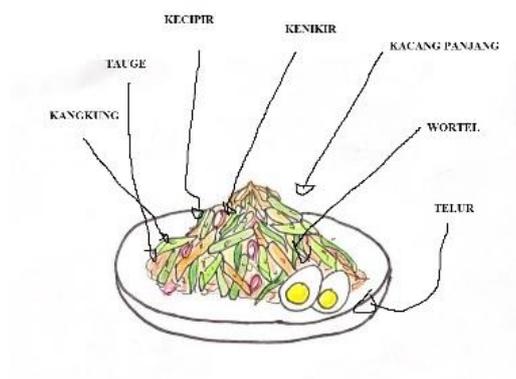
Sosis Solo adalah hidangan hasil dari akulturasi budaya Eropa dan kota Solo. Apabila sosis dari Eropa menggunakan usus atau lemak untuk membungkus daging gilingnya, para pribumi di Solo memodifikasi sosis menggunakan kulit telur dadar agar sesuai dengan lidah masyarakat pribumi. **(Yana Gabriella Wijaya, 2020)** Lalu jadilah Sosis Solo yang terbuat dari daging ayam giling yang dibungkus dengan dadar telur. Hidangan ini memiliki rasa asin dan gurih



Gambar 1 Sosis Solo

1.3.2 Gudangan

Gudangan biasa disajikan ketika seseorang sedang memiliki hajat. Gudangan terdiri dari 7 rebusan sayur, yaitu bayam, tauge, wortel, kacang panjang, rebusan telur, dan kol yang disajikan dengan parutan kelapa berbumbu. Bumbu dari kelapa parut ini juga ada 7 bumbu yaitu bawang putih, bawang merah, cabai merah, kencur, terasi, dan daun jeruk. Dengan segala 7 (dalam bahasa jawa 7 adalah “pitu”) bahan ini sebagai harapan agar mendapatkan pitulungan atau pertolongan Tuhan. Dan kacang panjang dalam gudangan dibiarkan memanjang sebagai simbol agar yang pemilik hajatan dipanjangkan rezeki, umur, kesabaran, dan akal budinya. (@wulanlimbuk82, 2021)



Gambar 2 Gudangan

1.3.3 Timlo

Menurut Lie Hiang Hwa dalam buku resep makanan Poetri Dapoer (1941) Timlo pertama dikenalkan oleh bangsa Tionghoa dalam bentuk sup Kimlo. Lalu dengan kontak budaya masyarakat kota Solo pada zaman itu memodifikasinya yang awalnya menggunakan daging babi diganti dengan ayam, telur, sosis. (Binti Sholikah, 2019). Sup Timlo berisi ayam suwir, telur pindang, kulit sosis solo, wortel, bihun, dan keripik kentang. Terbuat dari ayam

kampung dengan kaldunya yang bening dan segar memiliki rasa asin, dan gurih.



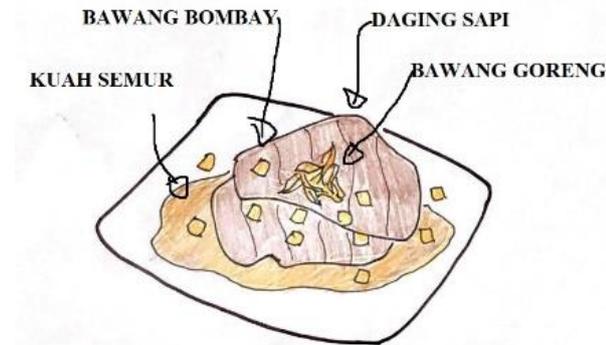
Gambar 3 Timlo

1.3.4 Selat Solo

Selat Solo secara tampilan merupakan perpaduan bistik dan salad. Bistik berasal dari bahasa Belanda “biefstuk” yang berarti steak. Dan selat yang berasal dari bahasa Belanda “slachtje” yang berarti salad. Hidangan ini juga merupakan akulturasi budaya Belanda dan Indonesia. Pada masa penjajahan hidangan steak biasanya dimasak setengah matang dan tidak masuk selera masyarakat pribumi. (Sulistyo, 2022)

Akulturasi ini dimulai ketika Kasunanan Surakarta dan Belanda biasa melakukan perundingan, sebelum memulai perundingan biasanya diadakan jamuan makanan. Akulturasi terjadi dalam perbedaan selera diantara kedua delegasi. Jendral Hindia-Belanda yang menginginkan makan steak. Sedangkan Sultan Kasunanan Surakarta lebih menyukai hidangan nasi dan sayuran. Melihat hal itu koki kerajaan memodifikasi hidangan steak agar bisa dinikmati oleh kedua delegasi. (JR, 2018)

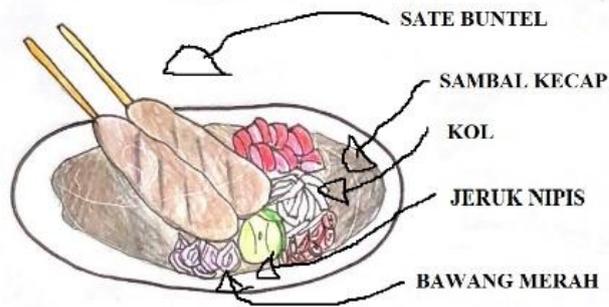
Hidangan Selat Solo ini lalu disajikan dengan daging sapi yang dipanggang lalu disajikan dengan kentang, kacang polong, dan wortel. Lalu disiram dengan kuah selat yang memiliki rasa manis dan sedikit asam.



Gambar 4 Selat Solo

1.3.5 Sate Buntel

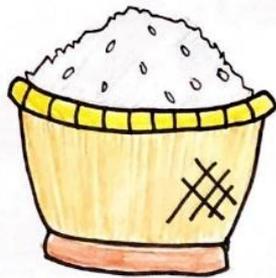
Kota Solo memiliki gelar “Kota Pensiunan”. Terminologi ini mendeskripsikan keadaan Solo pada tahun 1950an. Selepas memasuki masa pensiun para pegawai birokrasi memilih untuk tetap di Solo untuk menghabiskan hari tua. Karena itu kota Solo bisa disebut *nguler kembang* yang berarti tidak buru-buru, harga kebutuhan yang murah, sehingga terjangkau dengan uang pensiunan, dan ketersediaan jenis makanan yang sesuai dengan isi kantong. Dengan kondisi ini menyebabkan para pedagang sate yang mulai berkreasi dengan menggiling daging kambing dan mulai *membuntel* dengan lemak daging dan munculah masakan sate buntel. Munculnya makanan ini agar para pensiunan ini tetap bisa menikmati enakness sate walaupun dengan kondisinya yang sudah terbilang sepuh. Dengan daging nya yang halus membuat mereka tidak perlu susah payah mengunyah daging kambing yang alot. (Solopos.com, 2014) Sate buntel terbuat dari daging kambing giling yang sudah dibumbui lalu dililit dengan lemak kambing. Dioles dengan bumbu kecap hingga membuat sate ini memiliki rasa manis dan asin



Gambar 5 Sate Buntel

1.3.6 Nasi Liwet

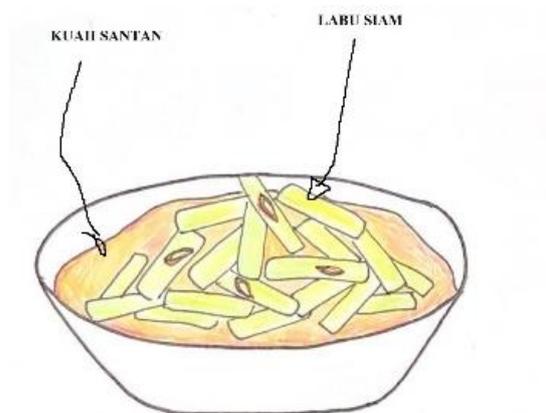
Menurut Umar Karyam dalam buku *Mangan Ora Mangan Ngumpul* (2012:55), Nasi liwet yang asli bukan dari Yogyakarta melainkan dari Baki, Sukoharjo. Menurutnya nasi liwet Yogyakarta tidak gurih dan tidak memiliki areh putih diatas sayur jipang dalam penyajian nasi liwetnya. (**Solopos.com, 2014**). Nasi liwet sendiri adalah olahan nasi yang dimasak dengan santan dan bumbu sehingga nasi ini memiliki rasa yang lebih gurih.



Gambar 6 Nasi Liwet

1.3.7 Sayur Jipang

Sejarah Sayur Jipang juga sama dengan Nasi Liwet. Dikarenakan hidangan ini adalah pendamping dari hidangan Nasi Liwet. Sayur Jipang sendiri adalah olahan dari labu siam yang dimasak dengan bumbu oranye dan santan. Hidangan ini memiliki rasa gurih santan

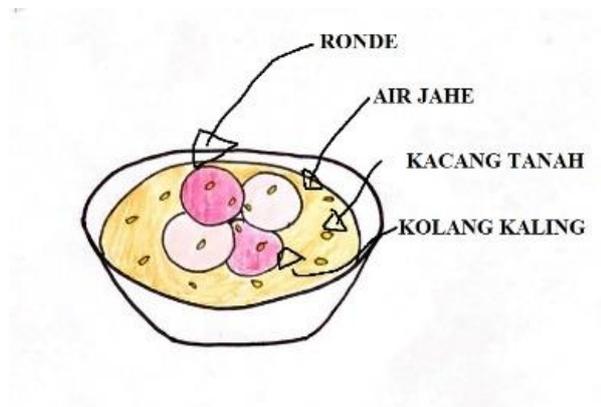


Gambar 7 Sayur Jipang

1.3.8 Wedang Ronde

Mengutip dari Nicholas Molodysky, Ronde adalah salah satu makanan hasil akulturasi budaya dari budaya tiongkok yang menjadi minuman yang mudah dijumpai di Indonesia. Di Tiongkok, Ronde dikenal sebagai Tangyuan yang bermula dihidangkan ketika festival, namun dengan seiring berjalannya waktu ronde berubah menjadi minuman yang bisa dijumpai kapan saja. Tangyuan yang awalnya hanya memiliki satu warna yaitu putih sekarang sudah dimodifikasi menjadi berwarna-warni agar menarik perhatian konsumen. Tangyuan memiliki beberapa varian rasa. Dari rasa coklat, kentang tumbuk. Bangsa Tiongkok biasa mencampurkan kacang tanah, atau kacang merah dalam menyajikannya. Karena pengaruh budaya Indonesia, Tangyuan berubah mengikuti selera masyarakat lokal dengan mengubahnya menjadi wedang ronde. Dengan budaya Tiongkok yang biasa menyajikan

Tangyuan dengan air jahe dan kacang manis tumbuk, Ronde lalu mulai diterima dengan masyarakat lokal. (Abdulsalam, 2021)



Gambar 8 Wedang Ronde

1.4 Tinjauan Produk

Pada sub bab ini, penulis akan menyampaikan beberapa hal. Diantaranya, tema produk, jenis produk yang akan dipresentasikan, usulan resep, dan *Purchasing List*

1.4.1 Tema Produk

Dari hidangan yang terpilih oleh penulis, penulis memilih tema yang akan digunakan yaitu menyajikan dengan cara Rijsttaffel. Rijsttaffel, yang diambil dari kata Bahasa Belanda, secara harafiah memiliki arti “meja nasi”. Cara penyajian ini dikenalkan pada masa penjajahan Belanda. Cara penyajian hidangan ini biasa menyajikan beragam masakan dari berbagai daerah dari. Rijsttaffel dikenalkan oleh kolonial Hindia Belanda dengan kebiasaan perjamuan formal dengan gaya masyarakat Indonesia yang terbiasa mengkonsumsi nasi sebagai makanan pokok. (Rahman, 2016).

Ketika Perusahaan Hindia Timur Belanda memperdagangkan sumber daya alam yang disebut Kepulauan Rempah-rempah. Di sana rijsttaffel diciptakan, berdasarkan model pesta nasi padang di Indonesia, untuk memungkinkan kolonial Belanda mencicipi hidangan dari Jawa, Bali, Sumatra, dan pulau-pulau lain yang tak terhitung jumlahnya. Jumlah hidangan bisa mencapai lebih

dari seratus di perjamuan mewah ini. Kolonial dan ekspatriat Indonesia kemudian memperkenalkan rijsttafel ke Belanda, di mana rijsttafel telah menjadi perlengkapan populer di restoran Indonesia sejak saat itu. (**Joseph, 2019**)

1.4.2 Jenis Produk Yang Akan Dipresentasikan

MENU

SOSIS SOLO

(Daging ayam cincang yang dibalut dengan kulit risol yang terbuat dari telur dan tepung lalu digoreng.)

GUDANGAN

(Rebusan sayur dengan sambal dan parutan kelapa)

TIMLO

(Sup dari kaldu ayam berisi jamur kuping, telur pindang dan, sosis)

SELAT SOLO

(Daging panggang yang disiram dengan kuah selat yang terbuat dari kecap manis, kecap inggris, pala dan cengkeh)

SATE BUNTEL

(Sate dari daging kambing giling yan gibumbui dengan bawang putih, bawang merah, ketumbar, serai, lengkuas, dan dibalut dengan

lemak kambing dengan bumbu kecap)

NASI LIWET

(Nasi yang dimasak dengan santan kental, serai, daun salam, dan lengkuas)

SAYUR JIPANG

(Labu siam yang dimasak dengan santan dan sambal)

WEDANG RONDE

(Minuman jahe dengan bola-bola dari beras ketan yang berisi kacang)

1.4.3 Usulan Resep

Usulan resep yaitu cara merekam dalam memasak suatu hidangan yang ingin ditulis didalam resep. Hal-hal seperti porsi, perhitungan bahan yang digunakan, dan porsi akan diperhitungkan dalam resep. Resep yang penulis gunakan didapat dari *google*, *youtube*, dan dari ibu Endang Sari selaku ahli masak dan pemilik dari restoran Kusuma Sari Solo.

Berikut daftar Usulan Resep yang disusun Penulis

Tabel 1
Resep Sosis Solo

Halaman : 1 dari 1

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

Porsi Ukuran : 60 gr

Jenis Makanan : *Snack*

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan				
				Bahan Kulit	
		90	gr	Telur	
		80	gr	Tepung	Disaring sebelum digunakan
		130	ml	Air	
		3	gr	Garam	
		5	gr	Mentega	Cairkan
				Bahan Isian	
		20	gr	Bawang merah	Haluskan
		10	gr	Bawang Putih	Haluskan
		200	gr	Ayam	Rebus, Cincang
		3	gr	Lada Bubuk	
		15	gr	Gula Pasir	
		10	gr	Garam	

		2	gr	Bubuk Kaldu Ayam	
		10	gr	Mentega	
		100	ml	Santan Cair	
2	Hasil Persiapan				
3	Campurkan			Telur	Hingga larut dalam bowl
				Tepung	
				Air	
				Garam	
				Mentega	
4	Dadar			Adonan	Dalam <i>non-stick pan</i>
5	Tumis			Mentega	Hingga harum
				Bawang merah	
				Bawang Putih	
6	Masukan			Ayam	Aduk rata
7	Seasoning			Gula Pasir	Cek rasa
				Garam	
				Bubuk Kaldu Ayam	
8	Lipat			Kulit sosis	Lipat dengan rapi
				Isian Sosis	
9	Goreng			Sosis Solo	Hingga warnanya
					coklat keemasan
10	Sajikan			Sosis Solo	Dengan suhu hangat

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (RESEPSPECIAL.id, 2019)

Tabel 2
Resep Gudangan

Halaman : 1 dari 2

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

Porsi Ukuran : 70 gr

Jenis Makanan : *Appetizer*

Suhu Penyajian : Ruangan

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan				
				Bahan Sambal	
		200	gr	Kelapa	Diparut
		70	gr	Bawang Merah	
		55	gr	Bawang Putih	
		40	gr	Cabai Merah Keriting	
		15	gr	Kencur	
		2	gr	Daun Jeruk	Iris tipis tanpa batang
		20	gr	Bubuk Kaldu Ayam	
				Bahan Pelengkap	
		50	gr	Wortel	Julienne, blanch
		50	gr	Kacang Panjang	Slice 3cm, blanch
		50	gr	Kangkung	Blanch
		50	gr	Kacang Cikir	Sliced, Blanch
		50	gr	Daun Kenikir	Blanch
		50	gr	Tauge	Blanch
50	gr	Telur	Rebus		
2	Hasil Persiapan				
3	Haluskan			Bawang Merah	Hingga halus
				Bawang Putih	
				Cabai Merah Keriting	
				Kencur	
4	Campurkan			Kelapa	Sampai tercampur rata
				Sambal	

5	Tumis			Sambal Gudangan	Hingga kelapa matang
6	Campurkan			Sambal Gudangan	Sampai tercampur rata
				Wortel	
				Kacang Panjang	
				Tauge	
				Kangkung	
				Kacang Cikir	
				Daun Kenikir	
7	Sajikan			Gudangan	Dengan telur rebus

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (Aisyah, 2022)

Tabel 3
Resep Timlo

Halaman : 1 dari 2

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

Porsi Ukuran : 85 gr

Jenis Makanan : Soup

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan				
		1.5	L	Kaldu Ayam	
		40	gr	Bawang Putih	Haluskan
		20	gr	Bawang Merah	Haluskan
		10	gr	Garam	
		5	gr	Lada	
		100	gr	Bihun	Rendam dalam air panas
		100	gr	Wortel	Sliced, blanch
		80	gr	Jamur Kuping	Sliced, rendam air bersih
		5	pcs	Kulit Sosis Solo	Sliced
		5	pcs	Telur Pindang	
		30	gr	Bawang Goreng	
		20	gr	Daun Bawang	Sliced
		100	gr	Jeruk nipis	

2	Hasil Persiapan				
3	Tumis			Bawang Putih	Hingga harum
				Bawang Merah	
4	Tambahkan			Kaldu Ayam	Hingga mendidih
5	Seasoning			Garam	Cek rasa
				Lada	
6	Susun			Bihun	Dalam bowl
				Wortel	
				Jamur Kuping	
				Kulit Sosis Solo	
				Telur Pindang	
7	Finishing			Kuah Timlo	Tuang kuah pada kondimen
				Bawang Goreng	dan garnish
				Daun Bawang	
				Jeruk nipis	
8	Sajikan			Timlo	Dengan suhu hangat

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (WS, Resep Timlo Solo Asli yang Berkuah Bening Segar, 2020)

Tabel 4
Resep Selat Solo

Halaman : 1 dari 2

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

PorsiUkuran : 85 gr

Jenis Makanan :

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan				
				Bahan Semur	
		200	gr	Has dalam	Slice
		2	pcs	Telur	Rebus
		10	gr	Margarin	
		30	gr	Bawang bombay	Slice
		20	gr	Bawang putih	Chopped
		100	ml	Kecap manis	
		10	ml	Kecap inggris	
		5	gr	Pala	Grated
		2	pcs	Cengkih	
		10	gr	Garam	
		5	gr	Lada bubuk	
				Bahan Mayo	
		1	pcs	Telur	Kuning telur rebus
		5	gr	Mustard	
		5	ml	Cuka	
		5	gr	Gula Pasir	
		3	gr	Garam	
6	pcs	Daun Selada	Washed		
60	gr	Tomat	Sliced		
2	Hasil Persiapan				
3	Tumis			Bawang bombay	Hingga harum
				Bawang putih	

4	Tambahkan			Has dalam	Aduk rata
				Kecap manis	
				Kecap inggris	
				Pala	
5	Seasoning			Garam	Cek rasa
				Lada bubuk	
6	Campur			Telur	Hingga tercampur
				Mustard	
				Cuka	
				Gula Pasir	
7	Susun			Garam	
				Semur	
				Mayo	
				Daun Selada	
8	Sajikan			Tomat	
				Selat Solo	Dengan suhu hangat

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (WS, Resep Selat Solo yang Manis Guruhnya Bikin Kangen, 2021)

Tabel 5
Usulan Resep Sate Buntel

Halaman : 1 dari 2

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

Porsi Ukuran : 100 gr

Jenis Makanan : Main Course

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan				
		200	gr	Daging kambing	Giling
		40	gr	Lemak kambing	Cincang
		50	ml	Kecap manis	
		30	gr	Cabai rawit	
		25	ml	Santan	
		10	ml	Asam jawa	Air larutan
		3	pcs	Lemak kambing	Lembar
		6	pcs	Tusuk sate	
		60	gr	Jeruk nipis	Wedges
				Bumbu Halus	
		60	gr	Bawang merah	
		20	gr	Bawang putih	
		10	gr	Ketumbar	
		20	gr	Lengkuas	
		15	gr	Jahe	
		2	pcs	Serai	
		3	gr	Jintan	
		5	gr	garam	
		2	gr	Merica	
2	Hasil Persiapan				
3	Campur			Daging kambing	Aduk rata
				Lemak kambing	
				Kecap manis	

				Santan	
				Asam jawa	
				Bumbu Halus	
4	Lilit			Adonan daging	Lilitkan pada tusuk sate
				Tusuk sate	hingga mengembang
5	Bungkus			Sate	Gulung adonan ke lembaran
				Lemak kambing	lemak kambing
6	Bakar			Sate Buntel	Diatas bakaran dan
				Kecap manis	olesi dengan kecap
7	Campur			Kecap manis	Hingga tercampur
				Cabai rawit	
8	Sajikan			Sate Buntel	Dalam suhu hangat
				Sambal kecap	dengan pelengkapanya
				Jeruk nipis	

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (Fridayani, 2020)

Tabel 6
Usulan Resep Nasi Liwet

Halaman : 1 dari 2
 Asal Daerah : Solo
 Jenis Makanan : Side Dish

Jumlah : 5 Porsi
 Porsi Ukuran : 80 gr
 Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan				
		200	gr	Beras	Cuci bersih
		300	ml	Santan	
		2	pcs	Daun Salam	
		3	gr	Garam	
2	Hasil Persiapan				
3	Campurkan			Beras	Sampai tercampur rata
				Santan	
				Daun Salam	
				Garam	
4	Masak			Nasi Liwet	Sampai santan mengering
5	Simmer			Nasi Liwet	Selama 20 menit
6	Diamkan			Nasi Liwet	Selama 30 menit hingga tanak
7	Sajikan			Nasi Liwet	Dalam suhu hangat

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (Lyliana, 2021)

Tabel 7
Usulan Resep Sayur Jipang

Halaman : 1 dari 2

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

Porsi Ukuran : 70 gr

Jenis Makanan : Side Dish

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN	
1	Siapkan					
		200	gr	Labu siam	Julienne	
		40	gr	Lengkuas		
		2	pcs	Daun Salam		
		400	ml	Santan		
		3	gr	Garam		
		5	gr	Gula Pasir		
					Bumbu Halus	
		25	gr	Bawang Putih		
		50	gr	Bawang Merah		
		20	gr	Cabai Merah		
		20	ml	Minyak Sayur		
2	Hasil Persiapan					
3	Tumis			Bumbu Halus	Hingga harum	
4	Tambahkan			Labu siam	Aduk hingga rata	
				Lengkuas		
				Daun Salam		
5	Tambahkan			Santan	Masak hingga labu	
					siam matang	
6	Seasoning			Garam	Cek rasa	
				Gula		
7	Sajikan			Sayur Jipang	Dalam suhu hangat	

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (Lyliana, 2021)

Tabel 8**Usulan Resep Wedang Ronde**

Halaman : 1 dari 2

Jumlah : 5 Porsi

Asal Daerah : Solo

Porsi Ukuran : 85 gr

Jenis Makanan :

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	JUMLAH	SATUAN	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan				
				Bahan Ronde	
		150	gr	Tepung Beras Ketan	
		3	gr	Garam	
		150	ml	Air	
		Secukupnya	-	Pewarna Makanan	Sesuai Selera
		100	gr	Gula merah	
		100	gr	Kacang tanah	Goreng, Chopped
				Kuah Ronde	
		6	gr	Jahe	Kupas, gepuk
		2	pcs	Daun pandan	
		50	gr	Gula Pasir	
		100	gr	Gula Merah	
		500	ml	Air	
		50	gr	Kacang Tanah	Goreng
100	gr	Kolang Kaling			
2	Hasil Persiapan				
3	Campurkan			Tepung Beras Ketan	Sampai kalis
				Garam	

				Air	
4	Tambahkan			Pewarna makanan	Pada tiap adonan
5	Isi			Adonan	Ambil secuil adonan
				Gula Merah	ronde dan isi bagian
				Kacang tanah	dalamnya dengan kacang tanah
6	Rebus			Ronde	Sampai matang
					(jika rondemengapung
					artinya sudah matang)
7	Masak			Jahe	Sampai air mendidih
				Gula Merah	dan Gula larut
				Daun Pandan	
				Gula Pasir	
				Air	
8	Sajikan			Ronde	Dengan suhu hangat
				Kuah Ronde	
				Kolang Kaling	
				Kacang tanah	

Sumber: Data Olahan Endang Sari 2022, (Admin, n.d.)

1.4.4 *Recipe and Dish Costing*

Recipe costing berfungsi untuk mengetahui biaya bahan yang digunakan untuk suatu resep masakan. Mengutip dari Paul R. Dittmer, untuk mengetahui total biaya, cantumkan setiap bahan yang akan digunakan kemudian dikalikan dengan jumlah bahan dengan harga bahan tersebut. (Dittmer, 2003).

Cara mengetahui Dish Costing adalah dengan membagi Recipe Costing dengan total *Pax* yang akan digunakan. Berikut hasil Recipe Costing yang penulis susun:

Tabel 9
Recipe Costing & Dish Costing

Sosis Solo

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Telur	90	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 1.800
Tepung	80	gr	Rp 10.000	1000	gr	Rp 800
Air	130	ml	-	-	-	-
Garam	10	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 50
Mentega	15	gr	Rp 10.000	200	gr	Rp 750
Bawang merah	20	gr	Rp 23.000	1000	gr	Rp 460
Bawang Putih	10	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 200
Ayam	200	gr	Rp 32.000	1000	gr	Rp 6.400
Lada Bubuk	3	gr	Rp 1.000	3	gr	Rp 1.000
Gula Pasir	15	gr	Rp 13.500	1000	gr	Rp 203
Bubuk Kaldu Ayam	2	gr	Rp 4.000	100	gr	Rp 80
Santan Cair	100	ml	Rp 4.500	100	ml	Rp 4.500
Total						Rp 16.243

Dish Cost (5 Portions)	Rp 3.249
Food Cost	35%
Selling Price	Rp 12.530

Sumber: Data olahan penulis 2022

Tabel 10
Recipe Costing & Dish Costing

Gudangan

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Kelapa	200	gr	Rp 9.000	200	gr	Rp 9.000
Bawang Merah	70	gr	Rp 23.000	1000	gr	Rp 1.610
Bawang Putih	55	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 1.100
Cabai Merah						
Keriting	40	gr	Rp 5.000	100	gr	Rp 2.000
Kencur	15	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 300
Daun Jeruk	2	gr	Rp 3.000	10	gr	Rp 600
Bubuk Kaldu						
Ayam	20	gr	Rp 4.000	100	gr	Rp 800
Wortel	100	gr	Rp 12.000	1000	gr	Rp 1.200
Kacang Panjang	80	gr	Rp 4.400	250	gr	Rp 1.408
Tauge	5	gr	Rp 2.500	100	gr	Rp 125
Telur	90	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 1.800
Kangkung	5	gr	Rp 2.000	20	gr	Rp 500
Kacang Cikir	30	gr	Rp 8.000	50	gr	Rp 4.800
Daun Kenikir	10	gr	Rp 3.000	100	gr	Rp 300
Total						Rp 25.543
Dish Cost (5 Portions)						Rp 5.109
Food Cost						35%
Selling Price						Rp 19.705

Sumber: Data olahan penulis 2022

Tabel 11
Recipe Costing & Dish Costing

Timlo

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Kaldu Ayam	1.5	L	-	-	-	-
Bawang Putih	40	gr	Rp 23.000	1000	gr	Rp 920
Bawang Merah	20	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 400
Garam	10	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 50
Lada	3	gr	Rp 1.000	3	gr	Rp 1.000
Suun	100	gr	Rp 8.000	250	gr	Rp 3.200
Wortel	100	gr	Rp 12.000	1000	gr	Rp 1.200
Jamur Kuping	80	gr	Rp 6.000	250	gr	Rp 1.920
Telur Pindang	5	pcs	Rp 35.000	10	pcs	Rp 17.500
Bawang Goreng	30	gr	Rp 50.000	1000	gr	Rp 1.500
Daun Bawang	20	gr	Rp 2.000	100	gr	Rp 400
Jeruk nipis	100	gr	Rp 14.000	1000	gr	Rp 1.400
Total						Rp 29.490
Dish Cost (5 Portions)						Rp 5.898
Food Cost						30%
Selling Price						Rp 25.558

Sumber: Data olahan penulis 2022

Tabel 12
Recipe Costing & Dish Costing

Selat Solo

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Has dalam	200	gr	Rp 67.500	500	gr	Rp 27.000
Telur	3	pcs	Rp 20.000	16	pcs	Rp 3.750
Margarin	10	gr	Rp 10.000	200	gr	Rp 500
Bawang bombay	30	gr	Rp 18.000	1000	gr	Rp 540
Bawang putih	20	gr	Rp 23.000	1000	gr	Rp 460
Kecap manis	100	ml	Rp 26.500	735	ml	Rp 3.605
Kecap inggris	10	ml	Rp 26.000	300	ml	Rp 867
Pala	5	gr	Rp 163.000	1000	gr	Rp 815
Cengkih	1	gr	Rp 2.000	5	gr	Rp 400
Garam	13	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 65
Lada bubuk	5	gr	Rp 6.000	250	gr	Rp 120
Mustard	5	gr	Rp 55.300	500	gr	Rp 553
Cuka	5	ml	Rp 11.000	650	ml	Rp 85
Gula Pasir	5	gr	Rp 35.000	10	pcs	Rp 17.500
Daun Selada	6	pcs	Rp 6.000	250	gr	Rp 144
Tomat	60	gr	Rp 6.000	1000	gr	Rp 360
Total						Rp 56.764
Dish Cost (5 Portions)						Rp 11.353
Food Cost						35%
Selling Price						Rp 43.789

Sumber: Data olahan penulis 2022

Tabel 13
Recipe Costing & Dish Costing

Sate Buntel

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Daging kambing	200	gr	Rp 50.000	500	gr	Rp 20.000
Lemak kambing	40	gr	Rp 28.000	1000	gr	Rp 1.120
Kecap manis	50	ml	Rp 26.500	735	ml	Rp 1.803
Cabai rawit	30	gr	Rp 30.000	500	gr	Rp 1.800
Santan	25	ml	Rp 4.500	100	ml	Rp 1.125
Asam jawa	10	ml	Rp 4.398	150	gr	Rp 293
Lemak kambing	1	pcs	Rp 28.000	5	pcs	Rp 5.600
Tusuk sate	6	pcs	Rp 22.000	50	pcs	Rp 2.640
Jeruk nipis	60	gr	Rp 14.000	1000	gr	Rp 840
Bawang merah	60	gr	Rp 23.000	1000	gr	Rp 1.380
Bawang putih	20	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 400
Ketumbar	5	gr	Rp 7.900	100	gr	Rp 395
Lengkuas	20	gr	Rp 4.000	250	gr	Rp 320
Jahe	15	gr	Rp 6.500	500	gr	Rp 195
Serai	30	gr	Rp 3.000	250	gr	Rp 360
Jintan	3	gr	Rp 18.000	255	gr	Rp 212
garam	5	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 25
Merica	2	gr	Rp 6.000	250	gr	Rp 48
Total						Rp 38.556
Dish Cost (5 Portions)						Rp 7.711
Food Cost						35%
Selling Price						Rp 29.743

Sumber: Data olahan Penulis 2022

Tabel 14
Recipe Costing & Dish Costing

Nasi Liwet

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Beras	200	gr	Rp 59.500	5000	gr	Rp 2.380
Santan	300	ml	Rp 14.500	500	gr	Rp 8.700
Daun Salam	2	pcs	Rp 2.000	100	gr	Rp 40
Garam	3	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 15
Total						Rp 11.135
Dish Cost (5 Portions)						Rp 2.227
Food Cost						35%
Selling Price						Rp 8.590

Tabel 15
Recipe Costing & Dish Costing

Sayur Jipang

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Labu siam	200	gr	Rp 11.000	1000	gr	Rp 2.200
Daun Salam	2	pcs	Rp 2.000	100	gr	Rp 40
Santan	400	ml	Rp 14.500	500	ml	Rp 11.600
Garam	3	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 15
Gula Pasir	5	gr	Rp 13.500	1000	1 kg	Rp 68
Bawang Putih	25	gr	Rp 23.000	1000	gr	Rp 575
Bawang Merah	50	gr	Rp 20.000	1000	gr	Rp 1.000
Cabai Merah	20	gr	Rp 7.100	100	gr	Rp 1.420
Minyak Sayur	20	ml	Rp 30.000	2000	ml	Rp 300
Total						Rp 17.218
Dish Cost (5 Portions)						Rp 3.444
Food Cost						31%
Selling Price						Rp 14.552

Sumber: Data Olahan Penulis 2022

Tabel 16
Recipe Costing & Dish Costing

Wedang Ronde

NAMA BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	JUMLAH	UNIT	TOTAL
Tepung Beras Ketan	150	gr	Rp 6.500	500	gr	Rp 1.950
Garam	3	gr	Rp 5.000	1000	gr	Rp 15
Air	650	ml	Rp -	0	-	0
Pewarna Makanan	3	ml	Rp 4.275	30	ml	Rp 428
Gula pasir	50	gr	Rp 13.500	1000	gr	Rp 675
Kacang tanah	150	gr	Rp 25.000	500	gr	Rp 7.500
Jahe	6	gr	Rp 6.500	500	gr	Rp 78
Gula Merah	100	gr	Rp 17.500	1000	gr	Rp 1.750
Kolang Kaling	100	gr	Rp 11.000	1000	gr	Rp 1.100
Total						Rp 13.496
Dish Cost (5 Portions)						Rp 2.699
Food Cost						30%
Selling Price						Rp 11.696

Tabel 17
Total Recipe Costing & Dish Costing

NO	MENU	DISH COST	SELLING PRICE	ROUNDING
1	Sosis Solo	Rp 3.249	Rp 12.530	Rp 12.500
2	Gudangan	Rp 5.109	Rp 19.705	Rp 19.700
3	Timlo	Rp 5.898	Rp 25.558	Rp 25.600
4	Selat Solo	Rp 11.353	Rp 43.789	Rp 43.800
5	Sate Buntel	Rp 7.711	Rp 29.743	Rp 29.700
6	Nasi Liwet	Rp 2.227	Rp 8.590	Rp 8.600
7	Sayur Jipang	Rp 3.444	Rp 14.552	Rp 14.600
8	Wedang Ronde	Rp 2.699	Rp 11.696	Rp 11.700
TOTAL		Rp 41.689	Rp 166.162	Rp 166.200

1.4.5 Nutrition Value

Kandungan gizi yang baik pada bahan masakan selalu ada pada tiap bahan masakan.. Menurut Soenarjo (2000), Nutrisi merupakan ikatan kimia yang berperan dalam penyedia energi, membangun dan memelihara jaringan tubuh. (Nurrofiq, 2012). Sedangkan menurut KBBI nutrisi adalah proses pemasukan dan pengolahan zat makanan oleh tubuh.

Berikut nilai gizi yang penulis susun untuk mengetahui kandungan gizi dalam hidangan yang penulis presentasikan:

Tabel 18
Nutrition Value
Sosis Solo

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Telur	90	132,3	0,693	8,946	11,322	0,693
Tepung	80	291,2	61,048	0,784	8,264	0,216
Air	130	0	0	0	0	0
Garam	10	0	0	0	0	0
Mentega	15	13,5	0	1,65	0	0
Bawang merah	20	8,4	2,022	0,016	0,184	0,856
Bawang Putih	10	14,9	3,306	0,05	0,636	0,1
Ayam	200	390	0	15,44	29,5582	0
Lada Bubuk	3	10	2	0	0	0
Gula Pasir	15	58,05	14,997	0	0	14,9865
Bubuk Kaldu Ayam	2	0	0	0	0	0
Santan Cair	100	230	5,54	23,84	2,29	3,34

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 19
Nutrition Value
Gudangan

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Kelapa	200	708	30,46	66,98	6,66	12,46
Bawang Merah	70	29,4	7,077	0,056	0,644	2,996
Bawang Putih	55	81,95	18,183	0,275	3,498	0,55
Cabai Merah						
Keriting	40	6,8	1,2	0,368	0,256	0,22
Kencur	15	30,75	6,75	0,6	6,75	0,15
Daun Jeruk	2	0	0	0	0	0
Bubuk Kaldu						
Ayam	20	0	0	0	0	0
Wortel	90	36,9	8,622	0,216	0,837	4,086
Kacang Panjang	100	31	7,31	0,12	1,82	1,4
Tauge	30	8,7	1,407	0,144	1,077	0,552
Telur	90	132,3	0,693	8,946	11,322	0,693
Kangkung	5	1	0,159	0,017	0,1255	0,0185
Kacang Cikir	30	122,4	12,6	4,8	9	0
Daun Kenikir	10	4	0,693	0,0045	0,381	0,035

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 20
Nutrition Value
Timlo

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Kaldu Ayam	1500	75	9,3	1,8	5,85	0
Bawang Putih	40	59,6	13,224	0,2	2,544	0,4
Bawang Merah	20	8,4	2,022	0,016	0,184	0,856
Garam	10	0	0	0	0	0
Lada	3	10	2	0	0	0
Suun	100	351	86,09	0,06	0,16	0
Wortel	100	41	9,58	0,24	0,93	4,54
Jamur Kuping	80	12	0,72	0,72	3,04	0
Telur Pindang	5	340	2,45	23,25	27,55	2,45
Bawang Goreng	30	150	15	9	3	3
Daun Bawang	20	12,2	2,83	0,06	0,3	0,78
Seledri	20	2,8	0,594	0,034	0,138	0,366
Jeruk nipis	100	26	8,9	0	0,39	2,48

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 21
Nutrition Value
Selat Solo

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Has dalam	200	508	0	40	34,34	0
Telur	3	132,3	0,693	8,946	11,322	0,693
Margarin	10	13,5	0	1,65	0	0
Bawang bombay	30	12	2,889	0,024	0,264	1,218
Bawang putih	20	14,9	3,306	0,05	0,636	0,1
Kecap manis	100	428,57	107,14	0	0	92,86
Kecap inggris	10	7,7	1,9	0	0	1
Pala	5	26,25	2,4645	1,8155	0,292	1,4245
Cengkih	1	2,74	0,655	0,13	0,0597	0,0238
Garam	13	0	0	0	0	0
Lada bubuk	5	10	2	0	0	0
Mustard	5	3,3	0,389	0,1555	0,1975	0,142
Cuka	5	0,9	0,002	0	0	0,002
Gula Pasir	5	58,05	14,997	0	0	14,9865
Daun Selada	6	0,9	0,1674	0,009	0,0816	0,0468
Tomat	60	10,8	2,352	0,12	0,528	1,578

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 22
Nutrition Value
Sate Buntel

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Daging kambing	200	218	0	4,62	41,2	0
Lemak kambing	40	43,6	0	0,924	8,24	0
Kecap manis	50	30,00	7,50	0	0	6,50
Cabai rawit	30	5,1	0,9	0,276	0,192	0,165
Santan	25	57,5	1,385	5,96	0,573	0,835
Asam jawa	10	23,90	6,25	0,06	0,28	5,74
Jeruk nipis	60	18	6,324	0,12	0,42	1,014
Bawang merah	60	25,2	6,066	0,048	0,552	2,568
Bawang putih	20	29,8	6,612	0,1	1,272	0,2
Ketumbar	5	1,15	0,183	0,026	0,107	0
Lengkuas	20	4,8	0,878	0,108	0,29	0,352
Jahe	15	12	2,666	0,113	0,273	0,255
Serai	30	29,7	7,593	7,593	0,546	0
Jintan	3	11,25	1,327	0,668	0,534	0,068
garam	5	0	0	0	0	0
Merica	2	10	2	0	0	0

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 23
Nutrition Value
Nasi Liwet

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Beras	200	722	158,96	1,18	13,5	0,08
Santan	300	690	16,62	71,52	6,870	10,02
Daun Salam	2	0	0	0	0	0
Garam	3	0	0	0	0	0

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 24
Nutrition Value
Sayur Jipang

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Labu siam	200	34	7,8	0,26	1,64	3,7
Daun Salam	2	0	0	0	0	0
Santan	400	920	22,16	95,36	9,160	13,36
Garam	3	0	0	0	0	0
Gula Pasir	5	19,35	4,999	0	0	4,9955
Bawang Putih	25	37,25	8,265	0,125	1,59	0,25
Bawang Merah	50	21	5,055	0,04	0,46	2,14
Cabai Merah	20	3,4	0,6	0,184	0,128	0,11
Minyak Sayur	20	163,64	0	18,182	0	0

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 25
Nutrition Value
Wedang Ronde

NAMA BAHAN	Gr	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
		(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Tepung Beras	150					
Ketan		543	119,1	1,05	10,05	0
Garam	3	0	0	0	0	0
Air	650	0	0	0	0	0
Pewarna Makanan	3	-	-	-	-	-
Gula pasir	300	1161	299,94	0	0	299,73
Kacang tanah	150	851	24	73,86	38,7	6
Jahe	6	4,8	1,066	0,045	0,1092	0,102
Kolang Kaling	100	33	8,31	0,21	0,39	7,69
Gula Merah	100	337	97,33	0	0	96,21

Sumber: fatsecret.com, dan olahan data penulis 2022

Tabel 26
Total Nutrition Value

Menu	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	GULA
	(kkal)	(gr)	(gr)	(gr)	(gr)
Sosis Solo	1148,4	89,6	50,7	52,3	20,2
Gudangan	1193,2	95,2	82,5	42,4	23,2
Timlo	1088,0	152,7	35,4	44,1	14,9
Selat Solo	1229,9	139,0	1229,9	47,7	114,1
Sate Buntel	520,0	49,7	20,6	54,5	17,7
Nasi Liwet	1412,0	175,6	72,7	20,4	10,1
Sayur Jipang	1198,6	48,9	114,2	13,0	24,6
Wedang Ronde	2929,3	549,9	75,2	49,2	409,7
TOTAL	10719,4	1300,5	1681,2	323,5	634,3

Sumber: Data olahan penulis 2022

1.4.6 Tempat dan Waktu Penelitian

1.4.6.1 Tempat dan Waktu Pelaksanaan Latihan

Penulis akan melakukan latihan Food Presentation pada bulan Oktober sampai dengan November 2022 di kediaman penulis yang bertempat di jalan Arumdalu III no, 4B, Surakarta, atau di Bandung.

1.4.6.1 Tempat dan Waktu Pelaksanaan Presentasi Produk

Penulis akan melaksanakan kegiatan presentasi produk pada bulan Januari 2023 di Kitchen Lab Nusantara Politeknik Pariwisata NHI Bandung