

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nama Suku Karo berasal dari tanah Karo, yang terletak di Kabupaten Karo di bagian utara Provinsi Sumatera Utara dan sebagian Aceh. Geografisnya, Kabupaten Karo berbatasan dengan Kabupaten Deli Serdang di timur, Kabupaten Langkat di tenggara, Kabupaten Dairi di selatan, Kabupaten Tapanuli Utara di barat daya, dan Kabupaten Aceh Singkil di barat laut. Ibu kota kabupaten ini adalah Kabanjahe. Kabupaten Karo terletak di antara 2°50'–3°19' Lintang Utara dan 97°55'–98°38' Bujur Timur. Kabupaten ini memiliki luas 2.127,25 km², dan menurut sensus tahun 2010, 350.960 orang tinggal di sana. Menurut proyeksi, pada pertengahan tahun 2014, ada 382.622 orang yang tinggal di wilayah seluas 2.127,25 km² dengan kepadatan penduduk sebesar 180 orang per km². Kabupaten ini sebagian besar berada di dataran tinggi Karo, yang merupakan bagian dari Bukit Barisan Sumatera Utara. Di daerah ini ada dua gunung berapi aktif: Gunung berapi Sibayak, yang masih aktif dan mencapai ketinggian 2.172 meter dari permukaan laut, dan Gunung berapi Sinabung. Beberapa warga menganut agama Pemena. (Erianto, 2020)

Kabupaten Karo berada di dataran tinggi Karo di Pegunungan Bukit Barisan. Ketinggiannya berkisar antara 600 dan 1.400 meter di atas permukaan laut. Tanah Karo Simalem, nama lain dari kabupaten ini, memiliki iklim yang sejuk dengan suhu berkisar antara 16-17°C karena berada di ketinggian tersebut. Geografis: Kabupaten Karo terletak pada koordinat 02°50'N–03°19'LU dan 97°55'E–98°38'BT¹³. Gunung Sinabung, Danau Lau Kawar, Rumah Geriten Karo, Pagoda Lumbini Park, dan Berastagi adalah beberapa tempat wisata yang menarik di Kabupaten Karo.

Karo memiliki banyak pegunungan dan lereng yang subur. Berbagai tanaman pangan dan hortikultura tumbuh dengan baik di lahan pertaniannya yang subur. Hal ini membuat Karo dikenal dengan produksi kopi, sayuran, buah-buahan,

dan tanaman hias yang bagus. Warisan budaya dan tradisi kuliner Karo yang telah diwariskan turun-temurun memberikan kekayaan kuliner Karo. Teknik memasak, resep tradisional, dan keahlian dalam mengolah bahan lokal adalah komponen penting dari kekayaan kuliner Karo. Interaksi budaya masyarakat Karo dengan makanan juga dipengaruhi oleh lokasi geografis. Misalnya, makanan seperti cincang bohan yang menggunakan daging yang banyak dari pertanian setempat, atau lemag yang menggunakan sumber daya alam dari hutan di sekitar gunung. (Sihombing, 2009)

Karena Kabupaten Karo adalah sebuah tempat wisata di Sumatera Utara, itu bukan berarti bahwa itu terkenal karena masakan Karo. Produk masakan Karo ini bukanlah ikon budaya lokal. Makanan yang terkenal di daerah ini adalah babi panggang, kidu-kidu, trites, lomok-lomok, dan sebagainya yang tidak semua kalangan orang bisa memakannya. Oleh karena itu, perkembangan memasak dalam sejarah budaya Karo adalah unik. "Masakan Karo ini sudah ada dari ratusan tahun lalu, ada yang berkembang pada saat masa penjajahan Belanda, ada pula yang berkembang seiring zaman mulai dari masa kemerdekaan sampai sekarang," kata penutur Alm. Kumpul Ginting. Dalam budayanya, semua orang Karo, baik laki-laki maupun perempuan, biasa memasak karena terbiasa dengan kehidupan sehari-hari. (Zaitun et al., 2021)

Orang Karo sangat memperhatikan cara bahan makanan dibuat dan diolah. Cara pengolahan sangat diawasi. Seperti yang disebutkan sebelumnya, masakan Karo klasik tidak menggunakan minyak atau bahan penyedap. Jadi, meskipun hanya merebus, sangat diperhatikan. Bahan-bahan selalu dipotong dan dicuci, dan sayuran harus segar. Tidak ada cara untuk menyimpannya atau membiarkannya di dalam kulkas. Karena orang Karo percaya bahwa makanan segar adalah yang langsung dipetik dan dimasak. Ada juga yang dibiarkan dulu agar getahnya lunak dan tidak gatal saat dimakan, seperti talas sayur seperti talas kelapa atau talas manis. Antara masakan hulu dan hilir (seperti Deli, Dairi, dll.) karo sangat berbeda. (Zaitun et al., 2021)

Salah satu faktor yang menjadi latar belakang penulis mengangkat tema **“PENGEMBANGAN PRESENTASI MAKANAN KHAS KARO PROVINSI SUMATERA UTARA”** ini adalah makanan khas karo menjadi salah satu dari sekian banyak makanan daerah yang merupakan cerminan kekayaan budaya yang memiliki nilai historis dan kultural yang mendalam. Beragam kuliner yang kaya dengan cita rasa unik dan autentik, yang merupakan warisan turun-temurun. Namun, dengan perkembangan zaman, ada tantangan dalam mempertahankan keaslian dan mengenalkan kekayaan kuliner ini kepada masyarakat luas, baik secara lokal maupun global, sehingga dapat membantu memperkuat identitas kuliner lokal dan mendukung upaya pelestarian warisan budaya makanan tradisional.

Penulis melalui penulisan tugas akhir ini mendapatkan bahwa penting bagi penulis untuk memperdalam pemahaman mengenai ragam makanan khas suku Karo. Hal ini bukan hanya untuk menjaga keaslian rasa, tetapi juga untuk memahami konteks budaya di balik setiap sajian. Namun dalam pengembangan presentasinya mencakup bentuk penyajian *plating* yang lebih modern dan tata cara yang sedikit berbeda seperti ditambahkan beberapa kondimen atau bumbu sebagai pelengkap. Penulis berusaha untuk menjembatani antara tradisi dan modernitas dalam presentasi penyajian makanan di tugas akhir ini.

1.2 Tujuan Presentasi Makanan

Pembuatan naskah Tugas Akhir ini dengan tema, food presentation **“PENGEMBANGAN PRESENTASI MAKANAN KHAS KARO PROVINSI SUMATERA UTARA”**, dengan tujuan sebagai berikut :

1.2.1 Tujuan Formal

Tujuan formal dari Tugas Akhir ini adalah syarat untuk kelulusan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma III Jurusan Hospitaliti, Program Studi Seni Kuliner di Politeknik Pariwisata NHI Bandung

1.2.2 Tujuan Operasional

1. Mengembangkan presentasi makanan khas Karo dengan melibatkan penyesuaian bentuk dan tata cara penyajian agar tetap menghadirkan rasa autentik dari masakan khas Karo.
2. Mengaplikasikan bahan pembelajaran yang penulis pelajari dari Politeknik Pariwisata NHI Bandung baik dari segi pengetahuan maupun keterampilan penulis dalam mengolah makanan dan menyajikannya.

1.3 Usulan Menu

Menu adalah daftar pilihan makanan dan minuman yang ditawarkan kepada pelanggan di sebuah restoran, kafe, atau tempat makan lainnya. Menu mencakup berbagai hidangan yang tersedia, mulai dari makanan pembuka, hidangan utama, hingga pencuci mulut, serta minuman. Menu yang akan menjadi pilihan penulis yaitu makanan yang berasal dari suku Karo. Makanan khas Karo ini akan dipresentasikan dalam bentuk sajian *table d'hôte*. *Table d'hôte* adalah istilah Prancis yang berarti "meja tuan rumah," dan dalam konteks kuliner, ini merujuk pada jenis hidangan atau layanan di restoran di mana pelanggan disajikan dengan menu tetap yang terdiri dari beberapa hidangan dengan harga tetap. Menu ini disusun dalam satu paket biasanya mencakup hidangan pembuka, hidangan utama, dan pencuci mulut yang sudah ditentukan sebelumnya oleh restoran. Format ini sering digunakan di perjamuan, acara khusus, atau restoran yang menawarkan pengalaman makan yang lebih terstruktur. (Wikipedia, 2024)

1.3.1 List Menu

Cincang Bohan

(Daun Singkong dan Daging Sapi yang dicincang dan dimasak dengan Bumbu rempah-rempah menggunakan wadah bambu)

Sambal Kecombrang

(Cabai merah dicampur dengan kecombrang dan perasan Jeruk nipis)

Jong Labar

(Jagung yang dihaluskan dan dicampur dengan Gula Merah, Terigu, dan Kelapa Parut)

Gulai Jambe

(Labu Kuning yang dimasak dengan Bumbu rempah khas Karo)

Tasak Telu

(Ayam Rebus yang dicampur dengan sambal Ati Ayam dan Kelapa Parut ditambah dengan Bumbu Cipera)

Cipera

(Tepung Jagung yang diolah dengan Kaldu dari hasil rebusan Ayam)

Tualah Gatgat

(Parutan Kelapa yang digoreng setengah matang, lalu dicincang halus)

Nasi Putih

Cimpa Unung-Unung

(Tepung Beras, Tepung Ketan, dan Gula Merah yang sudah diolah dengan campuran Kelapa Parut dibungkus dengan Daun Singkut)

TABLE 1.1
MATRIKS MENU

NO	MENU	RASA	AROMA	WARNA	TEKSTUR	METODE
1	<i>(Amuse Bouche)</i> Cincang Bohan	Pedas, gurih	Harum dari daun ubi, daging, dan rempah-rempah	Coklat terang, hijau	Empuk, juicy, kriuk	Boiling, grilling
2	<i>(Appetizer)</i> Jong Labar	Gurih, manis	Aroma daun pisang dan manis dari jagung	Kuning, coklat	Lembut, sedikit kenyal (chewy)	Steaming
3	<i>(Soup)</i> Gulai Jambe	Gurih, manis dan sedikit pedas	Harum manis dari labu dan aroma rempah seperti kayu manis, lada, dan bumbu lainnya	Kuning, oren	Kental (creamy), lembut, empuk	Sauteing, boiling
4	<i>(Main Course)</i> Tasak Telu	Asam, gurih	Kuah kaldu ayam yang kaya dan harum cipera (asam cekala)	Coklat keemasan, putih	Lembut, renyah, sedikit kenyal	Boiling, marinating, grilling/roasting
5	<i>(Dessert)</i> Cimpa Unung-Unung	Manis (legit), gurih	Harum manis dan aroma daun singkut	Putih, coklat kemerahan	Lembut, sedikit lengket (chewy)	Steaming

1.4 Tinjauan Produk

1.4.1 Tema Masakan

Konsep restoran *fine dining* adalah konsep yang menawarkan pengalaman makan yang unik dan artistik. Di Perancis, pendirian restoran *fine dining* terkait dengan pengembangan keterampilan kuliner. Penjual sup Boulanger membuka restoran pertama di Paris pada tahun 1765. Ini menandai era baru di mana keterampilan memasak dan kuliner berkembang.

Menurut Kevindra P. Soemantri dari buku *The Art of Restaurant Review* (2020:50), restoran *fine dining* adalah jenis restoran yang menyajikan makanan dan pelayanan terbaik. Selain itu, menu makanannya sangat eksploratif dengan bahan baku premium dan teknik memasak yang lebih kompleks. (Dunia, 2023)

Karena lebih banyak orang mulai bepergian, konsep *Fine Dining* berkembang di Eropa. Makanan gourmet internasional disesuaikan dengan pengaruh regional selama abad ke-20. Makanan mewah menjadi konsep yang kita kenal sekarang pada akhir abad ke-20. Restoran *fine dining* saat ini lebih fleksibel dan dapat terlihat sangat berbeda. Semua restoran mewah menawarkan layanan lengkap, layanan pribadi, kursus makanan khusus, dan masakan *haute*.

Pada pelaksanaan dan proses dalam pembuatan tugas akhir ini, penulis mengambil tema Pengembangan Presentasi Makanan Khas Kabupaten Karo Daerah Sumatera Utara.

1.4.2 Penjelasan Produk

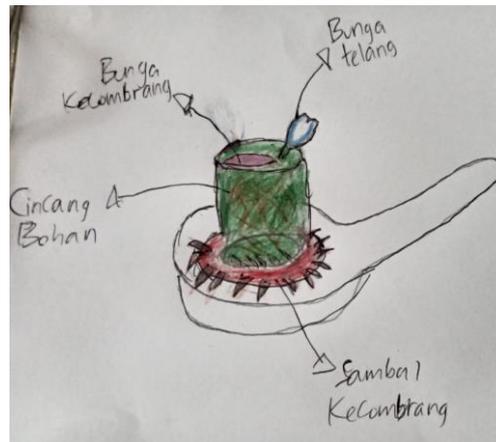
- **Cincang Bohan (*Amuse Bouche*)**

Salah satu hors d'oeuvre tunggal seukuran gigitan yang biasanya disajikan sebagai pembuka adalah *Amuse Bouche*. Istilah ini berasal dari bahasa Perancis yang berarti "menggoda mulut". *Amuse Bouche* tidak dipesan dari menu, tetapi sesuai dengan pilihan

chef. Tujuannya adalah untuk "menggoda" selera orang untuk lebih mencoba hidangan makanan lainnya. Di restoran kelas atas, *Amuse Bouche* biasanya dimakan dalam satu atau dua gigitan. (Shunk, 2020)

Cincang Bohan, makanan tradisional Suku Karo, terkenal dengan rasanya yang lezat dan cara masaknya yang unik. Makanan ini sangat disukai oleh wisatawan karena rasanya yang luar biasa dan cara masaknya yang unik. Arti Nama Cincang Bohan: Nama "bohan" berasal dari kata "bambu muda", jadi itu mengacu pada makanan yang dicampur dan dimasak dengan bambu muda. Dalam kebanyakan kasus, cincang bohan hanya akan dimasak untuk acara khusus seperti pesta tahunan atau pernikahan. Karena cincang bohan digunakan sebagai oleh-oleh atau luah untuk tamu undangan, tuan rumah biasanya memasak banyak cincang bohan. Memasaknya menggunakan bara api, sama seperti memasak lemang. (Hijab, 2023)

Rekayasa dalam makanan Cincang Bohan ini adalah daging yang digunakan dalam Cincang Bohan, biasanya daging babi, terkadang diganti dengan daging sapi atau ayam untuk menyesuaikan dengan preferensi diet tertentu atau karena ketersediaan bahan. Namun dalam kasus ini penulis menggunakan daging sapi dalam makanan Cincang Bohan yang disesuaikan dengan ketentuan aturan dari proses pelaksanaan sidang. Rempah yang digunakan juga biasanya andaliman, tetapi penulis menggantinya dengan kecombrang.



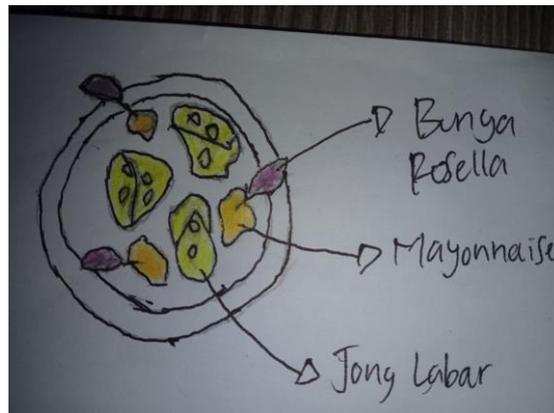
Gambar 1.1 Sketsa Cincang Bohan

- **Jong Labar (*Appetizer*)**

Makanan ringan yang biasanya disajikan sebelum makanan utama disebut sebagai *Appetizer* atau makanan pembuka. Tujuannya adalah untuk meningkatkan nafsu makan. Makanan pembuka biasanya dikemas dalam porsi kecil yang memiliki variasi jenis yang beragam dan banyak serta rasa asam, asin, atau pedas. (Geograf, 2023)

Orang Karo membuat penganan manis dari jagung yang memiliki rasa yang unik yang disebut Jong Labar. Jong Labar terbuat dari jagung, gula, dan kelapa parut, dan dibungkus dengan daun jagung atau daun pisang. Penggunaan lada hitam sebagai bumbu juga yang membuatnya hangat di lidah dan unik. (Binti, 2019)

Rekayasa dalam makanan Jong Labar ini, penulis berusaha memodifikasi rasa dengan menambahkan saus air kelapa sehingga makanan lebih terasa gurih asam dan juga tampilan yang lebih modern dari segi plating penyajiannya.



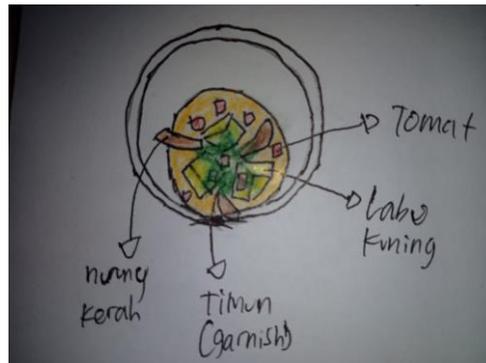
Gambar 1.2 Sketsa Jong Labar

- **Gulai Jambe (Soup)**

Bahasa Latin "suppa" dan bahasa Perancis "soupe" berasal dari kata "sup", yang berarti roti yang direndam dalam kuah kaldu. *Soup* mulai disajikan oleh penjual kaki lima di Paris pada awal abad ke-16, dan popularitasnya bahkan mendatangkan ide bagi para produsen makanan kemasan. *Soup* juga dapat didefinisikan sebagai hidangan yang terbuat dari beberapa bahan dan ditambahkan dengan cairan atau kaldu dari daging, ikan, ayam, atau sayuran yang kaya nutrisi, dan disajikan sebagai hidangan pembuka atau pelengkap makanan pokok. (Wikipedia, 2024).

Gulai Jambe khas Karo adalah hidangan tradisional dari daerah Karo, Sumatera Utara. Gulai Jambe ini terbuat dari labu kuning sebagai bahan utamanya. Biasanya bisa ditambah dengan Nurung Kerah (Ikan asap) dalam pemasakannya. Labu tidak hanya enak dan mengenyangkan, tetapi juga sangat bermanfaat bagi tubuh karena mengandung antioksidan seperti beta-cryptoxanthin, alpha-karoten, dan beta-karoten, yang membantu tubuh menghilangkan radikal bebas. Selain itu, labu mengandung vitamin E, zat besi, dan folat, yang membantu sistem kekebalan tubuh. (Suci Wulandari Putri Chaniago, 2022)

Rekayasa dalam makanan Gulai Jame yaitu penambahan bahan ikan asap membuat makanan menjadi lebih gurih & asin yang sebelumnya lebih terasa manis dari rasa & aroma yang dikeluarkan oleh labu kuning.



Gambar 1.3 Sketsa Gulai Jame

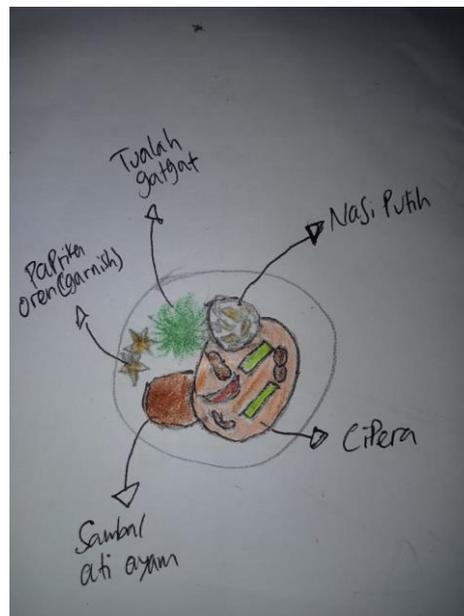
- **Tasak Telu (*Main Course*)**

Dalam bidang kuliner, hidangan utama adalah hidangan yang menjadi pusat perhatian dari berbagai hidangan. Biasanya disajikan setelah hidangan pembuka (appetizer) dan sebelum hidangan penutup (dessert). Ini adalah hidangan yang lebih substansial dan mengenyangkan, seringkali mengandung protein seperti daging, ikan, atau unggas, disertai dengan sayuran, biji-bijian, atau hidangan sampingan lainnya. Menu utama sering menjadi bagian penting dari suatu makanan dan bertujuan untuk memuaskan rasa lapar sambil memberikan nutrisi yang diperlukan. (Wilson, 2024)

Tasak telu adalah masakan Batak Karo yang berasal dari Sumatera Utara yang terbuat dari darah ayam dan daging ayam kampung. Masakan ini biasanya dimakan saat acara tertentu, terutama saat pesta Karo. Setelah ayam kampung dipanggang atau direbus tanpa bumbu, ia kemudian dicincang dan disajikan dengan

tiga makanan tambahan: sup kaldu, cipera, dan getah dan daun singkong goreng yang ditutupi dengan parutan kelapa. Itu sebabnya masakan ini disebut "ayam masak tiga" yang artinya menggunakan tiga komponen utama: ayam, darah ayam, dan daging ayam. (Tarya., 2017)

Rekayasa dalam makanan Tasak Telu, penulis menggantikan darah ayam dengan ati ayam sebagai kondimen sambal dan pada dasarnya ayam yang digunakan ayam kampung, namun penulis menggunakan ayam pejantan agar daging ayam lebih lembut.



Gambar 1.4 Sketsa Tasak Telu

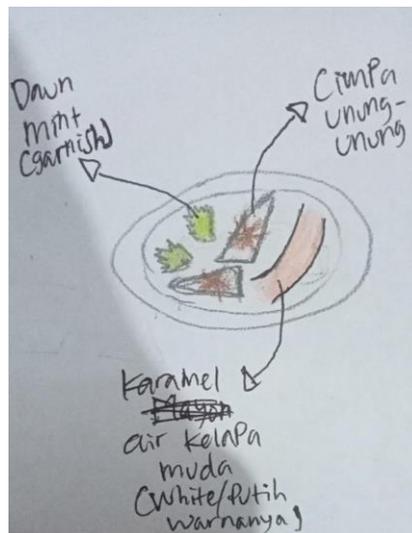
- **Cimpa Unung-Unung (Dessert)**

Dessert adalah hidangan terakhir dalam suatu makanan yang biasanya disajikan setelah makanan utama (main course). Dalam beberapa masakan, dessert dapat berupa hidangan manis seperti puding, es krim, atau kue, tetapi dalam beberapa masakan lainnya,

dapat berupa makanan seperti buah atau keju. Selain itu, dessert dapat disajikan dengan teh, kopi, atau anggur. (Britannica, 2023)

Kabupaten Karo di Sumatera Utara membuat makanan tradisional yang disebut cimpa unung-unung. Makanan ini disebut sebagai "kue unong-unong", dan bahan utamanya adalah pulut, sejenis beras ketan, dan kelapa. Cimpa unung-unung sangat disukai oleh orang Karo karena pembungkusnya terbuat dari daun singkut, yang hanya ada di Kabupaten Karo. Makanan ini juga dikenal sebagai kue lepat ketan di luar orang Karo. Cimpa unung-unung biasanya dimakan bersama kopi atau teh dan juga digunakan dalam kegiatan adat istiadat. (Agnes, 2023)

Rekayasa dalam makanan Cimpa Unung-Unung ini adalah biasanya menggunakan daun singkut, namun dikarenakan penulis sulit mendapatkan bahan tersebut, maka digantikan dengan daun pisang dan penambahan saus air kelapa membuat makanan menjadi lebih beraneka ragam rasanya.



Gambar 1.5 Sketsa Cimpa Unung-Unung

1.4.3 Usulan Resep

Resep memberikan instruksi lengkap tentang cara mengolah bahan-bahan makanan menjadi hidangan yang unik. Resep masakan didefinisikan sebagai blueprint lengkap yang memberikan petunjuk proporsional dalam menggunakan bumbu, peralatan, dan prosedur yang diperlukan untuk mencapai cita rasa yang diinginkan dalam kamus hidangan yang melibatkan harmoni bumbu dan teknik memasak. Julia Child, seorang guru kuliner terkenal, membandingkan resep masakan dengan peta yang memandu kita dalam dunia kuliner. Kita mungkin tersesat dan tidak pernah menemukan kombinasi rasa yang tepat untuk membuat makanan yang enak tanpa resep. (Joel, 2023)

Penulis dalam pembuatan resep-resep yang ada di dalam tugas akhir ini menggunakan berbagai sumber, khususnya dan yang terutama adalah hasil dari wawancara dengan narasumber yang ahli di bidang masakan karo yaitu keluarga Ny. Tarigan & Ibu Lina Ginting. Beberapa referensi lainnya didapatkan dari pengalaman penulis selama magang di industri, serta dari internet sebagai sumber informasi dan ide penulis dalam membuat resep yang dikembangkan lebih modern oleh penulis.

TABEL 1.2
CINCANG BOHAN

Jenis Sajian : *Amuse Bouche*

Berat Sajian : 30 gr

Daerah Asal : Karo

Jumlah Porsi : 10 Porsi

Tanggal : April 2024

Suhu Hidangan : Suhu Panas

Halaman : 1 dari 3

No	Teknik	Jumlah	Satuan	Bahan	Keterangan
1.	<i>Mise en Place</i>	1000	gr	Beef	Dibersihkan, dicincang
		800	gr	Daun singkong	Dibersihkan, dicincang
		200	gr	Bunga kecombrang	Dicincang
		200	gr	Tomat	Diiris
		250	gr	Kelapa parut	Dicincang
		30	gr	Serai	Dicincang
		20	gr	Buah kecombrang	Dimemarkan
		50	gr	Bawang merah	Haluskan
		40	gr	Bawang putih	Haluskan
		50	gr	Kemiri	Haluskan
		30	gr	Cabe rawit	Haluskan
		3	gr	Daun jeruk	Diiris
		15	gr	Garam	
		2	gr	Merica	
		2	pcs	Bohan (bambu)	Bersihkan

		1	pcs	Daun kecombrang	
		1	pcs	Daun salam	
		1	pcs	Daun jeruk	

		20	gr	Serai	Dimemarkan
		3	gr	Buah kecombrang	Dimemarkan
		1	pcs	Daun jeruk	
		1	pcs	Daun salam	
		30	ml	Air	
		350	gr	Ayam	Cipera : Dipotong (menjadi beberapa bagian)
		175	gr	Tepung cipera	
		5	gr	Cabe rawit	Bumbu halus :
		20	gr	Bawang merah	
		20	gr	Bawang putih	
		20	gr	Jahe	
		3	gr	Kemiri	
		3	gr	Ketumbar	
		3	gr	Garam	
		100	gr	Tomat	Diiris
		20	gr	Serai	Dimemarkan
		20	gr	Lengkuas	Dimemarkan
		3	gr	Buah kecombrang	Dimemarkan
		1	pcs	Daun jeruk	

		1	pcs	Daun salam	
		20	gr	Daun bawang	
		200	ml	Air	
		30	ml	Santan kelapa	

TABEL 1.6
TASAK TELU

Jenis Sajian : *Main Course*

Berat Sajian : 80 gr

Daerah Asal : Karo

Jumlah Porsi : 10 Porsi

Tanggal : April 2024

Suhu Hidangan : Suhu Ruang

Halaman : 3 dari 5

2	Cincang (gatgat)	1000 500 250	gr gr gr	Tualah Gatgat : Ayam Daun singkong Kelapa parut muda	Daging ayam yang sudah direbus dengan daun singkong, bunga kecombrang dan kelapa parut dicincang (digatgat) halus
3	Masak	750 10 10 10 5 30 50	gr gr gr gr gr gr gr	Ati ayam Cabe rawit Bawang merah Bawang putih Garam Jeruk nipis Jahe	Masak semua bumbunya dengan air hingga matang kira-kira selama 5 menit (peras jeruk nipis jika sudah matang)

		50	gr	Serai	
		50	gr	Lengkuas	
				Buah kecombrang	
		2	pcs	Daun jeruk	
		2	pcs	Daun salam	
		100	ml	Air	
4	Masak	10	gr	Cabe rawit	Masak
		50	gr	Bawang merah	semua bahan bersama
		50	gr	Bawang putih	dengan ayam yang sudah
		10	gr	Kemiri	di potong
		5	gr	Ketumbar	menjadi
		5	gr	Garam	beberapa bagian
		100	gr	Tomat	selama 30
		50	gr	Serai	menit
		50	gr	Lengkuas	(hingga
		5	gr	Buah kecombrang	matang)
		2	pcs	Daun jeruk	
		2	pcs	Daun salam	
		50	gr	Daun bawang	
		500	ml	Air	

TABEL 1.7
CIMPA UNUNG-UNUNG

Jenis Sajian : *Dessert*

Berat Sajian : 35 gr

Daerah Asal : Karo

Jumlah Porsi : 10 Porsi

Tanggal : April 2024

Suhu Hidangan : Suhu Ruang

Halaman : 2 dari 4

2	Campurkan	250 250 2	gr gr gr	Tepung beras Tepung ketan Garam	Campur tepung beras dengan tepung ketan dalam 1 wadah dan berikan garam
4	Berikan			Air	Berikan air sedikit demi sedikit hingga adonan kalis (jangan encer)
5	Siapkan				Siapkan wadah untuk membuat isi cimpa
6	<i>Boiling</i>	100	ml	Air	Tuang dan Didihkan air
7	Masukkan	250 5 5 1	gr gr gr gr	Gula merah Jahe Garam Lada	Masukkan semua bahan (gula merah, jahe, lada & garam)
8	Masak	150	gr	Kelapa parut	Masak hingga berbuih agak kental, lalu masukkan parutan kelapa

TABEL 1.7
CIMPA UNUNG-UNUNG

Jenis Sajian : *Dessert*

Berat Sajian : 35 gr

Daerah Asal : Karo

Jumlah Porsi : 10 Porsi

Tanggal : April 2024

Suhu Hidangan : Suhu Ruang

Halaman : 3 dari 4

9	Aduk				Aduk terus hingga air menyusut (kering)
10	Siapkan	500	gr	Adonan cimpa	Siapkan adonan dan buat menjadi /30 gr
11	Cetak	10	pcs		Cetak di daun singkut yg sudah diolesi sedikit minyak
12	Berikan	400	gr	Isian cimpa	Berikan isian cimpa /15 gr
13	Kukus				Kukus kira-kira 15 menit sampai daun cimpa terlihat hijau kecoklatan
14	Siapkan	300 30 1 1	ml ml gr gr	Air kelapa muda Air lemon Garam Merica	Karamel air kelapa muda : Siapkan panci, masukkan air kelapa muda, Air lemon, garam, dan merica

Used Ingredients x price = Recipes Costing

Dish Costing :

Recipe Costing : Amount of Portion = Dish Costing

Selling Price :

Dish Costing x 100 : Food Cost = Selling Price

TABEL 1.8
Recipe Costing Cincang Bohan

No.	Bahan	Jumlah	Unit	Harga Unit	Total Harga
1	Daging sapi	1	Kg	Rp140,000.00	Rp 140,000.00
2	Daun singkong	0,8	Kg	Rp 10,000.00	Rp 8,000.00
3	Bunga kecombrang	0,2	Kg	Rp 25,000.00	Rp 5,000.00
4	Bawang Merah	0,05	Kg	Rp 20,000.00	Rp 1,000.00
5	Bawang Putih	0,04	Kg	Rp 25,000.00	Rp 1,000.00
6	Tomat	0,02	Kg	Rp 20,000.00	Rp 4,000.00
7	Kelapa parut	0,25	Kg	Rp 16,000.00	Rp 4,000.00
8	Serai	0,03	Kg	Rp 10,000.00	Rp 300.00
9	Buah kecombrang	0,02	Kg	Rp 35,000.00	Rp 700.00
10	Kemiri	0,05	Kg	Rp 55,000.00	Rp 2,750.00
11	Cabe rawit	0,03	Kg	Rp 45,000.00	Rp 1,500.00
12	Daun jeruk	0,003	Kg	Rp 25,000.00	Rp 85.00
13	Garam	0,015	Kg	Rp 15,000.00	Rp 225.00
14	Merica	0,002	Kg	Rp100,000.00	Rp 200.00
15	Bohan (bambu)	2	Pcs	Rp 20,000.00	Rp 40,000.00
SUBTOTAL					Rp 208,490.00

DISH COSTING (10 PORTION)	Rp 20,849.00
FOOD COST (%)	40%
SELLING PRICE	Rp 69,500

Sumber : Data olahan penulis, 2024

TABEL 1.9
Recipe Costing Sambal Kecombrang

No.	Bahan	Jumlah	Unit	Harga Unit	Total Harga
1	Batang kecombrang	0,13	Kg	Rp 15,000.00	Rp 1,950.00
2	Cabe rawit	0,005	Kg	Rp 45,000.00	Rp 225.00
3	Garam	0,003	Kg	Rp 15,000.00	Rp 45.00
4	Gula merah	0,003	Kg	Rp 18,000.00	Rp 60.00
SUBTOTAL					Rp 2,280.00
DISH COSTING (10 PORTION)					Rp 228.00
FOOD COST (%)					22%
SELLING PRICE					Rp 800

Sumber : Data olahan penulis, 2024

TABEL 1.10
Recipe Costing Jong Labar

No.	Bahan	Jumlah	Unit	Harga Unit	Total Harga
1	Jagung manis	2	Kg	Rp 10,000.00	Rp20,000.00
2	Gula merah	0,25	Kg	Rp 18,000.00	Rp 4,500.00
3	Kelapa parut	0,25	Kg	Rp 16,000.00	Rp 4,000.00
4	Garam	0,004	Kg	Rp 15,000.00	Rp 60.00
5	Merica	0,003	Kg	Rp100,000.00	Rp 300.00
6	Maizena	0,1	Kg	Rp 18,000.00	Rp 1,000.00
7	Daun pisang	0,5	Kg	Rp 10,000.00	Rp 5,000.00
8	Telur ayam	0,25	Kg	Rp 27,000.00	Rp 6,750.00
9	Lemon	0,03	Kg	Rp 15,000.00	Rp 450.00
10	Minyak Zaitun	0,03	L	Rp 70,000.00	Rp 2,100.00
SUBTOTAL					Rp 44,160.00
DISH COSTING (10 PORTION)					Rp 4,416.00
FOOD COST (%)					25%
SELLING PRICE					Rp 15,000

Sumber : Data olahan penulis, 2024

TABEL 1.11
Recipe Costing Gulai Jambe

No.	Bahan	Jumlah	Unit	Harga Unit	Total Harga
1	Labu kuning	1	Kg	Rp 15,000.00	Rp 15,000.00
2	Nurung kerah	0,25	Kg	Rp 160,000.00	Rp 40,000.00
3	Tomat	0,1	Kg	Rp 23,000.00	Rp 2,300.00
4	Santan kelapa	0,5	L	Rp 36,000.00	Rp 18,000.00
5	Buah kecombrang	0,005	Kg	Rp 35,000.00	Rp 175.00
6	Daun bawang	0,05	Kg	Rp 23,000.00	Rp 1,150.00
7	Serai	0,02	Kg	Rp 10,000.00	Rp 500.00
8	Lengkuas	0,05	Kg	Rp 16,000.00	Rp 800.00
9	Kunyit	0,05	Kg	Rp 18,000.00	Rp 900.00
10	Bawang putih	0,05	Kg	Rp 25,000.00	Rp 1,250.00

11	Bawang merah	0,05	Kg	Rp 20,000.00	Rp 1,000.00
12	Cabe merah	0,025	Kg	Rp 51,000.00	Rp 1,275.00
13	Cabe rawit	0,025	Kg	Rp 45,000.00	Rp 1,125.00
14	Daun kecombrang	0,2	Kg	Rp 25,000.00	Rp 5,000.00
15	Daun salam	0,005	Kg	Rp 40,000.00	Rp 200.00
16	Daun jeruk	0,003	Kg	Rp 25,000.00	Rp 75.00
17	Garam	0,01	Kg	Rp 15,000.00	Rp 150.00
SUBTOTAL					Rp 88,900.00
DISH COSTING (10 PORTION)					Rp 8,890.00
FOOD COST (%)					30%
SELLING PRICE					Rp 30,000

Sumber : Data olahan penulis, 2024

TABEL 1.12
Recipe Costing Tasak Telu

No.	Bahan	Jumlah	Unit	Harga Unit	Total Harga
1	Ayam kampung	2	Kg	Rp 60,000.00	Rp 120,000.00
2	Daun singkong	0,5	Kg	Rp 10,000.00	Rp 5,000.00
3	Kelapa parut (muda)	0,25	Kg	Rp 16,000.00	Rp 4,000.00
4	Bunga kecombrang	0,05	Kg	Rp 25,000.00	Rp 1,250.00
5	Cabe rawit	0,02	Kg	Rp 45,000.00	Rp 900.00
6	Bawang merah	0,1	Kg	Rp 20,000.00	Rp 2,000.00
7	Bawang putih	0,1	Kg	Rp 25,000.00	Rp 2,500.00
8	Garam	0,01	Kg	Rp 15,000.00	Rp 150.00
9	Jeruk nipis	0,03	Kg	Rp 15,000.00	Rp 450.00
10	Jahe	0,05	Kg	Rp 30,000.00	Rp 1,500.00
11	Serai	0,1	Kg	Rp 10,000.00	Rp 1,000.00
12	Lengkuas	0,05	Kg	Rp 16,000.00	Rp 800.00

13	Buah kecombrang	0,01	Kg	Rp 35,000.00	Rp 350.00
14	Daun jeruk	0,006	Kg	Rp 25,000.00	Rp 150.00
15	Daun salam	0,01	Kg	Rp 40,000.00	Rp 400.00
16	Tepung cipera	0,5	Kg	Rp 90,000.00	Rp 45,000.00
17	Kemiri	0,01	Kg	Rp 50,000.00	Rp 500.00
18	Ketumbar	0,005	Kg	Rp 25,000.00	Rp 125.00
19	Tomat	0,1	Kg	Rp 20,000.00	Rp 2,000.00
20	Daun bawang	0,05	Kg	Rp 23,000.00	Rp 1,150.00
21	Santan kelapa	0,1	L	Rp 36,000.00	Rp 3,600.00
SUBTOTAL					Rp 192,825.00
DISH COSTING (10 PORTION)					Rp 19,282.50
FOOD COST (%)					37%
SELLING PRICE					Rp 64,000

Sumber : Data olahan penulis, 2024

TABEL 1.13
Recipe Costing Cimpa Unung-Unung

No.	Bahan	Jumlah	Unit	Harga Unit	Total Harga
1	Tepung ketan	0,25	Kg	Rp 24,000.00	Rp 6,000.00
2	Tepung beras	0,25	Kg	Rp 32,000.00	Rp 8,000.00
3	Gula merah	0,25	Kg	Rp 18,000.00	Rp 4,500.00
4	Kelapa parut	0,15	Kg	Rp 16,000.00	Rp 2,400.00
5	Jahe	0,005	Kg	Rp 30,000.00	Rp 150.00
6	Garam	0,01	Kg	Rp 15,000.00	Rp 150.00
7	Merica	0,002	Kg	Rp100,000.00	Rp 200.00
8	Minyak goreng	0,015	L	Rp 18,000.00	Rp 270.00
9	Daun singkut	0,1	Kg	Rp 10,000.00	Rp 1,000.00

10	Air kelapa muda	0,3	L	Rp 22,000.00	Rp 6,600.00
11	Lemon	0,03	Kg	Rp 15,000.00	Rp 450.00
SUBTOTAL					Rp 29,720.00
DISH COSTING (10 PORTION)					Rp 2,972.00
FOOD COST (%)					25%
SELLING PRICE					Rp 10,000

Sumber : Data olahan penulis, 2024

1.4.5 Daftar Nilai Nutrisi

Nutrisi adalah zat-zat dalam makanan sehat yang membantu pertumbuhan dan perkembangan organ tubuh dengan cara terbaik. Gizi, yang juga disebut sebagai nutrisi, diperoleh melalui proses pencernaan sari-sari makanan.

Menurut Rock CL (2004), nutrisi adalah proses di mana tubuh manusia menggunakan makanan untuk menghasilkan energi, mempertahankan kesehatan, pertumbuhan, dan memastikan bahwa setiap organ dan jaringan tubuh tetap berfungsi dengan baik. Berikut ini adalah kandungan gizi dari **“Pengembangan Presentasi Makanan Khas Karo Daerah Sumatera Utara”**.

TABEL 1.14 Nilai Gizi Cincang Bohan

NILAI GIZI CINCANG BOHAN					
Jumlah (gr)	Nama Bahan	Karbo	Lemak	Protein	Kalori
		(gr)	(gr)	(gr)	(kkal)
1000	Daging sapi	0	100	200	1760
800	Daun singkong	58	2.29	29.3	306
200	Bunga kecombrang	14.83	0.7	2.95	68
50	Bawang merah	5.06	0.04	0.46	21
40	Bawang putih	13.22	0.2	2.54	60
20	Tomat	0.78	0.04	0.18	4
250	Kelapa parut	31.55	84.27	9.52	884
30	Sereh	7.59	0.15	0.55	30
20	Buah kecombrang	1.48	0.07	0.29	7
50	Kemiri	6.93	35.98	4.58	346

30	Cabe rawit	16.99	5.18	3.6	95
3	Daun jeruk	0	0.6	1.5	15
15	Garam	0	0	0	0
2	Merica	0.4	0.1	0.1	2
TOTAL		156.83	229.62	255.57	3598
GIZI / PORSI		16	23	26	360

Sumber : <https://www.fatsecret.co.id/> dan hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1.15 Nilai Gizi Sambal Kecombrang

NILAI GIZI SAMBAL KECOMBRANG					
Jumlah (gr)	Nama Bahan	Karbo	Lemak	Protein	Kalori
		(gr)	(gr)	(gr)	(kkal)
130	Batang kecombrang	9.64	0.45	1.92	44
5	Cabe rawit	2.83	0.86	0.6	16
3	Garam	0	0	0	0

3	Gula merah	5.06	0.04	0.46	21
TOTAL		17.53	1.35	2.98	81
GIZI / PORSI		1.8	0.1	0.3	8.1

Sumber : <https://www.fatsecret.co.id/> dan hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1.16 Nilai Gizi Jong Labar

NILAI GIZI JONG LABAR					
Jumlah (gr)	Nama Bahan	Karbo	Lemak	Protein	Kalori
		(gr)	(gr)	(gr)	(kkal)
2000	Jagung	380.4	23.6	64.4	1720
250	Gula merah	243.32	0	0	942
250	Kelapa parut	31.55	84.27	9.52	884
4	Garam	0	0	0	0
3	Merica	0.4	0.4	0.1	2
100	Maizena	89	0	1	360

500	Daun pisang	0	0	0	0
250	Telur ayam	1.92	24.85	31.45	368
25 (ml)	Air Lemon	0.44	0	0.01	2
30 (ml)	Minyak Zaitun	0	15	0	260
TOTAL		747.03	148.12	106.48	4538
GIZI / PORSI		74.7	14.8	10.6	453.8

Sumber : <https://www.fatsecret.co.id/> dan hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1.17 Nilai Gizi Gulai Jambe

NILAI GIZI GULAI JAMBE					
Jumlah (gr)	Nama Bahan	Karbo	Lemak	Protein	Kalori
		(gr)	(gr)	(gr)	(kkal)
1000	Labu kuning	55.4	2	12.8	250
250	Nurung kerah (Ikan asap)	21.35	36.32	43.92	600
100	Tomat	3.92	0.2	0.88	18
500 (ml)	Santan kelapa	41.55	178.8	17.18	1725

5	Buah kecombrang	0.37	0.02	0.07	2
50	Daun bawang	7.08	0.15	0.75	30
20	Serai	5.06	0.1	0.36	20
50	Lengkuas	2.19	0.27	0.72	12
50	Kunyit	32.46	4.94	3.92	177
50	Bawang putih	16.53	0.25	3.18	74
50	Bawang merah	5.06	0.04	0.46	21
25	Cabe merah	14.16	4.32	3	80
25	Cabe rawit	14.16	4.32	3	80
200	Daun kecombrang	14.83	0.7	2.95	68
5	Daun salam	3.75	0.42	0.38	16
3	Daun jeruk	0	0.6	1.5	15
10	Garam	0	0	0	0
TOTAL		237.87	233.45	95.07	3188
GIZI / PORSI		23.8	23.3	9.5	318.8

Sumber : <https://www.fatsecret.co.id/> dan hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1.18 Nilai Gizi Tasak Telu

NILAI GIZI TASAK TELU					
Jumlah (gr)	Nama Bahan	Karbo	Lemak	Protein	Kalori
		(gr)	(gr)	(gr)	(kkal)
2000	Ayam kampung	0	132.6	500.2	3340
500	Daun singkong	36.25	1.43	18.31	191
250	Kelapa parut (muda)	31.55	84.27	9.52	884
50	Bunga kecombrang	3.71	0.17	0,74	17
20	Cabe rawit	11.33	3.45	2.4	64
100	Bawang merah	10.11	0.08	0.92	42
100	Bawang putih	33.06	0.5	6.36	149
10	Garam	0	0	0	0
30	Jeruk nipis	3.16	0.06	0.21	9
50	Jahe	8.88	0.38	0.91	40
100	Serai	25.31	0.49	1.82	99

50	Lengkuas	2.19	0.27	0.72	12
10	Buah kecombrang	0.74	0.03	0.15	3
6	Daun jeruk	0	1.2	3	30
10	Daun salam	7.5	0.8	0.76	32
500	Tepung cibera	456.35	0.25	1.3	1905
10	Kemiri	1.39	7.2	0.92	69
5	Ketumbar	0.18	0.03	0.11	1
100	Tomat	3.92	0.2	0.88	18
50	Daun bawang	7.07	0.15	0.75	30
100 (ml)	Santan kelapa	8.31	35.76	3.44	345
TOTAL		651.01	269.32	552.68	7280
GIZI / PORSI		65.1	26.9	55.3	728.0

Sumber : <https://www.fatsecret.co.id/> dan hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1.19 Nilai Gizi Cimpa Unung-Unung

NILAI GIZI CIMPA UNUNG-UNUNG					
Jumlah (gr)	Nama Bahan	Karbo	Lemak	Protein	Kalori

		(gr)	(gr)	(gr)	(kkal)
250	Tepung ketan	198	1.7	16.7	905
250	Tepung beras	200	3.5	15	912
250	Gula merah	31.55	84.27	9.52	884
150	Kelapa parut	18.93	50.56	5.71	531
5	Jahe	0.89	0.04	0.09	4
10	Garam	0	0	0	0
2	Merica	0.4	0.4	0.1	2
15 (ml)	Minyak goreng	0	13.34	0	117
100	Daun singkut	0	0	0	0
300 (ml)	Air kelapa muda	11.13	0.6	2.16	57
30	Lemon	2.8	0.09	0.33	9
TOTAL		463.7	154.5	49.61	3421
GIZI / PORSI		46.4	15.5	5.0	342.1

Sumber : <https://www.fatsecret.co.id/> dan hasil olahan penulis, 2024