

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sejak 17 Agustus 1945 atau sejak Negara Indonesia merdeka, Jakarta telah dipilih menjadi ibukota. Jakarta sendiri terbagi menjadi 5 wilayah kotamadya yaitu ada Jakarta Pusat, Jakarta Barat, Jakarta Timur, Jakarta Utara dan Jakarta Selatan. Sebagai ibukota Negara, Jakarta menjadi pusat pemerintahan dan pusat bisnis sehingga tingkat pertumbuhannya juga pesat. Perekonomian Jakarta meliputi sektor property, keuangan, jasa, industri kreatif dan perdagangan. Kawasan Tanah Abang menjadi salah satu sector perdagangan yang besar dan menjadi tempat perputaran uang.

Banyak sekali yang menjadi daya Tarik di Jakarta seperti budayanya, wisata alam, kawasan perbelanjaan, wisata perkotaan dan tentunya wisata kuliner. Saat ini Jakarta sudah memiliki transportasi umum yang memadai. Beberapa transportasi umum di Jakarta yaitu angkot, MRT, LRT, Kereta api, Bajaj dan lainnya. Wisatawan ataupun warga local jadi mudah untuk mengelilingi kota Jakarta ataupun ke tempat-tempat wisata Jakarta karena transportasi umum yang sudah diperbaiki.

Budayawan Yahya Andi Saputra menuturkan “Adanya ikatan antara etnik dan bangsa yang sangat kental dan kuat terutama di kota Bandar. Kota Bandar merupakan sebuah tempat disemaikannya berbagai macam hal. Kemudian, Kota Bandar diganti menjadi Sunda Kelapa, lalu Jayakarta, dan

selanjutnya Batavia” melalui Kompas.com, Rabu (17/6/2020). Ia juga menuturkan mengenai kulinernya, “Bagaimana cara mereka mencampur bahan-bahan sehingga dapat menjadi nasi kebuli, semur, kue basah. Penggunaan berbagai macam alat teknologi dalam pemasakannya. Misalnya zaman dahulu banyak yang mengadon hanya menggunakan tangan. Lalu ada orang yang lihat dan merasa bahwa higienitas itu perlu. Karena itu mereka berfikir untuk menggantinya dengan centong atau sendok”. Dalam dunia kulinernya sendiri, Jakarta dipengaruhi oleh beberapa Negara seperti Arab, Cina, Portugis, India dan Eropa. Negara cina memberikan pengaruh yang menghasilkan bakmi, bakso, bihun dan mie hanya saja daging babinya diganti dengan daging sapi atau daging ayam karena mayoritas masyarakat Jakarta beragama islam. Contoh hidangannya seperti ketoprak, soto mie, taoge goreng. Pengaruh dari Negara India menghasilkan makanan yang menggunakan santan. Budaya tersebut dibawa oleh pedagang dari Gujarat. Beberapa bumbu rempah yaitu kapulaga, cengkeh, kayumanis dan wijen dikenalkan oleh orang Arab.

Makanan khas daerah Jakarta khususnya Betawi ini bermacam-macam, ada yang masuk dalam kategori makanan berat, makanan ringan dan ada juga minuman khasnya. Selain itu, makanan Betawi juga dibedakan dalam segi waktu pembuatan dan fungsinya seperti makanan yang dibuat untuk dikonsumsi sehari-hari atau makanan yang dibuat untuk dikonsumsi pada saat acara tertentu yang bisa menjadi symbol akan sesuatu yang memiliki makna tersendiri. Sebenarnya kuliner Betawi tercipta oleh akulturasi beberapa Negara yang pernah singgah seperti Negara Cina, India, Portugis, Arab dan Belanda.

Ada juga yang menyebutkan bahwa Jawa dan Sunda sebagai latar belakang dari cita rasa makanan khas Betawi. Masyarakat Betawi sangat pintar dalam memanfaatkan hasil alam yang berlimpah di lingkungan sekitar salah satunya jengkol. Dikarenakan tanaman jengkol banyak tumbuh di pekarangan sekitar, masyarakat Betawi mengolahnya menjadi sebuah hidangan. Ternyata dari kepintaran masyarakat Betawi dalam membuat sebuah hidangan dari bahan-bahan yang banyak dijumpai di lingkungan sekitar, orang-orang mulai mengenal dan menyukai masakannya. Selain itu, bahan yang sering digunakan adalah santan. Banyak sekali makanan khas Betawi yang menggunakan santan seperti soto betawi, ayam sampyok dan selendang mayang.

Di era sekarang, banyak sekali restoran bahkan rumah makan kecil yang menganut konsep fine dining. Fine dining restoran ini lebih mengarah kepada jenis makanan dan jenis pelayanan sebuah restoran yang mengacu kepada kemewahan (John Walker, 2011). Konsep fine dining ini juga menghasilkan makanan yang terlihat elegan dan berkualitas. Fine dining restoran biasanya menawarkan satu set menu yang sudah ditentukan oleh chef. Tamu hanya tinggal memesan jumlah set menu yang dipesan kepada pelayan.

Setelah mempelajari sejarah kuliner di Jakarta khususnya kuliner Betawi, penulis ingin mengembangkan sajian kuliner khas Jakarta melalui tugas akhir ini yang berjudul “Pengembangan Sajian Kuliner Daerah Jakarta” sehingga kuliner Jakarta dapat lebih dikenal dan dipresentasikan sedemikian rupa agar menghasilkan konsep makanan daerah yang terlihat modern dan berlandaskan *fine dining*.

Tabel 1. 1 Narasumber Kegiatan Presentasi Makanan

No.	Nama	Pekerjaan	Keterangan
1.	Bang Ade	Penjual Kerak Telor	Orang yang memberikan informasi mengenai Kerak Telor.
2.	Syaf Rizal	Pemilik Warung Nasi Ulam dan Uduk Bu Yoyo	Orang yang memberikan informasi tentang Nasi Ulam dan Semur Jengkol
3.	Bang isra	Pemilik Usaha Bir Pletok	Orang yang memberikan informasi tentang Bir Pletok

Sumber: Hasil olahan penulis, 2023

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Akademis

Tugas Akhir ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan program Diploma III Jurusan Perhotelan dengan program studi Seni Kuliner di Politeknik Pariwisata NHI Bandung tahun 2023.

1.2.2 Tujuan Operasional

1. Untuk menyalurkan ide-ide dan seni dalam kuliner dari apa yang sudah dipelajari di Politeknik Pariwisata NHI Bandung
2. Mengembangkan masakan khas Daerah Jakarta yang lebih modern dengan tampilan sajian fine dining sehingga dapat menarik di kalangan remaja
3. Mengaplikasikan rencana bisnis fine dining restoran dengan tema makanan khas Daerah Jakarta yang target pasarnya adalah remaja atau orang dewasa yang tertarik akan dunia kuliner dan ingin merasakan pengalaman baru dalam mencicipi makanan daerah

1.3 Usulan Produk

Penulis berkeinginan untuk mengembangkan makanan daerah Jakarta yang akan disajikan dengan konsep satu set menu fine dining. Fine dining sendiri merupakan suatu konsep menu dan penyajian makanan yang umumnya berisi dari makanan pembuka, sup, makanan utama dan makanan penutup. Dengan ini penulis berharap agar masakan daerah khas Jakarta bisa menarik kosumen dengan tampilan yang lebih modern di zaman sekarang. Berikut adalah rangkaian menu yang diajukan untuk mempresentasikan makanan daerah Jakarta ke dalam bentuk fine dining :

AMUSE BOUCHE

Kerak Telor

(beras ketan yang dicampur dengan telur digoreng dalam wajan dan ditaburi serundeng)

APPETIZER

Asinan Betawi

(tahu, tauge, sawi asin, timun, selada keriting, kacang tanah goreng disajikan dengan saus asinan serta kerupuk mie dan kerupuk merah sebagai pelengkap)

SOUP

Sayur Besan

(sayur berkuah dengan bumbu dasar merah ditambah santan dan berisi terubuk, kentang, wortel, labu siam dan soun)

MAIN COURSE**Nasi Ulam, Ayam Sampyok, Semur Jengkol**

(nasi yang dimasak dengan santan dan rempah disajikan dengan ayam bakar khas betawi dan semur jengkol)

DESSERT**Selendang Mayang**

(adonan tepung sagu berwarna yang disajikan dengan potongan buah nangka, sirup gula merah dan es krim kelapa)

BEVERAGE**Bir Pletok**

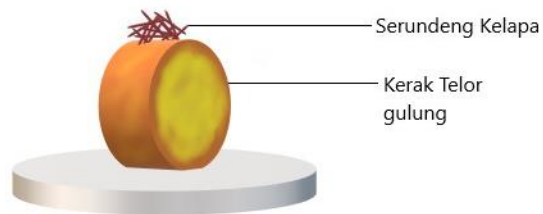
(minuman yang dibuat dengan rebusan jahe, cengkeh, biji pala, kapulaga, sereh, kayu manis, daun pandan dan gula)

1.4 Tinjauan Produk**a. Kerak Telor**

Kerak Telor sangat dikenal masyarakat sebagai makanan khas Jakarta khususnya Betawi. Makanan ini terbuat dari beras ketan, telur ayam atau telur bebek, bawang goreng, ebi, kencur, cabai merah, jahe dan kelapa yang sudah di sangrai atau disebut juga serundeng. Menurut informasi kerak telor ini sudah ada dari zaman penjajahan Belanda. Karena ketidaksengajaan masyarakat Betawi, kerak telor pun tercipta dikarenakan ingin memanfaatkan buah kelapa

yang sangat berlimpah. Kerak telur mulai dipasarkan serta dikenalkan oleh masyarakat Betawi pada tahun 1970-an. Awalnya kerak telur hanya dikonsumsi oleh masyarakat kelas atas, seiring berjalannya waktu akhirnya harga kerak telur lebih terjangkau sehingga bisa dinikmati semua kalangan. Kerak telur paling sering hadir dalam acara Pekan Raya Jakarta ataupun acara Budaya Betawi. (Tifani, 2023)

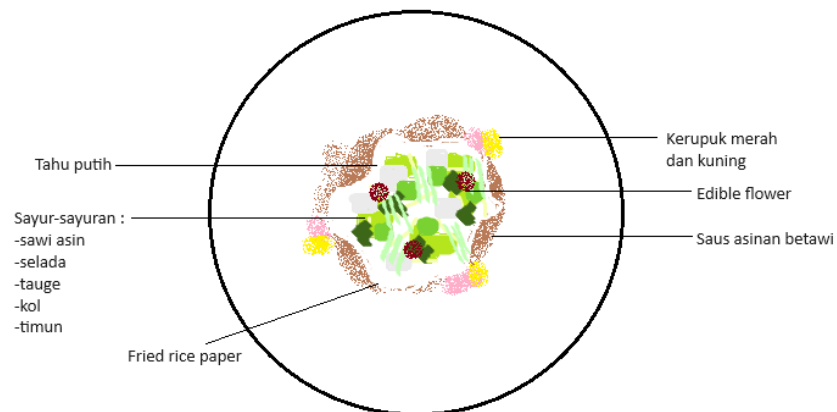
Kerak telur memiliki filosofi sebagai pemimpin. Banyaknya bahan dari kerak telur yang bisa diartikan sebagai banyaknya sifat dan karakteristik orang yang kemudian dapat disatukan dengan kehadiran telur yaitu menggambarkan seorang pemimpin yang akan mempersatukan jajarannya. Cara memasaknya pun memiliki filosofi, yaitu pada saat ingin membalikkan wajannya. Jika wajan tersebut dibalikkan sebelum tepat pada waktunya, maka kerak telur tersebut akan hancur. Dan jika berhasil membalikkan kerak telur, waktu memasak juga perlu diperhatikan. Itu semua berarti jika seseorang belum siap menjadi pemimpin, maka jangan dahulu. Dan seorang pemimpin juga harus memperhatikan batasan waktunya.



Gambar 1. 1 Sketsa Kerak Telor

b. Asinan Betawi

Merupakan makanan daerah Jakarta yang cukup populer, Asinan Betawi berisi berbagai macam sayuran diantaranya tauge, timun, sawi asin, kacang tanah, cabai dan disertai juga dengan tahu, kerupuk merah, kerupuk mie, garam dan cuka. Berasal dari bahasa Belanda “Assinang” atau disebut “ajinen” yang memiliki arti asam. Adanya pengaruh terciptanya asinan betawi ini oleh masakan Tionghoa dan masakan Arab yang telah lebih dulu hadir di Jakarta. Banyaknya tekstur dan rasa yang unik dalam asinan betawi menjadi daya tarik masyarakat Belanda kala itu. Sangat cocok dimakan saat senggang terlebih dicuaca yang panas asinan betawi ini sangat menyegarkan dan sulit ditolak.



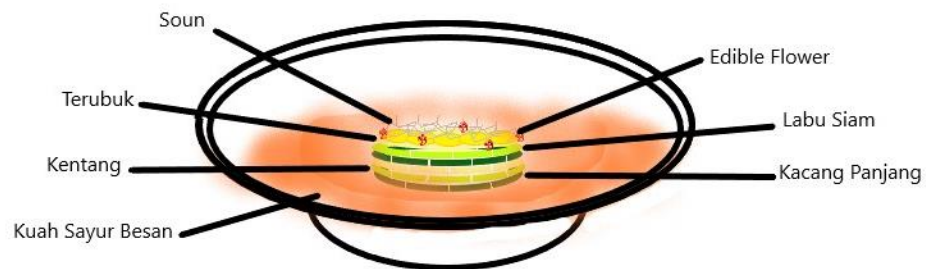
Gambar 1. 2 Sketsa Asinan Betawi

c. Sayur Besan

Sayur dari Betawi ini sekarang sudah sangat susah untuk ditemui. Pada umumnya sayur besan disajikan pada saat pengantin laki-laki datang ke rumah orang tua dari pengantin perempuan dalam acara

pernikahan yang biasa disebut ngabesan. Karena itulah sayur ini disebut sayur besan.

Berawal dari adanya sebuah perkebunan tebu di Kota Tangerang di abad ke-17, sayur besan mulai hadir di masyarakat. Sayur ini berbahan dasar kuah santan dan terubuk sebagai isiannya. Terubuk adalah bunga tebu yang berasal dari tebu pendek yang memiliki diameter 15-20 mm. Bentuknya seperti sereh jika belum dikupas, dalamnya seperti bentuk telur ikan, hal itu juga yang menjadikan terubuk disebut tebu telur ikan.



Gambar 1. 3 Sketsa Sayur Besan

d. Nasi Ulam

Nasi Ulam umumnya terbagi menjadi dua macam, nasi ulam basah dan nasi ulam kering. Ulam sendiri merupakan parutan kelapa yang disangrai hingga menyerupai serundeng yang disebut oleh masyarakat Betawi. Jika umumnya nasi uduk menggunakan santan, nasi ulam hanya menggunakan rempah-rempah seperti jahe, lengkuas, sereh dan daun salam. Nasi ulam biasa dikonsumsi pada saat pagi yaitu sebagai menu sarapan masyarakat Betawi.

Dalam satu piring nasi ulam biasanya terdiri dari nasi ulam, lauk pauk dan lalapan. Lauk-pauk pelengkap nasi ulam ada dendeng, semur, empal, tempe, perkedel dan masih banyak lagi. Sementara lalapan yang umumnya digunakan yaitu timun dan daun kemangi. Terakhir, pelengkapanya adalah serundeng kelapa, sambal kacang dan emping.

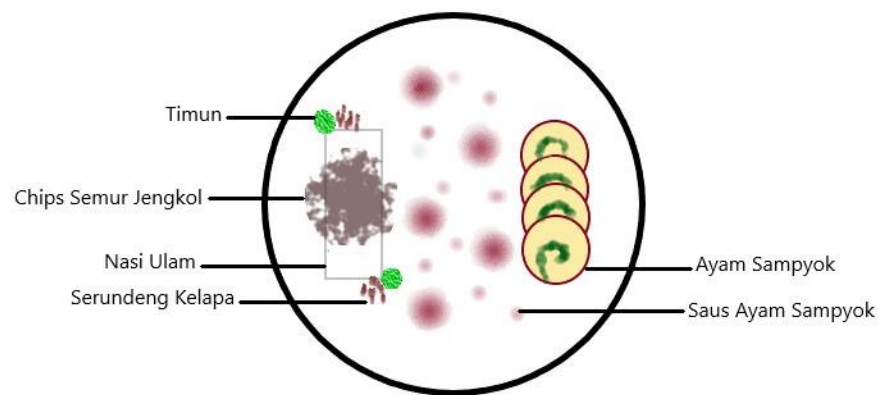
e. Ayam Sampyok

Tidak banyak yang tahu Ayam Sampyok merupakan salah satu makanan khas Betawi. Ayam Sampyok tercipta karena adanya akulturasi budaya Tionghoa yang memiliki cita rasa yang khas. Karena itu juga ayam sampyok ini dominan akan bumbu sehingga terbilang memiliki rasa yang kuat atau medok. Ayam yang bercita rasa asin dan gurih ini dapat ditemui di acara hajatan masyarakat betawi. Diungkep dengan bumbu halus yang sudah ditumis merupakan teknik pertama dalam pembuatan ayam sampyok. Lalu ditambahkan bumbu kacang, santan dan lada hitam. Setelahnya baru ke teknik kedua yaitu ayam dibakar hingga kecoklatan.

f. Semur Jengkol

Memiliki aroma yang kuat, menjadi ciri khas jengkol yang tidak disukai banyak orang. Dengan pengolahan jengkol yang baik dan benar saat proses memasak, bau jengkol bisa berkurang dan bisa menjadi lauk yang sedap. Kata semur sendiri berasal dari bahasa Belanda yaitu “smoor” yang merupakan sebuah teknik dalam memasak dengan menggunakan api kecil serta waktu yang lama sehingga daging atau bahan yang dimasak tersebut menjadi empuk. Semur

sering hadir dalam acara penting seperti acara pernikahan, lebaran dan acara budaya lainnya. Karena jengkol banyak tumbuh di halaman rumah orang betawi, jadinya dimanfaatkanlah dan dibuatlah jengkol sebagai bahan utama dari semur yang sebenarnya bahan utama semur adalah daging. Selain itu jengkol juga kerap menjadi lauk atau pelengkap dalam sebuah hidangan seperti dalam nasi uduk, ketupat sayur dan lainnya.

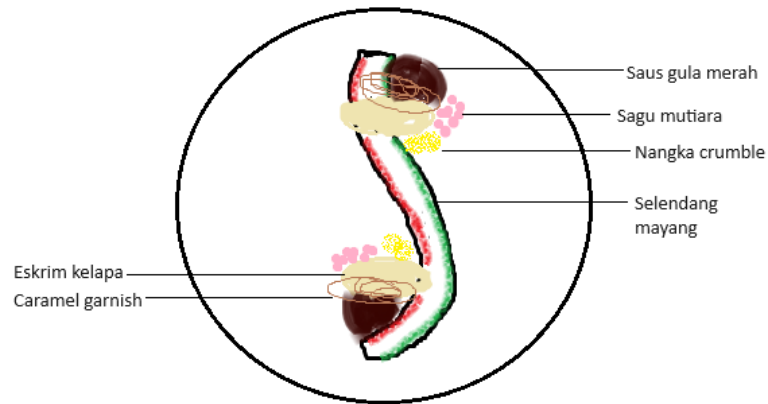


Gambar 1. 4 Sketsa Nasi Ulam, Ayam Sampyok dan Semur jengkol

g. Selendang Mayang

Terbuat dari tepung sagu dan diberi pewarna sehingga terlihat cantik, selendang mayang dikenal sebagai es atau minuman manis dan menyegarkan. Akhir abad ke 19 selendang mayang sudah dikenal oleh masyarakat. Yahya Andi, seorang budayawan betawi mengungkapkan sejarah selendang mayang bermula dari cerita rakyat Si Jampang yang merupakan jagoan dari Betawi yang memiliki kebiasaan untuk merampok, hasil merampoknya akan dibagikan kepada rakyat miskin. Ia ternyata jatuh cinta kepada seorang wanita bernama Mayangsari dan akan melakukan apapun deminya. Karena itu nama

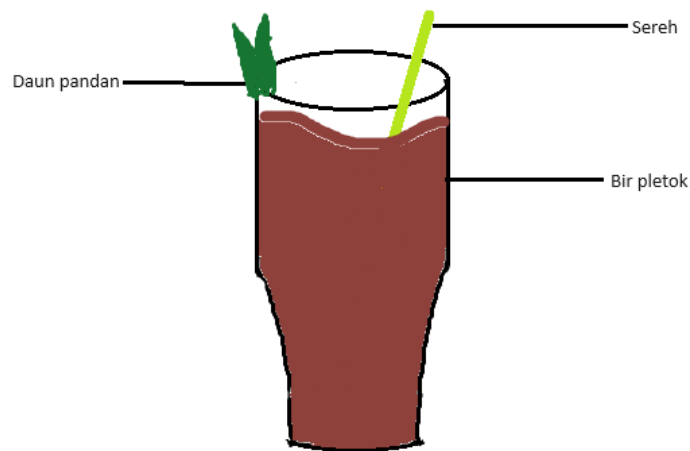
Mayangsari inilah yang menjadi acuan karena memiliki penampilan yang menarik sehingga bisa dinikmati secara tampilan ataupun rasa.



Gambar 1. 5 Sketsa Selendang Mayang

h. Bir Pletok

Bir Pletok seringkali diminum untuk menghangatkan tubuh dan sebagai pengganti dari minuman anggur merah atau wine pada masa penjajahan Belanda yang dibuat oleh pribumi agar tidak mengandung alcohol karena mayoritas pribumi beragama Islam. Nama pletok itu sendiri konon berasal dari suara yang keluar dari campuran bahan-bahan yang dimasukkan kedalam tabung bambu. Dulunya biasa dikonsumsi pada saat malam hari, tetapi sekarang bir pletok banyak juga yang mengkonsumsinya di siang hari dengan dicampur es batu untuk menambah kesegarannya.



Gambar 1. 6 Sketsa Bir Pletok

1.5 Usulan Resep

Resep adalah gabungan instruksi atau langkah-langkah untuk membuat suatu masakan, karena itu, resep yang baik adalah resep yang mudah diikuti, dipahami, dibaca dan dipraktikkan oleh pembaca resep tersebut. (Multi Karina & Titi Amrihati, 2017)

Dalam Tugas Akhir ini, penulis membuat resep berdasarkan dengan penulisan standar resep di Politeknik Pariwisata NHI Bandung. Selain itu, penulis mendapatkan resep yang bersumber dari buku, internet dan hasil olahan penulis sendiri.

Tabel 1. 2 Resep Kerak Telor

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: Oktober 2023	Porsi Penyajian	: 50 gr
Jenis Makanan	: <i>Amuse Bouche</i>	Suhu Penyajian	: Panas
Lokasi	: Jakarta	Alat Penyajian	:

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	50	Gr	Beras ketan	Yang sudah dimasak menjadi nasi

		50 25 50 15 4 4 25 50 10 5 5 100	Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Pcs Ml	Telur bebek Ebi Bawang goreng Cabai Merah Keriting Jahe Kencur Gula pasir Kelapa parut Garam Merica Kulit lumpia Minyak goreng	Haluskan dan sangrai
2.	Haluskan	15 4 4 20 5 5	Gr Gr Gr Gr Gr Gr	Cabai merah keriting Jahe Kencur Gula pasir Garam Merica	Dengan blender hingga benar-benar halus
3.	Sangrai			Kelapa parut Bumbu halus	Sampai kering kecoklatan
4.	Tambahkan			Gula pasir	Aduk rata dan sisihkan
5.	Campurkan			Nasi ketan Telur bebek Ebi Bawang goreng Garam Merica Kelapa parut sangrai	Dalam mangkuk terpisah, aduk rata dan sisihkan
6.	Masukkan			Campuran adonan kerak telur	Sedikit demi sedikit ke dalam kulit lumpia, gulung hingga tertutup rapat. Lakukan hingga adonan habis
7.	Panaskan			Minyak goreng	
8.	Goreng			Lumpia Kerak telur	Hingga matang dan berwarna kuning kecoklatan
9.	Sajikan			Kerak telur	Dengan kelapa parut sangrai

Sumber : Endeus.tv dan Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 3 Resep Asinan Betawi

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2023
 Jenis Makanan : *Appetizer*
 Lokasi : Jakarta

Jumlah Porsi : 5 porsi
 Porsi Penyajian : 100 gr
 Suhu Penyajian : Dingin
 Alat Penyajian : *Dessert Plate*

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	50 50 50 50 50 90 50 25 100 30 15 30 5 220 50 50 5 200	Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Ml Gr Ml Gr Ml Gr Gr Pcs Ml	Taoge Kol Selada keriting Sawi asin Timun Kacang tanah goreng Tahu putih Cabai merah keriting Gula merah Air asam jawa Ebi Cuka beras Garam Air Kerupuk mie kuning Kerupuk merah Rice paper Minyak goreng	Iris tipis Iris ukuran sedang Iris ukuran sedang Potong kotak-kotak 1 cm Potong kotak-kotak 1 cm Goreng Iris Sangrai
2.	Haluskan	60	Gr	Kacang tanah goreng Cabai merah keriting Gula merah Air asam jawa Ebi Cuka beras Garam Air	Dengan blender hingga benar-benar halus, saring dan masukkan ke dalam espuma
3.	Panaskan			Minyak goreng	
4.	Goreng			Rice paper	Hingga mengembang, angkat dan tiriskan
5.	Campurkan			Semua bahan sayuran	Dalam mangkuk
6.	Letakkan			Rice paper yang sudah digoreng	Di atas piring
7.	Letakkan			Sayur-sayuran	Di atas rice paper

8.	Tuangkan			Bumbu kacang dalam espuma	Di beberapa titik di atas sayuran
9.	Sajikan			Asinan betawi	Dengan kerupuk mie kuning, kerupuk merah dan taburan kacang tanah goreng

Sumber : Endeus.tv dan Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 4 Resep Sayur Besan

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2023
 Jenis Makanan : *Soup*
 Lokasi : Jakarta

Jumlah Porsi : 5 porsi
 Porsi Penyajian : 150 gr
 Suhu Penyajian : Panas
 Alat Penyajian : *Soup Plate*

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	50 75 15 28 14 20 15 4 25 3 250 30 15 300 75	Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Ml gr Gr Ml Ml	Daun bawang Cabai merah keriting Cabai rawit merah Bawang merah Bawang putih Kemiri Ebi Lengkuas Sereh Daun salam Santan Gula merah Garam Air Minyak goreng	Kupas kulit, iris tipis Iris tipis Iris tipis Iris tipis Iris tipis Rendam air panas
2.	Haluskan			Cabai merah keriting Cabai rawit merah Bawang merah Bawang putih Kemiri Ebi	Dengan blender hingga benar-benar halus
3.	Panaskan			Minyak goreng	
4.	Tumis			Bumbu halus	Hingga harum
5.	Tambahkan			Lengkuas Sereh Daun salam	Aduk dan tumis hingga matang
6.	Masukkan			Santan Air	Aduk dan masak hingga mendidih

				Gula merah Garam	
7.	Masukkan			Daun bawang	
8.	Sajikan			Sayur besan	Dengan kondimen lain

Sumber : Cookpad.com dan Hasil olahan penulis, 2023

**Lanjutan Tabel 1.4 Resep Sayur Besan
(Condiment Soup)**

Halaman : 1 dari 1	Jumlah Porsi : 5 porsi
Tanggal : Oktober 2023	Porsi Penyajian : 75 gr
Jenis Makanan : <i>Soup</i>	Suhu Penyajian : Panas
Lokasi : Jakarta	Alat Penyajian :

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	100 90 90 90 10	Gr Gr Gr Gr Gr	Terubuk Labu siam Kacang panjang Kentang Air Garam	Kupas kulit, iris tipis Potong julienne Potong julienne Potong julienne
2.	Didihkan			Air Garam	Untuk merebus sayuran
3.	Masukkan			Terubuk Labu siam Kacang panjang Kentang	Secara satu-persatu, rebus bergantian hingga matang, angkat dan tiriskan
4.	Sajikan			Terubuk Labu siam Kacang panjang Kentang	Sebagai kondimen dari sayur besan

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

**Lanjutan Tabel 1.4 Resep Sayur Besan
(Condiment Soup)**

Halaman : 1 dari 1	Jumlah Porsi : 5 porsi
Tanggal : Oktober 2023	Porsi Penyajian : 25 gr
Jenis Makanan : <i>Soup</i>	Suhu Penyajian : Panas
Lokasi : Jakarta	Alat Penyajian :

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	100 200	Gr Ml	Soun Minyak goreng	

2.	Panaskan			Minyak goreng	
3.	Masukkan			Soun	Sedikit demi sedikit, goreng hingga mengembang, angkat dan tiriskan
4.	Sajikan			Soun goreng	Sebagai kondimen dari sayur besan

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 5 Resep Nasi Ulam

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2023
 Jenis Maknan : *Main Course*
 Lokasi : Jakarta

Jumlah Porsi : 5 porsi
 Porsi Penyajian : 100 gr
 Suhu Penyajian : Panas
 Alat Penyajian : *Dinner Plate*

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	250 500 5 5 25 4	Gr Ml Gr Gr Gr Gr	Beras Air Daun salam Daun pandan Sereh Lengkuas	Cuci bersih Ikat Memarkan Memarkan
2.	Masukkan			Semua bahan	Ke dalam rice cooker dan masak hingga matang
3.	Sajikan			Nasi ulam	Dengan pelengkap lain

Sumber : Endeus.tv dan Hasil olahan penulis, 2023

Lanjutan Tabel 1.5 Resep Ayam Sampyok

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2023
 Jenis Maknan : *Main Course*
 Lokasi : Jakarta

Jumlah Porsi : 5 porsi
 Porsi Penyajian : 80 gr
 Suhu Penyajian : Panas
 Alat Penyajian : *Dinner Plate*

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	300 180 20 75 70	Gr Gr Gr Gr Gr	Paha ayam Jeruk nipis Garam Sereh Bawang merah	

				Lengkuas	
11.	Masukkan			Kacang tanah goreng halus	Aduk kembali hingga merata
12.	Masukkan			Ayam gulung	Ke dalam wajan, aduk rata
13.	Tuangkan			Santan	Ke wajan, aduk rata dan tutup hingga mendidih. Ungkep ayam sampai empuk dan bumbu meresap
14.	Pan seared			Ayam yang sudah diungkep	Sambil diolesi dengan bumbu ungkep, hingga kecoklatan
15.	Sajikan			Ayam sampyok Bumbu ungkepan	Dengan kondimen lainnya

Sumber : Cookpad.com dan Hasil olahan penulis, 2023

Lanjutan Tabel 1.5 Resep Chips Semur Jengkol

Halaman : 1 dari 1

Jumlah Porsi : 5 porsi

Tanggal : Oktober 2023

Porsi Penyajian : 20 gr

Jenis Makanan : *Main Course*

Suhu Penyajian : Suhu ruang

Lokasi : Jakarta

Alat Penyajian : *Dinner Plate*

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	100	Gr	Jengkol	
		105	Ml	Kecap manis	
		15	Gr	Gula merah	
		2	Gr	Biji pala	
		5	Gr	Merica	
		25	Gr	Sereh	
		3	Gr	Daun salam	
		200	Ml	Air	
		75	Ml	Minyak goreng	
		42	Gr	Bawang putih	
		30	Gr	Bawang merah	
		10	Gr	Cabai merah keriting	
		4	Gr	Kunyit	
		15	Gr	Kemiri	
		2	Gr	Ketumbar	
		5	Gr	Garam	
		50	Gr	Potato starch	

2.	Haluskan			Bawang putih Bawang merah Cabai merah keriting Kunyit Kemiri Ketumbar Garam	Dengan blender hingga benar-benar halus
3.	Panaskan			Minyak goreng	
4.	Masukkan			Bumbu halus Daun salam Sereh	Tumis hingga harum
5.	Masukkan			Jengkol Air Gula merah Merica Biji pala	Aduk rata, masak dengan api kecil hingga kuah mengental
6.	Tambahkan			Kecap manis	Aduk rata, matikan api, angkat dan sisihkan
7.	Pisahkan			Semur jengkol	Dengan kuahnya
8.	Haluskan			Jengkol	Dengan blender hingga benar-benar halus
9.	Campuran			Jengkol halus Potato starch Air	Ke dalam sauce pan, aduk rata dan masak hingga mengental, sisihkan
10.	Siapkan			Loyang dengan baking paper	
11.	Oleskan			Adonan jengkol	Ke atas Loyang hingga tipis dan merata
12.	Panggang			Jengkol	Dalam oven yang sudah dipanaskan dengan suhu 80°C selama 2-3 jam
13.	Sajikan			Chips semur jengkol Kuah semur jengkol	Sebagai kondimen nasi ulam

Sumber : Bango.co.id, Home chef seattle (Youtube) dan Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 6 Resep Selendang Mayang

Halaman : 1 dari 1

Jumlah Porsi : 5 porsi

Tanggal : Oktober 2023

Porsi Penyajian : 50 gr

Jenis Makanan : *Dessert*
Lokasi : Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin
Alat Penyajian : *Dessert Plate*

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	100 100 1000 3 0.5 0.5	Gr Gr Ml Gr Ml Ml	Tepung sagu Tepung hunkwe Air Daun pandan Pewarna merah Pewarna hijau	
2.	Siapkan				Loyang yang permukaannya dialasi plastik, sisihkan
3.	Campurkan			Tepung sagu Tepung hunkwe Air Daun pandan	Dalam wadah, aduk rata dan pisahkan menjadi 3 bagian
4.	Tambahkan			Pewarna merah Pewarna hijau	Ke dalam wadah, satu wadah untuk satu warna, satunya lagi biarkan dengan warna putih
5.	Masak			Adonan selendang mayang	Satu-persatu hingga mendidih, tuangkan ke dalam loyang, satu loyang untuk satu warna, sisihkan hingga mengeras
6.	Potong			Selendang mayang	Kotak memanjang 1cm x 1cm x 5cm
7.	Sajikan			Selendang mayang	Dengan kondimen lain

Sumber : Resepkoki.id dan Hasil olahan penulis, 2023

**Lanjutan Tabel 1.6 Resep Selendang Mayang
(Nangka Crumble)**

Halaman : 1 dari 1
Tanggal : Oktober 2023
Jenis Makanan : *Dessert*
Lokasi : Jakarta

Jumlah Porsi : 5 porsi
Porsi Penyajian : 10 gr
Suhu Penyajian : Dingin
Alat Penyajian :

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	100	Gr	Nangka	Cuci bersih, buang biji

		50 200	MI MI	Air larutan kapur sirih Minyak goreng	
2.	Rendam			Nangka Air Air larutan kapur sirih	Aduk rata, diamkan 30 menit
3.	Panaskan			Minyak goreng	
4.	Goreng			Nangka	Hingga matang dan garing, aduk sesekali, angkat dan tiriskan
5.	Hancurkan			Keripik nangka	hingga menjadi serpihan kasar
6.	Sajikan			Nangka crumble	Sebagai pelengkap selendang mayang

Sumber : TheHasanVideo (Youtube) dan Hasil olaha penulis, 2023

**Lanjutan Tabel 1.6 Resep Selendang Mayang
(Es krim Kelapa)**

Halaman : 1 dari 1	Jumlah Porsi : 5 porsi
Tanggal : Oktober 2023	Porsi Penyajian : 20 gr
Jenis Maknan : <i>Dessert</i>	Suhu Penyajian : Dingin
Lokasi : Jakarta	Alat Penyajian :

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	25 30 125 40 2	Gr MI MI Gr MI	Daging kelapa Air kelapa Whipping cream Susu kental manis Vanilla extract	Cair, dingin
2.	Haluskan			Daging kelapa Air kelapa	Dengan blender hingga benar-benar halus, sisihkan
3.	Mixer			Whipping cream dingin	Dalam mangkuk selama 1 menit
4.	Masukkan			Susu kental manis	Ke dalam mangkuk dan Mixer kembali selama 2 menit
5.	Masukkan			Kelapa halus	Ke dalam mangkuk dan aduk menggunakan spatula hingga rata
6.	Tambahkan			Vanilla extract	Dan aduk kembali hingga rata
7.	Tuangkan			Es krim kelapa	Ke dalam wadah tertutup

8.	Masukkan			Es krim kelapa	Ke dalam freezer hingga membeku
9.	Sajikan			Es krim kelapa	Sebagai pelengkap selendang mayang

Sumber : Yummy (Youtube) dan Hasil olahan penulis, 2023

**Lanjutan Tabel 1.6 Resep Selendang Mayang
(Saus Gula Merah)**

Halaman : 1 dari 1	Jumlah Porsi : 5 porsi
Tanggal : Oktober 2023	Porsi Penyajian : 10 gr
Jenis Makanan : <i>Dessert</i>	Suhu Penyajian : Dingin
Lokasi : Jakarta	Alat Penyajian :

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	125 25 50 3	Gr Gr Ml Gr	Gula merah Gula pasir Air Daun pandan	Iris-iris
2.	Masukkan			Semua bahan	Ke dalam sauce pan, masak hingga gula larut dan mendidih, aduk sesekali
3.	Tuang			Saus gula merah	Ke dalam wadah dan diamkan hingga dingin
4.	Sajikan			Saus gula merah	Sebagai pelengkap selendang mayang

Sumber : Ella Dondy (Youtube) dan Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 7 Resep Bir Pletok

Halaman : 1 dari 1	Jumlah Porsi : 5 porsi
Tanggal : Oktober 2023	Porsi Penyajian : 200 ml
Jenis Makanan : Minuman	Suhu Penyajian : Dingin
Lokasi : Jakarta	Alat Penyajian : <i>Pilsner Glass</i>

NO.	METODE	JML	UNIT	BAHAN	KETERANGAN
1.	Siapkan	2000 350 5 5 2 100	Ml Gr Gr Gr Gr Gr	Air Jahe Cengkeh Kayu manis Kapulaga Sereh	Memarkan Memarkan

		25 2 500 5	Gr Gr Gr Gr	Kayu secang Biji pala Gula pasir Garam	Memarkan
2.	Campurkan			Air dan gula	Ke dalam panci
3.	Tambahkan			Jahe	Dan rebus hingga mendidih
4.	Tambahkan			Kayu secang Cengkeh Kapulaga Biji pala	Ke dalam panci, aduk rata
5.	Tambahkan			Sereh	Ke dalam panci, masak dengan api kecil selama 1 jam, angkat dan saring
6.	Sajikan			Bir pletok	Dalam gelas, bisa disajikan dalam keadaan panas atau dingin

Sumber : Buku dan Hasil olahan penulis, 2023

1.6 Recipe Costing, Dish Costing dan Selling Price

Food costing merupakan semua biaya yang digunakan untuk dapat memproduksi sebuah menu hidangan makanan dan minuman di dalam lingkup bisnis f&b. Food cost juga menjadi patokan yang sangat penting agar dapat menghitung harga jual satu porsi makanan.

Harga jual atau biasa disebut *selling price* yaitu harga yang perusahaan tersebut tawarkan mengenai produk yang dijualnya. Harga ini ditetapkan dalam tingkat yang biasanya mencakup biaya penjualan, biaya produksi dan tingkat laba.

Tabel 1. 8 Recipe Costing Kerak Telor

KERAK TELOR				5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH	SATUAN	HARGA	TOTAL HARGA
1	Beras ketan	0.05	kg	Rp 15,000	Rp 750
2	Telur bebek	0.05	kg	Rp 39,000	Rp 1,950
3	Ebi	0.025	kg	Rp 72,000	Rp 1,800
4	Bawang goreng	0.05	kg	Rp 65,000	Rp 3,250
5	Cabai merah keriting	0.015	kg	Rp 45,000	Rp 675
6	Jahe	0.004	kg	Rp 27,000	Rp 108
7	Kencur	0.004	kg	Rp 41,000	Rp 164
8	Gula pasir	0.025	kg	Rp 15,000	Rp 375
9	Kelapa parut	0.05	kg	Rp 20,000	Rp 1,000
10	Garam	0.02	kg	Rp 20,000	Rp 400
11	Merica	0.01	kg	Rp 120,000	Rp 1,200
12	Kulit lumpia	5	pcs	Rp 500	Rp 2,500
13	Minyak goreng	0.1	l	Rp 23,000	Rp 2,300
14	Daun bawang	0.005	kg	Rp 28,000	Rp 140
Recipe Costing					Rp 16,612
Dish Costing					Rp 3,322
Food Cost					35%
Selling Price					Rp 9,493
Rounding Price					Rp 9,500

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 9 Recipe Costing Asinan Betawi

ASINAN BETAWI				5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH	SATUAN	HARGA	TOTAL HARGA
1	Taoge	0.05	kg	Rp 18,000	Rp 900
2	Kol	0.05	kg	Rp 22,000	Rp 1,100
3	Selada keriting	0.05	kg	Rp 19,000	Rp 950
4	Sawi asin	0.05	kg	Rp 20,000	Rp 1,000
5	Timun	0.05	kg	Rp 10,000	Rp 500
6	Kacang tanah	0.09	kg	Rp 12,000	Rp 1,080
7	Tahu putih	0.05	kg	Rp 32,500	Rp 1,625
8	Cabai merah keriting	0.025	kg	Rp 45,000	Rp 1,125
9	Gula merah	0.1	kg	Rp 20,000	Rp 2,000

10	Asam jawa	0.03	kg	Rp 18,500	Rp 555
11	Ebi	0.015	kg	Rp 72,000	Rp 1,080
12	Cuka beras	0.03	l	Rp 40,000	Rp 1,200
13	Garam	0.005	kg	Rp 20,000	Rp 100
14	Kerupuk mie keriting	0.05	kg	Rp 27,000	Rp 1,350
15	Kerupuk merah	0.05	kg	Rp 34,000	Rp 1,700
16	Rice paper	5	pcs	Rp 1,500	Rp 7,500
17	Minyak goreng	0.2	l	Rp 23,000	Rp 4,600
18	Edible flower	1	pack	Rp 10,000	Rp 10,000
Recipe Costing					Rp 38,365
Dish Costing					Rp 7,673
Food Cost					40%
Selling Price					Rp 19,183
Rounding Price					Rp 19,500

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 10 Recipe Costing Sayur Besan

SAYUR BESAN				5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH	SATUAN	HARGA	TOTAL HARGA
1	Daun bawang	0.05	kg	Rp 20,000	Rp 1,000
2	Cabai merah keriting	0.075	kg	Rp 45,000	Rp 3,375
3	Cabai rawit merah	0.015	kg	Rp 87,000	Rp 1,305
4	Bawang merah	0.028	kg	Rp 25,000	Rp 700
5	Bawang putih	0.014	kg	Rp 38,000	Rp 532
6	Kemiri	0.02	kg	Rp 50,000	Rp 1,000
7	Ebi	0.015	kg	Rp 72,000	Rp 1,080
8	Lengkuas	0.004	kg	Rp 39,000	Rp 156
9	Sereh	0.025	kg	Rp 25,000	Rp 625
10	Daun salam	0.003	kg	Rp 60,000	Rp 180
11	Santan	0.025	l	Rp 34,500	Rp 863
12	Gula merah	0.03	kg	Rp 20,000	Rp 600
13	Garam	0.025	kg	Rp 20,000	Rp 500
14	Minyak goreng	0.275	l	Rp 23,000	Rp 6,325
15	Terubuk	0.1	kg	Rp 24,000	Rp 2,400
16	Labu siam	0.09	kg	Rp 13,500	Rp 1,215
17	Kacang panjang	0.09	kg	Rp 14,000	Rp 1,260
18	Kentang	0.09	kg	Rp 20,000	Rp 1,800

19	Soun	0.1	kg	Rp 33,000	Rp 3,300
20	Edible flower	1	pack	Rp 10,000	Rp 10,000
21	Ikan teri	0.005	kg	Rp 60,000	Rp 300
Recipe Costing					Rp 38,516
Dish Costing					Rp 7,703
Food Cost					35%
Selling Price					Rp 22,009
Rounding Price					Rp 22,500

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 11 Recipe Costing Nasi Ulam, Ayam Sampyok, Chips Semur Jengkol

NASI ULAM, AYAM SAMPYOK DAN SEMUR JENGKOL				5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH	SATUAN	HARGA	TOTAL HARGA
1	Beras	0.25	kg	Rp 13,000	Rp 3,250
2	Daun salam	0.013	kg	Rp 60,000	Rp 780
3	Daun pandan	0.005	kg	Rp 25,000	Rp 125
4	Sereh	0.05	kg	Rp 25,000	Rp 1,250
5	Lengkuas	0.024	kg	Rp 39,000	Rp 936
6	Paha ayam	0.3	kg	Rp 61,000	Rp 18,300
7	Jeruk nipis	0.18	kg	Rp 19,500	Rp 3,510
8	Garam	0.025	kg	Rp 20,000	Rp 500
9	Bawang merah	0.12	kg	Rp 25,000	Rp 3,000
10	Bawang putih	0.125	kg	Rp 38,000	Rp 4,750
11	Cabai merah keriting	0.1	kg	Rp 45,000	Rp 4,500
12	Cabai rawit	0.05	kg	Rp 87,000	Rp 4,350
13	Kemiri	0.04	kg	Rp 50,000	Rp 2,000
14	Kunyit	0.008	kg	Rp 15,000	Rp 120
15	Jahe	0.004	kg	Rp 27,000	Rp 108
16	Lada	0.005	kg	Rp 48,500	Rp 243
17	Ketumbar	0.017	kg	Rp 30,000	Rp 510
18	Kacang tanah	0.1	kg	Rp 12,000	Rp 1,200
19	Daun jeruk	0.005	kg	Rp 40,000	Rp 200
20	Gula merah	0.035	kg	Rp 20,000	Rp 700
21	Santan	0.5	l	Rp 34,500	Rp 17,250
22	Bayam	0.2	kg	Rp 20,000	Rp 4,000
23	Minyak goreng	0.2	l	Rp 23,000	Rp 4,600
24	Jengkol	0.1	kg	Rp 45,000	Rp 4,500

25	Kecap manis	0.105	l	Rp 27,500	Rp 2,888
26	Biji pala	0.002	kg	Rp 70,000	Rp 140
27	Merica	0.005	kg	Rp 120,000	Rp 600
28	Potato starch	0.05	kg	Rp 83,000	Rp 4,150
29	Terasi	0.005	kg	Rp 28,500	Rp 143
30	Kerupuk oranye	0.1	kg	Rp 25,000	Rp 2,500
31	Edible flower	1	pack	Rp 10,000	Rp 10,000
Recipe Costing					Rp 101,102
Dish Costing					Rp 20,220
Food Cost					25%
Selling Price					Rp 80,881
Rounding Price					Rp 81,000

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 12 Recipe Costing Selendang Mayang

SELENDANG MAYANG				5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH	SATUAN	HARGA	TOTAL HARGA
1	Tepung sagu	0.1	kg	Rp 25,500	Rp 2,550
2	Tepung hunkwe	0.1	kg	Rp 34,500	Rp 3,450
3	Daun pandan	0.006	kg	Rp 25,000	Rp 150
4	Pewarna makanan	0.0005	l	Rp 72,000	Rp 36
5	Nangka	0.1	kg	Rp 40,000	Rp 4,000
6	Kapur Sirih	0.05	kg	Rp 9,500	Rp 475
7	Daging kelapa	0.025	kg	Rp 38,500	Rp 963
8	Air kelapa	0.03	l	Rp 24,500	Rp 735
9	Whipping cream cair	0.125	l	Rp 64,000	Rp 8,000
10	Susu kental manis	0.04	kg	Rp 26,500	Rp 1,060
11	Vanilla essence	0.002	l	Rp 117,000	Rp 234
12	Gula merah	0.125	kg	Rp 20,000	Rp 2,500
13	Gula pasir	0.025	kg	Rp 15,000	Rp 375
14	Sagu mutiara	0.05	kg	Rp 35,000	Rp 1,750
15	Minyak goreng	0.2	l	Rp 23,000	Rp 4,600
Recipe Costing					Rp 30,878
Dish Costing					Rp 6,176
Food Cost					20%
Selling Price					Rp 30,878
Rounding Price					Rp 31,000

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 13 Recipe Costing Bir Pletok

BIR PLETOK				5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH	SATUAN	HARGA	TOTAL HARGA
1	Jahe	0.35	kg	Rp 27,000	Rp 9,450
2	Cengkeh	0.005	kg	Rp 165,000	Rp 825
3	Kayu manis	0.005	kg	Rp 38,000	Rp 190
4	Kapulaga	0.002	kg	Rp 120,000	Rp 240
5	Sereh	0.1	kg	Rp 25,000	Rp 2,500
6	Kayu secang	0.025	kg	Rp 29,500	Rp 738
7	Biji pala	0.002	kg	Rp 70,000	Rp 140
8	Gula pasir	0.5	kg	Rp 15,000	Rp 7,500
9	Garam	0.005	kg	Rp 20,000	Rp 100
10	Daun pandan	0.005	kg	Rp 23,000	Rp 115
Recipe Costing					Rp 21,798
Dish Costing					Rp 4,360
Food Cost					25%
Selling Price					Rp 17,438
Rounding Price					Rp 17,500

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

Tabel 1. 14 Total Keseluruhan

NO.	MENU	DISH COSTING	SELLING PRICE	ROUNDING
1	Kerak Telor	Rp 3,322	Rp 9,493	Rp 9,500
2	Asinan Betawi	Rp 7,673	Rp 19,183	Rp 19,500
3	Sayur Besan	Rp 7,703	Rp 22,009	Rp 22,500
4	Nasi Ulam, Ayam Sampedang dan Semur Jengkol	Rp 20,220	Rp 80,881	Rp 81,000
5	Selendang Mayang	Rp 6,176	Rp 30,878	Rp 31,000
6	Bir Pletok	Rp 4,360	Rp 17,438	Rp 17,500
TOTAL		Rp 49,454	Rp 179,882	Rp 181,000

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

1.7 Daftar Nilai Gizi

Nutrition facts atau informasi mengenai nilai gizi suatu makanan sering kita temui di bagian belakang kemasan makanan tersebut. Informasi tersebut berisi seluruh kandungan gizi yang terdapat di dalam bahan makanannya. Kandungan gizi yang sering kita dengar yaitu karbohidrat, protein, kalori, vitamin, lemak dan mineral. Setiap orang juga memiliki kebutuhan gizi yang berbeda menyesuaikan dengan umur, tinggi badan dan berat badan. Dengan mengonsumsi dan memenuhi kebutuhan gizi yang baik, maka badan menjadi sehat, tidak mudah terkena penyakit, meningkatnya semangat kerja dan bisa terhindar dari penyakit kronis.

Tabel 1. 15 Nilai Gizi Kerak Telor

KERAK TELOR					5 PORSI	
N O.	BAHAN	JUMLAH (gr/ml)	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Beras ketan	50	48	0.1	10.54	1.01
2	Telur bebek	50	92.5	6.9	0.73	6.4
3	Ebi	25	69.5	1.03	0.55	15.65
4	Bawang goreng	50	250	15	25	5
5	Cabai merah keriting	15	5.4	0.05	1.1	0.15
6	Jahe	4	2.04	0.04	0.4	0.06
7	Kencur	4	8.2	0.02	1.8	0.17
8	Gula pasir	25	96.75	0	24.5	0
9	Kelapa parut	50	177	16.86	6.31	1.91
10	Garam	10	0	0	0	0
11	Merica	5	18.25	0.34	3.22	0.58
12	Kulit lumpia	5	500	7.5	95	10
13	Minyak goreng	100	800	90	0	0
14	Daun Bawang	5	2.05	0.015	0.39	0.1

TOTAL	2069.69	137.86	169.54	41.03
TOTAL PER PAX	413.94	27.57	33.91	8.21

Sumber : fatsecret.co.id dan nilai gizi.com

Tabel 1. 16 Nilai Gizi Asinan Betawi

ASINAN BETAWI					5 PORSI	
N O.	BAHAN	JUMLAH (gr/ml)	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Taoge	50	18.5	0.25	1.9	2.2
2	Kol	50	12	0.06	2.79	0.72
3	Selada keriting	50	7.5	0.075	1.4	0.68
4	Sawi asin	50	14	0.55	2.8	0.55
5	Timun	50	4	0.1	0.7	0.1
6	Kacang tanah	90	510.3	44.32	14.52	23.22
7	Tahu putih	50	39	2.48	1.05	3.99
8	Cabai merah keriting	25	9	0.075	1.83	0.25
9	Gula merah	100	377	0	97.33	0
10	Asam jawa	30	71.7	0.18	18.75	0.84
11	Ebi	15	41.7	0.618	0.33	9.39
12	Cuka beras	30	6	0	0.02	0
13	Garam	5	0	0	0	0
14	Kerupuk mie keriting	50	238	10.55	35.65	0.05
15	Kerupuk merah	50	251	12.65	30.5	3.7
16	Rice paper	5	100	0.35	21.75	0.15
17	Minyak goreng	200	1600	180	0	0
18	Edible Flower	5	0.0012	0	0.1	0.1
TOTAL			3299.7	252.26	231.42	45.94
TOTAL PER PAX			659.94	50.45	46.28	9.19

Sumber : fatsecret.co.id dan nilai gizi.com

Tabel 1. 17 Nilai Gizi Sayur Besan

SAYUR BESAN					5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH (gr/ml)	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Daun Bawang	50	30.5	0.15	7.08	0.75

2	Cabai merah keriting	75	27	0.225	5.48	0.75
3	Cabai rawit merah	15	17	0.92	3	0.64
4	Bawang merah	28	12	0.02	2.84	0.26
5	Bawang putih	14	20.86	0.07	4.63	0.89
6	Kemiri	20	138.2	14.39	2.77	1.83
7	Ebi	15	41.7	0.618	0.33	9.39
8	Lengkuas	4	0.96	0.022	0.18	0.58
9	Sereh	25	24.75	0.123	6.33	0.46
10	Daun salam	3	9.39	0.25	2.25	0.23
11	Santan	250	575	59.6	13.85	5.73
12	Gula merah	30	113.1	0	29.2	0
13	Garam	25	0	0	0	0
14	Minyak goreng	275	2200	247.5	0	0
15	Terubuk	100	30	0.4	3	4.6
16	Labu siam	90	15.3	0.117	3.51	0.74
17	Kacang panjang	90	27.9	0.108	6.42	1.64
18	Kentang	90	78.3	0.09	18.12	1.68
19	Soun	100	351	0.06	86.09	0.16
20	Edible flower	5	0.0012	0	0.1	0.1
21	Ikan teri	5	3.7	0.07	0.205	0.515
TOTAL			3716.7	324.73	195.39	30.945
TOTAL PER PAX			743.33	64.95	39.08	6.19

Sumber : fatsecret.co.id dan nilai gizi.com

Tabel 1. 18 Nilai Gizi Nasi Ulam, Ayam Sampyok dan Semur Jengkol

NASI ULAM, AYAM SAMPYOK DAN SEMUR JENGKOL					5 PORSI	
N O.	BAHAN	JUMLAH (gr/ml)	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Beras	250	892.5	4.25	192.75	21
2	Daun salam	13	6	0.15	1.35	0.14
3	Daun pandan	5	16.05	0	3.9	0.11
4	Sereh	50	49.5	0.245	12.66	0.91
5	Lengkuas	24	5.76	0.13	1.05	0.35
6	Paha ayam	300	735	46.08	0	74.55
7	Jeruk nipis	180	54	0.36	18.97	1.26
8	Garam	25	0	0	0	0

9	Bawang merah	100	42	0.08	10.11	0.92
10	Bawang putih	112	166.88	0.56	37.03	7.12
11	Cabai merah keriting	85	31.76	0.255	6.21	0.85
12	Cabai rawit	30	34	1.84	6	1.28
13	Kemiri	40	276.4	28.78	5.54	3.66
14	Kunyit	8	28.32	0.79	5.19	0.63
15	Jahe	4	2.04	0.04	0.4	0.06
16	Lada	5	10	0	2	0
17	Ketumbar	17	3.91	0.88	0.62	0.36
18	Kacang tanah	100	567	49.24	16.13	25.8
19	Daun jeruk	5	9.39	0.25	2.25	0.23
20	Gula merah	35	131.95	0	34.07	0
21	Santan	500	1150	119.2	27.7	11.45
22	Bayam	200	46	0.78	7.26	5.72
23	Minyak goreng	150	1200	135	0	0
24	Jengkol	100	151	0.5	23.54	14.26
25	Kecap manis	105	301	0.01	76.43	1.28
26	Biji pala	2	12	0.8	1.08	0.13
27	Merica	5	18.25	0.34	3.22	0.58
28	Potato starch	50	160	0	40	0
29	Terasi	5	7.75	0.145	0.495	1.115
30	Kerupuk oranye	100	460	21	20	8
31	Edible flower	5	0.0012	0	0.1	0.1
TOTAL			6568.5	411.71	556.06	181.865
TOTAL PER PAX			1313.7	82.34	111.21	36.37

Sumber : fatsecret.co.id dan nilai gizi.com

Tabel 1. 19 Nilai Gizi Selendang Mayang

SELENDANG MAYANG					5 PORSI	
N O.	BAHAN	JUMLAH (gr/ml)	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Tepung sagu	100	354	0.05	87.55	0.42
2	Tepung hunkwe	100	364	1	83.5	4.5
3	Daun pandan	6	16.05	0	3.9	0.11
4	Pewarna makanan	0.5	0.225	0.005	0.042	0.01
5	Nangka	100	94	0.3	24.01	1.47
6	Kapur Sirih	50	41	0.45	0.7	9.25

7	Daging kelapa	25	88.5	8.37	3.81	0.83
8	Air kelapa	30	6	0.06	1.12	0.22
9	Whipping cream cair	125	418.8	44.4	3.88	3
10	Susu kental manis	40	130	4	23	1
11	Vanilla essence	2	12	0	0.53	0
12	Gula merah	125	471.25	0	121.66	0
13	Gula pasir	25	110	0	28.34	0
14	Sagu mutiara	50	179	0.01	44.35	0.095
15	Minyak goreng	200	1600	180	0	0
TOTAL			3884.8	238.65	426.39	20.905
TOTAL PER PAX			776.97	47.73	85.28	4.18

Sumber : fatsecret.co.id dan nilai gizi.com

Tabel 1. 20 Nilai Gizi Bir Pletok

BIR PLETOK					5 PORSI	
NO.	BAHAN	JUMLAH (gr/ml)	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Jahe	350	280	2.63	62.2	6.37
2	Cengkeh	5	16.5	0.445	2.87	0.26
3	Kayu manis	5	6	0.07	1.84	0.09
4	Kapulaga	2	6	0.13	1.37	0.22
5	Sereh	100	99	0.49	25.31	1.82
6	Kayu secang	25	24.75	0.122	6.32	0.46
7	Biji pala	2	12	0.8	1.08	0.13
8	Gula pasir	500	1935	0	499.9	0
9	Garam	5	0	0	0	0
10	Daun pandan	5	16.05	0	3.9	0.11
TOTAL			2395.3	4.687	604.79	9.46
TOTAL PER PAX			479.06	0.94	120.96	1.89

Sumber : fatsecret.co.id dan nilai gizi.com

Tabel 1. 21 Total Nilai Gizi Keseluruhan

NO.	MENU	KALORI (Kkal)	LEMAK (gr)	KARBO (gr)	PROTEIN (gr)
1	Kerak telur	413.94	27.57	33.91	8.21
2	Asinan betawi	659.94	50.45	46.28	9.19
3	Sayur besan	743.33	64.95	39.08	6.19

4	Nasi ulam, Ayam sampyok dan Semur jengkol	148.666	82.34	111.210	36.37
5	Selendang mayang	776.97	47.73	85.28	4.18
6	Bir pletok	479.06	0.94	120.96	1.89
TOTAL		3221.91	273.98	436.72	66.03

Sumber : Hasil olahan penulis, 2023

1.8 Lokasi dan Waktu Penelitian Makanan

a. Lokasi Penelitian

Pelaksanaan uji coba mengenai Pengembangan Sajian Kuliner Daerah Jakarta dilakukan di rumah penulis. Sedangkan, untuk pelaksanaan penyajian sajian kulinernya akan dilakukan di Kitchen Nusantara Politeknik Pariwisata NHI Bandung.

b. Waktu Penelitian

Penulis mulai melakukan penelitian pada bulan Agustus 2023 dan akan terus dilaksanakan hingga Januari 2024 yang akhirnya tugas akhir ini akan dipresentasikan.