

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masakan Indonesia adalah salah satu tradisi kuliner yang paling kaya di dunia dan penuh dengan cita rasa yang kuat. Kekayaan jenis masakannya merupakan cermin keberagaman budaya dan tradisi Nusantara yang terdiri atas sekitar 6.000 pulau berpenghuni dan menempati peran penting dalam budaya nasional Indonesia secara umum. Hampir seluruh masakan Indonesia kaya dengan bumbu berasal dari rempah-rempah seperti kemiri, cabai, lengkuas, jahe, kunyit dan kelapa dengan diikuti penggunaan teknik-teknik memasak menurut bahan dan tradisi-adat yang terdapat pula pengaruh melalui perdagangan yang berasal dari India, Tiongkok, Timur Tengah dan Eropa terutama Belanda, Portugis dan Spanyol. Pada dasarnya tidak ada satu bentuk tunggal “Masakan Indonesia”, tetapi lebih kepada keanekaragaman masakan daerah yang dipengaruhi secara lokal oleh kebudayaan Indonesia serta pengaruh asing (Sbs.com.au, 2015). Salah satu daerah yang dipengaruhi oleh budaya maupun suku yang tidak berasal dari daerah itu sendiri adalah Jawa Timur.

Jawa Timur adalah sebuah provinsi di bagian timur Pulau Jawa, Indonesia. Ibu kotanya terletak di Surabaya. Luas wilayahnya 47.922 km², dan jumlah penduduknya 42.030.633 jiwa (sensus 2015). Jawa Timur memiliki wilayah terluas di antara 6 provinsi di Pulau Jawa, dan memiliki jumlah penduduk terbanyak kedua di Indonesia setelah Jawa Barat. Jawa Timur berbatasan dengan Laut Jawa di utara, Selat Bali di timur, Samudra Hindia di selatan, serta Provinsi Jawa Tengah di barat

(Indonesia.go.id, 2017). Provinsi Jawa Timur terdiri atas 29 kabupaten dan 9 kota. Salah satu kota yang ada yaitu Kota Kediri.

Kota Kediri memiliki wilayah seluas 63,40 km² dan merupakan kota sedang di Provinsi Jawa Timur. Terletak di daerah yang dilalui Sungai Brantas dan di antara sebuah lembah di kaki gunung berapi, Gunung Wilis. Kota Kediri merupakan salah satu kota tertua di Indonesia. Kota Kediri lahir pada tanggal 27 Juli 1879. Secara geografis, Kediri terletak pada posisi antara 111°05' – 112°03' Bujur Timur dan 7°45' – 7°55' Lintang Selatan. Adapun dari aspek topografi, Kota Kediri terletak pada ketinggian rata-rata 67 meter di atas permukaan laut. Tingkat kemiringannya 0-40% (Kedirikota.go.id, 2019).

Kota Kediri dikenal juga dengan sebutan “Kota Tahu”. Berdasarkan penelusuran sejarah, pada awal 1900-an terjadi migrasi besar-besaran warga Tionghoa dari dataran Tiongkok masuk ke Indonesia, termasuk wilayah Kediri. Salah seorang imigran bernama Lauw Soen Hok (dikenal dengan Bahkacung) memulai merintis pembuatan tahu pada tahun 1912 setelah mendapati kesamaan karakteristik air di Kediri dengan air di tanah asalnya. Seiring waktu, jumlah industri tahu di kota Kediri berkembang semakin banyak (Kedirikota.go.id, 2019). Namun bukan berarti hanya tahu saja yang menjadi identitas kuliner milik kota Kediri ini, ada juga yaitu sambal tumpang atau sambal tempe bosok. Sambal tumpang salah satu makanan khas Kediri ini, telah ada bahkan sejak zaman kerajaan Nusantara. Heri Priyatmoko menyatakan bahwa, dalam bukti serat Centhini dari 1814-1823, sudah disebutkan bahwa ada sambal tumpang di bumi Mataram (Kompas.com, 2020). Selain sambal tumpang, Adapun juga kuliner khas Kota Kediri dari zaman kerajaan, yaitu Getuk Pisang. Menurut Bapak Marsidik selaku

sebagai pelaku usaha Getuk Pisang, menyatakan bahwa Getuk Pisang adalah makanan yang sudah turun temurun dari zaman kerajaan Jenggala dan Kerajaan Kediri (Kedirikota.go.id, 2014). Selain beberapa kuliner Kota Kediri yang ditinjau dengan nilai sejarahnya. Adapun beberapa kuliner khas Kediri yang cukup unik, di antaranya adalah Sate Bekicot dan Krengsengan Emprit. Makanan tersebut kini sudah mulai jarang ditemukan dipasaran.

Adapun dari wawancara yang penulis lakukan bersama Bapak Darmo (dikenal dengan Mbah Darmo) dan Bapak No, yaitu sebagai pelaku usaha kuliner khas Kediri yang melakukan usaha secara berulang, mengkonfirmasi bahwa menu yang penulis ajukan didalam tugas akhir benar adanya. Adapun juga wawancara yang penulis lakukan terhadap Bapak Warsito, yaitu salah satu warga yang tinggal dan memiliki pengalaman untuk mengonsumsi masakan-masakan dari Kota Kediri, mengkonfirmasi bahwa menu yang penulis ajukan didalam tugas akhir ini benar adanya.

Setelah memahami sejarah dan cita rasa dari makanan khas yang ada di Kediri, maka penulis dapat memulai untuk Menyusun resep dengan sebaik-baiknya agar dapat menghasilkan sajian yang dapat diterapkan dan diproduksi dalam standar restoran *Fine Dining*. Dengan Menyusun resep dengan baik dan benar, pengembangan produk makanan yang dihasilkan dapat berkualitas dan tanpa mengubah cita rasa hidangan tersebut.

Beraneka ragam dan uniknya makanan yang terdapat di kota Kediri ini yang menjadikan penulis tertarik untuk mengangkat Kota Kediri sebagai tema tugas akhir yang berjudul **“Pengembangan Presentasi Produk Kuliner Jawa Timur Kota Kediri”**. Dengan harapan melalui tugas akhir ini, penulis dapat membantu

melestarikan makanan yang sudah jarang ditemukan dipasaran dan memperkenalkan makanan khas Kediri ke masyarakat Indonesia dengan berbagai pengembangan produk dari segi teknik dan penyajian/ *Plating*.

1.2 Tujuan dan Sasaran

1.2.1 Tujuan Formal

Sebagai salah satu syarat kelulusan dalam menempuh ujian akhir jurusan Perhotelan Program Studi Manajemen Tata Boga, Program Diploma III Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung.

1.2.2 Tujuan Operasional

1. Memperkenalkan citarasa kuliner Kota Kediri, Jawa Timur.
2. Membantu melestarikan warisan kuliner Kota Kediri yang mulai pudar di pengaruhi modernisasi.
3. Melakukan pengembangan makanan khas Kediri dalam segi teknik dan persentasi/ *Plating*, yang dapat disalurkan dalam bentuk setmenu di restoran *Fine Dining*.

1.3 Usulan Menu

Penulis akan mempresentasikan dan mengembangkan masakan Kota Kediri, Jawa Timur dan akan di presentasikan dalam bentuk *Plating Fine Dining*. Menu yang akan di presentasikan terdiri dari *Amuse Bouche, Appetizer, Soup, Pre Main Course, Main Course, Palate Cleanser, Dessert, Mignardises*. Usulan menu ini penulis dapatkan dari berbagai narasumber dan referensi lainnya. Susuan menu yang akan di presentasikan adalah sebagai berikut:

1.3.1 Menu

“AMUSE BOUCHE”

(Tahu Takwa, *Hollow Breadcrumbs Coating*, dan Sambal Petis)

“PECEL TUMPANG”

(Sambal Pecel, Sambal Tumpang, Sayuran Kukus, Timun Koin, Telur Puyuh

Confit dan Rempeyek)

“SOTO KEDIRI”

(Soto Kediri, *Mousse* Ayam Bakar, Sawi Putih *Brûlée*, dan Acar Tauge

Goreng)

“SATE BEKICOT”

(*Tartare* Bekicot “Sate Bekicot dan Bumbu Kacang”, *Wafer*, Kuah Kuning

Emulsion dan *Whipped Coconut Cream*)

“KRENGSENGAN”

(*Beef Mosaic Wellington*, Krengsengan Emprit Saus, Sambal Terasi,

Popcorn, Acar Tomat Ceri dan Bubuk Kemangi)

“PALATE CLEANSER”

(Buto Ijo *Spherification*, Mutiara dan *Citrus Granita*)

“GETUK PISANG”

(Getuk Pisang, *Coconut Milk Sorbet*, *Italian Meringue*, *Strawberry Tuile* dan
Almond Crumble)

“MIGNARDISE

(Klepon)

1.3.2 Penjelasan Menu

Penjelasan singkat mengenai masakan Kota Kediri yang berisikan tentang pengertian dan *Condiments* dari setiap hidangan yang dipilih penulis yang disajikan dalam bentuk *Plating Fine Dining*, yaitu:

1. *Amuse Bouche*

Amuse Bouche adalah kudapan sebelum makanan pembuka dan diberikan secara gratis. Penulis disini menyajikan Tahu Petis sebagai *Amuse Bouche*.

2. *Pecel Tumpang*

Pecel Tumpang adalah sayur-sayuran yang dikukus dan disajikan dengan 2 jenis sambal, yaitu sambal pecel dan sambal tumpang. Dan dilengkapi dengan rempeyek.

3. *Soto Kediri*

Soto Kediri adalah soto ayam dimasak dengan bumbu kuning dan santan. Biasa disajikan juga dengan ayam bakar.

4. *Sate Bekicot*

Sate Bekicot adalah bekicot yang disate dengan olesan bumbu kecap dan dibakar dengan arang. Disajikan dengan bumbu kacang.

5. *Krengsengan*

Krengsengan adalah masakan yang biasanya terbuat dari daging sapi atau daging unggas yang dimasak dengan bawang putih, bawang merah, cabai merah, cabai rawit, terasi, dan kecap manis.

6. *Palate Cleanser*

Palate Cleanser adalah penetralisir rasa yang ada dimulut, biasanya berupa makanan ataupun minuman. Penulis disini menyajikan Es Buto Ijo sebagai *Palate Cleanser*.

7. *Getuk Pisang*

Getuk Pisang adalah makanan manis yang terbuat dari pisang raja nangka yang dikukus dan dijadikan adonan yang dicampur dengan gula merah.

8. *Mignardises*

Mignardises adalah *a Bite-Sized Dessert* yang disajikan di akhir sebuah hidangan. Penulis disini menyajikan Klepon sebagai *Mignardises*.

1.4 Tinjauan Produk

1.4.1 Tema Masakan

Dalam pengerjaan tugas akhir ini, penulis mengambil tema Pengembangan Presentasi Produk Kuliner Jawa Timur Kota Kediri dengan penyajian secara penyajian/ *Plating Fine Dining*. Untuk pengertian *Fine Dining* itu sendiri adalah restoran kelas atas dan mewah yang menyediakan makanan dengan kualitas terbaik, serta pelayanan dan suasana yang memberikan pengalaman yang tidak terlupakan bagi tamu. Penulis menyajikan menu kuliner Kota Kediri dalam bentuk penyajian/ *Plating Fine Dining* dengan jumlah makanan yang dihidangkan sebanyak 8 jenis masakan yang diuraikan dari *Amuse Bouche* hingga *Mignardise*.

1.4.2 Jenis Masakan

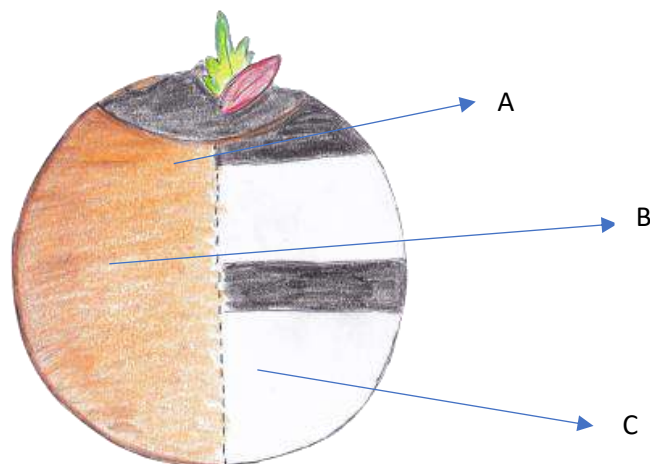
Penulis Menyusun menu yang mewakilkan kuliner Kota Kediri dengan penyajian *Fine Dining* yang penulis dapatkan dari beberapa sumber. Susunan makanan penulis presentasikan sebagai berikut:

1. Tahu Petis (*Amuse Bouche*)

Tahu Petis adalah sebuah hidangan yang berbahan dari tahu takwa yang disajikan dengan sambal petis yang memiliki cita rasa gurih dan pedas.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu tahu takwa yang dihaluskan dengan *Cream* yang bertujuan memberi tekstur *Creamy* untuk mengimbangi rasa yang kuat dari Sambal Petis. Penambahan *Hollow Breadcrumbs Coating* bertujuan untuk menambahkan tekstur renyah dan sebagai wadah untuk Tahu Takwa "*Tofu Cream*" dan Sambal Petis.

Gambar 1
Tahu Petis



Keterangan:

A. Sambal Petis

B. Tahu Takwa "*Tofu Cream*"

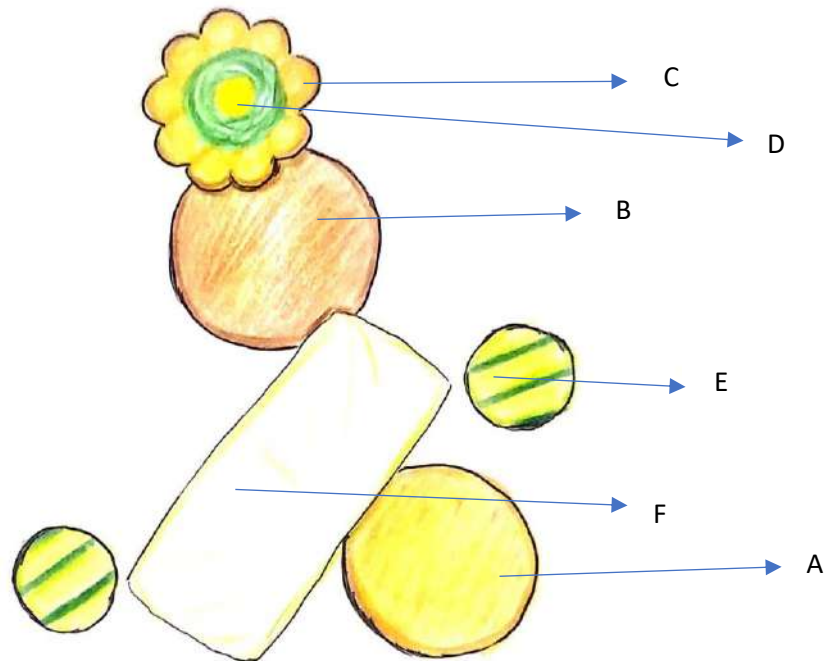
C. *Hollow Breadcrumbs Coating*

2. **Pecel Tumpang**

Pecel Tumpang adalah hidangan yang menyajikan rebusan atau kukusan bayam, kubis, kacang panjang, wortel dan timun. Dan dihidangkan dengan 2 sambal yaitu sambal pecel yang berbahan dasar dari kacang tanah dan sambal tumpang yang berbahan dasar dari tempe busuk. Dengan perpaduan 2 sambal, memberikan cita rasa pedas, manis dan gurih. Sebagai pelengkap ditambahkan rempeyek.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu merubah bentuk Rempeyek menjadi seperti cangkang yang dibentuk menggunakan *cupcake mould*, dengan tujuan sebagai wadah dan menambahkan teksture renyah. Rempeyek diisi dengan kukusan bayam dan Kuning Telur Puyuh yang di *confit* di suhu 60°C yang membuat Kuning Telur Puyuh berteksture lembut. Untuk Sayuran Kukusnya yaitu kubis yang di *roll* dan diisi kacang panjang dan wortel, dengan dibungkusnya kacang panjang dan wortel didalam kubis bertujuan agar tampilan makanan tidak berantakan seperti Pecel Tumpang pada umumnya. Pecel Tumpang disajikan dengan 2 sambal yaitu Sambal Pecel dan Sambal Tumpang yang memberikan cita rasa pedas, manis dan gurih.

Gambar 2
Pecel Tumpang



Keterangan:

A. Sambal Tumpang

D. Telur Puyuh *Confit*

B. Sambal Pecel

E. Timun Koin

C. Rempeyek

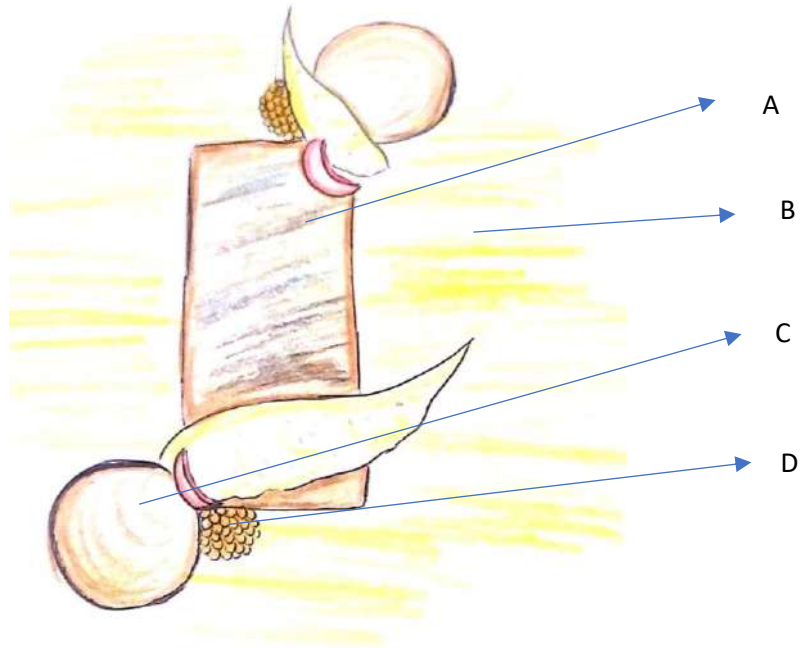
F. Sayuran Kukus

3. Soto Kediri

Soto Kediri merupakan soto yang berbahan utama ayam. Soto kediri terbuat bumbu halus bawang putih, bawang merah, kemiri, kunyit, dan jahe. Yang membedakan dengan soto yang lain, kuah soto kediri menggunakan santan. Soto Kediri memiliki cita rasa yang gurih dan juga soto kediri biasa disajikan dengan ayam bakar.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu membuat ayam menjadi *Mousse*. Setelah itu *Mousse* ayam diasapi dengan menggunakan sabut kelapa yang bertujuan untuk menambahkan *Smoky Flavour*. Setelah itu *Mousse* Ayam dibakar dan diolesi dengan bumbu kecap. Untuk Sawi Putih *Brûlée* dibuat dengan cara sawi putih digulung dengan daun pisang dan dikukus. Setelah Sawi Putih dikukus, Sawi Putih dipotong dan di *Sear* hingga salah satu permukaannya coklat, dengan di *sear* salah satu permukaannya bertujuan untuk memberikan warna coklat kegelapan untuk penampilan pada makanan. Untuk pelengkap penulis menambahkan Acar Tauge Goreng, dengan tujuan Acar Tauge Goreng memiliki cita rasa yang asam dan berteksture renyah. Kuah Soto Kediri memiliki cita rasa yang gurih dan penyajian Kuah Soto akan dituang di piring.

Gambar 3
Soto Kediri



Keterangan:

A. *Mousse* Ayam Bakar

C. Sawi Putih *Brulle*

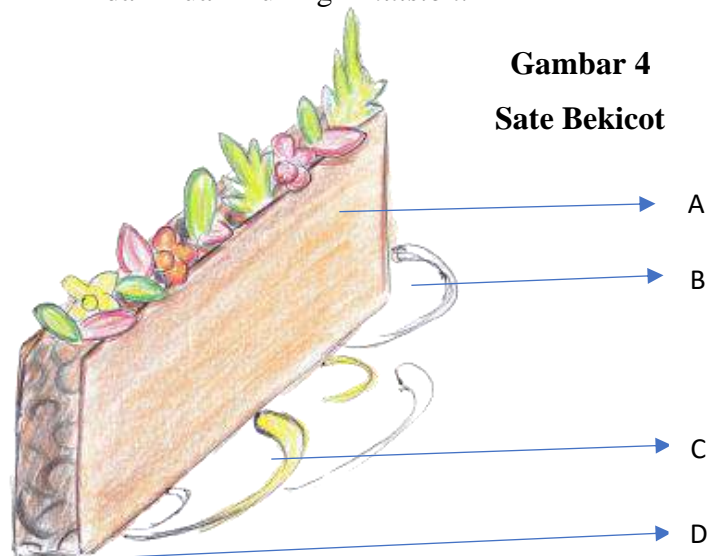
B. Soto Kediri

D. Acar Tauge Goreng

4. Sate Bekicot

Sate Bekicot adalah bekicot yang dimasak dengan bumbu kecap dari kecap manis, bawang putih, bawang merah, ketumbar dan dibakar dengan arang. Dijasakan dengan bumbu kacang. Sate bekicot sangat cocok sebagai makanan selingan sebelum hidangan utama.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu membuat *Tartare* Bekicot dari Sate Bekicot yang dicincang dan dicampurkan dengan Bumbu Kacang. *Tartare* Bekicot disajikan dengan *Filo Pastry* dengan presentasi seperti *Wafer* yang menambah tekstur renyah. *Filo Pastry* Adalah adonan yang tidak menggunakan ragi dan dipipihkan sangat tipis. Untuk menambahkan tekstur *creamy* dan rasa asam penulis menambahkan *Whipped Coconut Cream* dan Kuah Kuning *Emulsion*.



Keterangan:

A. *Wafer*

C. Kuah Kuning *Emulsion*

B. *Whipped Coconut Cream*

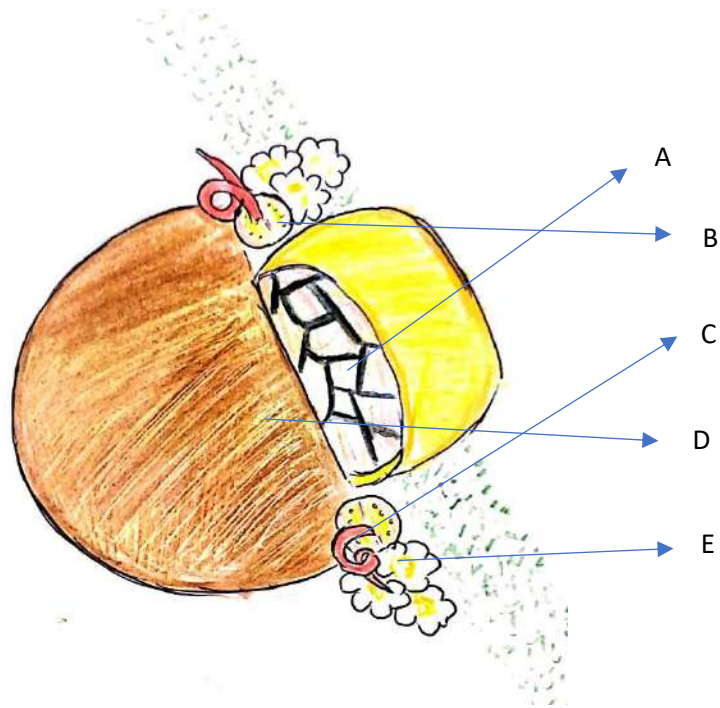
D. *Tartare Bekicot*

5. Krengsengan

Krengsengan adalah hidangan yang terbuat dari daging sapi ataupun daging unggas yang dimasak krengsengan dengan bumbu halus yang terbuat dari bawang merah, bawang putih, cabai merah, cabai rawit, terasi, dan kecap manis. Krengsengan memiliki cita rasa yang manis dan gurih yang kuat.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu, membuat kuah Krengsengan dengan bumbu halus, terasi, kecap, dan burung pipit. Setelah jadi, kuah disaring dan dikentalkan untuk Krengsengan Emprit Saus yang memiliki cita rasa yang gurih. Untuk protein penulis menggunakan daging sapi yang dipotong memanjang dan satukan kembali menggunakan *Transglutaminase* dan *Charcoal*, bertujuan untuk memperindah penampilan dengan terbentuknya mosaik pada daging sapi tersebut. Setelah itu daging sapi dibungkus dengan *Puff Pastry* dan dipanggang kurang lebih 30 menit. Untuk *Side Dishes* nya penulis menambahkan Sambal Terasi untuk menambahkan rasa pedas, Acar Tomat Ceri untuk menambahkan rasa segar dan asam, *Popcorn* untuk menambahkan tekstur renyah dan Bubuk Kemangi untuk menambahkan warna pada hidangan ini.

Gambar 5
Krengsengan



Keterangan:

A. *Beef Mosaic Wellington*

D. Krengsengan Emprit Saus

B. Acar Tomat Ceri

E. *Popcorn*

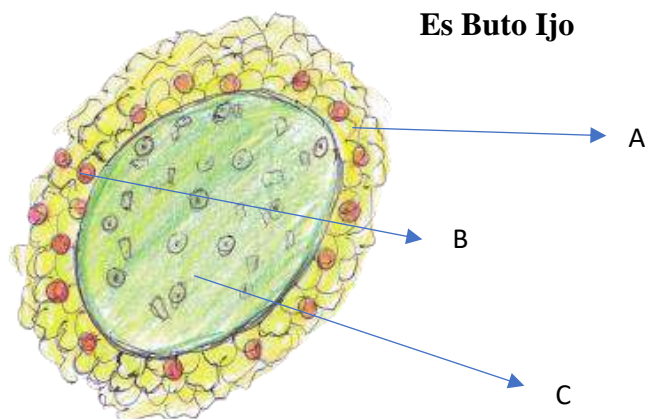
C. Sambal Terasi

6. Es Buto Ijo (*Palate Cleanser*)

Es Buto Ijo adalah minuman yang berbahan dasar sirup melon dan susu. Disajikan dengan beberapa bahan seperti rumput laut, biji selasih, dan pacar china. ditambahkan es yang diserut membuat Es Buto Ijo menyegarkan dan sangat cocok dikonsumsi saat siang hari yang cukup panas

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu membuat *Spherification* dari sirup melon dan kental manis beserta potongan rumput laut dan biji selasih. Membuat *Spherification* Buto Ijo bertujuan untuk menambah sensasi kejut saat memakannya, dikarenakan pecahnya *Spherification* Buto Ijo di dalam mulut. Untuk esnya, penulis membuat *Granita* dari jeruk nipis dan lemon dengan tujuan untuk menambahkan rasa asam untuk mengimbangi rasa manis dari Buto Ijo *Spherification*.

Gambar 6
Es Buto Ijo



Keterangan:

A. *Citrus Granita*

B. Pacar China

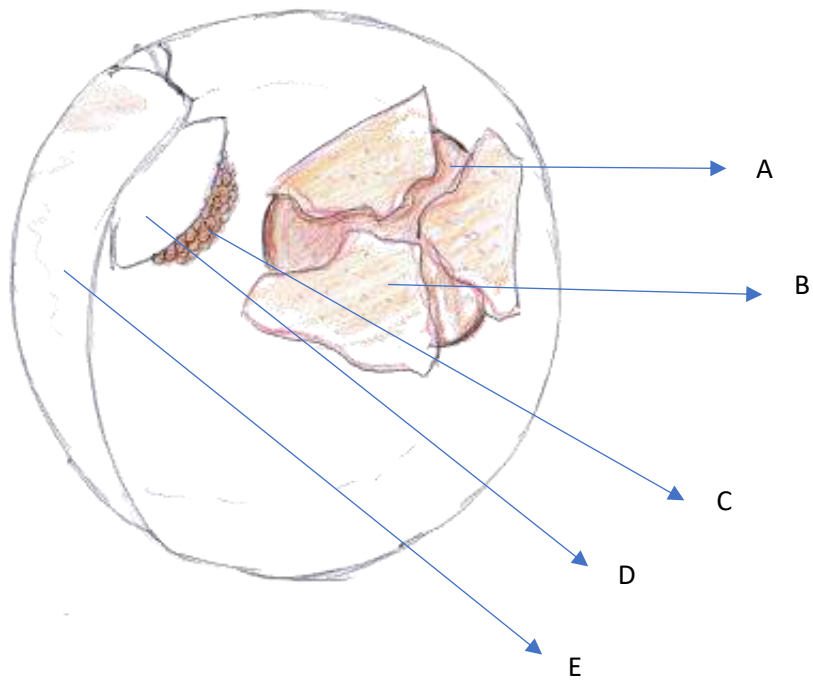
C. Buto Ijo *Spherification*

7. Getuk Pisang

Getuk Pisang adalah makanan manis yang terbuat dari pisang raja nangka yang dikukus dan dijadikan adonan yang dicampur dengan gula merah. Konon getuk pisang adalah makanan yang sangat disukai oleh putri kerajaan kediri, yaitu Dewi Sekartaji.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu, membuat Getuk Pisang menjadi *Mousse* dengan cara mencampur kukusan pisang dengan *Cream* menggunakan *Mixer*. Setelah itu dicetak menggunakan *Silicone Mould* berbentuk kubah dan didinginkan di *Freezer*. *Mousse* Getuk pisang memiliki cita rasa yang manis dan lembut dimulut. Getuk pisang ini disajikan dengan *Coconut Milk Sorbet* untuk menambahkan sensasi dingin pada dessert, *Italian Meringue* yang dibuat lebih asam untuk menambahkan rasa asam dan *Italian Meringue* akan di *torch* dengan tujuan menambahkan warna coklat untuk memperindah penampilan. Untuk pelengkap penulis menambahkan *Strawberry Tuile* dan *Almond Crumble* untuk menambahkan tekstur renyah dan rasa gurih untuk membuat dessert ini lebih seimbang dalam komposisi rasa dan tekstore.

Gambar 7
Getuk Pisang



Keterangan:

A. Getuk Pisang

D. *Coconut Milk Sorbet*

B. *Strawberry Tuile*

E. *Italian Meringue*

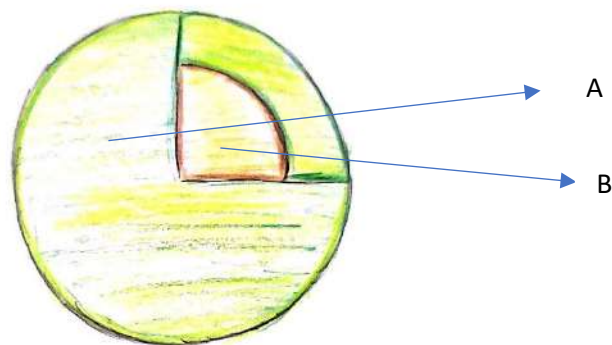
C. *Almond Crumble*

8. Klepon (*Mignardise*)

Klepon adalah kudapan yang terbuat dari tepung ketan yang diberi perisa pandan dan di isi gula merah. Klepon memiliki cita rasa yang manis dan memiliki tekstur kenyal.

Pengembangan produk yang penulis lakukan yaitu mengganti coatingan kelapa parut menggunakan kelapa parut yang dikeringkan dengan tujuan menambah tekstur renyah yang menyeimbangi tekstur kenyal dari klepon tersebut.

Gambar 8
Klepon



Keterangan:

A. Klepon

B. Gula Merah

1.5 Usulan Resep

Resep merupakan serangkaian intruksi tertulis untuk membuat atau mengolah suatu masakan. Tujuan resep itu sendiri untuk mengatur jumlah setiap bahan yang digunakan disetiap masakan yang dibuat. Dengan adanya resep, operasional kerja dapur akan berjalan dengan baik. Resep yang akan digunakan berasal dari berbagai sumber diantaranya buku, *Google*, *Youtube*, dan dari beberapa resep yang penulis dapatkan dari pengalaman selama *Job Training*.

TABEL 1.1
RESEP TAHU PETIS
(TOFU CREAM)

Halaman : 1 dari 4	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 25 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Amuse Bouche</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 50 menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	2	pcs	Tahu Takwa	
		40	ml	<i>Whipped Cream</i>	
		8	gr	Gula	
		20	gr	Garam	
2	Rebus	2	pcs	Tahu Takwa	Selama 5 menit dan setelah 5 menit tiriskan
		5	gr	Garam	
3	Haluskan	2	pcs	Tahu Takwa	Sampai halus
		40	ml	<i>Whipped Cream</i>	
		8	gr	Gula	
		15	gr	Garam	

Sumber: *Blanco par Mandif, 2020 dan OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.1
RESEP TAHU PETIS
(SAMBAL PETIS)

Halaman : 2 dari 4	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 25 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Amuse Bouche</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 50 menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	35	gr	Petis	Bersihkan Kupas Bersihkan Larutkan dengan air (10 ml)
		7	gr	Cabai Rawit	
		15	gr	Bawang Putih	
		2	gr	Daun Jeruk	
		5	gr	Tepung sagu	
		20	ml	Kecap Manis	
		10	gr	Garam	
		8	gr	Lada	
		40	ml	Air	
		20	ml	Minyak Goreng	
2	Haluskan	7	gr	Cabai Rawit	Sampai halus
		15	gr	Bawang Putih	
3	Tumis	20	ml	Minyak Goreng	Hingga matang dan harum
		2	gr	Bumbu Halus Daun Jeruk	
4	Masukan	35	gr	Petis	Masak hingga mengental
		20	ml	Kecap manis	
		40	ml	Air	
		15	ml	Larutan Sagu	
		10	gr	Garam	
		8	gr	Lada	

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=kOFP566nW-0> dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.1
RESEP TAHU PETIS
(HOLLOW BREADCRUMB COATING)

Halaman : 3 dari 4	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 25 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Amuse Bouche</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 50 menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	150 70 50 70 200	gr gr gr gr ml	<i>Butter</i> Tepung Terigu Telur <i>Breadcrumbs</i> Minyak Goreng	<i>salted</i>
2	Cetak	150	gr	<i>Butter</i>	Di <i>Silicone Mould</i> berbentuk setengah lingkaran. Dan dinginkan di <i>Freezer</i> .
3	Gabungkan			Setengah Lingkaran <i>Butter</i>	Hingga berbentuk lingkaran
4	<i>Coating</i>	70 50 70	gr gr gr	<i>Butter</i> Tepung Terigu Telur <i>Breadcrumbs</i>	Masukan <i>Butter</i> ke tepung terigu, lanjutkan masukan ke telur, terakhir masukan ke <i>Breadcrumbs</i>
5	Panaskan	200	ml	Minyak Goreng	Hingga $\pm 220^{\circ}$ F

LANJUTAN TABEL 1.1
RESEP TAHU PETIS
(HOLLOW BREADCRUMB COATING)

Halaman : 4 dari 4	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 25 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Amuse Bouche</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 50 menit

6	Goreng			<i>Butter Breadcrumbs</i>	Hingga kecoklatan. Angkat dan lubangin <i>Hollow Breadcrumbs</i> untuk mengeluarkan sisa butter.
7	Sajikan			<i>Tofu Cream Sambal petis Hollow Breadcrumbs Coating</i>	Dengan cara isi <i>Hollow Breadcrumbs Coating</i> dengan <i>Tofu Cream</i> dan sambal petis. Beri garnish untuk mempercantik.

Sumber: Maximilian, Gronda, 2020

TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(SAYURAN KUKUS & TIMUN KOIN)

Halaman : 1 dari 8	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 80 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Appetizer</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 93 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	50	gr	Bayam	Ambil daunnya, <i>Blanch</i>
		50	gr	Kubis	Ambil daunnya, <i>Blanch</i>
		50	gr	Kacang Panjang	Potong 3 cm, <i>Blanch</i>
		100	gr	Timun	
		50	gr	Wortel	<i>Julliene, Blanch</i>
		150	ml	Air	
2	Bungkus	50	gr	Kubis	Masukan kacang panjang dan wortel di dalam kubis, setelah itu di <i>Roll</i>
		50	gr	Kacang Panjang	
		50	gr	Wortel	
3	Kukus	50	gr	Kubis	Sampai matang
		50	gr	Kacang Panjang	
		50	gr	Wortel	
4	<i>Slice</i>	100	gr	Timun	Menyamping, susun setelah itu potong menggunakan <i>Ring Cutter</i> lingkaran seukuran koin

Sumber: *OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(REMPEYEK)

Halaman : 2 dari 8	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 80 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Appetizer</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 93 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	50	gr	Tepung Beras	Kupas Bersihkan Bersihkan <i>Salted</i>
		10	gr	Tepung Tapioka	
		80	ml	Air	
		15	gr	Bawang Putih	
		10	gr	Kemiri	
		5	gr	Kunyit	
		5	gr	Kencur	
		5	gr	Ketumbar	
		8	gr	Lada	
		20	gr	Garam	
		30	gr	Telur	
50	gr	<i>Butter</i>			
2	Haluskan	15	gr	Bawang Putih	Hingga halus
		10	gr	Kemiri	
		5	gr	Kunyit	
		5	gr	Kencur	
		5	gr	Ketumbar	
		8	gr	Lada	
3	Campurkan	50	gr	Tepung Beras	Sampai menjadi adonan
		10	gr	Tepung Tapioka	
		80	ml	Air	
		20	gr	Garam	
		30	gr	Telur	
				Bumbu Halus	

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(REMPEYEK)

Halaman	: 3 dari 8	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 80 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Suhu Ruangan
Jenis makanan	: <i>Appetizer</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 93 Menit

4	<i>Pan Fry</i> dan Cetak	50	gr	Butter Adonan Rempeyek	Oleskan <i>Butter</i> ke pan cetakan kue semprong. Tuang sedikit adonan. Jangan sampai kering. Angkat, potong sesuai dengan ukuran <i>Egg Tart Mould</i> . Dan masukan rempeyek ke <i>Mould</i> dan timpa dengan <i>Mould</i> lagi.
5	Goreng			Rempeyek	Dengan dengan <i>Mould</i> yang ditimpa sampai kecoklatan

Sumber: <https://www.kompas.com/food/read/2020/08/27/111200175/cara-bikin-peyek-kacang-renyah-dan-gurih> dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(SAMBAL PECEL)

Halaman : 4 dari 8	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 80 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Appetizer</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 93 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	60	gr	Kacang Tanah	Sangrai Kupas Bersihkan Larutkan
		8	gr	Cabai Rawit	
		20	gr	Cabai Keriting	
		30	gr	Gula Merah	
		15	gr	Bawang Putih	
		8	gr	Kencur	
		5	gr	Daun Jeruk	
		15	ml	Asam Jawa	
		20	gr	Garam	
		75	ml	Air	
		100	ml	Minyak Goreng	
2	Goreng	60	gr	Kacang Tanah	Sampai sedikit matang
		8	gr	Cabai Rawit	
		20	gr	Cabai Keriting	
		15	gr	Bawang Putih	
		8	gr	Kencur	
		5	gr	Daun Jeruk	
3	Haluskan	60	gr	Kacang tanah	Hingga menjadi <i>Paste</i>
4	Haluskan	8	gr	Cabai Rawit	Hingga halus
		20	gr	Cabai Keriting	
		30	gr	Gula Merah	
		15	gr	Bawang Putih	
		8	gr	Kencur	
		5	gr	Daun Jeruk	
		15	ml	Asam Jawa	
		20	gr	Garam	

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(SAMBAL PECEL)

Halaman	: 5 dari 8	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 80 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Suhu Ruangan
Jenis makanan	: <i>Appetizer</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 93 Menit

5	Campukan			Kacang Tanah <i>Paste</i> Bumbu Halus Air	Sampai tercampur rata dan dengan tekstur yang sesuai
		75	ml		

Sumber: <https://lestariweb.com/Indonesia/SambalPecel.php> dan *OlahanPenulis*,

2020

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(SAMBAL TUMPANG)

Halaman : 6 dari 8	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 80 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Appetizer</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 93 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	100	gr	Tempe Busuk	Potong chunk Potong chunk Bersihkan, geprek Kupas Kupas Bersihkan, geprek
		20	gr	Cabai Merah	
		8	gr	Cabai rawit	
		5	gr	Kencur	
		8	gr	Kemiri	
		15	gr	Bawang Putih	
		30	gr	Bawang Merah	
		3	gr	Daun Jeruk	
		2	gr	Daun Salam	
		5	gr	Lengkuas	
		100	ml	Santan	
		10	gr	Gula	
		20	gr	Garam	
		100	ml	Air	
30	ml	Minyak Goreng			
2	Kukus	100	gr	Tempe Busuk	±15 menit
		30	gr	Cabai Merah	
		8	gr	Cabai rawit	
		5	gr	Kencur	
3	Haluskan	8	gr	Kemiri	Hingga halus
		15	gr	Bawang Putih	
		15	gr	Bawang Merah	

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECEL TUMPANG
(SAMBAL TUMPANG)

Halaman : 7 dari 8	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 80 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Appetizer</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 93 Menit

4	Tumis		30	ml	Minyak Goreng	Sampai matang dan harum
			3	gr	Bumbu Halus	
			2	gr	Daun Jeruk	
			5	gr	Duan Salam Lengkuas	
5	Tambahkan		100	gr	Tempe Busuk	Yang sudah dikukus.
			15	gr	Cabai Merah	
			8	gr	Cabai rawit	
			5	gr	Kencur	
6	Masukan		100	ml	Santan	Kecilkan api dan hancur-hancurkan tempe busuknya. Aduk hingga mengental. Setelah matang dan mengental saring.
			10	gr	Gula	
			20	gr	Garam	
			100	ml	Air	

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=fLxoBXEVMNw> dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.2
RESEP PECCEL TUMPANG
(TELUR PUYUH *CONFIT*)

Halaman	: 8 dari 8	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 80 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Suhu Ruangan
Jenis makanan	: <i>Appetizer</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 93 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	50	gr	Telur Puyuh	Kuning telur Panaskan sampai suhu 60°C Kupas Kupas
		100	ml	<i>Salad Oil</i>	
		8	gr	Bawang Putih	
		15	gr	Bawang Merah	
		2	gr	Daun Salam	
2	gr	Daun Jeruk			
2	Masukan	50	gr	Telur Puyuh	Kedalam Salad Oil yang panasnya 60°C yang di container sampai 15 menit
		8	gr	Bawang Putih	
		15	gr	Bawang Merah	
		2	gr	Daun Salam	
		2	gr	Daun Jeruk	
3	Sajikan			Sayuran Kukus Timun Koin Rempeyek Telur Puyuh Confit Sambal Pecel Sambal Tumpang	Seperti gambar plating yang penulis cantumkan di halaman 11

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(KUAH SOTO)

Halaman : 1 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 170 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Soup</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 150 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	500	gr	Tulang Ayam	Bersihkan
		60	gr	Bawang Merah	Kupas
		30	gr	Bawang Putih	Kupas
		10	gr	Jahe	Bersihkan
		7	gr	Kunyit	Bersihkan
		15	gr	Kemiri	
		10	gr	Merica	
		5	gr	Daun Jeruk	
		1	pcs	Serai	Geprek
		4	gr	Daun Salam	
		10	gr	Lengkuas	Bersihkan, geprek
		1	L	Air	
		50	ml	Minyak Goreng	
		300	ml	Santan	
		50	gr	Garam	
		25	gr	Gula	
		20	gr	MSG	
2	Rebus	500	gr	Tulang Ayam	Sampai mendidih,
		5	gr	Daun Jeruk	dan kecilkan api
		1	pcs	Serai	
		4	gr	Daun Salam	
		10	gr	Lengkuas	
		1	L	Air	

LANJUTAN TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(KUAH SOTO)

Halaman : 2 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 170 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Soup</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 150 Menit

3	Haluskan	60 30 10 7 15 10	gr gr gr gr gr gr	Bawang Merah Bawang Putih Jahe Kunyit Kemiri Merica	Sampai halus
4	Tumis	50	ml	Minyak Goreng Bubum Halus	Sampai matang dan harum. Masukkan bumbu ke rebusan tulang ayam.
5	Masukan	300 50 25 20	ml gr gr gr	Santan Garam Gula MSG	Sampai sedikit <i>Reduce</i> . Sese kali diaduk agar santan tidak pecah. Jika sudah enak, Saring

Sumber: <https://lestariweb.com/Indonesia/SotoKediri.php> dan *OlahanPenulis,*

2020

LANJUTAN TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(MOUSSE AYAM)

Halaman : 3 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 170 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Soup</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 150 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	100 20 25 12 3 20 20 30 15	gr gr gr gr gr gr gr gr gr	Ayam Kulit Ayam Bawang Merah Bawang Putih Cabai Rawit Santan Telur Ketumbar Garam	Cincang Kupas Kupas Putih
2	Haluskan	25 12 3 30	gr gr gr gr	Bawang Merah Bawang Putih Cabai Rawit Ketumbar	Sampai halus.
3	Campukan	100 20 20 15	gr gr gr gr	Ayam Cincang Bumbu halus Santan Telur Garam	Sampai tercampur rata.
4	Cetak	20	gr	Kulit Ayam Adonan <i>Mousse</i> Ayam	Dengan cetakan balok yang dibalut <i>Plastic Wrap</i> .
5	Kukus			<i>Mousse</i> Ayam	±20 Menit, sampai matang.

Sumber; *Olahan Penulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(MOUSSE AYAM BAKAR)

Halaman : 4 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 170 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Soup</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 150 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	5 60 30 20 6 6 1 3 40 70 20 10 10 250 40 70	pcs gr gr gr gr gr pcs gr ml ml gr gr gr ml ml gr	<i>Mousse</i> Ayam Bawang Merah Bawang Putih Cabai Keriting Jahe Lengkuas Serai Daun Jeruk Asam Jawa Kecap Manis Garam Gula Merica Air Minyak Goreng Sabut Kelapa	Kupas Kupas Bersihkan Bersihkan Geprek Larutkan
2	Haluskan	60 30 20 6 6	gr gr gr gr gr	Bawang Merah Bawang Putih Cabai Keriting Jahe Lengkuas	Sampai halus
3	Tumis	40 1 3	ml pcs gr	Minyak goreng Bumbu Halus Serai Daun Jeruk	Hingga matang dan harum

LANJUTAN TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(MOUSSE AYAM BAKAR)

Halaman	: 5 dari 7	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 170 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: <i>Soup</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 150 Menit

4	Tambahkan	70 20 10 10 250 40	ml gr gr gr ml ml	Kecap Manis Garam Gula Merica Air Asam Jawa	Masak sampai reduce dan rasanya kuat.
5	<i>Smoke</i>	5 70	pcs gr	<i>Mousse Ayam</i> Sabut Kelapa	±15 menit sampai kulit ayam mengembang
6	Bakar	5	pcs	<i>Mousse Ayam</i>	Dengan olesan bumbu kecap.

Sumber: <https://www.masakapahariini.com/resep/resep-ayam-bakar-kecap-bango/>

dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(SAWI PUTIH *BRULEE*)

Halaman : 6 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 170 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Soup</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 150 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	150 10 70 7 4 40	gr gr gr gr gr gr	Sawi Putih Bawang Putih Butter Serai Daun Jeruk Daun Pisang	Ambil daunnya Kupas Salted Potong Slice
2	Roll	150 40	gr gr	Sawi Putih Daun Pisang	Dibungkus dengan daun pisang.
3	Kukus			<i>Roll Sawi Putih</i>	Selama 10 menit. Angkat dan potong seberat kira-kira 30 gr
4	Sear	20	gr	<i>Roll Sawi Putih</i> <i>Butter</i>	Satu sisi
5	Masukan	50 10 4 7	gr gr gr gr	<i>Butter</i> Bawang Putih Daun Jeruk Serai	<i>Basting</i> sampai permukaan <i>Roll</i> sawi putih mencoklat.

Sumber: *Locavore, 2020* dan *OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.3
RESEP SOTO KEDIRI
(ACAR TAUGE GORENG)

Halaman : 7 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 170 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Soup</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 150 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	25 115 2 2 50 35 10 100	gr ml gr gr gr gr gr ml	Tauge Air Bunga lawang Cengkeh Gula Garam Cuka Beras Minyak Goreng	
2	Panaskan	100 2 2 50 35	ml gr gr gr gr	Air Bunga lawang Cengkeh Gula Garam	Sampai jadi simple syrup dan dinginkan
3	Masukan	25 10	gr gr	Tauge Cuka Beras	Diamkan 1 hari
4	Deep fry	25 25	gr gr	Acar Tauge Daun Bawang	Sampai kecoklatan
5	Sajikan			<i>Mousse</i> Ayam Bakar Kuah Soto Sawi Putih <i>Brulee</i> Acar Tauge Goreng	Seperti gambar yang penulis cantumkan dihalam 13. Namun kuah soto dituang diakhir dan ditambahkan garnish

Sumber: *Blanco par Mandif, 2019 dan OlahanPenulis, 2020*

TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(TARTARE BEKICOT)

Halaman : 1 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 90 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Pre Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 100 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	200	gr	Daging Bekicot	Cuci
		25	gr	Bawang putih	Kupas
		5	gr	Jahe	Bersihkan
		50	gr	Gula Merah	
		7	gr	Lada	
		10	gr	Ketumbar	
		30	ml	Kecap Manis	
		30	gr	Garam	
		100	gr	Kacang Tanah	Sangrai
		15	gr	Cabai Merah	
		10	ml	Asam Jawa	Larutkan
		300	ml	Air	Hangat
		10	gr	Tepung Jagung	
		100	ml	Minyak Goreng	
2	Rebus	200	gr	Daging Bekicot	Sampai matang
		5	gr	Garam	
		200	ml	Air	
3	Haluskan	5	gr	Jahe	Sampai halus
		20	gr	Gula Merah	
		7	gr	Lada	
		10	gr	Ketumbar	
		15	gr	Bawang Putih	

LANJUTAN TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(TARTARE BEKICOT)

Halaman : 2 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 90 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Pre Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 100 Menit

4	Tumis	20	gr	Minyak goreng Bumbu halus	Hingga matang dan harum
5	Masukan	200 30 10	gr ml gr	Daging bekicot Kecap Garam	Hingga meresap di daging bekicot. Angkat dan tusuk daging dengan tusuk sate
6	Bakar			Sate bekicot	Dengan olesan bumbu kecap yang tersisa
7	Haluskan	100 15 10 30	gr gr gr gr	Kacang Tanah Cabe Merah Bawang Putih Gula Merah	Hingga benar-benar halus
8	Larutkan	10 50	gr ml	Tepung Jagung Air	Sampai larut
9	Masak	50	ml	Bumbu kacang Air	Hingga mendidih
11	Masukan	5	ml	Asam Jawa Jazzy	Hingga mengental dan dinginkan. Jadilah bumbu kacang

LANJUTAN TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(TARTARE BEKICOT)

Halaman	: 3 dari 7	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 90 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Suhu Ruangan
Jenis makanan	: <i>Pre Main Course</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 100 Menit

12	<i>Slice</i>			Daging Sate Bekicot	
13	Campurkan			Daging sate bekicot Bumbu kacang	Hingga teraduk rata seperti <i>tartare</i>

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=8-6d3M0F5k4> dan *OlahanPenulis,*

2020

LANJUTAN TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(FILO PASTRY)

Halaman : 4 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 90 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Pre Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 100 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	120 15 5 70 8	gr ml ml ml gr	Tepung Terigu <i>Olive Oil</i> Cuka Air Garam	
2	Campur	100 10 5 70 8	gr ml ml ml gr	Tepung Terigu <i>Olive Oil</i> Cuka Air Garam	Sampai kalis dan resting 1 jam
3	Pipihkan	20	gr	Adonan <i>Filo Pastry</i> Tepung terigu	Dusting meja dan pipihkan adonan dengan <i>Rolling Pin</i> sampai dengan ketebalan yang diinginkan. Potong menjadi persegi panjang dengan ukuran 7 x 3,5 cm.
4	<i>Bake</i>	5	ml	Adonan <i>Filo Pastry</i> <i>Olive Oil</i>	Oleskan <i>Olive Oil</i> . Himpit adonan dengan 2 <i>Baking Sheet</i> . Oven dengan 180°C dengan Selama 10 menit.

Sumber: <https://www.allrecipes.com/recipe/259481/homemade-phylo-or-filo-dough/>

LANJUTAN TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(WHIPPED COCONUT CREAM)

Halaman : 5 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 90 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Pre Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 100 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	50 20 15 7 5 8	ml ml gr gr gr gr	<i>Whipped Cream</i> Santan Garam Gula Lemon Jeruk Nipis	<i>Zest, Juice</i> <i>Zest, Juice</i>
2	Kocok	50 20	ml ml	<i>Whipped Cream</i> Santan	Sampai mengembang
3	Tambahkan	15 7 5 8	gr gr gr gr	Garam Gula Lemon Jeruk Nipis	Agar rasa dan aromanya pas

Sumber: *OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(KUAH BUMBU KUNING EMULSION)

Halaman : 6 dari 7	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 90 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Pre Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 100 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	30	gr	Bawang merah	Kupas
		15	gr	Bawang putih	Kupas
		8	gr	Kunyit	Bersihkan
		5	gr	Jahe	Bersihkan
		1	pcs	Serai	Geprek
		5	gr	Lengkuas	Geprek
		20	gr	Daun Kemangi	
		2	gr	Daun Salam	
		8	gr	Cabai Rawit	
		20	gr	Garam	
		8	gr	Gula	
		10	ml	Jeruk Nipis	Airnya
		10	ml	Minyak goreng	
		100	ml	Salad Oil	
200	ml	Air			
2	Haluskan	30	gr	Bawang merah	Sampai halus
		15	gr	Bawang putih	
		8	gr	Kunyit	
		5	gr	Jahe	
3	Tumis	10	ml	Minyak Goreng	Hingga matang dan harum
				Bumbu Halus	
		1	pcs	Serai	
		5	gr	Lengkuas	
		2	gr	Daun Salam	

LANJUTAN TABEL 1.4
RESEP SATE BEKICOT
(KUAH BUMBU KUNING EMULSION)

Halaman	: 7 dari 7	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 90 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Suhu Ruangan
Jenis makanan	: <i>Pre Main Course</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 100 Menit

4	Masukan	200 20 8 8 20	ml gr gr gr gr	Air Daun Kemangi Cabai rawit Gula Garam	Kecilkan api hingga reduce setengah. Setelah itu saring
5	Blend dengan hand blander	100 100 10	ml ml ml	Kuah bumbu kuning Salad oil Air Jeruk Nipis	Hingga mengental
6	Sajikan			Tartare Bekicot Filo Pastry Whipped Coconut Cream Kuah Bumbu Kuning Emulsion	Seperti gambar plating yang penulis cantumkan di halaman 14

Sumber: <https://www.masakapahariini.com/resep/resep-ikan-kuah-kuning/> dan

OlahanPenulis, 2020

TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(KRENGSENGAN EMPRIT SAUS)

Halaman : 1 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	250	gr	Burung Pipit	Bersihkan
		50	gr	Bawang Merah	Kupas
		20	gr	Bawang Putih	Kupas
		15	gr	Cabai Rawit	
		25	gr	Cabai Merah	
		15	gr	Kemiri	
		1	pcs	Serai	Geprek
		3	gr	Daun Jeruk	
		3	gr	Daun Salam	
		8	gr	Lengkuas	Bersihkan, geprek
		50	gr	Tomat	Potong chunk
		9	gr	Terasi	
		75	ml	Kecap Manis	
		25	gr	Garam	
		10	gr	Gula	
		15	gr	Merica	
		500	ml	Air	
		30	ml	Minyak Goreng	
		15	gr	<i>Xanthan Gum</i>	
2	Haluskan	50	gr	Bawang Merah	Sampai halus
		20	gr	Bawang Putih	
		9	gr	Terasi	
		25	gr	Cabai Merah	
		15	gr	Kemiri	

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(KRENGSENGAN EMPRIT SAUS)

Halaman : 2 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 g
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

3	Tumis	30	ml	Minyak Goreng	Sampai matang dan harum.
		1	pcs	Bumbu Halus	Masukan tulang
		3	gr	Serai	burung pipit
		3	gr	Daun Jeruk	diakhir
		8	gr	Daun Salam	
		300	gr	Lengkuas	
				Burung Pipit	
4	Masukan	500	ml	Air	Tunggu sampai mendidih. setelah itu kecilkan api.
		15	gr	Cabai Rawit	
		50	gr	Tomat	
5	Tambahkan	75	ml	Kecap Manis	Tunggu sampai reduce. Setelah rasa pas. Disaring dan dibagi menjadi 2, untuk sauce dan marinasi burung pipit.
		25	gr	Garam	
		10	gr	Gula	
		15	gr	Merica	
6	Kentalkan	150	ml	Krengsengan	<i>Blend</i> dengan
		15	gr	Saus	<i>Hand Blender</i>
				<i>Xanthan Gum</i>	sampai
					kekentalannya pas

Sumber: [https://dapur-camila.web.app/2012-resep-enak-krengsengan-ayam-](https://dapur-camila.web.app/2012-resep-enak-krengsengan-ayam-kediri.html)

[kediri.html](https://dapur-camila.web.app/2012-resep-enak-krengsengan-ayam-kediri.html) dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(BEEF MOSAIC WELLINGTON)

Halaman : 3 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	250	gr	Daging sapi	Tenderloin, potong memanjang
		10	gr	<i>Transglutaminase</i>	
		2	gr	<i>Charcoal</i>	
		25	gr	Garam	
		15	gr	Merica	
		60	ml	<i>Olive Oil</i>	
		30	gr	<i>Dijon Mustard</i>	
		50	gr	Bawang Merah	Kupas, Cincang
		25	gr	Bawang Putih	Kupas, Cincang
		100	gr	Jamur Kancing	Cincang
		50	gr	Jamur Tiram	Cincang
		150	gr	<i>Puff Pastry</i>	
		50	gr	<i>Beef Bacon</i>	
		10	gr	Telur	Kuning
2	Taburkan	25	gr	<i>Transglutaminase</i>	Merata disetiap bagian daging. Dan tumpuk daging setelah itu roll menggunakan plastic wrap. Roll dengan kencang. Simpan daging sapi searian.
		5	gr	<i>Charcoal</i>	
		250	gr	Daging Sapi	
3	<i>Sear</i>	250	gr	Daging Sapi	Hingga permukaan daging berubah kecoklatan.
		30	ml	<i>Olive Oil</i>	
4	Oleskan dan Taburkan	30	gr	<i>Dijon mustard</i>	Ke daging sapi yang sudah di sear.
		25	gr	Garam	
		15	gr	Merica	

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(BEEF MOSAIC WELLINGTON)

Halaman	: 4 dari 9	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 150 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: <i>Main Course</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 117 Menit

5	Tumis	30 50 25	ml gr gr	<i>Olive Oil</i> Bawang Merah Bawang Putih	Hingga harum
6	Masakan	100 50	gr gr	Jamur Kancing Jamur Tiram	Tumis sampai matang dan agak mengering
7	Bungkus	50	gr	<i>Beef Bacon</i> <i>Duxelles</i> Daging Sapi	Menggunakan plastic wrap dengan urutan, beef bacon paling bawah, setelah itu duxelles dan yang terakhir beef. Roll plastic wrap hingga kencang.
8	Bungkus	150	gr	<i>Puff Pastry</i>	<i>Beef Wellington</i> dengan puff pastry. Setelah itu egg wash puff pastry dengan egg yolk.
9	Panggang			<i>Beef Mosaic</i> <i>Wellington</i>	Selama 30 menit dengan suhu 180°C

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=Phtn7C62G0E&t=956s> dan

OlahanPenulis, 2020

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(SAMBAL TERASI)

Halaman : 5 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	5 20 10 5 20 5 20 8 1 20	pcs gr gr gr gr gr gr gr pcs ml	Cabai Merah Bawang Merah Bawang Putih Cabai Rawit Tomat Terasi Garam Gula Merah Jeruk limau Minyak Goreng	Kupas Kupas Brunoises bakar Sisir halus Juice
2	Bakar	5	pcs	Cabai Merah	Sampai kulit luar cabai gosong. Setelah itu kupas dengan air mengalir. Belah dua buang bijinya. Sobek menjadi 2 bagian lagi
3	Haluskan	20 10 5 5	gr gr gr gr	Bawang Merah Bawang Putih Cabai Rawit Terasi	Sampai halus
4	Tumis	20	ml	Minyak Goreng Bumbu halus	Hingga matang dan harum

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(SAMBAL TERASI)

Halaman : 6 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

5	Masukan	20	gr	Cabai Merah bakar	Sampai tercampur rata dan enak
		20	gr	Tomat	
		8	gr	Garam	
				Gula merah	
6	Tambahkan	1	pcs	Sambal Terasi Jeruk Limau	Perasan jeruk limau, untuk menambah rasa

Sumber: <https://endeus.tv/resep/sambal-terasi> dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(ACAR TOMAT CERI)

Halaman : 7 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : <i>Main Course</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	100 100 200 25 4 4 60	gr gr ml gr gr gr ml	Tomat Ceri Gula Air Garam Cengkeh Bunga Lawang Cuka Beras	Belah 2
2	Larutkan	200 100 4 4 25	ml gr gr gr gr	Air Gula Cengkeh Bunga Lawang Garam	Dengan kompor sengga menjadi <i>Simple Syrup</i> . Setelah itu dinginkan
3	Tambahkan	60	ml	Cuka Beras	Hingga rasanya pas
4	Masukan	100	gr	Tomat Ceri	Diamkan semalaman

Sumber: *OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(POPCORN)

Halaman	: 8 dari 9	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 150 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Panas
Jenis makanan	: <i>Main Course</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 117 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	20 20 15	gr gr gr	<i>Popcorn Kernels</i> <i>Butter</i> Garam	<i>Salted</i>
2	Panaskan	10	gr	<i>Butter</i>	Di panas medium, letakan 3 popcorn kernel. Tunggu sampai popcorn kernel pop. Jika sudah pop berarti panas sudah cukup
3	Masukan	20	gr	<i>Popcorn Kernels</i>	Tutup pan, sampai semua pop. Dan angkat
4	Lelehkan	10	gr	<i>Butter</i>	Di pan bekas popcorn. Setelah meleleh siram butter ke popcorn
5	Taburkan	15	gr	Garam	

Sumber: https://www.simplyrecipes.com/recipes/perfect_popcorn/

LANJUTAN TABEL 1.5
RESEP KRENGSENGAN
(BUBUK KEMANGI)

Halaman : 9 dari 9	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 150 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Panas
Jenis makanan : Main Course	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 117 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	20 5 30	gr ml gr	Daun Kemangi Air <i>Breadcrumbs</i>	
2	Haluskan	20 5 30	gr ml gr	Daun Kemangi Air <i>Breadcrumbs</i>	Sampai breadcrumb halus dan berwarna hijau. Jika basah keringkan dengan oven di suhu rendah
3	Sajikan			Krengsengan Emprit Saus <i>Beef Mosaic Wellington</i> Sambal Terasi Acar Tomat Ceri Popcorn Bubuk Kemangi	Seperti gambar yang penulis cantumkan dihalaman 16 dan ditambahkan garnish

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.6
RESEP ES BUTO IJO
(REVERSE SPHERIFICATION BUTO IJO)

Halaman : 1 dari 2	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 40 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Dingin
Jenis makanan : <i>Palate Cleanser</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 35 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	400 30 15 25 10 4 3	ml ml ml gr gr gr gr	Air Sirup Melon Kental Manis Rumput Laut Biji Selasih <i>Calcium lactate</i> <i>Alginate</i>	<i>Brunoise</i>
2	Campurkan	100 30 15 4	ml ml ml gr	Air Sirup Melon Kental Manis <i>Calcium Lactate</i>	Sampai tercampur rata
3	Bekukan	25 10	gr gr	Campuran Buto Ijo Rumput laut Biji Selasih	Di tempat mould es batu
4	Campurkan	300 3	ml gr	Air <i>Alginate</i>	Smapai tercampur rata
5	Masukan	1 300	pcs ml	<i>Frozen</i> Buto Ijo <i>Sodium</i> <i>Alginate Bath</i>	Dan aduk pelan-pelan agar terjadi selaput dan jadi sperification

Sumber: *Namaaz Dinning*, 2019 dan *OlahanPenulis*, 2020

LANJUTAN TABEL 1.6
RESEP ES BUTO IJO
(CITRUS GRANITA)

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 40 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Dingin
Jenis makanan	: <i>Palate Cleanser</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 35 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	50	ml	Air	<i>Juice</i> <i>Juice</i>
		20	gr	Gula	
		70	ml	Lemon	
		30	ml	Jeruk Nipis	
		5	gr	<i>Ice Cream</i> <i>Stabilizer</i>	
2	Campurkan	50	ml	Air	Sampai tercampur dan bekukan. Setelah beku serut <i>citrus ice</i>
		20	gr	Gula	
		70	ml	Lemon	
		30	ml	Jeruk Nipis	
		5	gr	<i>Ice Cream</i> <i>Stabilizer</i>	
3	Sajikan			<i>Reverse Sperefication</i> Buto Ijo <i>Citrus Granita</i>	Seperti gambar yang penulis cantumkan di halaman 17 dengan ditambahkan pacar cina dan <i>slice</i> mint.

Sumber: *OlahanPenulis, 2020*

TABEL 1.7

RESEP GETUK PISANG
(MOUSSE GETUK PISANG)

Halaman : 1 dari 5	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 100 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Dingin
Jenis makanan : <i>Dessert</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 55 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	300	gr	Pisang Raja Nangka	Kupas
		60	gr	Gula Merah	Halus
		5	gr	Garam	
		70	ml	<i>Whipped Cream</i>	
		30	gr	<i>Butter</i>	<i>Unsalted</i>
2	Kukus	300	gr	Pisang Raja Nangka	Selama 1 jam. Pisang akan berubah warna merah kehitaman dan angkat
3	Campurkan	300	gr	Pisang kukus	Menggunakan
		60	gr	Gula Merah	mixer sampai
		70	ml	<i>Whipped Cream</i>	lembut. Setelah itu
		30	gr	<i>Butter</i>	pindahkan mousse
		5	gr	Garam	ke silicon mould berbentuk setengah lingkaran. Dan dinginkan. Setelah mouse getuk pisang set, ambil dari silicone mould

Sumber: *Blanco par Mandif, 2019 dan OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.7
RESEP GETUK PISANG
(*STRAWBERRY TUILE*)

Halaman : 2 dari 5	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 100 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Dingin
Jenis makanan : <i>Dessert</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 55 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	50 25 50 50 25	gr gr gr gr gr	Tepung Terigu <i>Butter</i> Putih Telur <i>Icing Sugar</i> <i>Strawberry</i>	<i>Medium</i> <i>Melted</i> <i>Puree</i>
2	Campur	50 25 50 50 25	gr gr gr gr gr	Tepung Terigu <i>Butter</i> Putih Telur <i>Icing Sugar</i> <i>Strawberry</i>	Sampai tercampur rata. Dan <i>Spread</i> di silpat
3	<i>Bake</i>			Adonan <i>Strawberry</i> <i>Tuile</i>	Di suhu 150°C selama 20 menit. Jika kurang tambah lagi

Sumber: *Blanco par Mandif, 2019 dan OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.7
RESEP GETUK PISANG
(ALMOND CRUMBLE)

Halaman	: 3 dari 5	Jumlah porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 20 September 2020	Berat porsi	: 100 gr
Revisi	:	Suhu hidangan:	Dingin
Jenis makanan	: <i>Dessert</i>	Alat saji	: -
Lokasi	: -	Durasi	: 55 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	75	gr	<i>Almond</i>	<i>Powder</i>
		75	gr	Tepung Terigu	<i>Soft</i>
		50	gr	<i>Butter</i>	<i>Unsalted</i>
		37	gr	<i>Icing Sugar</i>	
		20	gr	Telur	Kuning
		2	gr	Garam	
2	Campur	75	gr	<i>Almond</i>	Sampai tercampur rata. Dan simpan di chiller selama 30 menit. Setelah itu roll tipis di silpat.
		75	gr	Tepung Terigu	
		50	gr	<i>Butter</i>	
		37	gr	<i>Icing Sugar</i>	
		20	gr	Kuning Telur	
		2	gr	Garam	
3	Bake			Adonan crumble	Di suhu 160°C selama 30 menit

Sumber: *Blanco par Mandif, 2019 dan OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.7
RESEP GETUK PISANG
(COCONUT MILK SORBET)

Halaman : 4 dari 5	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 100 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Dingin
Jenis makanan : <i>Dessert</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 55 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	100 400 15 1 50 40 3 2	gr gr gr pcs gr gr gr gr	Santan <i>Cream</i> <i>Glucose</i> Daun Pandan Kelapa Parut Gula <i>Ice Cream</i> <i>Stabilazer</i> Garam	<i>Burnt</i>
2	Masak	100 400 15 1 50 40 3 2	gr gr gr pcs gr gr gr gr	Santan <i>Cream</i> <i>Glucose</i> Daun Pandan Kelapa Parut Gula <i>Ice Cream</i> <i>Stabilazer</i> Garam	Sampai dirasa cukup, setelah itu saring dan bekukan.
3	Blend			<i>Coconut milk ice</i>	Sampai halus. Dan jadilah <i>Sorbet</i>

Sumber: *Blanco par Mandif, 2019 dan OlahanPenulis, 2020*

LANJUTAN TABEL 1.7
RESEP GETUK PISANG
(ITALIAN MERINGUE)

Halaman : 5 dari 5	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 100 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Dingin
Jenis makanan : <i>Dessert</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 55 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	25 50 50 10	ml gr gr ml	Air Gula Putih Telur Jeruk Nipis	Juice
2	Masak	25 50	ml gr	Air Gula	Sampai jadi simple syrup
3	Whisk	50	gr	Putih Telur	Sampai kalua dibalik tidak tumpah
4	Masukan			Simple Syrup	Ke putih telur perlahan-lahan dan tetap diaduk
5	Tambahkan	10	ml	Jeruk nipis	Untuk menambah rasa asam
6	Sajikan			Mousse Getuk Pisang Strawberry Tuile Almond Crumble Coconut Milk Sorbet Italian Meringue	Seperti gambar yang penulis cantumkan di halaman 15

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.8
RESEP KLEPON
(KLEPON)

Halaman : 1 dari 1	Jumlah porsi : 5 porsi
Tanggal : 20 September 2020	Berat porsi : 25 gr
Revisi :	Suhu hidangan: Suhu Ruangan
Jenis makanan : <i>Mignardises</i>	Alat saji : -
Lokasi : -	Durasi : 50 Menit

No	Metode	JML	UNIT	Bahan	Keterangan
1	Siapkan	75 10 60 3 2 3 25 25	gr gr ml gr gr gr gr gr	Tepung Ketan Tepung Tapioka Air Pasta Pandan Daun pandan Garam Gula Merah Coconut Flakes	Panas Sisir halus
2	Campurkan	75 10 60 3 3	gr gr ml gr gr	Tepung Ketan Tepung Tapioka Air Pasta Pandan Garam	Ulen sampai kalis. Setelah itu resting 30 menit.
3	Pipihkan Dan masukan	25	gr	Adonan Klepon Gula Merah	Pipihkan adonan dan masukan gula merah setelah itu dibulatkan lagi
4	Rebus	2	gr	Adonan Kelepon Daun Pandan	Sampai matang dan terapung.
5	Coating	25	gr	Klepon Coconut Flakes	Dengan Coconut Flakes dan Siap disajikan

Sumber: <https://www.youtube.com/watch?v=MQN3S0T2hBo> dan *OlahanPenulis*,

1.6 Recipe Costing dan Dish Costing

Recipe Costing merupakan sebuah usaha untuk menghitung dana yang digunakan dalam satu resep, umumnya dalam satu resep terdiri atas beberapa porsi. Sedangkan *Dish Costing* digunakan untuk menentukan harga per porsi yang didasari dari *Recipe Costing*. Tujuan dari pembuatan *Recipe Costing* dan *Dish Costing* adalah untuk mengidentifikasi dan alokasi penggunaan komoditi pangan yang bertujuan untuk memaksimalkan penggunaan dana yang ada (Barnard,2009).

TABEL 1.9
BIAYA TAHU PETIS

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Tahu Takwa	1	pcs	Rp 2,950.00	2	pcs	Rp 5,900.00
<i>Whipped Cream</i>	1000	ml	Rp 104,200.00	40	ml	Rp 4,168.00
Petis	80	gr	Rp 15,000.00	35	gr	Rp 6,562.50
Cabai Rawit	1000	gr	Rp 24,850.00	7	gr	Rp 173.95
Bawang Putih	1000	gr	Rp 24,900.00	15	gr	Rp 373.50
Daun Jeruk	50	gr	Rp 2,500.00	2	gr	Rp 100.00
Tepung Sagu	1000	gr	Rp 23,000.00	5	gr	Rp 115.00
Kecap Manis	135	ml	Rp 13,000.00	20	ml	Rp 1,925.93
<i>Butter</i>	227	gr	Rp 36,500.00	150	gr	Rp 24,118.94
Tepung Terigu	1000	gr	Rp 12,100.00	70	gr	Rp 847.00
Telur	1000	gr	Rp 28,800.00	50	gr	Rp 1,440.00
<i>Breadcrumbs</i>	1000	gr	Rp 16,000.00	70	gr	Rp 1,120.00
Minyak Goreng	2000	ml	Rp 23,600.00	207	ml	Rp 2,442.60
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	17	gr	Rp 217.60
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	3	gr	Rp 36.51
Merica Bubuk	85	gr	Rp 13,800.00	3	gr	Rp 487.06
<i>Recipe Costing</i>						Rp 50,028.59
<i>Dish Costing</i>						Rp 10,005.72
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 33,352.39

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.10
BIAYA PECEL TUMPANG

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Bayam	1000	gr	Rp 15,000.00	50	gr	Rp 750.00
Kubis	1000	gr	Rp 13,000.00	50	gr	Rp 650.00
Kacang Panjang	1000	gr	Rp 12,000.00	50	gr	Rp 600.00
Timun	500	gr	Rp 7,500.00	100	gr	Rp 1,500.00
Wortel	1000	gr	Rp 12,000.00	50	gr	Rp 600.00
Telur Puyuh	1000	gr	Rp 26,000.00	50	gr	Rp 1,300.00
Tepung Beras	500	gr	Rp 8,360.00	50	gr	Rp 836.00
Tepung Tapioka	1000	gr	Rp 23,000.00	10	gr	Rp 230.00
Bawang Putih	1000	gr	Rp 24,900.00	53	gr	Rp 1,319.70
Kemiri	1000	gr	Rp 42,000.00	18	gr	Rp 756.00
Kunyit	1000	gr	Rp 10,000.00	5	gr	Rp 50.00
Kencur	250	gr	Rp 10,000.00	18	gr	Rp 720.00
Ketumbar	25	gr	Rp 3,750.00	5	gr	Rp 750.00
Telur	1000	gr	Rp 28,800.00	30	gr	Rp 864.00
<i>Butter</i>	227	gr	Rp 36,500.00	50	gr	Rp 8,039.65
Kacang Tanah	1000	gr	Rp 32,000.00	60	gr	Rp 1,920.00
Cabai Rawit	1000	gr	Rp 24,850.00	16	gr	Rp 397.60
Cabai Keriting	1000	gr	Rp 15,000.00	20	gr	Rp 300.00
Daun Jeruk	50	gr	Rp 2,500.00	10	gr	Rp 500.00
Asam Jawa	1000	gr	Rp 24,000.00	15	gr	Rp 360.00
Tempe	500	gr	Rp 7,200.00	100	gr	Rp 1,440.00
Cabai Merah	1000	gr	Rp 16,400.00	20	gr	Rp 328.00
Bawang Merah	1000	gr	Rp 25,800.00	45	gr	Rp 1,161.00
Daun Salam	1000	gr	Rp 25,000.00	4	gr	Rp 100.00
Lengkuas	500	gr	Rp 12,500.00	5	gr	Rp 125.00
Santan	1000	ml	Rp 39,000.00	100	ml	Rp 3,900.00
Gula Merah	1000	gr	Rp 18,000.00	30	gr	Rp 540.00
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	10	gr	Rp 121.70
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	30	gr	Rp 384.00
Minyak Goreng	2000	ml	Rp 23,600.00	130	ml	Rp 1,534.00
Merica Bubuk	85	gr	Rp 13,800.00	5	gr	Rp 811.76
<i>Salad Oil</i>	1000	ml	Rp 82,500.00	100	ml	Rp 8,250.00
<i>Recipe Costing</i>						Rp 41,138.41
<i>Dish Costing</i>						Rp 8,227.68
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 27,425.61

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.11
BIAYA SOTO KEDIRI

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Ayam	1	pcs	Rp 30,000.00	1	pcs	Rp 30,000.00
Bawang Merah	1000	gr	Rp 25,800.00	145	gr	Rp 3,741.00
Bawang Putih	1000	gr	Rp 24,900.00	82	gr	Rp 2,041.80
Jahe	500	gr	Rp 25,000.00	16	gr	Rp 800.00
Kunyit	1000	gr	Rp 10,000.00	7	gr	Rp 70.00
Kemiri	1000	gr	Rp 42,000.00	15	gr	Rp 630.00
Serai	500	gr	Rp 15,000.00	21	gr	Rp 630.00
Daun Jeruk	50	gr	Rp 2,500.00	7	gr	Rp 350.00
Daun Salam	1000	gr	Rp 25,000.00	4	gr	Rp 100.00
Lengkuas	500	gr	Rp 12,500.00	16	gr	Rp 400.00
Santan	1000	ml	Rp 39,000.00	320	ml	Rp 12,480.00
MSG	100	gr	Rp 5,000.00	20	gr	Rp 1,000.00
Cabai Keriting	1000	gr	Rp 15,000.00	20	gr	Rp 300.00
Asam Jawa	1000	gr	Rp 24,000.00	40	gr	Rp 960.00
Kecap Manis	135	ml	Rp 13,000.00	50	ml	Rp 4,814.81
Sabut Kelapa	600	gr	Rp 10,000.00	70	gr	Rp 1,166.67
Cabai rawit	1000	gr	Rp 24,850.00	3	gr	Rp 74.55
Tauge	100	gr	Rp 1,600.00	25	gr	Rp 400.00
Bunga Lawang	100	gr	Rp 17,000.00	2	gr	Rp 340.00
Cuka Beras	600	ml	Rp 23,000.00	10	ml	Rp 383.33
Cengkeh	1000	gr	Rp 65,000.00	2	gr	Rp 130.00
Telur	1000	gr	Rp 28,800.00	20	gr	Rp 576.00
Ketumbar	25	gr	Rp 3,750.00	30	gr	Rp 4,500.00
Sawi Putih	800	gr	Rp 14,000.00	150	gr	Rp 2,625.00
<i>Butter</i>	227	gr	Rp 36,500.00	70	gr	Rp 11,255.51
Daun Pisang	1000	gr	Rp 14,000.00	40	gr	Rp 560.00
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	85	gr	Rp 1,034.45
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	115	gr	Rp 1,472.00
Minyak Goreng	2000	ml	Rp 23,600.00	190	ml	Rp 2,242.00
Merica Bubuk	85	gr	Rp 13,800.00	20	gr	Rp 3,247.06
<i>Recipe Costing</i>						Rp 88,324.18
<i>Dish Costing</i>						Rp 17,664.84
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 58,882.79

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.12
BIAYA SATE BEKICOT

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Daging Bekicot	850	gr	Rp 80,000.00	200	gr	Rp 18,823.53
Bawang Putih	1000	gr	Rp 24,900.00	35	gr	Rp 871.50
Jahe	500	gr	Rp 25,000.00	10	gr	Rp 500.00
Ketumbar	25	gr	Rp 3,750.00	10	gr	Rp 1,500.00
Kecap Manis	135	ml	Rp 13,000.00	30	ml	Rp 2,888.89
Kacang Tanah	1000	gr	Rp 32,000.00	100	gr	Rp 3,200.00
Cabai Merah	1000	gr	Rp 16,400.00	10	gr	Rp 164.00
Asam Jawa	1000	gr	Rp 24,000.00	5	gr	Rp 120.00
Tepung Jagung	150	gr	Rp 6,500.00	10	gr	Rp 433.33
Tepung Terigu	1000	gr	Rp 12,100.00	120	gr	Rp 1,452.00
<i>Olive Oil</i>	250	ml	Rp 65,000.00	15	ml	Rp 3,900.00
Cuka Beras	600	ml	Rp 23,000.00	5	ml	Rp 191.67
<i>Whipped Cream</i>	1000	ml	Rp 104,200.00	50	ml	Rp 5,210.00
Santan	1000	ml	Rp 39,000.00	15	ml	Rp 585.00
Jeruk Nipis	1000	gr	Rp 12,000.00	18	gr	Rp 216.00
Lemon	1000	gr	Rp 60,000.00	5	gr	Rp 300.00
Bawang Merah	1000	gr	Rp 25,800.00	20	gr	Rp 516.00
Kunyit	1000	gr	Rp 10,000.00	5	gr	Rp 50.00
Serai	500	gr	Rp 15,000.00	7	gr	Rp 210.00
Lengkuas	500	gr	Rp 12,500.00	5	gr	Rp 125.00
Daun Kemangi	100	gr	Rp 3,100.00	6	gr	Rp 186.00
Daun Salam	1000	gr	Rp 25,000.00	2	gr	Rp 50.00
Cabai Rawit	1000	gr	Rp 24,850.00	4	gr	Rp 99.40
<i>Salad Oil</i>	1000	ml	Rp 82,500.00	100	ml	Rp 8,250.00
Gula Merah	1000	gr	Rp 18,000.00	50	gr	Rp 900.00
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	10	gr	Rp 121.70
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	48	gr	Rp 614.40
Minyak Goreng	2000	ml	Rp 23,600.00	110	ml	Rp 1,298.00
Merica Bubuk	85	gr	Rp 13,800.00	5	gr	Rp 811.76
<i>Recipe Costing</i>						Rp 53,588.18
<i>Dish Costing</i>						Rp 10,717.64
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 35,725.46

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.13
BIAYA KRENGSENGAN

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Daging Emprit	15	gr	Rp 1,500.00	250	gr	Rp 25,000.00
Bawang Merah	1000	gr	Rp 25,800.00	120	gr	Rp 3,096.00
Bawang Putih	1000	gr	Rp 24,900.00	55	gr	Rp 1,369.50
Cabai rawit	1000	gr	Rp 24,850.00	20	gr	Rp 497.00
Cabai Merah	1000	gr	Rp 16,400.00	45	gr	Rp 738.00
Kemiri	1000	gr	Rp 42,000.00	15	gr	Rp 630.00
Serai	500	gr	Rp 15,000.00	7	gr	Rp 210.00
Daun Jeruk	50	gr	Rp 2,500.00	3	gr	Rp 150.00
Daun Salam	1000	gr	Rp 25,000.00	3	gr	Rp 75.00
Lengkuas	500	gr	Rp 12,500.00	8	gr	Rp 200.00
Tomat	1000	gr	Rp 10,000.00	70	gr	Rp 700.00
Terasi	84	gr	Rp 9,000.00	12	gr	Rp 1,285.71
Kecap Manis	135	ml	Rp 13,000.00	75	ml	Rp 7,222.22
<i>Xanthan Gum</i>	250	gr	Rp 30,000.00	15	gr	Rp 1,800.00
Telur	1000	gr	Rp 28,800.00	10	gr	Rp 288.00
Jeruk Limau	100	gr	Rp 10,000.00	15	gr	Rp 1,500.00
Tomat Ceri	500	gr	Rp 12,500.00	100	gr	Rp 2,500.00
Cengkeh	1000	gr	Rp 65,000.00	4	gr	Rp 260.00
Bunga Lawang	100	gr	Rp 17,000.00	4	gr	Rp 680.00
Cuka Beras	600	ml	Rp 23,000.00	60	ml	Rp 2,300.00
Popcorn Kernels	200	gr	Rp 6,800.00	20	gr	Rp 680.00
<i>Olive Oil</i>	250	ml	Rp 65,000.00	60	ml	Rp 15,600.00
<i>Butter</i>	227	gr	Rp 36,500.00	20	gr	Rp 3,215.86
Daun Kemangi	100	gr	Rp 3,100.00	20	gr	Rp 620.00
<i>Breadcrumbs</i>	1000	gr	Rp 16,000.00	30	gr	Rp 480.00
Gula Merah	1000	gr	Rp 18,000.00	5	gr	Rp 90.00
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	110	gr	Rp 1,338.70
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	75	gr	Rp 960.00
Minyak Goreng	2000	ml	Rp 23,600.00	80	ml	Rp 944.00
Merica Bubuk	85	gr	Rp 13,800.00	30	gr	Rp 4,870.59
Daging Sapi	250	gr	Rp 60,000.00	250	gr	Rp 60,000.00
Jamur Kancing	100	gr	Rp 6,000.00	100	gr	Rp 6,000.00
Jamur Tiram	100	gr	Rp 4,000.00	50	gr	Rp 2,000.00
<i>Dijon Mustard</i>	370	gr	Rp 35,000.00	30	gr	Rp 2,837.84
<i>Transglutaminase</i>	1000	gr	Rp 375,000.00	10	gr	Rp 3,750.00
<i>Charcoal</i>	150	gr	Rp 25,000.00	2	gr	Rp 333.33
<i>Puff Pastry</i>	750	gr	Rp 24,000.00	150	gr	Rp 4,800.00
<i>Beef Bacon</i>	200	gr	Rp 55,000.00	50	gr	Rp 13,750.00
<i>Recipe Costing</i>						Rp 172,771.75
<i>Dish Costing</i>						Rp 34,554.35
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 115,181.17

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.14
BIAYA ES BUTO IJO

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Sirup Melon	460	ml	Rp 15,800.00	30	ml	Rp 1,030.43
Kental Manis	375	ml	Rp 9,600.00	15	ml	Rp 384.00
Rumput Laut	10	gr	Rp 220.00	25	gr	Rp 550.00
Biji Selasih	55	gr	Rp 12,000.00	10	gr	Rp 2,181.82
<i>Calcium Lactate</i>	250	gr	Rp 25,000.00	4	gr	Rp 400.00
<i>Sodium Alginate</i>	100	gr	Rp 55,000.00	3	gr	Rp 1,650.00
Lemon Juice	200	ml	Rp 20,000.00	70	ml	Rp 7,000.00
Jeruk Nipis Juice	200	ml	Rp 20,000.00	30	ml	Rp 3,000.00
<i>Ice Cream Stabilizer</i>	250	gr	Rp 260,000.00	5	gr	Rp 5,200.00
Pacar China	100	gr	Rp 8,000.00	10	gr	Rp 800.00
Daun Mint	100	gr	Rp 9,500.00	7	gr	Rp 665.00
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	20	gr	Rp 243.40
<i>Recipe Costing</i>						Rp 23,104.65
<i>Dish Costing</i>						Rp 4,620.93
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 15,403.10

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.15
BIAYA GETUK PISANG

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Pisang Raja Nangka	1000	gr	Rp 20,000.00	300	gr	Rp 6,000.00
Gula Merah	1000	gr	Rp 18,000.00	60	gr	Rp 1,080.00
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	9	gr	Rp 115.20
Whipped Cream	1000	ml	Rp 104,200.00	470	ml	Rp 48,974.00
Butter	227	gr	Rp 36,500.00	55	gr	Rp 8,843.61
Medium Flour	1000	gr	Rp 12,100.00	50	gr	Rp 605.00
Telur	1000	gr	Rp 28,800.00	100	gr	Rp 2,880.00
Icing Sugar	425	gr	Rp 21,000.00	87	gr	Rp 4,298.82
Strawberry Puree	1000	gr	Rp 178,000.00	25	gr	Rp 4,450.00
Almond Powder	100	gr	Rp 22,000.00	75	gr	Rp 16,500.00
Soft Flour	1000	gr	Rp 11,500.00	75	gr	Rp 862.50
Unsalted Butter	227	gr	Rp 36,500.00	50	gr	Rp 8,039.65
Santan	1000	ml	Rp 39,000.00	100	ml	Rp 3,900.00
Glucose	1000	gr	Rp 14,000.00	15	gr	Rp 210.00
Daun Pandan	5	gr	Rp 3,500.00	1	gr	Rp 700.00
Kelapa Parut	250	gr	Rp 25,000.00	50	gr	Rp 5,000.00
Gula	1000	gr	Rp 12,170.00	90	gr	Rp 1,095.30
Ice Cream Stabilizer	250	gr	Rp 260,000.00	3	gr	Rp 3,120.00
Jeruk Nipis Juice	200	ml	Rp 20,000.00	2	gr	Rp 200.00
<i>Recipe Costing</i>						Rp 116,874.08
<i>Dish Costing</i>						Rp 23,374.82
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 77,916.06

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

TABEL 1.16
BIAYA KLEPON

Bahan	Harga Pasar			Harga Resep		
	Jumlah	Unit	Nominal	Jumlah	Unit	Nominal
Tepung Ketan	500	gr	Rp 13,000.00	75	gr	Rp 1,950.00
Tepung Tapioka	1000	gr	Rp 23,000.00	10	gr	Rp 230.00
Pasta Pandan	25	ml	Rp 6,000.00	3	ml	Rp 720.00
Daun Pandan	5	gr	Rp 3,500.00	2	gr	Rp 1,400.00
Garam	1000	gr	Rp 12,800.00	3	gr	Rp 38.40
Kelapa Parut Kering	100	gr	Rp 12,000.00	25	gr	Rp 3,000.00
Gula Merah	1000	gr	Rp 18,000.00	25	gr	Rp 450.00
<i>Recipe Costing</i>						Rp 7,788.40
<i>Dish Costing</i>						Rp 1,557.68
<i>Food Cost 30%</i>			<i>Selling Price</i>			Rp 5,192.27

Sumber: *OlahanPenulis*, 2020

1.7 Selling Price

Selling price atau harga jual merupakan perhitungan dari presentasi beberapa biaya yaitu *overhead*, *labor cost*, *material cost*, dan *profit* yang ditambahkan. “*The Cost of food and beverage in the commercial sector is usuall in the region of 30-35% of the total operating cost.*” (Davis, 1991). Oleh karena itu penulis memutuskan untuk menggunakan persentase *costing* pada kisaran 30%.

TABEL 1.17
SELLING PRICE

Menu	Dish Costing	Selling Price	Rounding
Tahu Petis	Rp 10,005.72	Rp 33,352.40	Rp 33,500.00
Pecel Tumpang	Rp 8,227.68	Rp 27,425.60	Rp 27,500.00
Soto Kediri	Rp 17,664.84	Rp 58,882.80	Rp 59,000.00
Sate Bekicot	Rp 10,717.64	Rp 35,725.47	Rp 36,000.00
Krengsengan	Rp 34,554.54	Rp 115,181.80	Rp 115,000.00
Es Buto Ijo	Rp 4,620.93	Rp 15,403.10	Rp 15,500.00
Getuk Pisang	Rp 23,374.82	Rp 77,916.07	Rp 78,000.00
Klepon	Rp 1,557.68	Rp 5,192.27	Rp 5,500.00
Total	Rp 110,723.85	Rp 369,079.50	Rp 370,000.00

OlahanPenulis, 2020

1.8 Daftar Nilai Gizi

Sudah menjadi naluri alam manusia untuk bertahan hidup. Salah satu cara untuk bertahan hidup yaitu dengan mengkonsumsi makanan. Mengkonsumsi makanan bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi harian manusia. Fungsi gizi dalam makanan antara lain untuk memperkuat mekanisme pertahanan tubuh, mencegah timbulnya penyakit tertentu, membantu mengembalikan kondisi tubuh setelah sakit, menjaga kondisi fisik dan mental serta memperlambat proses penuaan (Marsono, 2007). Berikut adalah kandungan nilai gizi dari menu pengembangan produk Kota Kediri.

Tabel 1.18
Nilai Gizi Tahu Petis

Jumlah	Bahan	Kalori (Kcal)	Lemak (g)	Karbo (g)	Protein (g)
70 gr	Tahu Takwa	78	2	5	10
40 ml	Whipped Cream	141	0	0	0
35 gr	Petis	17	0	2	1
7 gr	Cabai Rawit	8	1	4	1
15 gr	Bawang Putih	22	0	5	1
2 gr	Daun Jeruk	3	0	0	0
5 gr	Tepung Sagu	10	0	2	0
20 ml	Kecap Manis	36	0	7	1
150 gr	Butter	1075	122	0	1
70 gr	Tepung Terigu	255	5	0	6
50 gr	Telur	71	5	0	6
70 gr	Breadcrumbs	251	2	50	8
207 ml	Minyak Goreng	1680	196	0	0
17 gr	Garam	0	0	0	0
3 gr	Gula	0	0	0	0
3 gr	Merica Bubuk	8	0	2	0
	Total	3655	333	77	35
	Total/Porsi	731	66.6	15.4	7

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.19
Nilai Gizi Pecel Tumpang

Jumlah	Bahan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
		(Kcal)	(g)	(g)	(g)
50 gr	Bayam	11	0	2	1
50 gr	Kubis	12	0	3	1
50 gr	Kacang Panjang	64	4	4	4
100 gr	Timun	15	0	4	1
50 gr	Wortel	20	0	5	0
50 gr	Telur Puyuh	78	111	0	11
50 gr	Tepung Beras	183	1	40	3
10 gr	Tepung Tapioka	35	0	9	0
53 gr	Bawang Putih	79	0	18	3
18 gr	Kemiri	63	6	0	2
5 gr	Kunyit	2	0	0	0
18 gr	Kencur	36	0	0	1
5 gr	Ketumbar	15	1	3	1
30 gr	Telur	43	3	0	4
50 gr	Butter	358	41	0	0
60 gr	Kacang Tanah	340	30	10	15
16 gr	Cabai Rawit	18	3	9	2
20 gr	Cabai Keriting	14	1	1	1
10 gr	Daun Jeruk	14	0	2	0
15 gr	Asam Jawa	42	0	6	0
100 gr	Tempe	225	26	12	24
20 gr	Cabai Merah	436	0	0	0
45 gr	Bawang Merah	32	0	8	1
4 gr	Daun Salam	13	0	3	0
5 gr	Lengkuas	2	0	0	0
100 ml	Santan	50	2	7	1
30 gr	Gula Merah	114	0	29	0
10 gr	Gula	2	0	0	0
30 gr	Garam	0	0	0	0
130 ml	Minyak Goreng	1055	123	0	0
5 gr	Merica Bubuk	13	0	3	1
100 ml	Salad Oil	487	54	3	0
	Total	3871	406	181	77
	Total/Porsi	774.2	81.2	36.2	15.4

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.20
Nilai Gizi Soto Kediri

Jumlah	Bahan	Kalori (Kcal)	Lemak (g)	Karbo (g)	Protein (g)
1 pcs	Ayam	882	18	9	194
145 gr	Bawang Merah	104	0	25	4
82 gr	Bawang Putih	122	0	27	5
16 gr	Jahe	53	0	13	0
7 gr	Kunyit	3	0	0	0
15 gr	Kemiri	71	7	0	1
21 gr	Serai	21	0	5	0
7 gr	Daun Jeruk	10	0	2	0
4 gr	Daun Salam	13	0	3	0
16 gr	Lengkuas	5	0	2	0
320 ml	Santan	672	67	10	7
20 gr	MSG	0	20	0	0
20 gr	Cabai Keriting	14	1	1	1
40 gr	Asam Jawa	112	0	15	1
50 ml	Kecap Manis	90	0	18	3
3 gr	Cabai rawit	3	1	2	0
25 gr	Tauge	7	0	0	1
2 gr	Bunga Lawang	10	1	1	0
10 gr	Rice Vinegar	0	0	0	0
2 gr	Cengkeh	2	0	0	0
20 gr	Telur	29	2	0	3
30 gr	Ketumbar	89	5	16	4
150 gr	Chinese Cabbage	25	0	5	2
70 gr	Butter	502	57	0	1
85 gr	Gula	13	0	3	0
115 gr	Garam	0	0	0	0
190 ml	Minyak Goreng	1542	180	0	0
20 gr	Merica Bubuk	50	1	13	2
	Total	4444	360	170	229
	Total/Porsi	888.8	72	34	45.8

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.21
Nilai Gizi Sate Bekicot

Jumlah	Bahan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
		(Kcal)	(g)	(g)	(g)
200 gr	Daging Bekicot	180	2	4	32
35 gr	Bawang Putih	52	0	12	2
10 gr	Jahe	8	0	2	0
10 gr	Ketumbar	30	2	5	1
30 ml	Kecap Manis	54	0	11	2
100 gr	Kacang Tanah	567	49	16	26
10 gr	Cabai Merah	7	0	1	1
5 gr	Asam Jawa	14	0	2	0
10 gr	Tepung Jagung	350	0	80	0
120 gr	Tepung Terigu	437	1	92	12
15 ml	Olive Oil	8	1	0	0
5 ml	Rice Vinegar	0	0	0	0
50 ml	Whipped Cream	176	0	0	0
15 ml	Santan	7	0	1	0
18 gr	Jeruk Nipis	18	0	3	1
5 gr	Lemon	2	0	1	0
20 gr	Bawang Merah	14	0	0	0
5 gr	Kunyit	2	0	0	0
7 gr	Serai	7	0	2	0
5 gr	Lengkuas	2	0	0	0
6 gr	Daun Kemangi	9	0	1	2
2 gr	Daun Salam	6	0	1	0
4 gr	Cabai Rawit	5	1	2	0
100 ml	Salad Oil	487	54	3	0
50 gr	Gula Merah	190	0	49	0
10 gr	Gula	2	0	0	0
48 gr	Garam	0	0	0	0
110 ml	Minyak Goreng	893	104	0	0
5 gr	Merica Bubuk	13	0	3	1
	Total	3540	214	291	80
	Total/Porsi	708	42.8	58.2	16

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.22
Nilai Gizi Krengsengan

Jumlah	Bahan	Kalori (Kcal)	Lemak (g)	Karbo (g)	Protein (g)
250 gr	Daging Emprit	335	13	0	55
120 gr	Bawang Merah	86	0	20	3
55 gr	Bawang Putih	82	0	18	3
20 gr	Cabai rawit	20	3	10	2
45 gr	Cabai Merah	32	1	3	3
15 gr	Kemiri	71	7	0	1
7 gr	Serai	7	0	2	0
3 gr	Daun Jeruk	4	0	1	0
3 gr	Daun Salam	9	0	2	0
8 gr	Lengkuas	3	0	1	0
70 gr	Tomat	13	0	3	1
12 gr	Terasi	69	4	4	2
75 ml	Kecap Manis	135	0	27	4
15 gr	Xanthan Gum	94	0	19	0
10 gr	Telur	32	3	0	2
15 gr	Jeruk Limau	15	0	2	1
100 gr	Cherry Tomato	4	0	1	0
4 gr	Cengkeh	4	0	1	0
4 gr	Bunga Lawang	21	1	2	0
60 gr	Rice Vinegar	0	0	0	0
20 gr	Popcorn Kernels	125	7	16	3
60 ml	Olive Oil	30	3	0	0
20 gr	Butter	72	8	0	0
20 gr	Daun Kemangi	30	0	3	5
30 gr	Breadcrumbs	108	1	21	4
5 gr	Gula Merah	19	0	5	0
110 gr	Gula	17	0	4	0
75 gr	Garam	0	0	0	0
80 ml	Minyak Goreng	649	78	0	0
30 gr	Merica Bubuk	75	1	19	3
250 gr	Daging Sapi	110	4	0	18
100 gr	Jamur Kancing	32	0	6	2
50 gr	Jamur Tiram	12	0	2	1
30 gr	Dijon Mustard	44	0	0	2
10 gr	Transglutaminase	0	0	0	0
2 gr	Charcoal	0	0	0	0
150 gr	Puff Pastry	553	36	51	8
50 gr	Beef Bacon	222	17	1	15
	Total	3134	187	244	138
	Total/Porsi	626.8	37.4	48.8	27.6

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.23
Nilai Gizi Es Buto Ijo

Jumlah	Bahan	Kalori (Kcal)	Lemak (g)	Karbo (g)	Protein (g)
30 ml	Sirup Melon	101	0	26	0
15 ml	Kental Manis	13	0	3	0
25 gr	Rumput Laut	150	8	10	10
10 gr	Biji Selasih	25	0	6	1
4 gr	Calsium Lactate	2	0	0	0
3 gr	Sodium Alginate	11	1	0	1
70 ml	Lemon Juice	21	1	1	1
30 ml	Jeruk Nipis Juice	0	0	0	0
5 gr	Ice Cream Stabilizer	20	1	2	0
10 gr	Pacar Cina	44	0	45	3
7 gr	Daun Mint	3	0	1	0
20 gr	Gula	3	0	1	0
	Total	393	11	95	16
	Total/Porsi	78.6	2.2	19	3.2

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.24
Nilai Gizi Getuk Pisang

Jumlah	Bahan	Kalori (Kcal)	Lemak (g)	Karbo (g)	Protein (g)
300 gr	Pisang Raja Nangka	267	1	69	3
60 gr	Gula Merah	228	0	59	0
9 gr	Garam	0	0	0	0
470 ml	Whipped Cream	1653	0	0	0
55 gr	Butter	394	45	0	0
50 gr	Medium Flour	182	0	38	5
100 gr	Telur	143	10	1	13
87 gr	Icing Sugar	347	0	87	0
25 gr	Strawberry Puree	17	0	4	0
75 gr	Almond Powder	288	0	0	0
75 gr	Soft Flour	358	18	46	4
50 gr	Unsalted Butter	358	41	0	0
100 ml	Santan	50	2	7	1
15 gr	Glucose	55	0	14	0
1 gr	Daun Pandan	3	0	0	0
50 gr	Coconut Flakes	251	18	24	2
90 gr	Gula	13	0	4	0
3 gr	Ice Cream Stabilizer	12	1	1	0
2 ml	Jeruk Nipis Juice	0	0	0	0
	Total	4619	136	354	28
	Total/Porsi	923.8	27.2	70.8	5.6

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>

Tabel 1.25
Nilai Gizi Klepon

Jumlah	Bahan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
		(Kcal)	(g)	(g)	(g)
75 gr	Tepung Ketan	275	1	60	4
10 gr	Tepung Tapioka	35	9	0	0
3 ml	Pasta Pandan	10	1	1	0
2 gr	Daun Pandan	7	1	0	0
3 gr	Garam	0	0	0	0
25 gr	Coconut Flakes	125	9	12	1
25 gr	Gula Merah	95	0	25	1
	Total	547	21	98	6
	Total/Porsi	109.4	4.2	19.6	1.2

Sumber: <https://www.myfitnesspal.com>