

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

The Westin Jakarta adalah hotel mewah berbintang lima yang berada di DKI Jakarta dan merupakan hotel yang berada di gedung tertinggi se-indonesia yaitu Gama Tower. Lokasi Hotel The Westin Jakarta terletak di lingkungan yang strategis yang berada di Jalan Rasuna Said, Karet Kuningan, Jakarta Selatan salah satu dari tiga jalan utama di segitiga emas kawasan bisnis, komersial dan perbelanjaan di Jakarta. Karena lokasinya yang berada di pusat kota, Hotel The Westin Jakarta memberikan keuntungan bagi para tamu hotel yang menginap karena banyak tempat wisata menarik yang berdekatan dengan hotel. (Westinjakarta,2024)

The Westin Jakarta memiliki kapasitas kamar sebanyak 255 kamar dan suite dengan berbagai jenis kamar, ada *king room*, *twin room*, *executive suite*, hingga *presidential suite*. The Westin Jakarta juga dianugrahi penghargaan *Indonesia Leading Business Hotel* oleh *World Travel Award* pada tahun 2023 karena hotel ini mempunyai fasilitas yang sangat khas yang tidak akan di temukan di hotel lain, seperti *Heavenly bed* tempat tidur yang mempunyai 10 lapisan sehingga pada saat tamu beristirahat seperti berada di surga. (Westinjakarta,2024)

Fasilitas lainnya juga yang dimiliki oleh Hotel The Westin Jakarta seperti *Heavenly Spa* dimana para tamu yang menginap dapat melakukan spa, lalu ada *Westin Workout Fitness Studio* merupakan ruangan *fitness* yang ada di Hotel The Westin Jakarta yang dapat digunakan oleh para tamu dan akan disediakan pula untuk *coach* hingga

pakaian, sehingga para tamu tidak perlu khawatir apabila tidak membawa pakaian olahraga, selanjutnya fasilitas kolam renang yang berada di dalam ruangan, terdapat juga ballroom yang memuat kapasitas hingga 1.200 orang dan juga ada beberapa ruangan rapat dengan kapasitas yang beragam.

Selain fasilitas kamar dan kebutuhan yang lainnya Hotel The Westin Jakarta juga memiliki *All Day Dining* yang dinamakan *Seasonal Tastes*. Berada di lantai 51 karena letaknya berada di atas sehingga menyajikan pemandangan Kota Jakarta secara 360 derajat. Dengan konsep *open kitchen*, *Seasonal Tastes* menawarkan beberapa pilihan makanan baik secara *buffet* dan juga *a la carte*. Menyajikan berbagai masakan yaitu masakan Western, Asia dan juga India. Terdapat juga *spescial event* yang diadakan *Seasonal Tastes* seperti *Tuesday Steak-Cations* yang akan menyediakan berbagai olahan steak yang akan memanjakan para tamu. (Westinjakarta, 2024)

The Westin Jakarta memiliki Restaurant yang sangat terkenal karena memiliki menu yang unik, dimana mereka menyajikan menu *fusion* yang diambil dari negara Peru yang dinamakan Henshin Restaurant. (Henshinjakarta, 2024)

Henshin Restaurant terletak di lantai 3 teratas yaitu lantai 67 hingga lantai 69. Untuk lantai 67 yaitu adalah *bar* dan *Lounge* sedangkan untuk lantai 68 adalah restoran dan untuk lantai 69 adalah ruangan *private*. Henshin Restaurant adalah restoran mewah yang menyajikan masakan kombinasi dari Peru dan Jepang yang disebut juga *nikkei cuisine*. (Henshinjakarta, 2024)

Peru merupakan negara yang ada di Amerika Serikat berdasarkan letak geografisnya berbatasan di sebelah utara dengan Ekuador dan Kolombia dan di sebelah

timur dengan negara Brasil di tenggara dengan Bolivia dan bagian barat daya berbatasan dengan negara Chile. Negara Peru juga memiliki garis pantai yang sangat panjang yang berbatasan langsung dengan Samudra Pasifik dan hutan hujan Amazon.(Wikipedia,2024)

Ibu kota dari Negara Peru adalah Lima. Lima adalah kota terbesar yang ada di Peru selain ibu kota dari negaranya sendiri Lima juga dikenal dengan *Gastronomical Capital of the Americas*. Di ibu kota ini banyak percampuran budaya yang dibawa dari para penakluk dan imigran contohnya seperti negara Afrika, Cina, Eropa, dan Jepang. (nationalgeographic, 2023)

Negara Peru terkenal dengan pariwisatanya terutama dengan makanannya, karena dipengaruhi oleh letak geografis, Peru banyak menghasilkan bahan pangan yang menjadi bagian penting dari masakan dan budayanya. Beberapa bahan pangan yang menjadi khas peru ada kentang, jagung, quinoa, dan kopi. Lalu juga dengan garis pantai yang panjang sehingga banyak bahan pangan berupa ikan. Ikan adalah bahan baku yang penting untuk masakan Peru karena banyak hidangan Peru yang menggunakan bahan dasar ikan. (Perez Galvez J, Lopez, Guzman, dan Buiza, 2017)

Gastronomi makanan yang ada di Peru dimulai dahulu pada abad ke 19 banyak imigran yang bergabung dengan imigran internal dari daerah pedesaan. Salah satu contohnya adalah pekerja imigran dari Jepang yang membawa budaya Jepang ke negara peru yaitu adalah Chef Nobu Matsuhisa sehingga munculah gastronomi makanan yang disebut dengan Nikkei. (Wikipedia.com, 2024)

Sejarah Nikkei dimulai pada tahun 1889 didatangkan 7000 pekerja dari Jepang selama dua tahun untuk membantu perekonomian negara, mereka bekerja di bagian

pertanian tebu. Setelah dua tahun banyak pekerja Jepang yang tidak kembali ke negara asalnya dan memutuskan untuk tinggal di negara Peru.

Meningkatnya popularitas Nikkei berkat adanya Chef Nobu Matsuhisa. Awal mula Chef Nobu diundang oleh temannya berkewarganegaraan Peru namun keturunan Jepang untuk diajak melakukan kerja sama untuk membuka restoran Jepang di Peru. Lalu pada tahun 1973 di umurnya yang ke 24 tahun Chef Nobu berpindah ke ibu kota Peru yaitu Lima dan membuka restoran yang dinamakan Matsue, nama tersebut diambil dari nama yang bermitra dengan sponsornya.

Chef Nobu tidak bisa menemukan bahan yang diperlukan sehingga beliau melakukan improvisasi dimana beliau menggunakan bahan pangan lokal yang ada di Peru untuk masakan Jepang dengan menggunakan teknik masakan Jepang yang disebut dengan Nikkei.

Untuk itu penulis ingin mengangkat salah satu gastronomi kuliner yaitu Nikkei karena sejarahnya yang begitu dalam serta pengalaman penulis yang penulis dapat pada saat melakukan praktik kerja lapangan di Hotel The Westin Jakarta. Besar harapan penulis, penulis dapat mempresentasikan mengenai gastronomi kuliner Peru.

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari *Food Presentation* dari Presentasi Nikkei Cuisine di Hotel The Westin Jakarta. Diantara lain sebagai berikut :

1.2.1 Tujuan Formal

Tujuan Formal dengan disusunnya tugas akhir yang dilakukan oleh penulis adalah untuk memenuhi tugas akhir dan merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Diploma III Program studi Seni kuliner, Jurusan Hospitaliti, di POLTEKPAR NHI Bandung.

1.2.2 Tujuan Operasional

- a. Sebagai wadah untuk menguji kemampuan penulis selama berkuliah di Politeknik NHI Bandung dan melakukan Praktik Kerja Nyata di Hotel The Westin Jakarta dalam upaya presentasi *nikkei cuisine* di Hotel The Westin Jakarta.
- b. Mengolah produk kuliner *nikkei cuisine* dengan cara sajian yang lebih modern.
- c. Menghitung biaya produksi dan harga jual untuk satu set menu menu *nikkei cuisine* yang disajikan.
- d. Menghitung kandungan gizi set menu *nikkei cuisine* yang disajikan.

1.3 Usulan Produk Makanan

1.3.1 Perencanaan Menu

Sesuai dengan judul yang sudah diajukan yaitu “Presentasi Nikkei Cuisine Di Hotel The Westin Jakarta” untuk itu penulis memilih *set menu fine dining* yang digunakan untuk menyajikan sajian tersebut.

1.3.2 Usulan Menu Set Menu Fine Dining

AMUSE-BOUSCHE

Las Papas

(*potato pave, baby potato, duchess potato*)

APPETIZER

Cebiche Camaron

(*Shrimp, basil sauce, Corn*)

Tuna Nikkei

(*Tuna, Yuzu Sauce, Crispy Quinoa*)

SOUP

Parihuela

(Clams, mussels, seafood stock)

MAIN COURSE

Salmon Miso

(Marinated Salmon, corn puree, pickled beetroot, sauted zucchini)

Asado

(Sirloin, mashed Potato, sauted vegetable)

DESSERT

Merengado

(Crumble, soursoup, meringue cookies)

BEVERAGES

Chicha Morada

(Purple corn, pineapple, lime)

1.3.3 Penjelasan Produk

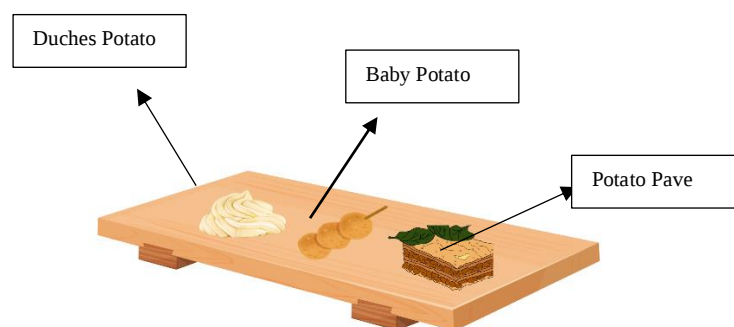
Penjelasan dari produk yang akan dipresentasikan oleh penulis sebagai berikut :

a. Las Papas

Las papas adalah bahasa spanyol yang memiliki arti yaitu kentang sehingga las papas adalah masakan berbahan dasar kentang dengan 3 jenis masakan kentang yang berbeda dengan teknik memasak dan penyajian sehingga memiliki tekstur dan rasa yang berbeda – beda di setiap sajiannya. (Kompas, 2018)

Alasan penulis memilih menu ini adalah karena geografis dari negara peru sendiri karena Peru merupakan penghasil sumber daya alam yaitu kentang terbesar di dunia dan ada 4.300 jenis kentang yang dihasilkan.

GAMBAR 1
Sketsa Las Papas



Gambar 1 sketsa las papas

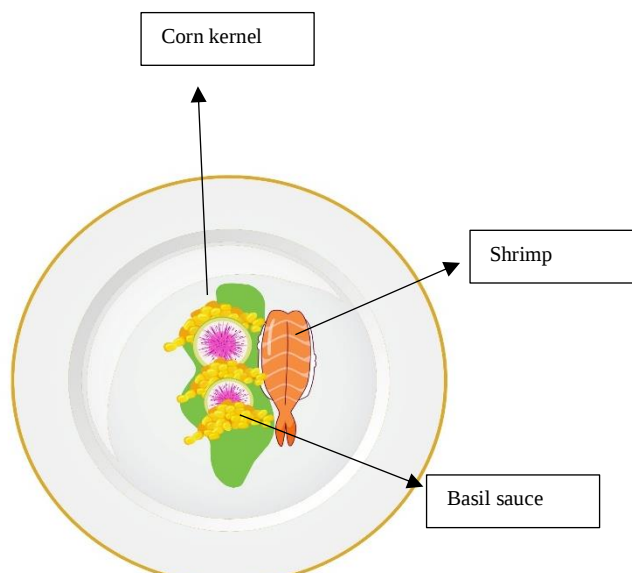
b. Cebiche Camaron

Cebiche adalah makanan khas negara Peru. Dimana makanan ini sudah menjadi makanan nasional dari masyarakat Peru sendiri. Cameron sendiri artinya adalah udang sehingga ceviche cameron diartikan adalah ceviche udang. Pembuatan Ceviche tidak menggunakan pemasakan karena bahan seafood dibiarkan matang secara alami karena terkena *acid* dari lime. (Hatlestad, Kari,2017)

Alasan penulis memilih menu ini karena makanan ini adalah makanan khas dari Peru dengan akulturasi budaya yang kuat karena sangat menggambarkan *fusion* dari negara Peru dan juga Jepang.

GAMBAR 2

Sketsa Cebiche Camaron



Gambar 2 sketsa cebiche camaron

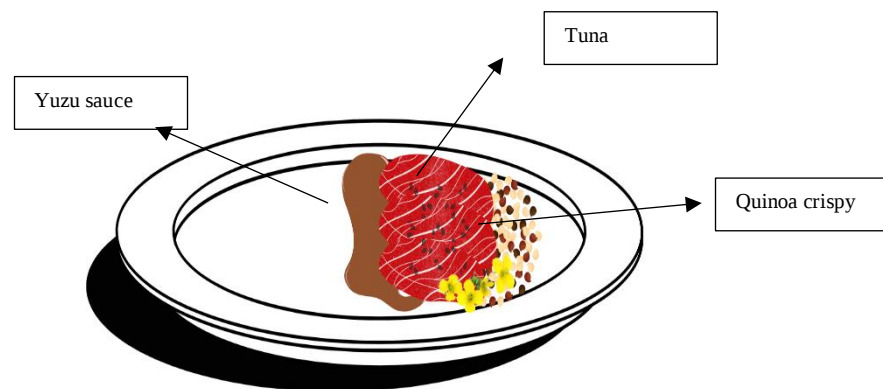
c. Tuna nikkei

Tuna nikkei hampir sama seperti ceviche namun pada menu ini terdapat pemasakan sebentar, yaitu ikan tuna di *torch* sebentar untuk memberikan warna kecoklatan diluar namun penulis menggunakan teknik memasak pan seared agar tingkat kematangan tuna tidak terlalu *rare*. Disajikan dengan yuzu sauce jepang dengan bahan pangan lokal dari negara Peru yaitu quinoa untuk menambahkan tekstur *crispy*.

Hidangan yang penulis pilih ini karena dari menu ini *fusion* dari negara Peru dan Jepang sangatlah terasa perpaduannya untuk itu penulis ingin menyajikan menu yang sangat menggambarkan nikkei *cuisine* itu sendiri.

GAMBAR 3

Sketsa Tuna Nikkei



Gambar 3 sketsa tuna nikkei

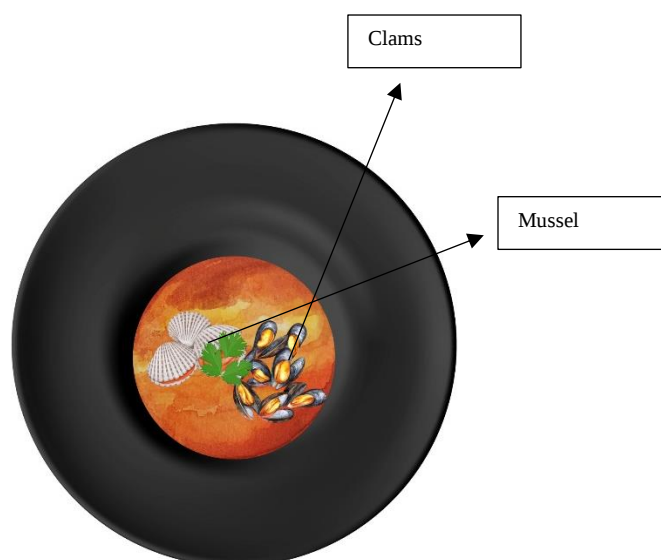
d. Parihuela

Parihuela adalah sup *seafood* pedas khas Peru, menggunakan bahan – bahan utama yaitu berbagai macam seafood dan ikan seperti kerang – kerangan dan untuk supnya sendiri dibuat dari kaldu *seafood* . Bahan – bahan tersebut menjadi nutrisi yyang utama dalam hidangan ini. (Pérez Gálvez, Jesús Claudio,2017)

Penulis memilih menu ini karena penulis ingin memperkenalkan sup seafood khas peru karena rasa sup ini sangatlah berbeda dengan sup – sup lainnya rasa dari parihuela ini sangatlah mengandalkan rasa dari bahan – bahan yang segar untuk itu penulis ingin mempresentasikan menu ini.

GAMBAR 4

Sketsa Parihuela



Gambar 4 sketsa parihuela

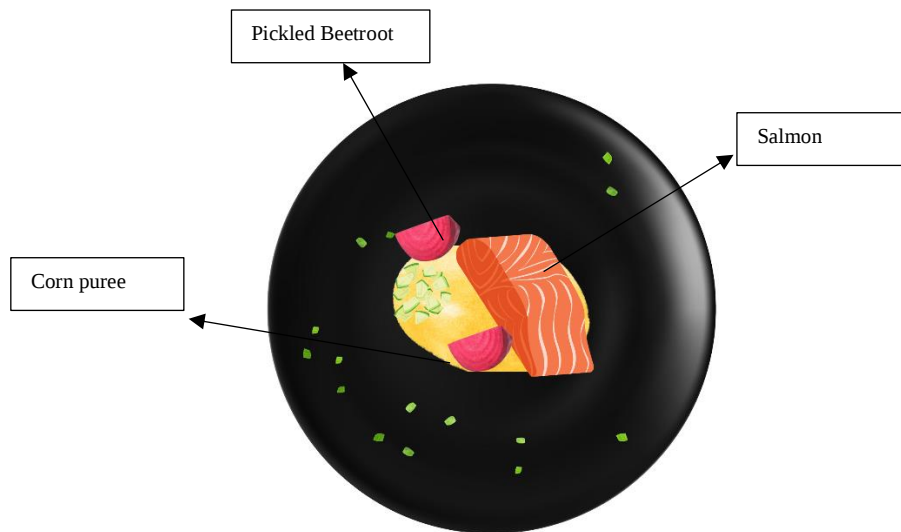
e. Salmon Miso

Menggunakan bahan utama yaitu salmon yang di *marinate* dengan miso, madu, dan soyu lalu disajikan dengan *corn puree* dan *pickled beetroot* sehingga menambah rasa asam dan penulis menambahkan sauted zucchini sebagai *side dishes*. (Nobu Book, 2017)

Alasan penulis memilih ini karena penulis ingin menghadirkan menu yang berbeda dimana menu ini lebih dominan dengan masakan Jepang dibandingkan Peru sehingga adanya perbedaan rasa yang penulis ingin presentasikan.

GAMBAR 5

Sketsa Salmon Miso



Gambar 5 sketsa salmon miso

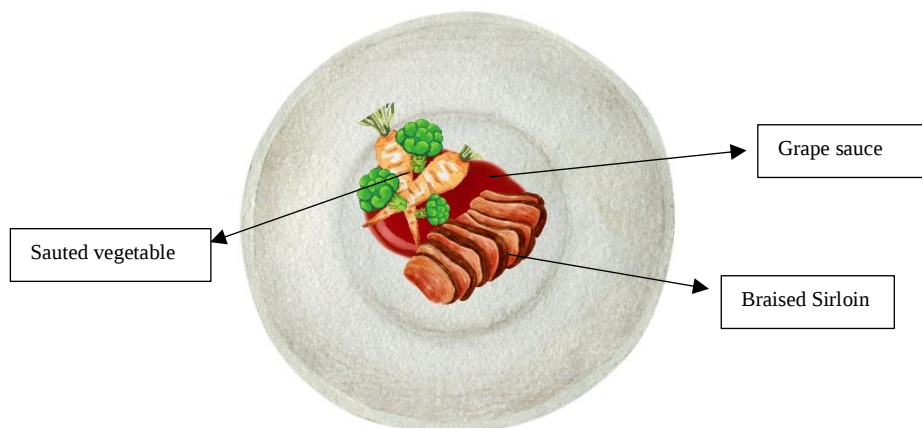
f. Asado

Asado adalah makanan rumahan khas masyarakat Peru. Makanan ini terbuat dari short rib yang dimasak sangat lama dengan red wine dan jamur kering lalu di diamkan semalaman agar bumbu meresap kedalam.

Penulis memilih menu ini karena penulis juga ingin mengangkat budaya menu makanan yang masyarakat peru sering konsumsi di rumah karena dari beberapa menu merupakan makanan yang biasanya identik di restaurant.

GAMBAR 6

Sketsa Asado



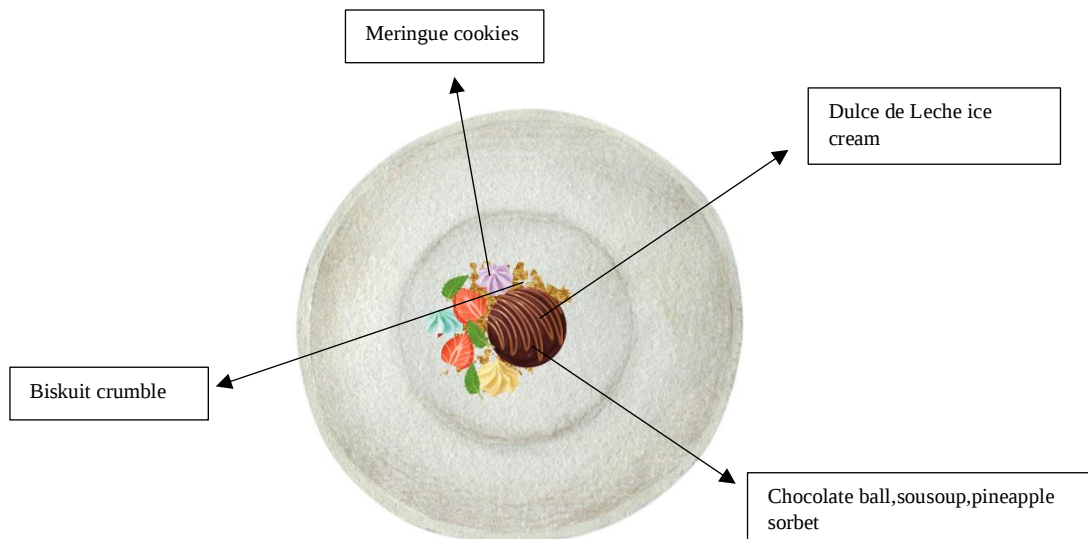
Gambar 6 sketsa asado

g. Merengado

Makanan penutup yang menggunakan buah khas peru yaitu chirimoya namun penulis menggantinya dengan sirsak karena ketersediaan bahan yang lebih banyak, Memiliki rasa asam lalu disajikan dengan crumble untuk menambah tekstur membuat serta untuk rasa manis disajikan dengan *dulce de leche*

GAMBAR 7

Sketsa Merengado



Gambar 7 sketsa merengado

h. Chicha Morada

Chicha morada adalah minuman non alcohol yang berasal daerah Pegunungan Andes, Peru dan sudah ada sejak peradaban Inca. Minuman ini sangat digemari oleh masyarakat Peru karena minuman ini adalah minuman pengganti soda. Dibuat dari jagung ungu yang direbus dengan nanas lalu ditambah dengan cengkeh, kayu manis dan gula dan ditambahkan jeruk nipis

Minuman ini adalah minuman yang sehat dan juga menggunakan bahan baku yang lumayan unik yang digunakan sebagai bahan untuk membuat minuman yaitu jagung dan juga merupakan salah satu minuman kegemaran masyarakat Peru untuk itu penulis memilih minuman ini untuk dipresentasikan.

GAMBAR 8

Sketsa Chica Morada



Gambar 8 sketsa chica morada

1.3.4 Usulan Resep

Resep – resep yang penulis gunakan di dalam penelitian bersumber dari *Chef Diana selaku Head Chef Henshin Restaurant, Chef Sugi selaku Souschef cold kitchen, Chef Okta selaku CDP hot kitchen, Chef Ayu selaku commis chef dessert*, tempat penulis melakukan kegiatan Praktik Kerja Nyata di Hotel The Westin Jakarta yaitu Henshin Restaurant yang beralamat di Jl. H. R. Rasuna Said No.Kav.C-22A, RT.2/RW.5, Karet Kuningan, Kecamatan Setiabudi, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta.

TABEL 1.1
LAS PAPAS
(*Potato Pave*)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 5 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Kentang Garam Lada <i>Butter</i> Minyak	15 gr 2 gr 2 gr 10 gr 50 ml	Mise en Place Lelehkan
2	Mandoline	Kentang	15 gr	Hingga menjadi tipis Rendam kentang di air
3	Lelehkan	<i>Butter</i>	10 gr	Hingga mencair
4	Menyusun	Kentang Garam Lada <i>Butter</i>	15 gr 2 gr 2 gr 10 gr	Susun lalu oles dengan butter beri garam dan pepper hingga membentuk layer
5	Panggang	Layer kentang		Selama kurang lebih 40 menit dinginkan di dalam kulkas selama 20 menit
6	Potong	Layer kentang		Berbentuk persegi
7	Goreng	Minyak goreng	50 ml	Hingga berwarna kecoklatan

Sumber : (Hesnhin Restaurant, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 1.2
LAS PAPAS
(*Baby Potato*)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 5 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	<i>Baby Potato</i> Garam Air	15 gr 2 gr 200 ml	Mise en Place
2	Didihkan	Air Garam	200 ml 5 gr	
3	Masukkan	<i>Baby Potato</i>	15 gr	Rebus hingga matang
4	Bakar	<i>Baby Potato</i>	15 gr	Hingga permukaan kentangnya berubah warna

Sumber : (Chef Ayu, Olahan Data Penulis,2024)

TABEL 1.3
LAS PAPAS
(*Potato Duches*)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 5 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	<i>Potato flakes</i> Garam Lada Air	15 gr 2 gr 1 gr 15 gr	Mise en Place
2	Masukan	<i>Potato flakes</i>	15 gr	Aduk hingga rata
3	Tambahkan	Garam Lada	2 gr 1 gr	Lalu pindahkan ke dalam <i>pipping bag</i>

Sumber : (Chef Ari, *Olahan Data Penulis*, 2024)

TABEL 2.1
Cebiche Camaron
(Tigers Milk)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 10 ml

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Jeruk nipis Bawang putih Bawang bombay Batang seledri Paprika	100 ml 2 gr 2 gr 2 gr 2 gr	Mise en Place Juice
2	Haluskan	Jeruk nipis Bawang putih Bawang bombay Batang seledri Paprika	100 ml 2 gr 2 gr 2 gr 5 gr	Juicinya saja, Haluskan semua bahan dengan <i>blender</i>

Sumber : (Chef sugi , Olahan Data Penulis,2024)

TABEL 2.2
Cebiche Camaron
(Basil Sauce)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 10 ml

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Basil Bawang putih Bawang bombay Paprika Olive oil	30 gr 2 gr 2 gr 3 gr 10 ml	Mise en Place
2	Haluskan	Basil Bawang putih Bawang bombay Paprika Olive oil	30 gr 2 gr 2 gr 3 gr 10 ml	Hingga halus

Sumber : (Chef Sugi , Olahan Data Penulis, 2024

TABEL 2.3
(Cebiche Camaron)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 50 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Udang Basil sauce Tigers milk <i>Corn kernel</i> Air Garam	150 gr 60 ml 10 ml 30 gr 150 ml 5 gr	Mise en Place
2	Kupas	Udang	150 gr	Bersihkan
3	Didihkan Blanch	Air Udang	150 ml 150 gr	Hingga setengah matang
4	Campur Tambahkan	Basil sauce Tigers milk Garam Udang	60 ml 10 ml 5 gr	Aduk hingga merata
5	Toarch	Corn kernel	30 gr	Hingga ada warna seperti gosong
6	Sajikan	Seluruh komponen		

Sumber : (Chef Sugi, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 3.1**Tuna Nikkei****(Yuzu Sauce)**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 20 ml

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Yuzu <i>juice</i> Kecap Asin Minyak Wijen Air Xanthan gum	50 ml 50 ml 10 ml 80 ml 10 gr	Mise en Place
2	Campur	Yuzu <i>juice</i> Tamari Air Xanthan gum	50 50 ml 80 ml 10 gr	
3	Tambahkan	Minyak wijen	10 ml	

Sumber : (Chef Najib, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 3.2**Tuna Nikkei****(Quinoa Crispy)**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 80 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Quinoa Air Minyak	50 gr 100 ml 10 ml	Mise en Place
2	Didihkan Masukkan	Air Quinoa	300 ml 50 gr	Masak hingga quinoa matang
3	Saring	Quinoa	50 gr	Yang sudah matang dan dinginkan
4	Goreng	Quinoa	50 gr	Hingga crispy
5	Tambahkan	Minyak	10 ml	Oven kembali selama 10 menit hingga bewarna coklat keemasan

Sumber : (Chef Najib, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 3.3**Tuna Nikkei**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 80 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Tuna Yuzu sauce Quinoa crispy	240 gr 60 ml 10 gr	Mise en Place
2	Campurkan	Tuna Yuzu sauce	240 gr 60 ml	
3	Sajikan semua bahan			

Sumber : (Chef Najib, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 4.1**Parihuela**

Halaman : 2

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 100 ml

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Kerang kepah Kerang hijau Minyak Bawang putih Paprika Bawang bombay Jahe Garam Lada Jinten Bay leaf Kulit udang	300 gr 200 gr 10 ml 20 gr 50 gr 80 gr 10 gr 10 gr 5 gr 3 gr 3 gr 15 gr	Mise en Place Cuci bersih Potong <i>dice</i> Parut
2	Rebus	Kulit udang Air	15 gr	
5	Panaskan	Minyak	10 ml	
6	Masukkan	Bawang putih Bawang bombay Jahe Jinten Paprika	20 gr 80 gr 10 gr 3 gr 50 gr	Masak hingga bawang bombay transparan
7	Masukkan	Stock Seafood Kerang hijau Kerang kepah Bay leaf Garam Lada	30 ml 200 gr 300 gr 3 gr 10 gr 5	Masak hingga mendidih
8	Sajikan			

Sumber : (Chef Okta, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 5.1**Salmon Miso****(*Corn Puree*)**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 10 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	<i>Potato flakes</i> <i>Corn Kernel</i> Susu <i>Cream</i> Garam Lada	10 gr 80 gr 50 ml 10 ml 10 gr 10 gr	Mise en Place
2	Rebus	Jagung Susu	80 gr 50 ml	Hingga matang
3	Haluskam	Jagung	80 gr	Hingga halus lalu saring
4	Hangatkan	Jagung	800 gr	Jangan sampai mendidih
5	Tambahkan	<i>Potato flakes</i> <i>Cream</i>	10 gr 10 ml	Sedikit demi sedikit sambil di aduk
6	Bumbui	Garam Lada	10 gr 10 gr	

Sumber : (Chef Diana, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 5.2**Salmon Miso****(*Beetroot Pickled*)**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 5 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Beetroot <i>Orange syrup</i> Gula Air	15 gr 10 ml 10 gr 100 ml	Mise en place
2	Potong	Beetroot	15 gr	Wedges
3	Campurkan	<i>Orange syrup</i> Air Gula	10 ml 100 ml 10 gr	Hingga gula laut
4	Tambahkan	Beetroot	15 gr	Rebus hingga 1 jam

Sumber : (Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 5.3**Salmon Miso**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 100 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Salmon Miso Madu Kecap asin	300 gr 50 gr 60 ml 10 ml	Mise en Place
2	Campurkan	Miso Madu Kecap asin	50 gr 60 ml 10 ml	Hingga merata
3	Marinated	Salmon	300 gr	Selama 45 menit
4	Panggang	Salmon	300 gr	Panggang dengan oven selamat 45 menit 180 derajat celcius
5	Sajikan dengan corn puree dan beetroot pickled			

Sumber : (Chef Diana, Olahan Data Penulis, 2024)

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
6	Masukan	Sirloin	450 gr	Yang sudah di pan sear, masak dengan api kecil selama 1 jam
7	Keluarkan	Sirloin	450 gr	Potong slice tipis
8	Saring	Bawang bombay Bawang putih	60 gr 10 gr	Yang sudah di saring ke dalam saucepan
9	Masukan	Kaldu		
10	Tambahkan	Juice Anggur Air Lada Kecap asin Sirloin	150 ml 300 ml 10 gr 50 ml 450 gr	Yang sudah di potong menjadi slice tipis

Sumber : (Olahan Data Penulis,2024)

TABEL 6.2
Asado
(Sautee Vegetable)

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 30 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Panas

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Baby carrot Baby Corn Paprika Brokoli Minyak goreng Garam Lada	90 gr 30 gr 10 gr 30 gr 5 ml 2 gr 2 gr	Mise en Place Chunk Chunk Chunk
2	Rebus	Baby carrot Baby Corn Brokoli	90 gr 30 gr 10 ml	Rebus hingga setengah matang
3	Panaskan Masukkan	Minyak Baby carrot Baby corn Brokoli Paprika Garam lada	5 ml 90 gr 30 gr 10 gr 30 gr 2 gr 2 gr	

(Sumber : Olahan Penulis, 2024)

TABEL 7.1**Merengado****(Meringue)**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 5 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Putih telur Gula halus Vanila extract Pewarna makanan	120 gr 140 gr 5 ml 3 ml	Mise en Place
2	Kocok	Putih telur	2 butir	Hingga mengembang dan berwarna puith
3	Tambahkan	Vanilla extract Gula halus	5 ml 140 gr	Kocok adonan hingga kaku (<i>hard peak</i>)
4	Tambahkan	Pewarna makanan	3 ml	
5	Masukkan	Adonan		Pipping bag lalu oven 45 menit suhu 120 derjat

Sumber : (Cookpad, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 7.2**Merengado****(Pineapple Sorbet)**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 20 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Nanas Gula Lemon	60 gr 50 gr 1 pcs	Mise en Place Kupas lalu potong cube Peras
2	Haluskan	Nanas gula lemon	60 gr 50 gr	Menggunakan blender hingga halus lalu masukan ke dalam freezer selama 1 jam

Sumber : (Cookpad, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 7.3**Merengado**

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 80 gr

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Biskuit Susu kental manis Sirsak Pineapple sorbet Meringue cookies	100 gr 50 ml 150 gr 90 gr 30 gr 5 gr	Mise en Place Hancurkan
2	Rebus	Susu kental manis	50 ml	Selama 3 jam
3	Sajikan semua komponen			

Sumber : (Chef Diana, Olahan Data Penulis, 2024)

TABEL 8.1
Chica Morada

Halaman : 1

Jumlah Porsi : 3

Tanggal : Maret 2024

Berat / Porsi : 125 ml

Lokasi : The Westin Jakarta

Suhu Penyajian : Dingin

NO	METODE	BAHAN	JUMLAH	KETERANGAN
1	Persiapan	Jagung ungu Nanas Apel Cengkeh Kayu manis Jeruk nipis Gula Air	150 gr 100 gr 80 gr 2 gr 5 gr 50 gr 100 gr 375 ml	Mise en Place Peras
2	Kupas	Nanas	100 gr	Menggunakan kulitnya
3	Potong	Apel	80 gr	Berbentuk wedges
4	Masukkan	Jagung ungu Nanas Apel Cengkeh Kayu manis Air	150 gr 100 gr 80 gr 1 gr 5 gr 375 ml	Rebus hingga mendidih hingga air berubah warna menjadi ungu
5	Tambahkan	Gula	100 gr	Aduk hingga gula larut lalu saring agar terpisah dengan bahan – bahan, lalu diamkan hingga dingin
6	Tambahkan	Jeruk nipis	50 gr	

Sumber : (Eatperu, Olahan Data Penulis, 2014)

1.3.5 *Food Cost, Dish Cost, dan Selling Price*

Dalam menjual sebuah menu di restoran memerlukan adanya perhitungan untuk menentukan harga jual dan untuk mengendalikan biaya. *Food cost* adalah penghitungan biaya untuk mengetahui biaya yang dikeluarkan dalam kepentingan produksi. Setelah *food cost* ada yang dinamakan *dish cost*. *Dish cost* adalah harga untum setiap porsinya dan yang terakhir *selling price* atau yang diartikan sebagai harga jual setelah melakukan perhitungan melalui *food cost, dish cost* akan memunculkan harga jual dari setiap makanannya. Adapun harga jual set menu dari hotel The Westin Jakarta yang penulis gunakan untuk membandingkan dengan harga jual yang penulis hitung. (unileverfoodsolutions, 2020)

Cara untuk menghitung *recipe costing, dish cost, food cost, selling price* adalah sebagai berikut (unileverfoodsolutions, 2020) :

Recipe Cost = Total Bahan yang di pakai x harga

Dish Cost = *Recipe* / Jumlah Porsi

Food Cost = Presentase *food cost*

Selling Price = (food cost + labour cost + overhead cost) + profit

Adapun tabel perhitungan standar resep menu Presentasi Menu Nikkei Cuisine Di Hotel The Westin Jakarta menyesuaikan dengan harga yang ada di online market dan pasar

TABEL 9
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Las Papas

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Baby potato	0,1	kg	Rp 25.000,00	Rp 2,500
3	Garam	0,02	kg	Rp 16.000,00	Rp 0,320
4	Kentang	0,2	kg	Rp 34.965,00	Rp 6,993
5	Lada	0,02	kg	Rp 80.000,00	Rp 1,600
6	Minyak	0,2	ltr	Rp 16.000,00	Rp 3,200
7	Potato flakes	0,03	kg	Rp 110.000,00	Rp 3,300
<i>Recipe Costing</i>					Rp 17,913
<i>Dish Costing</i>					Rp 5,971
<i>Food Cost</i>					20%
<i>Selling Price</i>					Rp 29,855

(Sumber : Olahan Penulis, 2024)

TABEL 10
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Cebiche Camaron

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Basil	0,03	kg	Rp 89.910,00	Rp 2,697
2	Bawang bombay	0,004	kg	Rp 43.956,00	Rp 0,176
3	Bawang putih	0,004	kg	Rp 42.180,00	Rp 0,169
4	<i>Corn kernel</i>	0,03	kg	Rp 20.000,00	Rp 0,600
6	Garam	0,01	kg	Rp 16.000,00	Rp 0,160
7	Jeruk nipis	0,1	Ml	Rp 20.000,00	Rp 2,000
8	<i>Olive oil</i>	0,01	Ml	Rp 250.000,00	Rp 2,500
9	Paprika	0,008	kg	Rp 50.000,00	Rp 0,400
10	Seledri	0,002	kg	Rp 33.000,00	Rp 0,066
11	Udang	0,15	kg	Rp 140.000,00	Rp 21,000
<i>Recipe Costing</i>					Rp 29,768
<i>Dish Costing</i>					Rp 9,923
<i>Food Cost</i>					25%
<i>Selling price</i>					Rp 83,082

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

TABEL 11
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Tuna Nikkei

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Minyak goreng	0,01	Ltr	Rp 16.000,00	Rp 0,160
2	Minyak wijen	0,01	Ltr	Rp 50.000,00	Rp 0,500
3	Quinoa	0,1	Kg	Rp 90.000,00	Rp 9,000
4	Kecap asin	0,05	Ltr	Rp 80.000,00	Rp 4,000
5	Tuna	0,3	Kg	Rp 200.000,00	Rp 60,000
6	Xanthan gum	0,01	Kg	Rp 95.000,00	Rp 0,950
7	Yuzu juice	0,05	Ltr	Rp 500.000,00	Rp 25,000
<i>Recipe Costing</i>					Rp 99,610
<i>Dish Costing</i>					Rp 33,203
<i>Food Cost</i>					30%
<i>Selling price</i>					Rp 110,678

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

TABEL 12
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Parihuela

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Bawang bombay	0,08	Kg	Rp 43.956,00	Rp 3,516
2	Bawang putih	0,02	Kg	Rp 42.180,00	Rp 0,844
3	Bay leaf	0,003	Kg	Rp 100.000,00	Rp 0,300
4	Garam	0,01	Kg	Rp 16.000,00	Rp 0,160
5	Jahe	0,01	Kg	Rp 42.180,00	Rp 0,422
6	Jinten	0,003	Kg	Rp 50.000,00	Rp 0,150
7	Kerang hijau	0,2	Kg	Rp 30.000,00	Rp 6,000
8	Lada	0,005	Kg	Rp 80.000,00	Rp 0,400
9	Minyak	0,01	Ltr	Rp 16.000,00	Rp 0,160
10	clams	0,3	kg	Rp 400.000,00	Rp 120,000
11	Paprika	0,05	Kg	Rp 50.000,00	Rp 2,500
<i>Recipe Costing</i>					Rp 134,452
<i>Dish Costing</i>					Rp 44,817
<i>Food Cost</i>					30%
<i>Selling price</i>					Rp 149,391

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

TABEL 13
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Salmon Miso

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Beetroot	0,015	Kg	Rp 30.000,00	Rp 0,450
2	Cream	0,05	Ltr	Rp 85.000,00	Rp 4,250
3	Garam	0,01	Kg	Rp 16.000,00	Rp 0,160
4	Gula	0,01	kg	Rp 20.000,00	Rp 0,200
5	<i>Corn Kernel</i>	0,08	kg	Rp 16.960,00	Rp 1,357
6	Kecap asin	0,01	ltr	Rp 80.000,00	Rp 0,800
7	Lada	0,01	kg	Rp 80.000,00	Rp 0,800
8	Madu	0,06	ltr	Rp 200.000,00	Rp 12,000
9	Miso	0,05	kg	Rp 90.000,00	Rp 4,500
10	Orange syrup	0,01	ltr	Rp 80.000,00	Rp 0,800
11	Potato flakes	0,01	kg	Rp 110.000,00	Rp 1,100
12	Salmon	0,3	kg	Rp 250.000,00	Rp 75,000
13	Susu	0,1	ltr	Rp 20.000,00	Rp 2,000
<i>Recipe Costing</i>					Rp 103,417
<i>Dish Costing</i>					Rp 34,472
<i>Food Cost</i>					30%
<i>Selling Price</i>					Rp 114,908

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

TABEL 14
Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Asado

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Baby Carrot	0,09	Kg	Rp 50.000,00	Rp 4,500
2	Bawang bombay	0,06	Kg	Rp 43.956,00	Rp 2,637
3	Bawang putih	0,01	Kg	Rp 42.180,00	Rp 0,422
4	Cream	0,05	Ltr	Rp 85.000,00	Rp 4,250
5	Garam	0,01	Kg	Rp 16.000,00	Rp 0,160
6	Brokoli	0,03	Kg	Rp 35.000,00	Rp 1,050
7	Kecap asin	0,1	Ltr	Rp 80.000,00	Rp 8,000
8	Lada	0,01	Kg	Rp 80.000,00	Rp 0,800
9	paprika	0,01	Kg	Rp 50.000,00	Rp 0,500
10	Minyak goreng	0,01	Ltr	Rp 16.000,00	Rp 0,160
11	Potato flakes	0,2	Kg	Rp 110.000,00	Rp 22,000
12	cranberry juice	0,3	kg	Rp 30.800,00	Rp 9,240
13	Sirloin	0,35	Kg	Rp 120.000,00	Rp 42,000
14	Susu	0,3	Kg	Rp 20.000,00	Rp 6,000
15	Baby corn	0,03	Kg	Rp 60.000,00	Rp 1,800
<i>Recipe Costing</i>					Rp 103,519
<i>Dish Costing</i>					Rp 34,506
<i>Food Cost</i>					30%
<i>Selling Price</i>					Rp 115,021

(Sumber : Olahan Penulis, 2024)

TABEL 15
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Merengado

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Biskuit regal	0,1	pack/230gr	Rp 24.000,00	Rp 10.434
2	Gula halus	0,14	kg	Rp 20.000,00	Rp 2,800
3	Gula pasir	0,1	kg	Rp 20.000,00	Rp 2,000
4	Lemon	0,01	kg	Rp 15.000,00	Rp 150
5	Nanas	0,5	kg	Rp 15.000,00	Rp 7,500
6	Pewarna makanan	0,003	btl/60ml	Rp 20.000,00	Rp 1.000
7	Putih telur	0,12	kg	Rp 30.000,00	Rp 3,600
8	Sirsak	0,08	kg	Rp 20.000,00	Rp 1,600
9	Susu kental manis	0,01	can/370gr	Rp 12.000,00	Rp 324
10	Vanila essence	0,005	kg	Rp 563.000,00	Rp 2,815
<i>Recipe Costing</i>					Rp 11.779,57
<i>Dish Costing</i>					Rp 3.926,52
<i>Food Cost</i>					10%
<i>Selling price</i>					Rp 39.265

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

TABEL 16
Recipe Cost, Dish Cost, Food Cost, Selling Price
Chica Morada

No	Nama	Jumlah	Satuan	Harga	Total Harga
1	Apel	0,08	Kg	Rp 37.000,00	Rp 2,960
2	Cengkeh	0,002	Kg	Rp 632.700,00	Rp 1,265
3	Gula pasir	0,1	Kg	Rp 20.000,00	Rp 2,000
4	Jagung ungu	0,15	Kg	Rp 33.000,00	Rp 4,950
5	Jeruk nipis	0,05	Kg	Rp 20.000,00	Rp 1,000
6	Kayu manis	0,005	Kg	Rp 195.000,00	Rp 975
7	Nanas	0,1	Kg	Rp 15.000,00	Rp 1,500
<i>Recipe Costing</i>					Rp 14,650
<i>Dish Costing</i>					Rp 4,883
<i>Food Cost</i>					10%
<i>Selling Price</i>					Rp 48,835

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

Tabel 17
Selling Price satu set menu

NO	NAMA ITEM	PORTION	Selling Price
1	Las papas	1	Rp 31.466
2	Cebiche Camaron	1	Rp 83.082
3	Tuna nikkei	1	Rp 110,678
4	Parihuela	1	Rp 149.391
5	Salmon miso	1	Rp 114.908
6	Asado	1	Rp 115.021
7	Merengado	1	Rp 39.265
8	Chica Morada	1	Rp 48,835
<i>Set Menu Selling Price</i>			Rp 630.072
<i>Rounding</i>			Rp 700.000,00

(Sumber : Olahan Penulis,2024)

1.3.6 Perbandingan Harga

Harga jual 1 set menu Restoran The Westin Jakarta sebesar Rp.999.000 tidak termasuk beverage sedangkan harga jual set menu yang penulis buat seharga Rp.700.000.

Perbandingan harga tersebut dipengaruhi oleh faktir faktor seperti servis dan taxx yang di tentukan oleh hotel lalu harga supplier yang cenderung lebih mahal dibandingkan harga di pasaran

Karena faktor – faktor tersebut harga jual yang penulis tentukan akan lebihh murah dibandingkan harga jual di hotel. Namun tidak menurunkan kualitas serta penyajian dari makanan tersebut.

1.3.7 Daftar Nilai Gizi

Ilmu gizi adalah ilmu yang mempelajari tentang makanan dan hubungannya dengan kesehatan tubuh. Menurut WHO, nutrisi adalah ilmu yang mempelajari proses-proses yang terjadi pada organisme hidup. Proses ini melibatkan pengolahan nutrisi yang

diperoleh dari makanan untuk pertumbuhan, produksi energi, dan pemeliharaan jaringan.
(KEMENKES, 2022)

Gizi adalah penentu kualitas seseorang dengan makanan yang dikonsumsi sehari – hari yang harus mengandung gizi yang dibutuhkan. Zat gizi yang sangat berperan penting seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, air. Untuk itu penulis mengetahui bahwa betapa pentingnya gizi yang ada pada setiap makanan yang penulis sajikan untuk itu penulis menuliskan zat gizi yang terkandung pada setiap sajian menu yang diajukan. Dalam penulisannya penulis menggunakan sumber table dari fatsecret.com dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 18
Kandungan Gizi
Las Papas

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Baby potato	100	gr	70	0,1	15,71	1,68
2	Garam	20	gr	0	0	0	0
3	Kentang	200	gr	140	0,2	31,42	3,36
4	Lada	20	gr	66	0	13,2	0
5	Minyak	200	ml	1600	180	0	0
6	Potato flakes	30	gr	13,5	0	3,3	0,3
Total				1889,5	180,3	63,63	5,34

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 19
Kandungan Gizi
Cebiche Camaron

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Basil	100	gr	23	0,6	2,7	3,2
2	Bawang bombay	4	gr	1,68	0,0032	0,4	0,03
3	Bawang putih	4	gr	1,68	0,0032	0,4	0,03
4	<i>Corn kernel</i>	100	gr	70	1	14	3
5	Daun ketumbar	5	gr	1,15	0,026	0,1835	0,1065
6	Garam	10	gr	0	0	0	0
7	Jeruk nipis	300	gr	75	0	25,89	1,14
8	<i>Olive oil</i>	10	ml	90	10	0	0
9	Paprika	5	gr	1	0,0085	0,232	0,043
10	Seledri	2	gr	0,28	0,0034	0,0594	0,0138
11	Udang	300	gr	414	6,78	3,57	79,5
Total				677,79	18,4243	47,4349	87,0633

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 20
Kandungan Gizi
Tuna Nikkei

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Minyak goreng	10	ml	80	9	0	0
2	Minyak wijen	10	ml	130	15	0	0
3	Quinoa	100	gr	374	5,8	68,9	13,1
4	Tamari	50	ml	750	0	200	50
5	Tuna	300	gr	108	0,95	0	23,38
6	Xanthan gum	10	gr	0	0	0	0
7	Yuzu juice	50	ml	26,5	0,15	6,65	0,4
Total				1468,5	30,9	275,55	86,88

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 21
Kandungan Gizi
Parihuela

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Bawang bombay	80	gr	33,6	0,064	8,088	0,736
2	Bawang putih	20	gr	8,4	0,016	2,022	0,184
3	Bay leaf	3	gr	9,39	0,2508	2,2491	0,2283
4	Garam	10	gr	0	0	0	0
5	clams						
6	Jahe	10	gr	8	0,075	1,777	0,182
7	Jinten	3	gr	11,25	0,6681	1,327	0,5343
8	Kerang hijau	200	gr	176	1,52	4,72	33,56
9	Lada	5	gr	0,5	0	0,1	0
10	Minyak	10	ml	80	9	0	0
11	Paprika	50	gr	10	0,085	2,32	0,43
Total				337,14	11,6789	22,6031	35,8546

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 22
Kandungan Gizi
Salmon Miso

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Beetroot	200	gr	86	0,34	19,12	3,22
2	Cream	50	gr	69	5,055	5,77	0,505
3	Garam	10	gr	0	0	0	0
4	Gula	30	gr	113,1	0	29,19	0
5	Jagung	300	gr	258	3,54	57,06	9,66
6	Kecap asin	10	ml	15	0	4	1
7	Lada	10	gr	1	0	0,2	0
8	Madu	60	ml	210	0	24	0
9	Miso	50	gr	99,5	3,005	13,23	5,845
10	Orange syrup	50	ml	16	0	5,5	0
11	Potato flakes	30	gr	13,5	0	3,3	0,3
12	Salmon	300	gr	513	22,68	1,47	71,91
13	Susu	100	ml	62	3,35	4,66	3,32
Total				1456,1	37,97	167,5	95,76

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 23
Kandungan Gizi
Asado

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Asparagus	50	gr	10	0,06	1,94	1,1
2	Bawang bombay	60	gr	25,2	0,048	6,066	0,552
3	Bawang putih	10	gr	4,2	0,008	1,011	0,092
4	Cengkeh	5	gr	0	0,65	3,275	2,798
5	Cream	50	gr	69	5,055	5,77	2,02
6	Garam	10	gr	0	0	0	0
7	Jamur shitake	50	gr	11	0,17	1,69	1,545
8	Kecap asin	100	ml	1500	0	400	100
9	Lada	10	gr	1	0	0,2	0
10	Lnp	10	ml	3,38	0,031	0,739	0,028
11	Minyak	10	ml	80	9	0	0
12	Potato flakes	200	gr	90	0	22	2
13	Red wine	150	ml	16,57	0	0,544	0,013
14	Short rib	350	gr	1008	202,62	0	222,99
15	Susu	300	ml	186	10,05	13,98	9,96
16	Tomat	100	gr	18	0,2	3,92	0,88
Total				3022,35	227,892	461,135	343,978

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 24
Kandungan Gizi
Merengado

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Biskuit regal	125	gr	50	1,5	9	1
2	Gula halus	140	gr	5,446	0,14	149,4	0
3	Gula pasir	100	gr	377	0	97,33	0
4	Lemon	10	gr	17	0,17	5,41	0,64
5	Nanas	500	gr	240	0,6	63,15	2,7
6	Pewarna makanan	3	ml	0	0	0	0
7	Putih telur	120	gr	62,4	0,204	1,022	15,26
8	Sirsak	80	gr	52,8	0,24	13,472	0,8
9	Susu kental manis	10	gr	32,5	1	5,75	0,25
10	Vanila essence	5	gr	14,4	0,003	0,6325	0,003
Total				851,546	3,857	345,1665	20,653

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 25
Kandungan Gizi
Chica Morada

No	Nama	Jumlah	Satuan	Kalori	Lemak	Karbo	Protein
1	Apel	80	gr	41,6	0,136	11,048	0,208
2	Cengkeh	2	gr	0	0,26	1,31	1,1194
3	Gula pasir	100	gr	377	0	97,33	0
4	Jagung ungu	150	gr	279	0	59,76	12,15
5	Jeruk nipis	50	gr	15	0,1	5,27	0,35
6	Kayu manis	5	gr	13,05	0,1595	3,9925	0,1945
7	Nanas	100	gr	48	0,12	12,63	0,54
Total				773,65	0,7755	191,3405	14,5619

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,2024)

Tabel 26
Total Kandungan Gizi

No	Nama	Kalori (Kkal)	Lemak (gr)	Karbo (gr)	Protein (gr)
1	Las papas	2166,5	202,29	71	16,61
2	Cebiche Camaron	677,79	18,4243	47,4349	87,0633
3	Tuna nikkei	1468,5	30,9	275,55	86,88
4	Parihuela	970,14	44,1989	47,3531	93,4546
5	Salmon miso	1456,1	37,97	167,5	95,76
6	Asado	3022,35	227,892	461,135	343,978
7	Merengado	851,546	3,857	345,1665	20,653
8	Chica Morada	773,65	0,7755	191,3405	14,5619

(Sumber : fatsecret.com dan Olahan Penulis,20