

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian Presentasi Makanan Kota Solok

Indonesia memiliki 16.056 pulau berdasarkan laporan PBB melalui Kementerian Dalam Negeri Republik Indonesia pada Tahun 2019 (www.kemendagri.go.id). Banyaknya pulau di Indonesia membuka kesempatan beberapa sektor usaha di Indonesia untuk berkembang, contohnya sektor pariwisata telah menjadi salah satu *leading sector* di Indonesia. Peranan sektor pariwisata nasional semakin penting sejalan dengan perkembangan dan kontribusi yang di berikan sektor pariwisata melalui penerimaan devisa, pendapatan daerah, pengembangan wilayah, maupun dalam penyerapan investasi dan tenaga kerja serta pengembangan usaha yang tersebar di berbagai pelosok wilayah di Indonesia.

Menurut buku Saku Kementerian Pariwisata (2016), kontribusi sektor pariwisata terhadap Produk Domestik Bruto (PDB) nasional tahun 2014 telah mencapai 9% atau Rp 946,04 triliun. Sementara devisa dari sektor pariwisata pada tahun 2014 telah mencapai Rp 120 triliun dan kontribusi terhadap kesempatan kerja sebesar 11 juta orang (Anggraini, 2017). Melalui mekanisme tarikan dan dorongan terhadap sektor ekonomi lain yang terkait dengan sektor pariwisata, seperti hotel dan restoran, angkutan, industri, kerajinan, dan lain-lain.

Perkembangan pariwisata bersifat multi-dimensi dan lintas sektor karena pariwisata tidak bisa berdiri sendiri. Masyarakat maupun kalangan industri dan pengusaha pariwisata harus bekerjasama dalam menciptakan kondisi positif berkembangnya pariwisata secara nasional. Perkembangan industri pariwisata telah mengalami berbagai perubahan baik perubahan pola, bentuk dan sifat kegiatan, dorongan orang untuk melakukan perjalanan, cara berpikir, maupun sifat dan perkembangan pariwisata itu sendiri (R.S Darmadjati, 1995:2). Banyak sekali objek wisata dan daya tarik yang dimiliki Indonesia dan dapat dijadikan sebagai motivasi berkunjung. Objek wisata dan daya tarik tersebut tersebar diseluruh Indonesia dengan berbagai macam perbedaan kebudayaan dan keunikan yang dimiliki tiap daerah, salah satunya Kota Solok, Provinsi Sumatera Barat.

Kota Solok terletak pada posisi $0^{\circ}32''$ LU – $1^{\circ}45''$ LS, $100^{\circ}27''$ BT – $101^{\circ}41''$ BT dengan luas $57,64$ km² (0,14% dari luas Provinsi Sumatera Barat). Wilayah administrasi Kota Solok berbatasan dengan Kabupaten solok dan Kota Padang. Kota Solok memiliki peranan sentral di dalam menunjang perekonomian masyarakat Kota Solok dan Kabupaten Solok. Topografi Kota Solok bervariasi antara daratan dan perukitan serta terdapat tiga anak sungai yang melintasi Kota Solok, yaitu Sungai Batang Lembang, Sungai Batang Gawan dan Sungai Batang Air Binguang dan tanah di Kota Solok merupakan tanah persawahan serta sisanya berupa tanah kering.

Nagari (Kota) Solok sebelumnya merupakan gabungan dari Kota solok dan Kabupaten Solok, namun pada tahun 1970 di resmikan Kota Solok berdiri yang di

keluarkan pada peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 8 Tahun 1970, tentang pelaksanaan Pemerintahan Kotamadya Solok dan Kotamadya Payakumbuh. Budaya Kota Solok memiliki keunikan tersendiri dari makanan, bahasa, dan budaya.

Keanekaragaman rempah dan olahan makanan juga menjadi salah satu ciri dari masakan Kota Solok. Masakan Kota Solok diwariskan turun menurun dari nenek moyang hingga sekarang. Keunikan rasa dari masakan Kota Solok banyak orang yang menyukai rasa tersebut. Tidak hanya penduduk lokal yang menyukai makanan Kota Solok tetapi juga masyarakat dari daerah yang berbeda hingga turis dari mancanegara dapat menerimanya. budaya kuliner masakan Kota Solok dikenal dengan makanan mereka yang memiliki rasa gurih dari santan dan pedas di setiap hidangannya, baik nasi, lauk, sayur, hingga kudapan yang ada di daerah Kota Solok. Komoditas yang sering di pakai dalam masakan Kota Solok yakni ikan, ayam hitam, belut.

Kebanyakan masyarakat Kota Solok mayoritas beragama muslim, serta memiliki tradisi yang mengharuskan pada saat mengadakan acara di bulan ramadhan harus adanya berbagai macam makanan yang wajib untuk di hidangkan seperti, rendang, gulai ayam hitam, dendeng batokok dan masih banyak lagi. Adapun makanan yang akan disajikan pada saat acara-acara penting ataupun pada saat acara pernikahan yaitu seperti pinyaram pisang yang terbuat dari tepung sagu, gula merah serta pisang. Tradisi masyarakat Kota Solok pada saat adanya acara pernikahan pihak perempuan harus menyediakan 4 macam sambal seperti kalio

daging, perkedel kentang, gulai toco, gulai campur yang dimana 4 macam sambal ini harus ada, tambahan lainya boleh juga dengan ayam ataupun ikan sebagai pelengkap pada saat acara meminang atau minak mamak.

Keanekaragaman bumbu-bumbu yang di gunakan bermacam-macam sehingga menimbulkan rasa yang unik dan nikmat. Maka dari itu, Masakan Kota Solok memiliki keanekaragaman budaya kuliner yang dapat di eksplorasi, dilestarikan, diperkenalkan, dan dapat di nikmati semua kalangan.

Nilai Kota Solok yang terkandung dalam baik budaya maupaun sejarah menjadi keunikan tersendiri dalam keunikan kulinernya. Hal ini menjadikan penulis tertarik untuk menjadikan masakan Kota Solok menjadi tema tugas akhir yang berjudul “*Sajian Kuliner Kota Solok*”. Selain kuliner, Kota Solok memiliki destinasi yang menarik wisatawan untuk datang berkunjung ke Kota Solok seperti, Taman Rekreasi Pulau Belibis. Dengan adanya kuliner menjadi daya tarik pariwisata di Kota Solok dapat di tingkatkan lagi baik jumlah pengunjung hingga pelayanannya.

1.2 Tujuan Penelitian Persentasi Masakan Kota Solok

Penulis mengusulkan Tugas Akhir dengan judul “Sajian Kuliner Kota Solok” dengan tujuan sebagai berikut;

1.2.1 Tujuan Formal

Penelitian ini di susun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir pada Program Studi Managemen Tata Boga, Program Diploma III di

Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung serta dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi penulis akan kuliner khas Kota Solok.

1.2.2 Tujuan Operasional

- a) Penulis ingin generasi muda di Kota Solok mempelajari makanan daerahnya sendiri agar dapat membuka peluang bisnis.
- b) Mampu membantu melestarikan warisan kuliner nusantara dari perkembangan jaman, khususnya kuliner khas Kota Solok yang belum banyak diketahui oleh generasi muda, dikarenakan minimnya informasi tentang masakan khas Kota Solok di internet.
- c) Penulis ingin membuka restoran dimana konsep makanannya adalah masakan khas Kota Solok.

1.3 Usulan Produk Masakan Kuliner Khas Kota Solok

Penulis ingin mempresentasikan ciri khas makanan Kota Solok dalam bentuk rijsttafel. Pemilihan menu berdasarkan cita rasa dan keaslian menu dari Kota Solok yang didapat penulis dari narasumber ibu Sitta Novembra yang menjabat sebagai Bundo Kandung Nagari Solok yang artinya ibu yang dituakan di Kota Solok dan mengerti dengan semua adat istiadatnya Kota Solok.

10 course Kota Solok Rijsttafel***Nasi Solok***

(Nasi khas Solok)

Pepes Bilih Singkarak

(ikan bumbu di balut daun pisang)

Gulai Ayam Hitam

(ayam masak gulai)

Kalio Baluik

(gulai belut)

Gulai Campur

(nangka, rebung dimasak sedikit daging)

Samba Lado Masiék Patai Cino

(sambal merah dengan patai)

Samba Lado Canguak Karupuak Jangek

(sambal masak dengan kerupuk kulit)

Pinyiaram Pisang

(campuran gula aren, tepung beras serta pisang)

Acar Timun

(acar timun)

Teh Talua

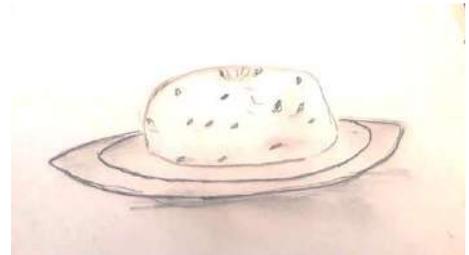
(teh telur minuman khas Solok)

1.3.1 Penjelasan Produk Masakan Kuliner Khas Kota Solok

Berikut adalah penjelasan tentang masakan kuliner khas Kota Solok yang berisikan tentang pengertian dan arti di setiap hidangan yang dipilih untuk disajikan oleh penulis dalam bentuk *rijsttafel*, yaitu :

1. Nasi Solok

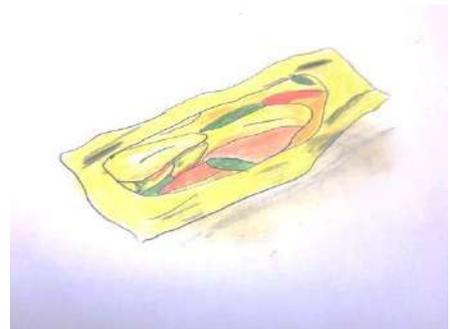
Nasi Solok yang berasal dari Boleh Solok atau beras Solok. Nasi Solok memiliki rasa yang berbeda dengan



beras biasanya lebih lengket dan lembut. Serta nasi solok lebih terurai tidak pulen seperti beras biasanya. Di Sumatera Barat kebanyakan akan masyarakatnya.

2. Pepes Bilis Singkarak

Ikan bilih yang bisa diartikan juga ikan setan atau iblis, menurut kepercayaan masyarakat Kota Solok



meskipun ikan bilih di pancing terus menerus tidak akan pernah habis. Pepes Bilis Singkarak adalah makanan khas Kota Solok yang biasa di temukan di sekitaran danau singkarak. Ikan bilis biasanya di jual di pinggir jalan sepanjang Kota Solok. Pepes bilis singkarak pada umumnya terbuat dari ikan bilis yang di goreng setengah matang dan

di beri bumbu merah setelah itu di bungkus dengan daun pisang lalu di bakar. Masyarakat Kota Solok biasa ikan bilis ini hanya di goreng saja buat pendamping saat makan ataupun bisa juga buat snack pada saat sore hari.

3. Gulai Ayam Hitam

Gulai bisa disebut juga kuah santan pekat yang berwarna merah dan gulai merupakan dasar masakan-masakan



minangkabau. gulai pun bisa di sebut juga olahan masakan kari, itupun mendapatkan pembauran dari daratan india maka dari itu kedua masakan tersebut memiliki bumbu-bumbu yang hampir sama. Jenis-jenis gulai yang di buat semakin banyaknya varian dari bahan dasar yang berbeda tapi memiliki bumbu yang sama. Adapun guali yang menjadi kegemaran masyarakat Kota Solok yaitu gulai ayam hitam yang sering kali dibuat pada saat idul fitri atau di acara pernikahan. Gulai Ayam Hitam adalah makanan khas Kampung Sulit Air di Kota Solok. Gulai Ayam Hitam atau juga bisa di sebut ayam masak hitam, masakan ini menggunakan buah galundi sebagai bahan pewarna hitam untuk masakan ini.

4. Kalio Baluik

Kalio adalah sebutan rendang yang setengah jadi yang berwarna coklat hitam. Pada umumnya kalio dijual sebagai rendang rumah makan padang diluar Sumatra Barat karena durasi memasaknya lebih pendek sehingga lebih praktis dan ekonomis dalam segi penjualan,

Kalio Baluik adalah masakan kailo yang berbahan dasar belut.

5. Gulai Campur

Gulai berasal dari Sumatra yang hasil penrapannya dari seni masakan india yang mempunyai banyak bumbu



dan rempah. Gulai pun tersebar luas di Indonesia dengan berbagai macam bahan dasar yang berbeda seperti, daging sapi, daging kambing, itik serta ayam. Tersebar

luasnya masakan gulai ini menjadi ikon yang mencirikan masakan khas minangkabau yang dimana di setiap

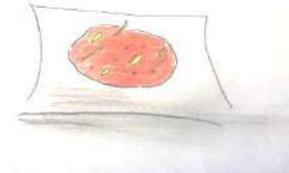


daerah Sumatera barat memiliki gulai yang berbeda-beda pada setiap daerahnya. Di Kota Solok sendiri memiliki gulai khas yaitu gulai campur yang isinya angka, rebung dan sedikit daging sapi. Gulai campur ini sebagai salah satu syarat meminang di Kota

Solok, pihak perempuan harus menyediakan gulai campur untuk menyambut rombongan dari pihak pria.

6. Samba Lado Masiék Patai Cino

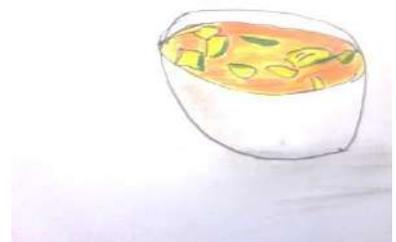
Samba Lado Masiék Patai Cino, samba lado merupakan maakan olahan yang



wajib bagi masyarakat minang. Samba lado artinya sambal yang terbuat dari cabai, baik itu cabai merah atau ijaú keriting. Samba Lado Masiék Patai Cino berbahan dasar cabai merah dijadikan bumbu dan pete yang digoreng lalu di masak.

7. Samba Lado Cangkuak Karupuak Jangek

Samba Lado Cangkuak yaitu menggunakan bahan baku air tajin (air rebusan beras saat menenak nasi) serta Karupuak Jangek adalah kerupuk kulit. Jadi Samba Lado Cangkuak Karupuak



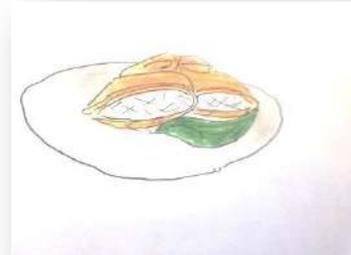
Janget adalah Sambal yang di masak lalu di campuran dengan kerupuk kulit. Selain dimasak samba lado, kerupuk kulit atau karupuak jangek hanya di goreng biasa dan di siram dengan kuah gulai sebagai pendamping makan masyarakat minang.

8. Pinyaram Pisang

Makanan Pinyaram Pisang biasanya harus ada pada saat hari raya atau acara penting di masyarakat minang.

Makanan ini berbahan dasar tepung dan gula merah yang memiliki rasa pisang. menggunakan beras solok ini

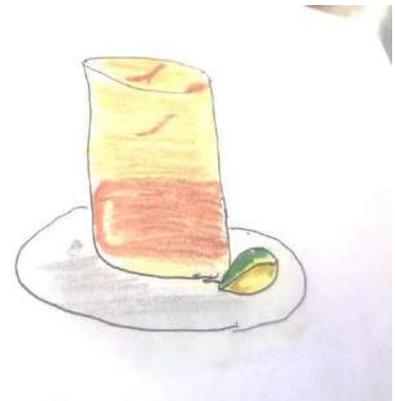
sebagai konsumsi setiap hari serta di rumah makan di daerah Sumatera barat semuanya menggunakan beras solok ini untuk mereka sajikan.



9. Teh Talua

Masyarakat Kota Solok biasa meminum teh telur atau teh talua ini dibuat sebagai penambah stamina karena dalam tradisi masyarakat minang sebelum

berangkat kerja ke kebun atau ke sawah mereka meminum teh telur ini seagai minuman stamina buat masyarakat minang.



10. Acar Timun

Acar adalah mengawetkan makanan dengan menggunakan cuka dan atau *brine*. Acar disajikan sebagai hidangan sampingan, dimakan bersama dengan hidangan utama. Acar dipercaya dapat menyegarkan dan meningkatkan kesehatan.



Masyarakat Minang biasanya menggunakan acar sebagai makanan pendamping yang bersantan, gunanya untuk menetralsir lemak.

1.4 Tinjauan Masakan

1.4.1 Tema Masakan

Dalam Tugas Akhir persentasi makanan penulis memilih tema penyajian makanan berupa *rijsttafel*. *Rijsttafel* secara harafiah adalah *rijst* artinya nasi dan *tafel* adalah meja, yang berarti *rijsttafel* dapat diartikan “hidangan nasi”. Orang Belanda menggunakan istilah ini untuk jamuan hidangan Indonesia secara komplit diatas meja (Ganie, 2003 : 205). *Rijsttafel* dianggap special karena memadupadakan budaya makanan pribumi dengan Belanda dapat dilihat dari pelayanan, tata cara makan, dan hidangan yang akan di sajikan.

Gaya *rijsttafel* ini diciptakan oleh penjajah untuk menjamu para tamu dan memperkenalkan hidangan kekayaan budaya yang di jajahnya. *Rijsttafel* biasanya di hidangkan dengan porsi kecil. Konsep penyajiannya mengusung kuliner khas

Padang dimana nasi dan berbagai macam lauk disajikan secara bersamaan di atas meja. Cara penyajian ini memang berbeda dengan budaya barat dimana penyajiannya dihidangkan secara berurutan mulai dari makanan pembuka hingga makanan penutup.

Keunikan *rijsttafel* adalah iring-iringan para pelayan yang berbusana kebaya untuk perempuan dan beskap dan belangkon untuk pria. Para pelayan bergantian dalam menyajikan makanan. Sayangnya penyajian bergaya *rijsttafel* ini sudah hampir punah dianggap sebagai pemborosan karena pada saat ada acara pesta bisa sampai 10-40 porsi lauk serta nasi dan tumpeng sebagai sajiannya.

Perkembangan *rijsttafel* sendiri cukup terdapat menu yang terdiri dari nasi sebagai hidangan utamanya, sajian sayur, hidangan daging, serta sambal. Maka dari itu penulis menyajikan hidangan menu kuliner khas Kota Solok dalam bentuk *rijsttafel* yang merupakan warisan budaya Indonesia.

1.4.2 Standard Recipe

Standard recipe adalah susunan makan yang berdasarkan macam dan jumlahnya (berat kotor) yang disesuaikan dengan dana yang tersedia dan kecukupan gizi (Dipkes, 2007).

Menurut Stephen (Shiring, 2001, hal 107) “*A standard recipe produces a standard yield designed to produce a specific amount of food. This yield, or standard, is expressed in portion size, volume, or weight. Sometimes the yield from a standard recipe may need to be adjusted.*” Dari kutipan di atas menjelaskan

bahwa *standard recipe* terdapat takaran yang spesifik dalam jumlah porsi, volume, dan berat. Sehingga dengan adanya *standard recipe* memudahkan dalam proses persiapan dan pembuatan makanan, sehingga menciptakan kerja yang efisien dan efektif serta produk yang dibuat konsisten.

Table 1.1

Resep Nasi Solok

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Karbohidrat	Berat Porsi	:	100 gr
Alat Saji	:	Mangkok Nasi	Suhu Hidangan	:	<i>Warm</i>

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Siapkan	400 600	gr ml	Beras solok Air	Dicuci
2	Kukus	400 600	gr ml	Beras solok Air	Setelah dicuci nasi di masukan ke tempat kukusan lalu di tunggu selama 30 menit
3	Sajikan				Hangat

Sumber : data olahan penulis, 2019

Table 1.2

Resep Pepes Bilih Singkarak

Origin	:	Singkarak	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Protein	Berat Porsi	:	100 gr
Alat Saji	:	Piring	Suhu Hidangan	:	<i>Warm</i>

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Siapkan	150	gr	Ikan bilih	Dibersihkan dan dicuci Digiling hingga halus
		150	gr	Kelapa parut	
		60	gr	Cabai merah keriting	
		30	gr	Bawang merah	
		25	gr	Bawang putih	
		10	gr	Jahe	
		5	gr	Kunyit	
7	gr	Lengkuas			

Resep Pepes Bilih Singkarak

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
		27	gr	Jeruk nipis	Diperas Diris tipis Dipetik daunnya
		7	gr	Daun kunyit	
		6	gr	Kemangi	
		5	gr	Garam	
		150	gr	Daun Pisang	
2	Digiling	60	gr	Cabai merah keriting	Dihaluskan
		30	gr	Bawang merah	
		25	gr	Bawang putih	
		10	gr	Jahe	
		5	gr	Kunyit	
		7	gr	Lengkuas	
		27	gr	Jeruk nipis	
3	Dicampurkan	150	gr	Kelapa parut	Bahan yang sudah dihaluskan dicampurkan dengan kelapa lalu
		7	gr	Daun kunyit	
		6	gr	Kemangi	kemangi dan irisan daun kunyit setelah itu baru di tambahkan garam untuk rasa
		5	gr	Garam	
4	Dimasukan	150	gr	Ikan bilih	Bumbu yang sudah di campurkan tadi di masukan lagi ikan bilih yang sudah di bersihkan, campur hingga merata
5	Disiapkan	50	gr	Daun Pisang	Daun pisang dipanaskan dengan api supaya daunnya lebih tidak mudah robek
6	Dibungkus				Bahan yang sudah di campur hingga rata lalu di numkus dengan daun pisang
7	Dibakar				Bahan yang sudah di

					bungkus dengan dun pisang lalu di bakar hingga matang
8	Angkat dan Sajikan				Dipiring saji

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandung Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.3
Resep Gulai Ayam Hitam

Origin	:	Nagari Sulit Air, Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Protein	Berat Porsi	:	100 gr
Alat Saji	:		Suhu Hidangan	:	<i>Warm</i>

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan	
		qty	unit			
1	Disiapkan	1000	gr	Ayam	Ayam utuh dipotong menjadi 8 bagian	
		200	ml	Santan		
		30	gr	Bawang merah		
		20	gr	Bawang putih		
		7	gr	Lengkuas		Dihaluskan
		6	gr	Kemiri		
		6	gr	Jahe		
		4	gr	Kunyit		
		60	gr	Cabe Merah		
		100	gr	Bubuk Galundi		
		3	gr	Cabe jawa		
		2	gr	Bungan peka		
		2	gr	Cengkeh		
		2	gr	Pala		
5	gr	Garam				
50	ml	Minyak goreng				
2	Dihaluskan	30	gr	Bawang merah	Digiling hingga halus	
		20	gr	Bawang putih		
		7	gr	Lengkuas		
		6	gr	Kemiri		
		6	gr	Jahe		
		4	gr	Kunyit		
		60	gr	Cabe Merah		

Resep Gulai Ayam Hitam

3	Dihaluskan	3 2 2 2	gr gr gr gr	Cabe jawa Bungan peka Cengkeh Pala	Semua bahan ditumbuk hingga halus
4	Dipanaskan	50	ml	Minyak goreng	
5	Tumis			Semua bumbu ditumis	Hingga harum
6	Masukan	1000	gr	Ayam	Hingga berubah warna
7	Tambahkan	200	ml	Santan	Aduk hingga rata
8	Sajikan				Hangat

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandang Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.4
Resep Kalio Baluik

Origin : Kota Solok
 Jenis Makanan : Protein
 Alat Saji : Mangkuk

Jumlah Porsi : 5 Porsi
 Berat Porsi : 150 gr
 Suhu Hidangan : *Warm*

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	150	gr	Belut asap	Dipotong menjadi 3 bagian
		500	ml	Santan	
		30	gr	Bawang merah	
		20	gr	Bawang putih	Dihaluskan
		60	gr	Cabai merah	
		13	gr	Kunyit	
		16	gr	Jahe	
		18	gr	Lengkuas	
		25	gr	Serai	
		5	gr	Daun kunyit	Dimemarkan
		4	gr	Daun jeruk	
		7	gr	Asam Kandis	
		5	gr	Garam	
2	Digiling	30	gr	Bawang merah	Semua bahan dihaluskan
		20	gr	Bawang putih	
		60	gr	Cabai merah	
		13	gr	Kunyit	
		16	gr	Jahe	
		18	gr	Lengkuas	

Resep Kalio Baluik

3	Panaskan	500	ml	Santan	Masak santan secara perlahan
4	Masukkan				Masukkan bumbu yang di haluskan
5	Tambahkan	25 5 4 7	gr gr gr gr	Serai Daun kunyit Daun jeruk Asam Kandis	Setelah itu masukan Bahan Seperti serai, daun kunyit, daun jeruk, asam kandis
6	Masakan	180	gr	Belut asap	lalu aduk dengan rata dan dimasukkan belut asap yang sudah dipotong menjadi tiga bagian
7	Matikan api				
8	Masak				Hingga kuah mengental
9	Sajikan				Hangat

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandang Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.5
Resep Gulai campur

Origin	: Kota Solok	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis Makanan	: Sayur	Berat Porsi	: 60 gr
Alat Saji	: Mangkuk Sayur	Suhu Hidangan	: <i>Warm</i>

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	150	gr	Nangka muda	Dipotong Dipotong dadu Dihaluskan (kunyit di bakar)
		100	gr	Rebung	
		50	gr	Daging sapi	
		30	gr	Bawang merah	
		20	gr	Bawang putih	
		60	gr	Cabai merah	
		14	gr	Jahe	
		7	gr	Kunyit	
		13	gr	Lengkuas	

Resep Gulai campur

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
		15	gr	Kemiri	Sangrai dan haluskan Memarkan
		10	gr	Ketumbar	
		20	gr	Serai	
		5	gr	Daun salam	
		2	gr	Daun jeruk	
		3	gr	Asam kandis	
		500	ml	Santan	
		5	gr	Garam	
		75	ml	Minyak goreng	
2	Digiling	30	gr	Bawang merah	
		20	gr	Bawang putih	
		60	gr	Cabai merah	
		14	gr	Jahe	
		7	gr	Kunyit	
13	gr	Lengkuas			
3	Sangrai dan haluskan	15	gr	Kemiri	sangrai hingga harum lalu di haluskan sesudah itu di campurkan dengan bahan-bahan yang sudah di haluskan terlebih dahulu
		10	gr	Ketumbar	
4	Direbus	150	gr	Nangka muda	Nangka yang sudah di potong rebus hingga lunak
5	Panaskan	75	ml	Minyak goreng	
6	Tumis			Bumbu yang sudah di haluskan	Hingga matang
7	Tiriskan			Potongan nangka	

Resep Gulai campur

8	Masukan	20	gr	Serai	Aduk hingga mengeluarkan aroma harum
		5	gr	Daun salam	
		2	gr	Daun jeruk	
9	Masak	50	gr	Daging sapi	Hingga berubah warna
10	Masukan	150	gr	Nangka muda	Masukan nangka yang sudah di rebus dan rebung yang sudah di potong
		100	gr	Rebung	
11	Ditambahkan	500	ml	Santan	Aduk hingga rata
12	Masukkan	3	gr	Asam kandis	
13	<i>Seasoning</i>	5	gr	Garam	
14	Matikan api				
15	Sajikan				Hangat

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandang Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.6

Resep Samba Lado Masiék Patai Cino

Origin : Kota Solok
 Jenis Makanan : Sambal
 Alat Saji : Mangkuk kecil

Jumlah Porsi : 5 Porsi
 Berat Porsi : 30 gr
 Suhu Hidangan : *Room temp*

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	50	gr	Ikan teri kering	Dihaluskan
		36	gr	Petai kupas	
		2	gr	Daun salam	
		25	gr	Bawang merah	
		10	gr	Bawang putih	
		30	gr	Cabai merah	
		20	gr	Cabai rawit	

Resep Samba Lado Masiék Patai Cino

		250	ml	Santan	
		50	ml	Minyak goreng	
		5	gr	Garam	
2	Digiling	25	gr	Bawang merah	Hingga halus
		10	gr	Bawang putih	
		30	gr	Cabai merah	
		20	gr	Cabai rawit	
3	Panaskan	50	ml	Minyak goreng	
4	Tumis			Bumbu yang sudah dihaluskan	
5	Masukan	250	ml	Santan	Aduk hingga merata
		2	gr	Daun salam	
6	Tambahkan	50	gr	Ikan teri goreng	Aduk hingga petai mengeluarkan aroma serta ikan teri matang
		36	gr	Petai kupas	
7	Matikan api				
8	Sajikan				Di dalam suhu ruangan

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandung Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.7

Resep Samba Lado Cangukak Karupuak Jangek

Origin	: Kota Solok	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis Makanan	: Sambal	Berat Porsi	: 30 gr
Alat Saji	: Mangkuk kecil	Suhu Hidangan	: Warm

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	50	gr	Ikan teri kering	Diiris tipis Dihaluskan, tomat di potong setengahnya Diikiat Dicuci bersih
		35	gr	Kerupuk kulit	
		25	gr	Daun bawang	
		32	gr	Bawang merah	
		24	gr	Bawang putih	
		50	gr	Tomat	
		40	gr	Cabai merah	
		3	gr	Asam kandis	
		4	gr	Daun kunyit	
		2	gr	Daun jeruk	
		5	gr	Garam	
		400	gr	Beras	
1000	ml	Air			
2	Masak	400	gr	Beras	Maak nasi hingga mendidih
		1000	ml	Air	
3	Disaring			Mendidih	Dipisahkan air dengan berasnya
4	Haluskan	32	gr	Bawang merah	Dihaluskan
		24	gr	Bawang putih	
		50	gr	Tomat	
		40	gr	Cabai merah	
5	Panaskan			Air tajin	

Resep Samba Lado Canguak Karupuk Jangek

6	Masukkan			Bumbu halus	Aduk hingga rata
		25	gr	Tomat potong	
		4	gr	Daun kunyit	
		2	gr	Daun jeruk	
		25	gr	Daun bawang	
			gr	Ikan teri kering	
7	Tambahkan	35	gr	Kerupuk kulit	Aduk hingga kerupuk kulit berubah bentuk
8	<i>Seasoning</i>	5	gr	Garam	
9	Matikan api				
10	Sajikan				Hangat

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandung Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.8
Resep Pinyiaram Pisang

Origin : Kota Solok
 Jenis Makanan : Hidangan Cuci Mulut
 Alat Saji : Piring datar

Jumlah Porsi : 5 Porsi
 Berat Porsi : 40 gr
 Suhu Hidangan : *Warm*

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	100	gr	Pisang	Dikupas
		30	gr	Ubi jalar	
		150	gr	Kelapa parut	
		275	ml	Santan	
		200	gr	Tepung ketan	
		4	gr	Daun pandan	
		20	gr	Daun pisang	
		50	ml	Air	
		3	gr	Vanili	
		3	gr	Garam	
		40	gr	Gula merah	
750	ml	Minyak			
2	Direbus	100	gr	Pisang	Pisang dan ubi jalar direbus hingga matang
		30	gr	Ubi jalar	
		250	ml	Santan	
3	Masukkan	2	gr	Daun pandan	
		3	gr	Vanili	
		3	gr	Garam	

Resep Pinyiaram Pisang

4	Dipanaskan	50	ml	Air	Masak hingga gula mencair
		40	gr	Gula merah	
5	Masukkan	2	gr	Daun pandan	Aduk hingga rata dan mengeluarkan aroma harum
		3	gr	Vanili	
		3	gr	Garam	
6	Tambahkan	150	gr	Kelapa parut	Campurkan gula merah dengan kelapa hingga tercampur rata
7	Matikan api			Dinginkan kelapanya	
8	Matikan api			Pisang dan ubi yang di rebus	
9	Dicampurkan	200	gr	Pisang dan ubi yang di rebus Tepung ketan	Uleni hingga tercampur rata

Resep Pinyiaram Pisang

10	Dibungkus	20	gr	Daun pisang Adonan pisang dan ubi	adonan pisang di buat datr lingkaran yang di alasi dengan daun isang yang sudah di lumuru dengan minyak serta adonan pisang diisi dengan kelapa parut tadi setelah itu dilipat seperti setnagha bulan lalu di bungkus seperti pepes
				Kelapa parut dengan gula	
11	Panaskan	750	ml	Minyak	
12	Digoreng			Adonan dibungkud daun pisang	Digoreng hingga kecoklatan
13	Matikan api				
14	Sajikan				Hangat

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandung Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.9
Resep Teh Telor

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Minuman	Berat Porsi	:	150 ml
Alat Saji	:	Gelas bening	Suhu Hidangan	:	Panas

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	150	gr	Teh merdeka	Pisahkan kuning dan putih telur Bersihkan dan diiris
		150	gr	Telur kampung	
		14	gr	Jahe	
		30	gr	Jeruk nipis	
		35	gr	Gula	
		5	gr	Vanili	
		1000	ml	Air	
2	Dicampurkan	150	gr	Telur kampung	Kuning telur di aduk hingga rata
		35	gr	Gula	
		5	gr	Vanili	
3	Direbus	150	gr	Teh talua	Hingga mendidih
		14	gr	Jahe	
		1000	ml	Air	
4	Disaring			Air teh di saring	
5	Matikan api				
6	Dimasukan				Kuning telur yang tadi diaduk dimasukan lah air teh'
7	Diperas	30	gr	Jeruk nipis	Ditambahkan ke teh telur
8	Sajikan				Panas

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandang Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

Table 1.10**Resep Acar Timun**

Origin : Acar Timun
 Jenis Makanan : *Side Dish*
 Alat Saji : Mangkuk kecil

Jumlah Porsi : 5 Porsi
 Berat Porsi : 30 gr
 Suhu Hidangan : *Room Temp*

No	Metode	Jumlah		Bahan	Keterangan
		qty	unit		
1	Disiapkan	10	gr	Cabe rawit utuh	Dipotong dadu
		10	gr	Bawang merah	
		12	gr	Wortel	
		20	gr	Timun	
		35	ml	Air	
		5	gr	Gula	
		10	gr	Jeruk Nipis	
		2	gr	Garam	

Resep Acar Timun

2	Dipotong	10 12 20	gr gr gr	Bawang merah Wortel Timun	Semua bahan dipotong berbentuk dadu
3	Campurkan	35 5 10 2	ml gr gr gr	Air Gula Jeruk Nipis Garam	Campurkan air, gula dan garam
4	Dimasak			Bahan yang sudah di campurkan	Masak hingga mendidih
5	Ditambahkan	10	gr	Jeruk Nipis	Peras jeruk lalu di campurkan
6	Masukan			Bahan yang sudah di potong	Dicampurkan lalu didinginkan
7	Disajikan				Suhu Ruangan

Sumber : Ibu Sitta Novembra(Bundo Kandang Nagari Solok) dan data olahan penulis, 2019

1.4.3 Recipe Costing dan Dish Costing

Seperti yang sudah penulis sebutkan sebelumnya, yaitu salah satu tujuan dalam pembuatan Tugas Akhir ini ialah sebagai objek dalam berwirausaha. Menu yang sudah penulis susun pun diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam penyusunan rangkaian menu yang bisa digunakan oleh restoran atau hotel. Untuk terciptanya sebuah tujuan dalam berwirausaha, yaitu memperoleh laba, perlu diketahui seberapa besar *recipe costing* dan *dish costing* dari menu yang telah disusun.

Recipe costing adalah sebuah dasar perhitungan untuk menentukan biaya dari tiap-tiap unit komoditi bahan makanan yang digunakan dalam sebuah resep. Dalam menentukan harga *recipe costing*, kita bisa mengambil kuantitas dari setiap

unit standard recipe yang sudah dibuat dan dihitung dengan harga komoditi bahan makanan tersebut. Seperti yang disebutkan oleh Paul (Dittmer, 2003, hal. 159), “*To find the cost, on list each ingredients and quantity from the standard recipe on recipe detail and cost card and then multiplies the quantity of each ingredients by the unit cost for that ingredient.*”

Kutipan di atas menjelaskan bahwa untuk mencari harga dari recipe costing yaitu dengan cara mengalikan kuantiti dari tiap unit-unit bahan makanan yang tertera pada *standard recipe* dengan harga dari tiap unit-unit bahan makanan yang diperlukan. Lalu semua harga biaya tersebut ditotalkan, dan terbentuklah *recipe costing*.

$$\text{Recipe Costing} = \text{Issued Ingredients} \times \text{Price}$$

Untuk mengetahui biaya makanan per satuan porsinya, digunakanlah *dish costing*, Edward mengatakan, “*...dish cost is the cost of food put on the plate.*” (Sanders, 2015, hal. 98). Dengan cara recipe costing dibagi jumlah porsi. Jika suatu standard recipe dibuat untuk 10 porsi, maka untuk menentukan dish costing nya ialah, jumlah recipe costing dibagi 10, dan didapatlah harga dish costing dari suatu menu tersebut.

$$\text{Dish Costing} = \frac{\text{Recipe Costing}}{\text{Amount Of Portion}}$$

Sedangkan untuk menentukan harga jual atau selling price, maka harus memperhitungkan terlebih dahulu presentase dari tiap *food cost*, *labor cost*,

overhead, dan profit nya. Tentunya, semakin kecil *food cost* nya, maka semakin tinggi juga profit atau laba yang diperoleh. Presentase *food cost* yang biasa digunakan dalam bidang pengelolaan dalam bidang usaha kuliner ini berkisar antara 35-45%, seperti yang disebutkan oleh Sharon dan Douglas (Fullen & Brown, 2016), “...and maintain their food cost of sales at 35-45 percent.” Selain itu, seperti yang dikatakan oleh John Unrein mengenai *dessert food cost*, yaitu, “*Profitable bakeries and bakery cafes tend to keep food costs below 35 percent.*” (Unrein, 2015) Tujuan dari penghitungan *food cost* ini adalah untuk menentukan harga jual suatu produk yang hendak dipasarkan. Berdasarkan menu yang penulis sajikan, penulis hendak menggunakan presentase food cost yang biasa digunakan, yaitu 35-40%. Dan untuk dessert yang penulis buat, penulis akan menggunakan presentasi food cost 30%.

Dalam menentukan harga jual sebuah makanan, ada beberapa langkah yang harus dilakukan sebelumnya, yakni membuat standar resep, menentukan jumlah porsi yang dihasilkan oleh resep tersebut, menghitung biaya yang diperlukan untuk membuat suatu resep dan seporsi makanan.

Kisaran persentase biaya pembuatan makanan yang ditawarkan di hotel atau restoran adalah sekitar 40% dari harga jual. Jika persentase tersebut lebih rendah, maka keuntungan yang di dapat akan semakin besar. Berikut rumus perhitungan harga jual atau selling price:

$$\text{Selling price} = \frac{\text{Dish Costing}}{\text{Food Cost Percentage (\%)}}$$

Berikut adalah tabel recipe costing, dish costing, dan selling price berdasarkan menu yang telah penulis susun:

Table 1.11

Resep Nasi Solok

Origin	: Kota Solok	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis Makanan	: Karbohidrat	Berat Porsi	: 100 gr
Alat Saji	: Mangkok Nasi	Suhu Hidangan	: Warm

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Beras Solok	400 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 8,000
Air	-	-	-	-

<i>Recipe costing</i>	Rp	8,000.00
<i>Dish costing</i>	Rp	1,600.00
<i>Selling price</i>	Rp	4,705.88
<i>Food cost</i>		34%

Sumber dari catatan penuli, 2019

Food Costing Ikan Bilih Singkarak

Origin	: Kota Solok	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis Makanan	: Protein	Berat Porsi	: 150 gr
Alat Saji	: Piring datar	Suhu Hidangan	: Warm

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Ikan bilih	150 gr	Kg	Rp 90,000	Rp 13,500
Kelapa parut	150 gr	Kg	Rp 10,000	Rp 1,500
Cabai merah keriting	60 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 2,700
Bawang merah	30 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 999
Bawang putih	25 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 833
Jahe	10 gr	Kg	Rp 27,500	Rp 275
Kunyit	5 gr	Kg	Rp 13,000	Rp 65
Lengkuas	7 gr	Kg	Rp 14,520	Rp 102
Jeruk nipis	27 gr	Kg	Rp 24,000	Rp 648
Daun kunyit	7 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 140
Kemangi	6 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 120
Garam	5 gr	Pack	Rp 4,500	Rp 23
Daun Pisang	150 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 3,000
<i>Recipe costing</i>			Rp	18,704
<i>Dish costing</i>			Rp	3,741
<i>Selling price</i>			Rp	12,066.86
<i>Food cost</i>				31%

Sumber dari catatan penuli, 2019

Table 1.13

Food Costing Gulai Ayam Hitam

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Protein	Berat Porsi	:	100 gr
Alat Saji	:	Mangkuk	Suhu Hidangan	:	Warm

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Ayam	1000 gr	Kg	Rp 30,000	Rp 30,000
Santan	200 gr	Liter	Rp 40,000	Rp 8,000
Bawang merah	30 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 999
Bawang putih	20 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 666
Lengkuas	7 gr	Kg	Rp 14,250	Rp 100
Kemiri	6 gr	Kg	Rp 13,000	Rp 78
Jahe	6 gr	Kg	Rp 27,500	Rp 165
Kunyit	4 gr	Kg	Rp 13,000	Rp 52
Cabe Merah	60 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 2,700
Bubuk Galundi	100 gr	Kg	Rp 125,000	Rp 12,500
Cabe jawa	3 gr	Kg	Rp 47,500	Rp 143
Bungan peka	2 gr	Kg	Rp 150,000	Rp 300
Cengkeh	2 gr	Kg	Rp 90,000	Rp 180
Kapulaga	3 gr	Kg	Rp 70,000	Rp 210
Pala	2 gr	Kg	Rp 40,002	Rp 80

Garam	5 gr	Kg	Rp 4,500	Rp 23
Minyak goreng	50 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 1,000
<i>Recipe costing</i>			Rp 57,195	
<i>Dish costing</i>			Rp 11,439	
<i>Selling price</i>			Rp 45,755.80	
<i>Food cost</i>			25%	

Sumber dari catatan penuli, 2019

Food Costing Kailo Baluik

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Protein	Berat Porsi	:	60 gr
Alat Saji	:	Mangkuk	Suhu Hidangan	:	Warm

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Belut asap	150 gr	Kg	Rp 150,000	Rp 22,500
Santan	500 gr	Liter	Rp 40,000	Rp 20,000
Bawang merah	30 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 999
Bawang putih	20 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 666
Cabai merah	60 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 2,700
Kunyit	13 gr	Kg	Rp 13,000	Rp 169
Jahe	16 gr	Kg	Rp 27,500	Rp 440
Lengkuas	18 gr	Kg	Rp 14,520	Rp 261
Serai	25 gr	Kg	Rp 8,500	Rp 213
Daun kunyit	5 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 100
Daun jeruk	4 gr	Kg	Rp 44,500	Rp 178
Asam Kandis	7 gr	Kg	Rp 40,000	Rp 280
Garam	5 gr	Pack	Rp 4,500	Rp 23
<i>Recipe costing</i>			Rp	22,528
<i>Dish costing</i>			Rp	4,506
<i>Selling price</i>			Rp	16,091.69
<i>Food cost</i>				28%

Sumber dari catatan penuli, 2019

Food Costing Gulai Campur

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Sayur	Berat Porsi	:	60 gr
Alat Saji	:	Mangkuk Sayur	Suhu Hidangan	:	Warm

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Nangka muda	150 gr	Kg	Rp 25,000	Rp 3,750
Rebung	100 gr	Kg	Rp 40,000	Rp 4,000
Daging sapi	50 gr	Kg	Rp 140,000	Rp 7,000
Bawang merah	30 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 999
Bawang putih	20 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 666
Cabai merah	60 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 2,700
Jahe	14 gr	Kg	Rp 27,500	Rp 385
Kunyit	7 gr	Kg	Rp 13,000	Rp 91
Lengkuas	13 gr	Kg	Rp 14,520	Rp 189
Kemiri	15 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 675
Ketumbar	10 gr	Kg	Rp 9,400	Rp 94
Serai	20 gr	Kg	Rp 8,100	Rp 162
Daun salam	5 gr	Kg	Rp 12,000	Rp 60
Daun jeruk	2 gr	Kg	Rp 44,850	Rp 90
Asam kandis	3 gr	Kg	Rp 40,000	Rp 120
Santan	500 ml	Liter	Rp 40,000	Rp 20,000
Garam	5 gr	Pack	Rp 4,500	Rp 23
Minyak goreng	75 gr	Liter	Rp 20,000	Rp 1,500
<i>Recipe costing</i>			Rp	42,503
<i>Dish costing</i>			Rp	8,501
<i>Selling price</i>			Rp	27,421.26
<i>Food cost</i>				31%

Sumber dari catatan penuli, 2019

Food Costing Samba Lado Masiek Patai Cino

Origin	: Kota Solok	Jumlah Porsi	: 5 Porsi
Jenis Makanan	: Sambal	Berat Porsi	: 30 gr
Alat Saji	: Mangkuk sambal	Suhu	: Room Temp

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Ikan teri kering	50 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 1,000
Petai kupas	36 gr	Kg	Rp 150,000	Rp 5,400
Daun salam	2 gr	Kg	Rp 12,000	Rp 24
Bawang merah	25 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 833
Bawang putih	10 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 333
Cabai merah	30 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 1,350
Cabai rawit	20 gr	Kg	Rp 40,000	Rp 800
Santan	250 Liter	Kg	Rp 40,000	Rp 10,000
Minyak goreng	50 Liter	Kg	Rp 20,000	Rp 1,000
<i>Recipe costing</i>			Rp	20,740
<i>Dish costing</i>			Rp	4,148
<i>Selling price</i>			Rp	11,851.14
<i>Food cost</i>				35%

Sumber dari catatan penuli, 2019

Table 1.17

Food Costing Samba Lado Cangkuak Karupuak Jangek

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Sambal	Berat Porsi	:	30 gr
Alat Saji	:	Mangkuk sambal	Suhu Hidangan	:	Room Temp

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Ikan teri kering	50 gr	Kg	Rp 30,000	Rp 1,500
Kerupuk kulit	35 gr	Liter	Rp 40,000	Rp 1,400
Daun bawang	25 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 500
Bawang merah	32 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 1,066
Bawang putih	24 gr	Kg	Rp 33,300	Rp 799
Tomat	50 gr	Kg	Rp 30,000	Rp 1,500
Cabai merah	40 gr	Kg	Rp 45,000	Rp 1,800
Asam kandis	3 gr	Kg	Rp 40,000	Rp 120
Daun kunyit	4 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 80
Daun jeruk	2 gr	Kg	Rp 44,500	Rp 89
Garam	5 gr	Pack	Rp 4,500	Rp 23
Beras	400 gr	Kg	Rp 12,000	Rp 4,800
Air	1000 ml	Liter	-	-
<i>Recipe costing</i>			Rp	13,676
<i>Dish costing</i>			Rp	2,735
<i>Selling price</i>			Rp	8,547.69
<i>Food cost</i>				32%

Sumber dari catatan penuli, 2019

Table 1.18

Food Costing Panyiaran Pisang

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Hidangancuci kulit	Berat Porsi	:	40 gr
Alat Saji	:	Piring beralas daun pisang	Suhu Hidangan	:	Warm

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Pisang	100 gr	Kg	Rp 17,000	Rp 1,700
Ubi jalar	30 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 600
Kelapa parut	150 gr	Kg	Rp 10,000	Rp 1,500
Santan	275 ml	Liter	Rp 40,000	Rp 11,000
Tepung ketan	200 gr	Kg	Rp 24,000	Rp 4,800
Daun pandan	4 gr	Kg	Rp 18,000	Rp 72
Daun pisang	20 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 400
Air	50 ml	Liter	-	-
Vanili	3 gr	Kg	Rp 5,000	Rp 15
Garam	3 gr	Pack	Rp 4,500	Rp 14
Gula merah	40 gr	Kg	Rp 20,000	Rp 800
Minyak	750 ml	Liter	Rp 20,000	Rp 15,000
<i>Recipe costing</i>			Rp	35,901
<i>Dish costing</i>			Rp	7,180
<i>Selling price</i>			Rp	23,933.67
<i>Food cost</i>			30%	

Sumber dari catatan penulis, 2019

Resep Teh Telor

Origin	:	Kota Solok	Jumlah Porsi	:	5 Porsi
Jenis Makanan	:	Minuman	Berat Porsi	:	150 ml
Alat Saji	:	Gelas bening	Suhu Hidangan	:	Hot

Nama Bahan	Jumlah	Unit	Harga pasar	Harga Penggunaan
Teh bendera	150 gr	Kg	Rp 55,000	Rp 8,250
Telur kampung	150 gr	Kg	Rp 35,500	Rp 5,325
Jahe	14 gr	Kg	Rp 27,500	Rp 385
Jeruk nipis	30 gr	Kg	Rp 24,000	Rp 720
Gula	35 gr	Kg	Rp 12,000	Rp 420
Vanili	5 gr	Kg	Rp 5,000	Rp 25
Air	1000 ml	Liter	-	-
<i>Recipe costing</i>			Rp	15,125
<i>Dish costing</i>			Rp	3,025
<i>Selling price</i>			Rp	10,083.33
<i>Food cost</i>			30%	

Sumber dari catatan penuli, 2019

1.4.4 Selling Price

Selling Price merupakan harga jual yang didapatkan dari perhitungan recipe costing dan dish costing. Selling price adalah harga jual makanan per porsi yang dijadikan standar untuk perhitungan untuk penambahan harga seperti pajak.

Table 1.21

Selling Price

No	Nama Bahan	Jumlah	Recipe Costing (Rp)	Dish Costing (Rp)	Selling Costing (Rp)
1	Nasi Solok	5 Portion	Rp 8,000	Rp 1,600	Rp 4,705.88
2	Pepes Bilih Singkarak		Rp 18,704	Rp 3,741	Rp 12,067
3	Ayam gulai hitam		Rp 57,195	Rp 11,439	Rp 45,756
4	Gulai Baluik		Rp 22,528	Rp 4,506	Rp 16,092
5	Gulai Campur		Rp 42,503	Rp 8,501	Rp 27,421
6	Samba lado Masiek Patai Cino		Rp 20,740	Rp 4,148	Rp 11,851
7	Samba lado Canguak Karupuak Jangek		Rp 13,676	Rp 2,735	Rp 8,548
8	Pinyaram Pisang		Rp 35,901	Rp 7,180	Rp 23,934
9	Teh Talua		Rp 15,125	Rp 3,025	Rp 10,083
10	Acar Timun		Rp 1,067	Rp 213	Rp 610
TOTAL			Rp 234,371	Rp 46,874	Rp 131,152

Sumber : Olahan Penulis. 2019

1.4.5 Tabel Daftar Nilai Nutrisi

Setiap bahan makanan mengandung nutrisi-nutrisi yang diperlukan oleh tubuh manusia untuk menopang hidupnya. Menurut pakar ahli gizi Soenarjo (2000), nutrisi adalah kebutuhan utama manusia untuk membentuk, mengembangkan, mempertahankan, dan menjaga kelangsungan fungsi normal anggota tubuh. Pada tugas akhir presentasi makanan ini penulis akan memberikan paparan perhitungan kandungan nutrisi dari setiap bahan makanan yang digunakan pada setiap masakan. Berikut adalah table kandungan gizi setiap menu.

Tabel 1.22

Kandungan Gizi

Nasi Solok

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Beras	400	625	139.5	1.25	13.3	0	0.25

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.23

Kandungan Gizi

Pepes Ikan Bilih Singkarak

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Ikan bilih	150	126	0	1.44	26.64	81	0
Kelapa parut	150	531	22.8	50.2	5	20	9.3
Cabai merah keriting	60	278	42.6	12.7	7.01	15	6.4
Bawang merah	30	21	5.4	0.03	0.75	3	0
Bawang putih	25	35	4.3	0.4	0.75	4	0.25
Jahe	10	8	0.07	1.77	0.189	3	0.17
Kunyit	5	17.7	3.2	0.49	0.4	2	0.16
Lengkuas	7	0	0	0	0	0	0
Jeruk nipis	27	8.1	2.8	0	0.1	1	0.4
Kemangi	6	1.62	0.2	0.7	0.15	0.1	0
Garam	5	19.5	5	0	0	0	4.9

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.24

Kandungan Gizi

Gulai Ayam Hitam

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Ayam	1000	711	0	50.4	81.1	6.2	0
Santan	200	660	8.5	35.6	6.3	4	0
Bawang merah	30	21	5.4	0.03	0.75	3	0
Bawang putih	20	35	4.3	0.4	0.75	4	0.25
Lengkuas	7	0	0	0	0	0	0
Kemiri	6	41.46	0.83	4.3	0.54	0	0.2
Jahe	6	3	0.06	0.96	0.12	2.5	0.15
Kunyit	4	15.2	2.2	0.32	0.4	1	0.15
Cabe Merah	60	278	42.6	12.7	7.01	15	6.4
Garam	5	19.5	5	0	0	0	4.9
Minyak goreng	50	45	0	5	0	0	0

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.25
Kandungan Gizi

Kalio Baluik

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Belut asap	150	115	0	2.1	25.1	5	0
Santan	500	523	15.2	45.2	6.4	30	7.8
Bawang merah	30	21	5.4	0.03	0.75	3	0
Bawang putih	20	35	4.3	0.4	0.75	4	0.25
Cabai merah	60	278	42.6	12.7	7.01	15	6.4
Kunyit	13	15.1	3.2	0.6	0.6	2	0.3
Jahe	16	5	0.25	1.9	0.82	3.2	0.45
Lengkuas	18	0	0	0	0	0	0
Garam	5	19.5	5	0	0	0	4.9

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.26
Kandungan Gizi

Gulai Campur

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Nangka muda	150	141	31.1	0.4	2.2	4	0
Rebung	100	41	5.2	0.3	2.6	1	3
Daging sapi	50	144	0	5.6	13.1	3	0
Bawang merah	30	21	5.4	0.03	0.75	3	0
Bawang putih	20	35	4.3	0.4	0.75	4	0.25
Cabai merah	60	42.6	12.7	7.01	15	6.4	
Jahe	14	8.6	0.15	2.9	0.23	3	0.2
Kunyit	7	17.7	3.2	0.49	0.4	2	0.16
Lengkuas	13	0	0	0	0	0	0
Kemiri	15	50.1	2.1	6.3	2.3	0	0.9
Ketumbar	10	10	2.1	0.6	0.45	1	0
Santan	500	523	15.2	45.2	6.4	30	7.8
Garam	5	19.5	5	0	0	0	4.9
Minyak goreng	75	50	0	6	0	0	0

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.27
Kandungan Gizi

Samba Lado Masiék Patai Cino

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Ikan teri kering	50	130	0	1	21.3	0	0
Petai kupas	36	23	0.12	0.21	2.31	1	1.2
Bawang merah	25	11	2.52	0.02	0.38	2	0
Bawang putih	10	22	4.9	0.08	0.95	3	0.015
Cabai merah	30	8	1.76	0.09	0.37	2	1.6
Cabai rawit	20	32	5.66	1.75	1.2	3	1.02
Santan	250	460	11.2	47.25	4.2	30	6.2
Minyak goreng	50	45	0	5	0	0	0

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.28

Kandungan Gizi

Samba Lado Cangukak Karupuk Jangek

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Ikan teri kering	50	130	0	1	21.3	0	0
Kerupuk kulit	35	22	0	1	12	0	0
Daun bawang	25	7	2.5	2.14	0.96	1	0
Bawang merah	32	13	3.2	0.1	0.89	2	0
Bawang putih	24	24	5.1	0.12	2.1	3	0.15
Tomat	50	12	1.23	0.1	0.44	1	1.31
Garam	5	19.5	5	0	0	0	4.9
Beras	400	625	139.5	1.25	13.3	0	0.25

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.29

Kandungan Gizi

Pinyaram Pisang

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Pisang	100	89	22.84	0.33	1.09	1	12.23
Ubi jalar	30	36	5.3	0.01	0.23	23	1.2
Kelapa parut	150	531	22.8	50.2	5	20	9.3
Santan	275	525	13.6	50.3	5.1	35	7
Tepung ketan	200	364	76.61	0.98	10.33	2	0.27
Vanili	3	1	0.2	0	0	1	2
Garam	3	16.1	3.4	0	0	0	3
Gula merah	40	211	51	0	0	19	52.1
Minyak	750	90	10	0	0	0	0

Sumber : fatsecret.com, 2019

Tabel 1.30
Kandungan Gizi

Teh Telor

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Teh bendera	150	2	0.21	0	0	70	0
Telur kampung	150	182	1.2	10.2	15.2	140	0.77
Jahe	14	8.6	0.15	2.9	0.23	3	0.2
Jeruk nipis	30	8.3	3.1	0	0.2	1	0.5
Gula	35	120	42.3	0	0	0	42.21
Vanili	5	1.1	0.3	0	0	1.1	2.3

Sumber : fatsecret.com, 2019

Table 1.31
Kandungan Gizi

Acar Timun

Nama Bahan	Gr/Mi	Kalori (kkal)	Karbo (gr)	Lemak (gr)	Protein (gr)	Sodium (mg)	Gula (gr)
Cabe rawit utuh	10	32	5.62	1.72	1.23	3	1.05
Bawang merah	10	7	1.96	0.01	0.25	1	0
Wortel	12	12	1.25	0.1	0.21	1	1.5
Timun	20	3	1.61	0.1	0.11	0	0.01
Gula	35	120	42.3	0	0	0	42.21
Jeruk Nipis	5	2.1	1.23	0	0	0.02	0.3
Garam	10	21.6	7	0	0	0	5.3

Sumber : fatsecret.com, 2019