

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pulau Bali termasuk salah satu destinasi pariwisata yang sangat terkenal dan paling diminati oleh turis domestik maupun mancanegara. Hal ini terjadi karena Bali memiliki keindahan alam yang dapat memukau semua orang, seperti pantai, gunung dan lautnya yang sangat luar biasa.

“Pulau Bali mempunyai magnet yang dapat menarik wisatawan dari berbagai belahan dunia. Pulau Dewata ini memiliki beragam jenis wisata mulai dari alam, budaya, hingga kuliner.” (Nursastri, 2017)

Dibalik keindahan alamnya sesungguhnya yang membuat Pulau Bali “Pulau Dewata” dan menjadi Tujuan Pariwisata yang terkenal, terdapat pada budaya masyarakatnya yang masih memegang teguh ajaran leluhur yang menjadikan *Cultural Tourism* sebagai daya tarik yang sesungguhnya.

Bali diibaratkan pulau surga dimana manusianya hidup harmonis dengan sang pencipta, masyarakat, dan alam, seperti di surga. Konsep ini dianut oleh

seluruh masyarakat hindu Bali yang dikenal sebagai “Tri Hita Karana”, secara singkat bermakna ‘alam semesta ini terdiri dari hubungan manusia dengan Sang Maha, sesama manusia, dan dengan alam’.

Konsep “Tri Hita Karana” diimplementasikan dalam hampir semua aspek kehidupan di Bali, pada desa tradisional (desa adat) dan lingkungan sekitarnya yang diatur oleh adat, budaya dan kebiasaan yang menuntun komunitasnya selama seribu tahun terakhir. Dimana komunitasnya berawal dari yang paling kecil, yaitu desa adat, dan komunitas lingkungan sekitarnya (banjar), yang menjadi bagian dari daerah yang lebih besar yang diatur oleh pendeta (pedanda) dan raja-raja (tjokorda).

Konsep desa adat dalam budaya Bali, mencakup lebih dari pengertian desa pada umumnya di Indonesia. Desa adat mencakup daerah desa yang dihuni oleh keluarga, pura (tempat ibadah), lahan pertanian maupun yang bukan pertanian, semua diatur oleh aturan desa (awig-awig).

“Traditional village territory is regarded as the ultimate property of the Gods, only temporarily managed by the villagers, the primary goals of desa adat can be formulated as : to guard the ritual purity of its territory and to restore it to the state when there has been a disturbance” (Peters, 2013)

Pulau Bali yang sangat indah dan penduduknya sangat kaya akan tradisi dan seni, yang membuat banyak seniman internasional datang ke Bali untuk bekerja dalam lingkungan yang sangat nyaman dan penuh inspirasi, yang berlanjut hingga hari ini.

Seiring berkembangnya zaman, daya tarik yang membuat pulau Bali unik, dapat terancam berkurang karena permintaan pariwisata yang semakin beragam, seperti bangunan yang tinggi, pembangunan lahan untuk dijadikan daya tarik wisata untuk fasilitas akomodasi dan transportasi, dan juga budaya asing penunjang kenyamanan turis, seperti budaya malam dan lain sebagainya. Sengaja atau tidak, turis ini membawa budaya mereka ke pulau Bali dan berasimilasi dengan adat penduduk Bali yang mulai berubah mengikuti gaya hidup turis, dikhawatirkan akan mengurangi daya tarik budaya Bali seperti yang penulis jelaskan sebelumnya.

Sesungguhnya kuliner tradisional Bali maupun Indonesia pun dapat menyaingi budaya kuliner yang dibawa oleh turis tersebut dan menjadi daya tarik yang sesungguhnya. Dengan memperkenalkan dan mengajak turis domestik maupun mancanegara untuk tertarik dan memahami aspek budaya mulai dari asal mula komoditi pangan hingga tata cara pengolahan dan penyajian yang mencakup tentang sejarah dan adat dibalik setiap masakan kita sendiri, khususnya Kuliner Bali. Tetapi, banyak juga makanan yang kurang ter-ekspos salah satunya

makanan dari kota Singaraja, Bali. Contohnya Blayag, Sambal Bangkot, Sayur Buangit dan sebagainya.

Oleh karena alasan inilah penulis ingin menyajikan sebuah sajian tradisional Bali, salah satunya kabupaten Buleleng, kota Singaraja.

Kabupaten Buleleng berada di belahan utara Pulau Bali, memanjang dari barat ke timur, dengan batas-batas di sebelah barat Kabupaten Jembrana, di sebelah selatan Kabupaten Tabanan, Badung, dan Bangli serta di bagian timur berbatasan dengan Kabupaten Karangasem. Sedangkan di sebelah Utara berbatasan dengan laut Jawa dan Bali.

Kabupaten Buleleng memiliki luas wilayah 1.365, 88 Km² atau 24,25 % dari luas Provinsi Bali, dengan panjang pantai ± 157 Km. Kabupaten Buleleng terdiri dari 9 Kecamatan, 129 Desa, 19 Kelurahan, dan 169 Desa Adat.

Letak secara geografis berada pada posisi 8o, 03' 40" – 8o, 23' 00" Lintang Selatan dan 114o, 25' 55" – 115o 27' 28" Bujur Timur.

Wilayah Kabupaten Buleleng membentang dari Barat ke Timur dengan topografi di bagian Selatan merupakan wilayah perbukitan dan pegunungan, sedangkan di bagian Utara merupakan dataran rendah disepanjang pantai. Menyatunya ataupun relatif dekatnya antara wilayah pegunungan dengan pantai memberikan makna tersendiri bagi Kabupaten Buleleng dibandingkan dengan Kabupaten lainnya di Provinsi Bali. Kondisi ini menjadikan topografi wilayah Buleleng sering disebut Nyegara Gunung. (bulelengkab.go.id/)

Pada kuliner khas Bali setiap bahan pangan yang akan diolah mempunyai tata cara dan ceritanya tersendiri yang melewati legenda dan dongeng turun temurun. Menurut Gautama, W.B. (2004), Aturan pencampuran ini, dinamakan Dharma Caruban, yaitu Dharma yang berarti ilmu, dan carub yang berarti olah, menjadi olahan (caruban). Dasar olahan tersebut dibuat beberapa patokan pencampuran, Berawal dari beberapa bumbu dasar (Basa), dan pelengkap (jejaton), diantaranya:

- a. Base Genep, yaitu campuran lengkap dari Lengkuas (isen), Jahe (jae),

Kunyit, Kencur (cekuh), Bawang Merah (emba), Bawang Putih (kesuna), Cabai domba (tabia), Kemiri (tingkih), biasanya basa genep ini diproses dengan cara di-ulig (menggilas pada cobek hingga halus).

- b. Base Rajang, merupakan Bahan Base Genap Besar yang dilumatkan sampai halus dengan cara di rajam/ dicacah.
- c. Basa Wewangen yaitu bumbu kering yang memberikan rasa panas dan wewangian yaitu ; jebugarum (pala), cengkeh, tabia bun (cabai jawa), merica hitam, lada putih, dan ketumbar.
- d. Kesuna Cekuh, yaitu campuran bawang putih (kesuna) dan kencur (cekuh), biasanya diproses dengan cara ditumbuk atau basa intuk.
- e. Sambal, seperti Sambal emba, dan Sera Tabia, kadang disebut sebagai Basa Cenik (bumbu kecil) yaitu campuran antara terasi (sera) dan cabai (tabia) yang dimasak secara perlahan hingga lunak
- f. Jejaton yaitu bumbu pelengkap yang terdiri dari cabai jawa (tabia bun), gamongan, bangle, jangau dan tingkih (kemiri).

Dari bumbu bumbu dasar tersebut, lalu diolah menjadi olahan, beberapa jenis olahan, yaitu ;

- a. Olahan Tuh (olahan kering), diantaranya ; sate, urutan, gorengan, brengkes, serta gubah (teboan)
- b. Olahan Beteg (olahan lembab), diantaranya ; Lawar, Be Nyatnyat, Be Genyol, Timbungan, Oret, dan Sembuuk.
- c. Olahan Enceh (olahan cair), diantaranya ; Kekomoh/cecobor/bangsel, Jangan/Jukut Ares (batang pohon pisang)
(Gautama, 2004)

B. Tujuan Tugas Akhir

Berbagai unsur alam yang dimiliki serta kebudayaan dalam menciptakan cita rasa khas Buleleng menjadi latar belakang pembuatan satu rangkaian menu makanan tradisional khas Buleleng, dengan 2 tujuan utama:

1. Tugas Akhir ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dari pendidikan Diploma III, Program Studi Manajemen Tata Boga di Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung.
2. Memperkenalkan kuliner Singaraja menjadi lebih dikenal nusantara ataupun dunia.

C. Usulan Produk

Melalui penjelasan latar belakang, Penulis ingin mempresentasikan rangkaian menu CITA RASA KULINER SINGARAJA, BALI yang telah dipilih untuk ditampilkan:

1. Blayag

Blayag terdiri dari potongan ketupat yang dipadukan dengan beragam isian, lalu disiram dengan kuah kuning kental. Sejatinya, kata blayag merujuk kepada tipat yang dalam bahasa Bali artinya ketupat. Blayag adalah ketupat yang dibungkus dengan janur. Dipakainya janur sebagai pembungkusnya karena kondisi geografi Bali Utara yang agak kering dan berpantai menyebabkan banyak pohon kelapa yang mendominasi.

Tipat Blayag, resep masakan ini diciptakan oleh pendahulu di Desa Pengelatan, Kecamatan Buleleng. Untuk menuju desa ini, bisa ditempuh dengan perjalanan darat sekitar delapan kilometer dari arah kota Singaraja.

Resep Tipat Blayag di desan ini yang kini terkenal di seluruh Buleleng dan bahkan ke luar daerah itu tetap dijaga kelestariannya. Ibu-ibu rumah tangga pun menjadikan resep Tipat Blayag yang tidak ada di

daerah lainnya itu sebagai usaha untuk menunjang ekonomi keluarga. Bahkan, Tipat Blayag kini mulai dilirik untuk hidangan di pesta resepsi perkawinan maupun pada event besar yang digelar instansi pemerintah maupun swasta. Kuah blayag memiliki cita rasa yang gurih dan kaya akan rempah, untuk lontong memakai lontong polos tanpa isian, lalu untuk ayam hanya direbus menggunakan air biasa. (Paon Made, 2016)



Gambar 1 sate kakul

2. Sate Kakul

Sate kakul ialah sate yang terbuat dari sate kakul. Kakul adalah sejenis binatang keong namun ukurannya lebih kecil atau orang sering menyebutnya dengan kerang darah

Dulu, makanan ini identik dengan makanan orang yang tinggal di daerah desa. Namun seiring waktu, sate kakul sudah menjadi salah satu menu yang diminati orang banyak, bahkan banyak restoran pun yang menyajikan sate kakul. Karena banyaknya warung dan rumah makan yang menyajikan sate kakul, sehingga wisatawan menjadi lebih mudah untuk menemukan kuliner yang terbuat dari bahan dasar keong sawah ini.

Sate keong ini biasa dimakan dengan saus kacang pedas. Namun ada juga orang yang hanya menggunakan paduan kecap manis dan gula merah sebagai saus. Untuk cita rasa, sate kakulnya sendiri memiliki cita rasa gurih dari seafood dan asam dari perebusan menggunakan air asam jawa. Untuk bumbu kacangnya sedikit pedas. (Paon Made, 2016)



Gambar 2 sate kakul

3. Sambal Bongkot

Sambal ini terbuat dari kecombrang. Nama sambal bongkot diambil dari penyebutan bunga kecombrang sebagai bunga bongkot oleh masyarakat Bali. Dalam pembuatannya, sambal bongkot memanfaatkan batang muda dari kecombrang. Bongkot adalah salah satu Sambal Khas Bali. Bongkot atau biasa kita kenal dengan kecombrang, di iris lalu dicampur dengan irisan cabai dan bahan lainnya yang kemudian di siram dengan minyak kelapa yang panas.

Nama sambal bongkot diambil dari penyebutan bunga kecombrang sebagai bunga bongkot oleh masyarakat Bali. Dalam pembuatannya, sambal bongkot Bali memanfaatkan batang muda dari tanaman bunga bongkot. Sambal ini pun menjadi salah satu jenis sambal yang populer, dan bahkan tidak kalah dibandingkan dengan popularitas sambal matah. Sambal bongkot memiliki cita rasa khas kecombrang dan gurih dari campuran semua bahannya, terutama terasi. (Paon Made, 2016)



Gambar 3 Sambal Bongkot

4. Jukut undis

Jukut undis sendiri adalah hidangan sejenis soup yang terbuat dari kacang Gude, sejenis kacang hitam yang memiliki bentuk kecil seperti kedelai namun berwarna hitam pekat. Biasanya kacang ini dijual dalam dua jenis yaitu kacang muda segar dan kacang yang sudah dikeringkan. Keduanya sama-sama bisa digunakan untuk membuat jukut undis namun perbedaannya akan terlihat pada lama proses memasaknya. Jika menggunakan kacang kering maka waktu perebusan akan jauh lebih lama ketimbang menggunakan kacang undis segar, atau jika mau lebih cepat, kacang dapat derendam terlebih dahulu selama 12 jam supaya proses pemasakannya tidak terlalu lama.

Jukut undis adalah makanan yg menggunakan bumbu yang tergolong simple, berbeda dari masakan Bali yang biasanya kaya akan bumbu dan rempah, jukut undis ini merupakan salah satu masakan Bali yang simple karena bumbu-bumbu yang digunakan tergolong sederhana tanpa proses pengulekan (hanya diiris dan digeprek). Rasa untuk Jukut undis cukup simple karena semua bumbu hanya diiris, tetapi rasa untuk kuahnya sendiri gurih.

(Paon Made, 2016)



Gambar 4 Jukut Undis

5. Ayam Betutu

Betutu adalah hidangan yang terbuat dari ayam yang utuh yang berisi bumbu, kemudian dipanggang dalam oven. Betutu ini telah dikenal di seluruh kabupaten di Bali. Betutu merupakan jenis makanan tradisional daerah Bali yang bahan mentahnya berupa karkas utuh. Kata betutu berasal dari kata tunu yang berarti bakar dan dirangkai dengan kata be yang berarti daging. Berdasarkan uraian tersebut betutu berarti daging yang dibakar. Ayam betutu merupakan jenis hidangan yang dibuat dari daging ayam yang telah dibersihkan kemudian dibalurkan bumbu base genep khas Bali di seluruh permukaan tubuh daging ayam dan sebagian lagi dimasukkan ke dalam rongga abdomennya. Daging ayam yang telah dibumbui tersebut kemudian direbus atau langsung dibakar hingga menghasilkan aroma yang khas.

Aroma khas yang muncul disebabkan karena adanya pemanasan yang menyebabkan air dan lemak daging berantai pendek ikut menguap. Semakin banyak uap yang dihasilkan, semakin kuat dan enak aromanya. Menurut tradisi Bali, ayam betutu biasanya disajikan pada saat upacara adat seperti odalan, otonan, maupun perkawinan.

Ayam betutu di bali memiliki banyak jenis Teknik memasak, yang akan saya masak adalah dengan Teknik *simmer* lalu dipanggang di oven. Rasa untuk Ayam Betutu sendiri adalah gurih dan penuh rempah.

(niken widya (yunita, 2020), 2019)



Gambar 5 Ayam Betutu

6. Nasi Embe Lengis Tandusan

Nasi Embe lengis Tandusan adalah salah satu karbohidrat yang sering dimakan dengan Ayam Betutu. Nasi yang terdiri dari nasi putih hangat, bawang putih goreng, dan minyak kelapa tersebut sudah ada dari berpuluh-puluh tahun lalu. Sejarahnya adalah dulu masyarakat Bali, khususnya para wanita yang sudah mempunyai anak kesulitan membeli daging dikarenakan harganya yang mahal. Lalu pada akhirnya hanya memberikan nasi dicampur minyak kelapa dan garam, lalu setelahnya mulai dikembangkan dengan cara diberi bawang goreng. Nasi Embe Lengis Tandusan ini memiliki rasa gurih, dan agak sedikit ada cita rasa pahit dari bawang putih gorengnya. Dan juga teksturnya agak sedikit basah karena minyak kelapa. (gede andy budi mahendra, 2020)

7. Laklak

Kue Laklak atau yang biasa disebut Jaje Laklak dalam masyarakat adalah kue mungil yang berbentuk lingkaran berdiameter 3 cm. Tampilan Kue Laklak hampir mirip seperti serabi. Secara umum, Jaje Laklak berwarna hijau, warna hijau berasal dari pewarnaan alami yaitu berasal dari air daun suji yang dicampurkan kedalam adonan. Namun, terkadang Jaje Laklak ada yang diberi perwarna makanan. Jaje Laklak berbahan dasar tepung beras, dicetak menggunakan cetakan serabi tanah liat. Setelah matang, Jaje Laklak akan berlubang-lubang dibagian permukaannya, dan akan disiram kinca dan ditaburi kelapa parut sangrai (Paon Made, 2016)



Gambar 6 Laklak

8. Es Ancruk

Kota Singaraja juga mempunyai minuman khas yaitu Es Ancruk. Dilihat secara sekilas, minuman yang satu ini mirip seperti es campur pada umumnya.

Mungkin yang membedakan hanyalah isian di dalamnya. Dimana, Es Ancruk ini terdiri dari ancruk, bubur sumsum, hun kwe, beberapa potongan buah nangka, dan es batu dengan ditambah kuah dari santan.

(Paon Made, 2016)



Gambar 7 Es Ancruk

D. Presentasi Rijstaffel

MENU

Blayag

(*Ketupat yang disiram dengan kuah kuning*)

Sate Kakul

(*Sate keong dengan bumbu kacang pedas*)

Sambal Bongkot

(*Sambal kecombrang*)

Jukut undis

(*sup kacang undis*)

Ayam Betutu

(*ayam panggang dengan bumbu betutu*)

Nasi Embe Lengis Tandusan

(*nasi dicampur dengan minyak kelapa dan bawang putih goreng*)

Laklak

(*Kudapan yang terbuat dari tepung beras*)

Es Ancruk

(*Minuman segar dengan isi bubur sumsum*)

E. Tinjauan Produk

Berikut adalah penjelasan produk yang akan penulis presentasikan : Dalam Tugas Akhir presentasi makanan penulis memilih tema penyajian masakan secara Rijstaffel. *Rijsttafel* pada dasarnya adalah konsep penyajian makanan lengkap sesuai tata cara perjamuan resmi ala Eropa, yang diawali dengan makanan pembuka (*appetizer*), lalu makanan utama, dan diakhiri dengan makanan penutup. Ada pula pendapat lain yang menyatakan bahwa *rijsttafel* mengadopsi cara penyajian "hidang" (berbagai hidangan disajikan dalam piring-piring kecil) pada rumah makan Nasi Padang, dari Sumatra Barat.

Titik berat *rijsttafel* ditujukan pada cara penyajian dan kemegahannya. Dalam *rijsttafel*, makanan yang disajikan bukanlah masakan Eropa melainkan masakan Nusantara, masakan "hibrida" barat, Asia, dan Nusantara, serta —sebagian kecil— makanan Barat. Yang terakhir ini biasanya yang berkaitan dengan minuman beralkohol, seperti bir, anggur atau *gin*

(Fadly Rahman, 2019)

F. Standar Resep

Standar resep adalah resep yang telah dites/dicoba berulang-ulang dinilai citarasanya oleh panelis (konsumen manajemen). Dengan menggunakan standar resep, dapat dianalisa biaya bahan makanan yang digunakan untuk 1 resep. Dalam 1 resep dihasilkan jumlah porsi tertentu. Harga bahan makanan adalah bahan makanan 1 resep : hasil porsi = harga bahan makanan (unit cost bahan makanan).¹ Standar resep merupakan cara mempersiapkan, mengolah, memasak makanan yang sudah dilakukan uji dan dikembangkan meliputi; bahan yang digunakan, potongan, bahan yang dikehendaki, bumbu yang dipakai baik jenis dan ukuran yang dipakai, porsi, hasil masakan hingga cara hidang, sehingga resep ini dijadikan pegangan oleh seluruh pemasak, dan akan menciptakan rasa makanan yang sama meskipun orang dan waktu mengolahnya berbeda. Penerapan standar resep memiliki kelebihan mengenai mutu produksi makanan dan layanan yang diberikan.

Standar resep merupakan bentuk susunan resep yang sudah baku, yang akan sama hasilnya bila dipergunakan oleh orang yang berbeda sehingga menjadi acuan dalam memproduksi suatu masakan, gunanya agar mutu dari masakan yang dihasilkan, serta menjadi pengawasan atas biaya, produksi dan porsi yang dihasilkan.¹(ahligizi.id)

TABLE 1
BLAYAG

Halaman : 1 dari 1

Jumlah por : 10

Asal Daerah : Bali

Ukuran per po : 60gr

Tanggal : September 2020

Suhu Penyajian : panas

NO	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN	
1	Siapkan	250	Gr	Dada ayam	Rebus	
		113	Gr	Kelapa tua	Parut, sangrai	
		50	Gr	Tepung beras	Campur air	
		30	ml	Santan		
		50	Gr	Serai	Geprek	
		3	Gr	Salam kering		
		42	Gr	Bawang merah	Haluskan	
		Bumbu halus	28	Gr	Bawang putih	Haluskan
			5	Gr	Kencur	haluskan
			5	Gr	Kunyit	haluskan
	5		Gr	Lengkuas	geprek	
	5		Gr	Kemiri	haluskan	
	2		Gr	Terasi	haluskan	
	20		Gr	Cabai rawit merah	haluskan	
	10	Gr	Cabai keriting	haluskan		
				Penyedap		
				Garam		

Lanjutan TABLE 1

NO	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
2	Hasil persiapan	132	gr	Bumbu halus	
		250	gr	Dada ayam rebus	
3	Masukan			Bumbu halus	Kedalam air kaldu rebusan dada ayam
4	Masukan			santan	Kedalam air kaldu rebusan dada ayam, gunakan api kecil
5	masukan			Campuran tepung dan air	Kedalam air kaldu rebusan dada ayam
6	sajikan			Blayag	Tambahkan lontong dan suiran ayam

Paon Made 2016

TABLE 2
SATE KAKUL

Halaman : 1 dari 1

Jumlah Porsi : 10

Asal Daerah : Bali

Ukuran Per Porsi : 70 gr

Tanggal : September 2020

Suhu Penyajian : panas

NO	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	110	Gr	Kerang darah	Cuci bersih
		25	Gr	Serai	Memarkan
		10	MI	Air asam jawa	
	Bumbu halus	14	Gr	Bawang putih	Haluskan
		5	Gr	Cabai merah	Haluskan
		5	Gr	Cabai rawit	Haluskan
		30	Gr	Kacang tanah	Sangrai, haluskan
		15	Gr	Kelapa muda	Parut, sangrai
				Kecap manis	
				Garam minyak	
2	Hasil persiapan			Bumbu halus	
3	Rebus			Kerang darah	Menggunakan air asam jawa
4	Angkat			Kerang darah	Jika sudah setengah matang
5	Campurkan			Bumbu halus	Sampai rata, lalu tusuk menggunakan tusuk sate.
				Kerang darah	
6	panaskan			minyak	Tumis bawang merah, cabai merah, cabai rawit
7	masukan			Kacang tanah	Ke dalam tumisan bumbu saus
				Kelapa parut	
				Kecap manis	
8	masukan			air	Kedalam campuran saus
9	Bakar			Sate kakul	Diatas bara, hingga matang merata
10	Sajikan			Sate kakul	Dengan saus

Sumber: Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 4
JUKUT UNDIS

Halaman : 1 dari 1

Jumlah Porsi : 10

Asal Daerah : Bali

Ukuran Per Porsi : 50gr

Tanggal : September

Suhu penyajian : panas

NO	METHOD	JML	UNI	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	100	Gr	Kedelai hitam	Rebus
		250	Gr	Labu siam besar	Potong dadu
				Daun salam	
		2	Lbr	Air	
				Garam	
	Bumbu			Bawang merah	Iris tipis
		42	Gr	Bawang putih	Iris tipis
		42	Gr	Garam	
				Terasi	
			5	Gr	
2	Tumis			Bawang merah Bawang putih Daun salam terasi	Hingga harum.
3	Masukan			Kedelai hitam air	Kedalam tumisan bumbu.
4	tambahkan			garam	Sampai rasanya pas.
5	Sajikan			Jukut undis	Selagi hangat

Dapoer Sriwidi 2016

TABEL 5
AYAM BETUTU

Halaman : 1 dari 2

Jumlah Porsi : 10

Asal Daerah : Bali

Ukurana Per Porsi : 95 gr

Tanggal :September 2020

SuhuPenyajian :panas

NO	METHOD	JML	UNI	BAHAN	KETERANGAN
1	Siapkan	1000	Gr	Paha ayam	
		15	Gr Gr	Jeruk nipis	
	Bumbu halus	13	Gr	Ketumbar	Haluskan
		10	Gr	Kemiri	Haluskan
		70	Gr	Lengkuas	Haluskan
		75	Gr	Kunyit	Haluskan
		90	Gr	Jahe	Haluskan
		60	Gr	Bawang merah	Haluskan
		30	Gr	Kencur	Haluskan
		150	Gr	Cabai keriting	Haluskan
		70		Cabai rawit merah	Haluskan
				btg Serai garam	Memarkan
2	Marinasi			Ayam	Menggunakan jeruk nipis dan garam, min 30 menit
3	Goreng			Ayam	Yang sudah dimarinasi di dalam minyak panas
4	Angkat			Ayam	Jika sudah dapat warna kecoklatan. Sisihkan
5	Tumis			Bumbu halus	Hingga harum, lalu masukkan ayam yang telah digoreng sebelumnya.
6	Siapkan			Alumunium foil	Masukkan ayam dan bumbunya kedalam alumunium foil
7	panaskan			Oven	Hingga suhu mencapai 232 °C
8	Masukan			ayam	Kedalam oven yang sudah cukup panas. Panggang selama 45 menit – 1 jam. Tunggu hingga matang.
9	Sajikan			Ayam betutu	Saat panas.

Sumber: Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 8
LAKLAK

Halaman : 1 dari 1

Jumlah Porsi : 10

Asal Daerah : Bali

Ukuran Per Porsi : 65gr

Tanggal : September 2020

Suhu Penyajian : panas

NO	METODE	JML	UNI	BAHAN	KETERANGAN	
1	siapkan	150	Gr	Tepung beras		
		150	MI	Air panas		
		250	MI	Santan segar		
		6	Gr	Baking powder		
		6	Gr	Garam		
		30	MI	Air daun suji		
		50	Gr	Kelapa parut		kukus
		100	Gr	Gula aren		iris halus
		25	Gr	Gulan pasir		
		100	MI	Air		
		1	Lbr	Daun pandan		
2	Campur			Gula aren	Rebus dengan api kecil hingga mendidih	
				Gula pasir		
				Air		
				Daun pandan		
3	saring			Campuran sirup gula	Lalu diamkan hingga dingin	
4	campur			Tepung beras	Lalu aduk hingga rata	
				Air panas		
				Baking powder		
				garam		
5	tuang			Santan	Kedalam adonan tepung beras, aduk hingga rata dan halus	
				Air daun suji		
6	Diamkan			Adonan tepung beras	Hingga sedikit mengembang	
7	Panaskan			Wajan	Hingga panas	
8	Tuangkan			Adonan laklak	Ke atas wajan panas	
9	Angkat			laklak	Jika sudah matang	
10	Sajikan				Dengan kelapa parut dan sirup gula. Sajikan selagi hangat	

Putu Dyah Paramitha 2020

G. Recipe Costing, Dish Costing, Selling Price

Food Cost adalah data yang berisikan nama menu, nama dan jumlah bahan makanan yang diperlukan, total biaya, biaya per porsi, presentase biaya (cost percentage), hingga Selling Price.

Harga Pokok Makanan adalah Recipe Cost (biaya pertama yang harus dihitung untuk mengetahui harga sebuah produk berdasarkan dari standard recipe yang sudah ada. Lalu Dish cost adalah harga biaya produksi per porsi. Untuk menghitung Selling Price penulis menggunakan dengan formula berdasar pada buku Food and Beverage Cost Control 1, yaitu :

- Materials : 40%
- Labor Costs : 19%
- Overhead : 21%
- Net Profit : 20%

TABEL 9
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price
BLAYAG

NO	Bahan	Quantity		Unit		Harga pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Dada ayam	250	1000	Gr	Gr	32000	8000
2	Kelapa tua	113	350	Gr	Gr	8900	2873
3	Tepung beras	50	1000	Gr	Gr	11000	550
4	Santan	30	1000	MI	MI	31500	945
5	Serai	50	1000	Gr	Gr	24000	1200
6	Salam kering	3	1000	Gr	Gr	75000	225
7	Bawang merah	42	1000	Gr	Gr	20000	840
8	Bawang putih	28	1000	Gr	Gr	16000	448
9	Kencur	5	1000	Gr	Gr	15000	75
10	Kunyit	5	1000	Gr	Gr	35000	175
11	Lengkuas	5	1000	Gr	Gr	25000	125
12	Kemiri	5	1000	Gr	Gr	50000	250
13	Terasi	2	1000	Gr	Gr	55000	110
14	Cabai rawit merah	20	1000	Gr	Gr	13000	260
15	Cabai keriting	10	1000	Gr	Gr	19000	190
Food cost 35%						Recipe Costing	16266
						Cost per portion	1626
						Selling price	4645

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 10
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price

SATE KAKUL

NO	BAHAN	QUANTITY		UNIT		Harga Pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Kerang darah	110	1000	Gr	Gr	15000	1650
2	Serai	25	1000	Gr	Gr	24000	600
3	Air asam jawa	10	1000	Gr	Gr	25000	250
4	Bawang putih	14	1000	Gr	Gr	16000	224
5	Cabai merah	5	1000	Gr	Gr	35000	175
6	Cabai rawit	5	1000	Gr	Gr	13000	65
7	Kacang tanah	30	1000	Gr	Gr	27000	810
8	Kelapa muda	15	2000	Gr	Gr	15000	113
FOOD COST 30%						Recipe Cost	3887
						Cost Per Portion	388
						Selling price	1293

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 11
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price

SAMBAL BONGKOT

NO	BAHAN	QUANTITY		UNIT		Harga Pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Kecombrang	100	1000	Gr	Gr	45000	4500
2	Cabai rawit merah	70	1000	Gr	Gr	13000	910
3	Bawang merah	56	1000	Gr	Gr	20000	1120
4	Terasi	5	1000	Gr	Gr	55000	275
5	Miyak kelapa	120	1000	Gr	Gr	26500	3180
FOOD COST 35%						Recipe Cost	9985
						Cost Per Portion	998
						Selling Price	2852

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 12
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price
JUKUT UNDIS

NO	BAHAN	QUANTITY		UNIT		Harga Pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Kedelai hitam	100	1000	Gr	Gr	40000	4000
2	Labu siam besar	250	1000	Gr	Gr	12000	3000
3	Daun salam	3	1000	Gr	Gr	75000	225
4	Bawang merah	42	1000	Gr	Gr	20000	840
5	Bawang putih	42	1000	Gr	Gr	16000	672
6	Terasi	5	1000	Gr	Gr	55000	275
FOOD COST 35%						Recipe Cost	9012
						Cost Per Portion	901
						Selling Price	2574

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 13
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price
AYAM BETUTU

NO	BAHAN	QUANTITY		UNIT		Harga Pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Ayam boneless	3000	1000	gr	gr	31000	93000
2	Jeruk nipis	15	1000	gr	gr	13000	195
3	ketumbar	13	1000	gr	gr	18000	234
4	kemiri	10	1000	gr	gr	50000	500
5	Lengkuas	50	1000	gr	gr	32000	1600
6	Kunyit	50	1000	gr	gr	15000	750
7	Jahe	50	1000	gr	gr	35000	1750
8	Bawang merah	90	1000	gr	gr	20000	1800
9	Kencur	60	1000	gr	gr	40000	2400
10	Cabai keriting	150	1000	gr	gr	19000	2850
11	Cabai rawit merah	30	1000	gr	gr	13000	390
12	Serai	25	1000	gr	gr	24000	600
FOOD COST 35%						Recipe Cost	106069
						Cost Per Portion	10606
						Selling Price	30305

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 14
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price
ES ANCRUK

NO	BAHAN	QUANTITY		UNIT		Harga Pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Tepung beras	250	1000	Gr	Gr	11000	2750
2	Tepung ketan	250	500	Gr	Gr	9500	4750
3	Santan	750	1000	ML	ML	31500	23625
4	Pisang raja	100	1000	Gr	Gr	20000	2000
5	Gula pasir	150	1000	Gr	Gr	12000	1800
6	Daun pandan	2	1	Lbr	Lbr	1500	3000
FOOD COST 35%						Recipe Cost	37925
						Cost Per Portion	3725
						Selling Price	10642

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 15
Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price
LAKLAK

NO	BAHAN	QUANTITY		UNIT		Harga Pasar (Rp)	Total (Rp)
1	Tepung beras	150	1000	Gr	Gr	11000	1650
2	Santan	250	1000	Gr	Gr	31500	7875
3	Baking powder	6	45	Gr	Gr	20000	2600
4	Daun suji	20	1	Lbr	Lbr	100	2000
5	Kelapa parut	50	350	Gr	Gr	8900	1271
6	Gula aren	100	1000	Gr	Gr	12000	1200
7	Gula pasir	25	1000	Gr	Gr	12000	300
8	Daun pandan	1	1	lbr	lbr	1500	1500
TOTAL COST 35%						Recipe Cost	18369
						Cost Per Portion	1836
						Selling Price	5248

Sumber : Olahan Data Penulis, 2020

H. Nutritional Value

Nutrisi atau gizi adalah substansi organik yang dibutuhkan organisme untuk fungsi normal dari sistem tubuh, pertumbuhan, pemeliharaan kesehatan. Penelitian di bidang nutrisi mempelajari hubungan antara makanan dan minuman terhadap kesehatan dan penyakit, khususnya dalam menentukan diet yang optimal. Dahulu, penelitian mengenai nutrisi hanya terbatas pada pencegahan penyakit kurang gizi dan menentukan kebutuhan dasar (standar) nutrisi pada makhluk hidup. Angka kebutuhan nutrisi (zat gizi) dasar ini dikenal di dunia internasional dengan istilah Recommended Daily Allowance (RDA).

Seiring dengan perkembangan ilmiah di bidang medis dan biologi molekular, bukti-bukti medis menunjukkan bahwa RDA belum mencukupi untuk menjaga fungsi optimal tubuh dan mencegah atau membantu penanganan penyakit kronis. Bukti-bukti medis menunjukkan bahwa akar dari banyak penyakit kronis adalah stres oksidatif yang disebabkan oleh berlebihan radikal bebas di dalam tubuh. Penggunaan nutrisi dalam level yang optimal, dikenal dengan Optimal Daily Allowance (ODA), terbukti dapat mencegah dan menangani stres oksidatif sehingga membantu pencegahan penyakit kronis. Level optimal ini dapat dicapai bila jumlah dan komposisi nutrisi yang digunakan tepat. Dalam penanganan penyakit, penggunaan nutrisi sebagai pengobatan komplementer dapat membantu efektivitas dari pengobatan dan pada saat yang bersamaan mengatasi efek samping dari pengobatan. Karena itu, nutrisi / gizi sangat erat kaitannya dengan kesehatan yang optimal dan peningkatan kualitas hidup. Hasil ukur bisa dilakukan dengan metode antropometri. (rismanismail)

Atas dasar tersebut, penulis juga akan menyajikan tampilan kandungan nutrisi setiap produk yang akan disajikan, beberapa diantaranya nilai kalori, karbohidrat, lemak, protein, sodium (mg), dan

gula dalam hitungan gram per porsi kecuali untuk unit sodium menggunakan mg:
(nilaigizi.com)

TABEL 16
Nutritional Value

BLAYAG

NO	NAMA BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Dada ayam	250	Gr	195 g	0	7,72 g	31 g	74 mg	0
2	Kelapa tua	113	Gr	354 g	15,29g	33,49g	3,33g	252mg	6,3g
3	Tepung beras	50	Gr	365 g	80 g	1,4 g	6 g	0	0,10 g
4	Santan	30	ml	230g	5,54g	23,84 g	2,29 g	15mg	3,34g
5	Serai	50	Gr	99 g	25,31 g	0,49g	1,82g	6 mg	0
6	Salam kering	3	Gr	0	0	0	0	0	0
7	Bawang merah	42	Gr	29g	7,09g	0,06g	0,64g	2mg	3g
8	Bawang putih	28	Gr	4g	0,99g	0,02g	24g	6mg	0,18gr
9	Kencur	5	Gr	10,25g	3,6g	0,083g	0,296g	0	0,5g
10	Kunyit	5	Gr	17,7g	3,24g	0,49gr	0,391g	1,9mg	0,160g
11	Lengkuas	5	Gr	3,55g	0,75g	0,05g	0,05g	0	0
12	Kemiri	5	Gr	34,55g	0,693g	3,59g	0,458g	0	0,198g
13	Terasi	2	Gr	3,1g	0,198g	0,058g	0,446g	0	0
14	Cabai rawit merah	20	Gr	113g	4,61g	1,41g	0,98g	3,07mg	0,84g
15	Cabai keriting	10	Gr	56,5g	2,03g	0,70g	0,49g	1,53mg	0,42g

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 17
Nutritional Value

SATE KAKUL

NO	NAMA BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Kerang darah	110	Gr	96,8g	2,59g	0,836g	18,4g	177mg	0
2	Serai	25	Gr	24,7g	6,3g	0,122g	0,45g	1,5mg	0
3	Air asam jawa	10	Gr	23,9g	6,25g	0,06g	0,28g	2,8mg	5,74g
4	Bawang putih	14	Gr	8g	1,98g	0,04g	0,38g	2mg	0,06g
5	Cabai merah	5	Gr	28,25g	1,015g	0,35g	0,245g	0,76g	0,21g
6	Cabai rawit	5	Gr	28,25g	1,015g	0,35g	0,245g	0,76g	0,21g
7	Kacang tanah	30	Gr	170g	3,48g	14,7g	7,74g	5,4mg	1,19g
8	Kelapa muda	15	Gr	53,1g	2,28g	5,02g	0,49g	3mg	0,93g

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 18
Nutritional Value
SAMBAL BONGKOT

NO	NAMA BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Kecombrang	100	Gr	34g	6,7g	1g	0	0	0
2	Cabai rawit merah	70	Gr	91,5g	16,1g	4,95g	3,44g	10,7mg	2,96g
3	Bawang merah	56	Gr	124,9g	30,4g	0,25g	2,75g	11,9g	12,9g
4	Terasi	5	Gr	7,75g	0,495g	0,145g	1,11g	0	0
5	Miyak kelapa	120	ml	936g	0	108g	0	0	0

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 19
Nutritional Value
JUKUT UNDIS

NO	NAMA BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Kedelai hitam	100	Gr	471g	33,55g	25,4g	35,22g	165mg	4,2g
2	Labu siam besar	250	Gr	42,5g	9,75g	0,325g	2,05g	5mg	13,8g
3	Daun salam	3	Gr	0	0	0	0	0	0
4	Bawang merah	42	Gr	29g	7,09g	0,06g	0,64g	2mg	3g
5	Bawang putih	42	Gr	4g	0,99g	0,02g	24g	6mg	0,18gr
6	Terasi	5	Gr	7,75g	0,495g	0,145g	1,11g	0	0

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 20
Nutritional Value
AYAM BETUTU

NO	BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Ayam boneless	3000	Gr	5850g	0g	231g	886g	11,7mg	0g
2	Jeruk nipis	15	Gr	4,5g	1,58g	0,03g	0,105g	0,3mg	0,25g
3	ketumbar	13	Gr	0g	0,026g	0,65g	0,013g	0,65g	0,006g
4	kemiri	10	Gr	69,1g	1,38g	7,19g	0,917g	0mg	0,397g
5	Lengkuas	50	Gr	35,5g	7,2g	0,5g	0,5g	0	0
6	Kunyit	50	Gr	177g	32,4g	4,94g	3,9g	19mg	1,60g
7	Jahe	50	Gr	10g	1,8g	0,1g	0,2g	0mg	0,15g
8	Bawang merah	90	Gr	13,8g	3,24g	0,18g	0,36g	0mg	0,27g
9	Kencur	60	Gr	0	0	0	0	0	0
10	Cabai keriting	150	Gr	196g	34,6g	10,6g	7,38g	23mg	6,34g
11	Cabai rawit merah	30	Gr	16,1g	6,9g	2,12g	1,47g	4,6g	1,26g
12	Serai	25	Gr	24,75g	6,32g	0,122g	0,45g	1,5mg	0

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 21
Nutritional Value
NASI EMBE LANGUSAN

NO	BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Nasi Putih	1,5	kg	477.6 gr	477.6 gr	3.6 gr	36 gr	0	0.96 gr
2	Bawang putih goreng	500	gr	106.5 gr	106.5 gr	1 gr	22.5 gr	0.085 gr	0
3	Minyak kelapa	250	ml	0	0	245 gr	2.5 gr	0	0

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 22
Nutritional Value
ES ANCRUK

NO	NAMA BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Tepung beras	250	Gr	912g	200g	3,5g	15g	0	0,25g
2	Tepung ketan	250	Gr	910g	190g	2,45g	25,8g	5mg	0,67g
3	Santan	750	ML	1725g	41,55g	178g	17,1g	112mg	25,05g
4	Pisang raja	100	Gr	105g	26,95g	0,39g	1,29g	1mg	14,43g
5	Gula pasir	150	Gr	184g	48,4g	0	0	0	48,4g
6	Daun pandan	2	lbr	0	0	0	0	0	0

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020

TABEL 23
Nutritional Value
LAKLAK

NO	NAMA BAHAN	QTY	UNI	KALORI	KARBO	LEMAK	PROTEIN	SODIUM	GULA
1	Tepung beras	150	Gr	547g	120g	2,1g	9g	0	0,15g
2	Santan	250	ML	575g	13,85g	59,6g	5,72g	37,5mg	84,1g
3	Baking powder	6	Gr	0	0	0	0	561mg	0
4	Daun suji	20	Lbr	0	0	0	0	0	0
5	Kelapa parut	50	Gr	177g	7,6g	16,7g	1,6g	10mg	3,11g
6	Gula aren	100	Gr	73,3g	19,4g	0	0	6,6mg	19,2g
7	Gula pasir	25	Gr	30,7g	8g	0	0	0	8,07
8	Daun pandan	1	Lbr	0	0	0	0	0	0

Sumber: Data Olahan Data Penulis, 2020