

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia memiliki keberagaman budaya dan kuliner yang sangat bervariasi dan luas. Dimana biasanya budaya ini tercermin lewat masakan tradisional di setiap daerah. Ada salah satu daerah yang memiliki kekayaan kuliner unik tetapi belum dikenal ditingkat nasional, yaitu Bangka Belitung. Bangka terkenal dengan hidangan tradisional yang cenderung ke arah seafood yang dikarenakan daerah tersebut berada di dekat tepi Pantai. Dan dalam salah satu kuliner itupun muncul lah hidangan seperti “Lempah Kuning” dan “Kepiting Asam Manis”. Kedua hidangan tersebut memanfaatkan bahan – bahan segar dari laut serta rempah khas daerah yang menciptakan rasa yang unik dan autentik.

Potensi kuliner Bangka Belitung sangatlah besar, sayangnya terkanalnya kuliner Bangka ini di luar masihlah terbatas. Yang dikarenakan masih banyak Masyarakat Indonesia lebih akrab dengan masakan dari daerah – daerah seperti Jawa, Bali, dan Sumater Barat, Sementara kuliner dari bangka inilah belum mendapat eksposur yang cukup di mata Masyarakat Indonesia. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya promosi dari kuliner daerah tersebut dalam industri kuliner nasional. “Dalam 5 tahun terakhir, pemerintah Indonesia memberikan dukungan yang besar terhadap pengembangan wisata kuliner sebagai salah satu sektor wisata minat khusus yang dipromosikan secara luas ke pasar internasional” seperti yang dikatakan oleh (Serli ,W, 2019). Maka dengan ini harusnya ada dorongan kuliner Bangka Belitung untuk menjadi salah satu pengembangan wisata kuliner.

Meskipun makanan bangka Belitung menggunakan bahan halal yang sesuai dengan mayoritas konsumen di Indonesia, tetap masih belum dianggap sebagai bagian utama dari kuliner nasional. Namun dapat dipahami bahwa kejadian ini bisa menjadi peluang untuk mengeksplorasi dan mengembangkan kuliner Khas Bangka Belitung agar dapat diterima oleh Masyarakat umum Indonesia, dan semoga dikenal sebagai bagian dari identitas kuliner di Indonesia.

Dorongan penulis dalam mengangkat judul ini karena persentase besar oleh faktor personal, yaitu Dimana ikatan emosional dengan ibu dan keluarga penulis yang aslinya berasal dari daerah yang di penuhi Pantai indah ini yaitu, Bangka Belitung, dan berbagai hidangan seperti “Lempah Kuning” – Sup ikan dengan kuah kuning kunyit, dan “Kepiting Asam Manis” – Hidangan laut dengan perpaduan rasa manis dan asam merupakan bagian penting dari warisan budaya keluarga. “Hasil survei menunjukkan bahwa pengalaman mengonsumsi masakan lokal memungkinkan wisatawan menciptakan kenangan positif dan tak terlupakan, dan kenangan positif tersebut semakin meningkatkan identifikasi atau keterikatan kuat mereka terhadap atraksi lokal dan niat berperilaku.” (Chen – Tsang, 2016). Maka dengan itu Keterikatan emosional dengan makanan tradisional dapat menjadi faktor kunci dalam pelestarian dan pengembangan kuliner lokal.

Maka dengan itu, penulis bertujuan untuk mengeksplor dan mengembangkan hidangan bangka belitung dengan berjudul **PENGEMBANGAN SAJIAN KULINER “KEPITING ASAM MANIS” DAN “LEMPANG KUNING” DENGAN KARBO “LAKSO” DAN SAYURAN “LEMPAH DARAT KHAS BANGKA BELITUNG** , Sebagai Upaya untuk mengenalkan kuliner Bangka

Belitung di Tingkat nasional maupun internasional. Dengan menggabungkan pendekatan modern dalam pengolahan, diharapkan hidangan ini tidak hanya mempertahankan cita rasa tradisional tetapi dapat menarik minat generasi muda dan pasar global.

Melalui pendekatan metode campuran yang mencakup survei, wawancara, dan studi kasus, studi ini mengungkap bagaimana para wirausahawan menavigasi keseimbangan antara tradisi dan inovasi (Agus ,Y, 2023). Melalui inovasi dan promosi yang tepat, Kuliner Bangka Belitung berpotensi menjadi salah satu ikon kuliner Indonesia yang diakui secara luas, tidak hanya di dalam negeri tetapi juga di kancah internasional, seperti yang diusulkan oleh (Widyastuti, 2020).

1.2 Tujuan

1.2.1 Tujuan Formal

Tujuan Penulis membuat ini adalah karena salah satu syarat untuk kelulusan studi akhir program studi Diploma III Seni Kuliner di Poltekpar Pariwisata NHI Bandung.

1.2.2 Tujuan Operasional

1. Mengasah dan menguji kemampuan penulis dalam menerapkan ilmu pengolahan dan penyajian bahan pangan yang telah dipelajari selama studi di Politeknik Pariwisata NHI Bandung.
2. Memahami dan menggali resep tradisional dari menu "Kepiting Asam Manis" dan "Lempah Kuning," sekaligus memodifikasi tampilan penyajian tanpa mengubah cita rasa khas Bangka Belitung agar semakin menarik bagi konsumen.

3. Melakukan analisis *Food cost*, menentukan harga jual yang sesuai dengan konsep *Fine dining*, serta menghitung kandungan gizi dari setiap sajian yang akan dipresentasikan oleh penulis.

1.3 Usulan Produk

Dalam Tugas Akhir ini penulis sudah membuat menu produk kuliner khas Bangka Belitung, yang akan penulis kembangkan dalam konsep “*modern*”. Berikut adalah *course* yang sudah penulis pilih dengan kategori *Appetizer* dan *Main Course*. Menu yang diusulkan adalah :

“KEPITING ASAM MANIS”

(Makanan berat yang menjadi makanan pembuka menggunakan saus asam manis disajikan dengan Kepiting Lunak)

“LEMPAH KUNING”

(Ikan Kakap Putih yang dimasak dengan saus kuning, disajikan Bersama Lakso dan *puree* Lempah Darat)

1.4 Tinjauan Produk

1.4.1 Tema Masakan

Hidangan ini akan dijadikan pendekatan modern plating yang berfokus untuk bagaimana hidangan tradisional dipresentasikan menjadi estetika tinggi tanpa mengkhianati esensi cita rasa hidangan tradisional tersebut. Maka dengan demikian, tidak hanya menjaga kekayaan rasa lokal, tetapi juga menciptakan pengalaman kuliner yang menarik bagi konsumen, khususnya untuk kawala muda maupun konsumen global. Makan dengan pendekatan ini pun penulis berharap kuliner Bangka Belitung dapat dikenal secara mendatar nasional di kancah kuliner modern.

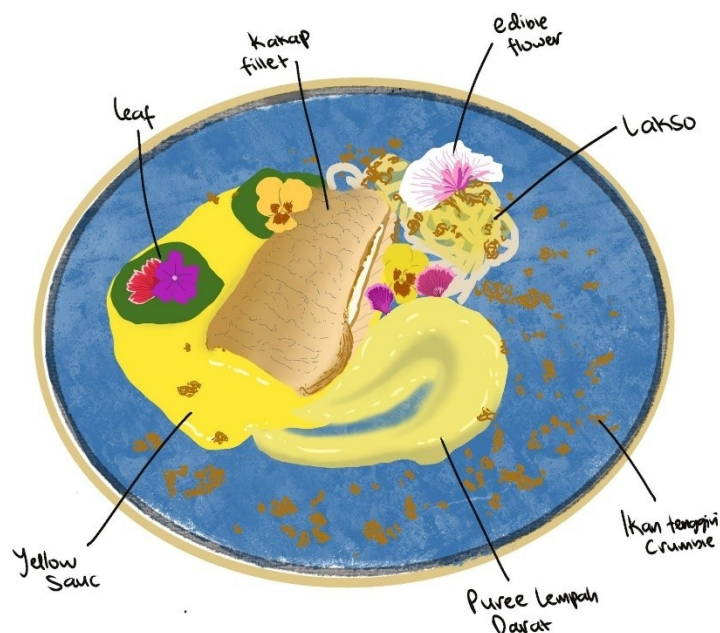
Tema modern yang telah penulis angkat ini adalah pengembangan kuliner tradisional Bangka Belitung dengan pendekatan Modern Plating atau Fusion. Tujuannya adalah untuk membawa kuliner khas daerah Bangka, Seperti “Kepiting Asam Manis” dan “Lempah Kuning”, masuk kedalam panggung kuliner nasional maupun internasional melalui ide inovasi dalam penyajian, Teknik memasak, dan penggunaan bahan tambahan yang berkaitan dengan selera umum pada saat ini.

1.4.2 Jenis Makanan

1. Lempah Kuning

Hidangan ini merupakan salah satu kuliner khas bangsa Belitung yang mempunyai rasa segar dan kaya akan rempah. Hidangan ini terbuat dari ikan laut segar yang biasanya tenggiti lalu dimasak dengan bumbu kuning yaitu seperti kunyit, serai, lengkuas, dan cabai. Kuah kuning ini berasal dari kunyit yang memberkikan tampilan berwarna kuning tersebut beserta rasa yang khas.

Pengembangan hidangan ini akan penulis sajikan dengan tampilan modern, yaitu dengan cara mengolah menjadi *fillet* lalu disusun Bersama dengan lempah darat dan lakso, lalu bumbu kuning yang biasanya berkuah akan menjadi sebuah saus yang lembut untuk pelengkap ikan pada Hidangan ini dan diberi sentuhan modern dengan plating yang artistik.



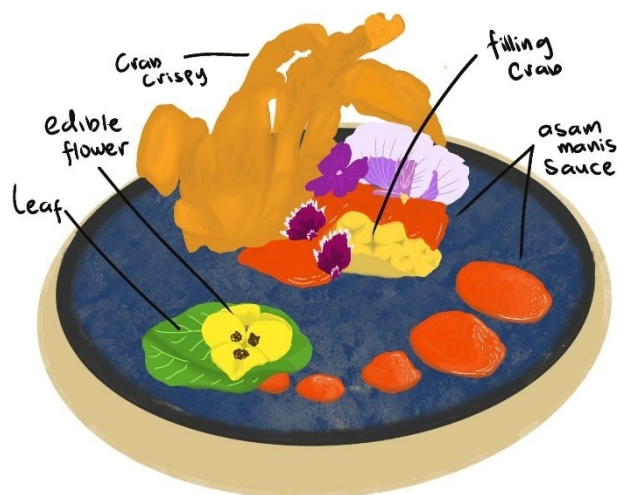
Gambar 1. 1 Lempah Kuning

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

2. Kepiting Asam Manis

Untuk Hidangan Appetizer penulis memilih hidangan laut khas bangsa Belitung ini yang memadukan rasa asam dan manis, berasal dari tomat , cabai, dan kecap. Kepiting yang akan digunakan biasanya dari laut setempat, seperti kepiting bakau, yang memberikan tekstur daging yang lembut dan lezat.

Untuk pendekatan modern untuk Hidangan ini, Kepiting akan disajikan dalam bentuk yang lebih praktis yaitu dengan cara menggunakan Kepiting lunak disbanding dengan kepiting yang bercangkang keras. Karena pada teorinya menu modern fusion atau fine dining, semua yang ada di piring harus edible, agar konsumen dapat menikmati semua yang berada di plate. Untuk saus asam manis akan disajikan dengan konsistensi yang lebih kental dan mengkilap. Lalu di garnish dengan indah.



Gambar 1. 2 Kepiting Asam Manis

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

1.5 Usulan Resep

Resep adalah suatu panduan yang memiliki intruksi mengenai cara pengolahan berbagai bahan-bahan untuk menghasilkan sebuah hidangan. Dalam dunia kuliner, standar recipe sangatlah penting untuk memastikan hidangan sesuai dengan rasa, presentasi dan kualitas, begitu juga membantu untuk hasil yang akurat. Begitu juga Resep yang sudah distandarisasi membantu menjaga ketetapan maupun konsistensi hasil pengolahan agar masak sesuai dengan harapan dan kerja yang sudah dilakukan. Di ucap oleh Susilowati (2012) bahwa “Standar resep memuat instruksi yang jelas mengenai jumlah bahan, cara mencampurt, mengolah, serta prosedur kerja dalam pembuatan suatu hidangan.

Dalam pembuatan susunan tugas akhir ini, diambilah referensi dari sebuah buku yang di terbitkan oleh sebuah pria kelahiran pati yang Bernama Miftah sanaji dengan buku resep yang berjudul “Wisata kuliner makanan daerah khas Bangka Belitung”. Buku ini adalah amunisi sebagai isian ide kepada resep yang akan penulis gunakan sebagai usulan resep, dan sebagai salah satu juga rujukan utama dalam pengembangan resep kuliner Bangka Belitung. Tidak hanya itu, penulis juga mengambil inspirasi pengembangan resep ini dari pengalaman magang pada saat Job Training pada saat semester 4 lalu.

Hidangan yang penulis akan kembangkan, yaitu “Kepiting Asam Manis” dan “Lempang Kuning,” dipadukan dengan karbohidrat “Lakso” serta sayuran khas “Lempah Darat,” adalah sebuah inovasi sajian yang akan menggabungkan unsur modern kepada makanan yang tradisional. Penulis mempunyai tujuan pengembangan ini dikarenakan belum adanya resto yang berani mengambil

makanan khas bangka Belitung serta merubah pendekatan menjadi lebih segar dan menarik tanpa mengurangi esens rasa yang sudah dikenal oleh umum.

Untuk pengembangan resep ini penulis sudah melibatkan berbagai Teknik atau guna yang mencapai rasa maupun tekstur yang sesuai dengan penulis harapkan, Berikut adalah beberapa resep yang penulis telah hasilkan serta kembangkan dengan format penulisan resep Poltekpar NHI Bandung.

Jumlah porsi : 2 pax

Berat per porsi : 150 gr

Suhu hidangan : Hangat

Alat saji : *Small Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	200 30 30 60 1 1 500	gr gr ml gr gr gr ml	Soft Shell Crab Cornstarch Flour Egg Salt Pepper Cooking oil	Cleaned Beaten
2.	Campurkan			Cornstarch Flour Baking Powder Salt Pepper	Di sebuah mangkok hingga tercampur rata.
3.	Panaskan			Cooking oil	Dalam wajan sekitar 170-180°C
4.	<i>Coat</i>			Soft Shell Crab	Ke dalam batter hingga terlapis rata
5.	Goreng			Soft Shell Crabs	Selama 3-5 Menit, Hingga kuning keemasan, Lalu tiriskan.
6.	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

Jumlah porsi : 2 pax

Berat per porsi : 131 gr

Suhu hidangan : Hangat

Alat saji : *Small Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	30 10 10 50 120 15 15 30 3 15 15 5	gr gr gr gr ml ml ml gr gr ml gr ml	Bawang Merah Bawang Putih Jahe Cabai Merah Besar Air Kecap Asin Kecap Manis Gula Pasir Kaldu jamur Vinegar Cornstarch Cooking Oil	<i>Chopped</i> <i>Chopped</i> <i>Peel</i> <i>Blend</i>
2.	Panaskan			Bawang Merah Bawang Putih Jahe (<i>Peeled</i>) Cooking oil	Minyak dalam wajan dan tumis bahan-bahan hingga harum
3.	Masukkan			Cabai Merah Besar (<i>Blended</i>)	Aduk hingga matang
4.	Tuangkan			Air Kecap Asin Kecap Manis Gula Pasir Kaldu Jamur Vinegar	Ke dalam wajan dan aduk rata hingga saus merata

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 3
USULAN RESEP KEPITING ASAM MANIS
(SAUS ASAM MANIS GLAZE)

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah porsi	: 2 pax
Tanggal	: Oktober 2024	Berat per porsi	: 131 gr
Jenis Hidangan	: <i>Appetizer</i>	Suhu hidangan	: Hangat
Lokasi	: Bangka Belitung	Alat saji	: <i>Small Plate</i>

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
5.	Blender			Saus Asam Manis	Agar tekstur lebih halus, lalu kembalikan ke dalam wajan
6.	Tambahkan			Cornstarch	Lalu aduk hingga ke kentalan yang diinginkan.
7.	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 4
USULAN RESEP KEPITING ASAM MANIS
(FILLING)

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2024
 Jenis Hidangan : *Appetizer*
 Lokasi : Bangka Belitung

Jumlah porsi : 2 pax
 Berat per porsi : 45 gr
 Suhu hidangan : Hangat
 Alat saji : *Small Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	50 15 15 5 2 2 1 1	Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr	Daging Kepiting Kuning Telur Butter Mustard <i>Lemon Zest</i> <i>Parsley</i> Garam Lada	<i>Chopped</i> <i>Hard Boiled</i> <i>Chopped</i>
2.	Lelehkan			Butter	Dengan api kecil. Lalu angkat
3.	Campurkan			<i>Melted Butter</i> Telur <i>Hard Boiled</i> <i>Mustard</i> <i>Lemon Zest</i> Garam Lada <i>Parsley</i>	Dalam sebuah mangkok dan aduk hingga semua bahan tercampur dengan rata
4.	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 5
USULAN RESEP LEMPAH KUNING
(PAN-SEARED KAKAP PUTIH)

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2024
 Jenis Hidangan : *Main Course*
 Lokasi : Bangka Belitung

Jumlah porsi : 2 pax
 Berat per porsi : 100 gr
 Suhu hidangan : Hangat
 Alat saji : *Dinner Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	200 10 10 0,5 0,5	Gr mL Gr Gr Gr	Kakap Putih Olive Oil Mentega Salt Pepper	<i>Deboned</i>
2.	Fillet & Season			Kakap Putih	Dengan garam & merica
3.	Panaskan			Olive Oil	Wajan hingga high heat
4.	<i>Pan sear</i>			Fillet Kakap Putih	Sisi kulit dibawah hingga 3-4 menit dan matang
5	Lelehkan			Butter	Untuk memberi glaze pada ikan
6	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

Jumlah porsi : 2 pax

Berat per porsi : 150 gr

Suhu hidangan : Hangat

Alat saji : *Dinner Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	50 5 2,5 5 2.5 10 1 250 2,5 2 2 5	Gr Gr Gr Gr Gr Gr Pcs mL Gr Gr Gr mL	Nanas Bawang Merah Bawang Putih Kunyit Lengkuas Batang Serai Daun Salam Kaldu Ikan Maizena Garam Gula Cooking Oil	Haluskan
2.	Haluskan			Kunyit Lengkuas Serai Bawang Merah Bawang Putih Nanas	Blender hingga Halus
3.	Tumis			Bumbu Cooking Oil Daun Salam	Hingga Harum

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 7
USULAN RESEP LEMPAH KUNING
(SAUS LEMPAH IKAN)

Halaman : 2 dari 2
 Tanggal : Oktober 2024
 Jenis Hidangan : *Main Course*
 Lokasi : Bangka Belitung

Jumlah porsi : 2 pax
 Berat per porsi : 150 gr
 Suhu hidangan : Hangat
 Alat saji : *Dinner Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
4.	Tambahkan			Kaldu Ikan Garam Gula	Lalu aduk sampai merata dan biarkan mendidih, lalu beri garam & gula
5	Kentalkan			Saus	Dengan cara larutkan maizena, aduk hingga saus mengental
6	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

Jumlah porsi : 2 pax

Berat per porsi : 160 gr

Suhu hidangan : Hangat

Alat saji : *Dinner Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	100 50 50 5 10 5 5 100 3 3 10 3	Gr Gr Gr Gr Gr Gr Gr mL Gr Gr Gr Gr Gr	Ubi Jalar Kacang Panjang Labu Siam Daun Salam Batang Serai Bawang Putih Bawang Merah Santan Garam Gula <i>Butter</i> Maizena	
2.	Rebus			Ubi Jalar Kacang Panjang Labu Siam	Hingga semua empuk,
3.	Tumis			Bawang Merah Bawang Putih Daun Salam Serai	Hingga harum lalu tambahkan ke rebusan Sayuran. Pastikan daun salam dan serai sudah dikeluarkan

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 9
USULAN RESEP LEMPAH KUNING
(LEMPAH DARAT PUREE)

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah porsi	: 2 pax
Tanggal	: Oktober 2024	Berat per porsi	: 130 gr
Jenis Hidangan	: <i>Main Course</i>	Suhu hidangan	: Hangat
Lokasi	: Bangka Belitung	Alat saji	: <i>Dinner Plate</i>

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
4.	Campurkan			Santan <i>Butter</i>	Ke dalam rebusan sayur
6	Blender			Semua Bahan	Sampai Semua tercampurkan dengan halus dan creamy.
7	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 10
USULAN RESEP LEMPAH KUNING
(LAKSO)

Halaman : 1 dari 1
 Tanggal : Oktober 2024
 Jenis Hidangan : *Main Course*
 Lokasi : Bangka Belitung

Jumlah porsi : 2 pax
 Berat per porsi : 175 gr
 Suhu hidangan : Hangat
 Alat saji : *Dinner Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	50 25 2 1 75 250	Gr Gr Gr Gr mL mL	Tepung Beras Tepung Sagu Garam Lada Air Panas Air	
2.	Adonan			Tepung Beras Tepung Sagu Ikan Tenggiri Garam Lada Air Panas	Aduk hingga adonan tercampur rata
3.	Bentuk			Adonan Lakso	Dengan Gulungan atau alat pembuat mie tebal, agar menjadi spiral
4.	Rebus			Lakso	Hingga matang,
5.	Sajikan				

Sumber: Buku Resep Bangka Belitung Miftah Sanaji, 2010

TABEL 1. 11
USULAN RESEP LEMPAH KUNING
(IKAN TENGGIRI CRUMBLE)

Halaman : 1 dari 2

Jumlah porsi : 2 pax

Tanggal : Oktober 2024

Berat per porsi : 20 gr

Jenis Hidangan : *Main Course*

Suhu hidangan : Hangat

Lokasi : Bangka Belitung

Alat saji : *Dinner Plate*

No	Cara Buat	Jumlah	Unit	Bahan	Penjelasan
1.	<i>Mise en Place</i>	10 1 1 100	Gr Gr Gr mL	Ikan Tenggiri Salt Pepper <i>Cooking Oil</i>	Haluskan
2.	Mix			Ikan Tengiri Salt Pepper	Aduk hingga tercampur rata
3	Panaskan Goreng			<i>Cooking Oil</i> Campuran Ikan Tenggiri	Di pan hingga temperature yang sesuai Sampai <i>Golden Brown</i> dan Kriuk
4	Sajikan				

Sumber: Hasil olahan penulis, 2024

1.6 Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price

Food Costing adalah persatuan antara *Recipe costing*, *Dish costing*, dan *selling price*. Tanpa adanya perhitungan biaya – biaya ini maka kita akan susah untuk melakukan suatu penjualan menu. Selain mengatur tujuan mengatur sumber biaya *Food costing* juga berfungsi sebagai perhitungan biaya pada suatu Perusahaan itu sendiri. Restoran, Hotel, maupun usaha *café* kecil saja tetap butuh *Food costing* ini.

$$\text{Cost per Portion} = \text{Number of Portions} / \text{Total Recipe Cost}$$

Sebuah biaya produksi merupakan salah satu faktor penting sebagai patokan harga sebuah produk. Menurut (T.Lasut, 2015) Menurut penelitian, biaya produksi merupakan salah satu faktor penentu harga pokok produk di RM. Ragey Poppy, yang penting untuk mengetahui pengembalian modal serta pencapaian laba. Penelitian juga menunjukkan bahwa RM. Ragey Poppy dalam kondisi keuangan yang stabil dan dapat mencapai hasil maksimal, sehingga pimpinan disarankan untuk terus berinovasi agar usaha tetap bertahan dan berkembang .

TABEL 1. 12
FOOD COST *KEPITING ASAM MANIS*

SET MENU PENGEMBANGAN HIDANGAN BANGKA BELITUNG					
Appetizer					
Kepiting Asam Manis			2 Portions		
No.	Ingredients	QTY	Unit	Unit price	Total Cost Price
1	Air	0,25	L	Rp -	Rp -
2	Butter	0,015	Kg	Rp 45.000	Rp 675
2	Bawang Merah	0,01	Kg	Rp 44.955	Rp 450
3	Bawang putih	0,01	Kg	Rp 42.180	Rp 422
4	Cabe merah	0,01	Kg	Rp 89.910	Rp 899
5	Cuka putih	0,005	L	Rp 19.000	Rp 95
6	Garam	0,005	Kg	Rp 4.995	Rp 25
7	Gula	0,005	Kg	Rp 22.000	Rp 110
8	Jahe	0,005	Kg	Rp 42.180	Rp 211
9	Kecap asin	0,01	L	Rp 31.310	Rp 313
10	Kepiting lunak	0,15	Kg	Rp 120.400	Rp 18.060
12	Lemon	0,002	Kg	Rp 34.965	Rp 70
13	Minyak	0,025	L	Rp 36.990	Rp 925
14	Parsley	0,002	Kg	Rp 79.920	Rp 160
15	Lada Bubuk	0,001	Kg	Rp 479.520	Rp 480
16	Telur	0,12	Kg	Rp 39.735	Rp 4.768
17	Tepung maizena	0,005	Kg	Rp 39.960	Rp 200
SUBTOTAL					Rp 27.861
COST PER PORTION					Rp 13.931
FOOD COST					30%
SELLING PRICE					Rp 46.436

Sumber: Price list PPNHIB 2023, Hasil olahan penulis, 2024

TABEL 1. 10
FOOD COST *LEMPAH KUNING*

SET MENU PENGEMBANGAN HIDANGAN BANGKA BELITUNG					
Main Course					
Lempah Kuning				2 Portions	
No.	Ingredients	QTY	Unit	Unit price	Total Cost Price
1	Air	0,5	L	Rp -	Rp -
2	Butter	0,01	Kg	Rp 45.000	Rp 1.800
3	Daun salam	0,002	Kg	Rp 2.997	Rp 6
4	Fillet Kakap Putih	0,2	Kg	Rp 189.810	Rp 37.962
5	Garam	0,005	Kg	Rp 4.995	Rp 25
6	Garlic	0,005	Kg	Rp 42.180	Rp 211
7	Gula	0,007	Kg	Rp 22.000	Rp 154
8	Ikan Tenggiri	0,025	Kg	Rp 285.714	Rp 7.143
9	Kacang panjang	0,05	Kg	Rp 21.090	Rp 1.055
10	Kaldu ikan	0,5	L	Rp 71.040	Rp 35.520
12	Kunyit	0,01	Kg	Rp 55.944	Rp 559
13	Labu siam	0,5	Kg	Rp 10.600	Rp 5.300
14	Lada Bubuk	0,001	Kg	Rp 479.520	Rp 480
15	Lengkuas	0,01	Kg	Rp 29.970	Rp 300
16	Maizena	0,005	Kg	Rp 39.960	Rp 200
17	Minyak sayur	0,01	L	Rp 36.990	Rp 370
18	Mustard	0,005	Kg	Rp 33.400	Rp 982
19	Nanas	0,05	Kg	Rp 24.975	Rp 1.249
20	Santan encer	0,1	L	Rp 40.500	Rp 4.050
21	Sereh	0,01	Kg	Rp 18.000	Rp 180
22	Bawang merah	0,01	Kg	Rp 44.955	Rp 450
23	Ubi Jalar	0,1	Kg	Rp 10.000	Rp 1.000
24	Tepung Beras	0,05	Kg	Rp 12.987	Rp 649
25	Tepung Sagu	0,025	Kg	Rp 21.978	Rp 549
SUBTOTAL					Rp 100.193
COST PER PORTION					Rp 50.097
FOOD COST					30%
SELLING PRICE					Rp 166.990

Sumber: Price list PPNHIB 2023, Hasil olahan penulis, 2024

1.7 Daftar Nilai Gizi

Gizi merupakan salah satu fakta tertulis sebagai penentu dari kualitas sumber daya manusia, tanpa adanya penulisan Nilai gizi maka akan susah menghitung nutrisi bagi masing masing makhluk hidup, karena pada dasarnya manusia mempunyai nilai gizi yang berbeda beda. Menurut (Yaktiworo, 2015)

Pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang sangat penting untuk pertumbuhan dan kesehatan manusia, dan kekurangan maupun kelebihan gizi dapat berdampak buruk bagi kesehatan, sehingga diperlukan keragaman pangan untuk memperoleh zat gizi yang lengkap.

Berikut dibawah ini merupakan table gizi yang telah penulis peroleh dari presentasi hidangan yang penulis akan sajikan :

TABEL 1. 13
NILAI GIZI LEMPAH IKAN
W/ LAKSO & LEMPAH DARAT PUREE

NO	Bahan	Jumlah (gr)	Kalori (Kkal)	Lemak (gr)	Karbo (gr)	Protein (gr)
1	Kakap Putih Fillet	200	97	1,4	0	21,5
2	Tepung Beras	50	6	0	1,46	0,2
3	Tepung Sagu	25	15	0,06	3,3	0,6
4	Ikan Tenggiri	25	4,5	0,05	1,03	0,09
5	Garam	5	4,04	0,18	0,93	0,18
6	Gula	7	0	0	0	0
7	Lada	2	68	0	16,7	0
8	Bawang Merah	10	8	0	1,1	1,1
9	Bawang Putih	5	0	0	0	0
10	Nanas	50	180	0	45	0
11	Kaldu Ikan	500	3	0,	0,5	0,3
12	Air	500	3	0,16	0,39	0,2
13	Minyak	10	90	10	0,04	0
14	Santan	100	180	17,85	2,01	1,84
15	Ubi Jalar	100	86	0,05	20,12	1,57
16	Labu Siam	50	8	0,06	1,95	0,41
17	Maizena	5	18	0,01	4,3	0,02
18	Kacang Panjang	50	16	0,06	3,56	0,91
Total			786,54	29,88	102,39	28,92
Per Sajian			393,27	14,99	51,19	14,46

Sumber: Hasil olahan penulis, fatsecret.co.id, 2024

TABEL 1. 14
NILAI GIZI
KEPITING ASAM MANIS

NO	Bahan	Jumlah (gr)	Kalori (Kkal)	Lemak (gr)	Karbo (gr)	Protein (gr)
1	Kepiting Lunak	150	97	1,4	0	21,5
2	Bawang Merah	15	6	0	1,46	0,2
3	Bawang Putih	10	15	0,06	3,3	0,6
4	Jahe	5	4,5	0,05	1,03	0,09
5	Cabai Merah Besar	10	4,04	0,18	0,93	0,18
6	Air	0	0	0	0	0
7	Maizena	20	68	0	16,7	0
8	Kecap Asin	10	8	0	1,1	1,1
9	Garam	3	0	0	0	0
10	Gula	45	180	0	45	0
11	Kaldu ikan	5	3	0,	0,5	0,3
12	<i>Mustard</i>	5	3	0,16	0,39	0,2
13	Telur	120	176	11,93	0,92	15,1
14	Cuka Putih	5	1	0	0,04	0
15	Lemon Zest	2	0	0	0,17	0,01
Total			565,54	14,38	71,53	39,19
Per Sajian			282,77	7,19	35,76	19,59

Sumber: Hasil olahan penulis, fatsecret.co.id, 2024