

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Presentasi Masakan

Sumatera barat memiliki Kota Padang sebagai Ibu dari Provinsi tersebut. Namun, di sana memiliki kota yang tidak kalah terkenal yaitu bukittinggi. Di Bukittinggi tersimpan beragam daya tarik wisata untuk di eksplorasi.

Kota Bukittinggi terletak di Pegunungan bukit barisan sekitar 90Km dari kota Padang. Posisi dari Bukittinggi itu sendiri terdapat pada tepi Ngarai Sianok dan juga berada di antara dua gunung, yakni Gunung singgalang dan Gunung Marapi.

Secara astronomis, Sumatera Barat terletak diantara  $0^{\circ} 54'30''$  LS &  $98^{\circ}38' - 101^{\circ}53'$  BT. Berdasarkan letak geografisnya, daerah ini terdiri dari dua bagian, yaitu dataran tinggi (darek) dan daerah pesisir pantai (rantau). Letak geografis suatu daerah biasanya mempengaruhi jenis makanan yang dikonsumsi juga dipengaruhi oleh bahan makanan yang digunakan, dan semua itu tergantung dari ketersediaan flora dan fauna yang ada di lingkungan tersebut.

Budaya merupakan pedoman yang berpengaruh terhadap pola hidup pada masyarakat, generasi ke generasi di wariskan dan bersifat luas. Kuliner termasuk salah satu dari banyaknya kebudayaan yang ada di Indonesia. Kebudayaan kuliner masyarakat Minangkabau kurang lebih dipengaruhi oleh beberapa kebudayaan dari Negara India dan Arab.

Hal ini bermula dari perjalanan kelompok Deutero Melayu 500 tahun sebelum masehi, yang bermigrasi hingga tiba di dataran tinggi yang disebut sebagai Negeri Periang di lereng Gunung Marapi. Perjalanan ini kemudian menghasilkan tiga lokasi perluasan atau biasa disebut sebagai *Luhak Nan Tigo* yang memiliki fungsi sebagai daerah pengebaran penduduk yaitu : 1. *Luhak Agam*, terletak di Bukittinggi sebagai pusatnya, 2. *Luhak Tanah Datar*, berpusat di Padang Panjang, 3. *Luhak Limo Puluah Koto*, yang berpusat di Payakumbuh.

Sumatera Barat yang merupakan rumah bagi masyarakat Minangkabau merupakan provinsi yang memiliki mayoritas penduduk pemeluk agama Islam. Karena itu, kuliner Minangkabau dikenal dengan cita rasanya yang gurih, dan oedas, serta menggunakan berbagai macam rempah yang kuat. Di dalam masakan Minang sendiri, bahan makanan ialah faktor utama yang memegang peranan penting terhadap hasil masakan. Berikut adalah beberapa bahan makanan yang menjadi ciri khas tersendiri dari masakan Minang :

1. Santan

Pohon kelapa ialah kekayaan hayati yang tumbuh subur di tanah Minang. Air yang dikeluarkan dari buag kelapa parut yang diperas ini dapat membuat semua makanan terasa lebih gurih dan memiliki cira rasa yang luar biasa.

2. Cabai

Pemakaian cabai di dalam masakan Minang juga memiliki peranan penting yang dapat menimbulkan rasa pedas yang akan meningkatkan nafsu makan.

3. Daun kunyit dan daun jeruk

Biasanya digunakan untuk menambah aroma dari masakan.

4. Rempah empat serangkai

Jahe, kunyit, lengkuas, dan serai di percaya masyarakat dapat menetralsir gangguan pencernaan yang dapat ditimbulkan dari cabai

5. Bawang merah dan bawang putih

Masyarakat Minang menggunakan bawang merah dan bawang putih sebagai pemanis makanan dan pengganti gula. Oleh karena itu, gula sangat jarang digunakan di dalam masakan Minang.

Sumatra Barat ialah provinsi yang memiliki 12 kabupaten dan 7 kota, dengan Kota Padang sebagai ibu kotanya, Bukittinggi merupakan satu dari tujuh kota yang terdapat di

Provinsi Sumatra Barat. Kota Bukittinggi berada pada rangkaian pegunungan bukit barisan, di tepi Ngarai Sianok, dan dikelilingi oleh dua gunung, Gunung Singgalang dan Gunung Marapi. Memiliki luas 145.29km<sup>2</sup> dan berketinggian 909-941 meter di atas permukaan laut, Bukittinggi merupakan bagian dari daerah *darek*, dimana tanah di bukittinggi umumnya subur dikarenakan pengaruh dari gunung berapi yang aktif. Karenanya, di daerah ini relatif merupakan daerah pertanian dan pegunungan.

Berdasarkan sumber yang diperoleh dari buku “Makanan : Wujud, Variasi, dan Fungsinya Serta Cara Penyajiannya Di Daerah Sumatera Barat” (Depdikbud, 24:1991), terdapat 11 jenis penggolongan makanan berdasarkan fungsinya oleh masyarakat Minangkabau, diantaranya :

1. Makanan pokok sehari-hari
2. Makanan dan kue-kue adat
3. Makanan untuk upacara sosial
4. Makanan untuk tamu-tamu
5. Makanan bulan puasa, dan lebaran
6. Makanan khusus untuk baralek/pesta atau kenduri
7. Makanan kecil/selingan
8. Makanan untuk menambah tenaga
9. Makanan untuk dibawa-bawa
10. Makanan untuk anak (termasuk bayi)
11. Makanan antaran untuk martua

Di Bukittinggi sendiri terdapat sebuah tradisi yang sudah diwariskan turun-temurun dari zaman nenek moyang suku Minang hingga sekarang. Tradisi Makan Bajamba ialah tradisi yang umumnya dilakukan pada saat tertentu seperti baralek, atau disaat acara keagamaan dan acara adat lainnya. Dipengaruhi oleh budaya Kurai Limo Jorong, tradisi Makan Bajamba asal Koto Tinggi ini mengadakan acara makan bersama dengan banyak orang yang dibagi dalam beberapa kelompok terdiri dari 5-7 orang. Makna dan tujuan dari Makan Bajamba sendiri ialah agar melatih diri untuk berbagi di dalam kebersamaan, juga untuk menghormati dan mendahulukan orang yang lebih tua. Ada hal-hal yang patut untuk diperhatikan pada saat melakukan tradisi ini, diantaranya :

1. Makan menggunakan pinggan (nampan berukuran besar)
2. Laki-laki duduk baselo (menyilangkan kedua kaki di depan)
3. Wanita bersimpuh (seperti duduk di antara dua sujud di dalam shalat)
4. Samba Nan Salapan sebagai menu makanan yang telah diwariskan turun temurun dan tidak dapat dirubah penyusunannya

Terdapat pula adab di dalam tradisi Makan Bajamba, diantaranya :

1. Mendahulukan orang yang lebih tua
2. Mengambil nasi dan lauk sesuap menggunakan tangan kanan
3. Saat akan menyuap, nasi dilempar ke mulut dengan jarak dekat dan posisi tangan kiri menampung untuk mencegah jika ada yang tercecer
4. Posisi duduk dengan badan tegap tidak bungkuk dan menghadap ke pinggan
5. Setelah selesai menyantap Samba Nan Salapan, dahulukan yang lebih tua untuk mencuci tangan

Setelah menyantap Samba Nan Salapan, dilanjutkan dengan menyantapo makan Pajamba Parabuangan yang artinya makanan penutup. Biasanya disediakan makanan dengan rasa yang manis seperti pisang, katan sarikayo, inti, wajik, dan jajanan lainnya.

Keunikan yang terdapat di dalam tradisi khas Bukittinggi ini menarik minat penulis untuk memperkenalkan kuliner budaya Bukittinggi kedalam Tugas Akhir Food Presentation dengan judul “Sajian Khas Kota Bukittinggi”. Dengan dilaksanakannya Tugas Akhir ini, penulis berharap dapat mengajak masyarakat luas untuk tetap melestarikan dan mempertahankan kuliner budaya Bukittinggi. Serta dapat menambah inventorisasi menu yang layak dan dapat dituangkan ke dalam sebuah bisnis usaha berupa restoran khas Bukittinggi ataupun ke dalam menu di hotel berbintang.

## **1.2 Tujuan**

Tujuan Formal :

1. Penelitian ini disusun untuk memenuhi kualifikasi agar dapat menempuh ujian akhir Program Studi Manajemen Tata Boga, Program Diploma III Sekolah Tinggi Pariwisata Bandung.

Tujuan Operasional :

1. Memperkenalkan masakan Kota Bukittinggi, Sumatera Barat.
2. Untuk mempopulerkan kuliner khas Bukittinggi yang memiliki keunikan dan perbedaan dengan daerah lain agar dapat menjadi ide bisnis yang berbeda dari yang lain

## **1.3 Usulan Produk Masakan Bukittinggi**

Berdasarkan sumber wawancara yang didapatkan penulis dari Niwit (adik dari kakek penulis) yang merupakan warga asli dari Bukittinggi, pemilihan menu masakan Bukittinggi yang akan dipresentasikan oleh Penulis pada saat demo Food Presentation adalah sebagai berikut :

## MENU

### **“Karupuak Sanjai Tunjuak”**

(keripik singkong yang disajikan dengan bumbu cabai)

\*\*\*\*\*

### **“Asam Padeh”**

(Daging dengan kuah asam pedas)

\*\*\*\*\*

### **“Nasi Putih”**

\*\*\*\*\*

### **“Randang”**

(Potongan daging yang dimasak lama menggunakan bumbu randang)

\*\*\*\*\*

### **“Ayam Pop”**

(Ayam bumbu santan yang di goreng dan di sajikan dengan saus oranye)

\*\*\*\*\*

### **“Itiak Lado Mudo”**

(Bebek dimasak menggunakan bumbu cabai hijau)

\*\*\*\*\*

### **“Pangek Ikan”**

(Gulai ikan nila dan kacang panjang dengan kuah santan)

\*\*\*\*\*

### **“Taruang Lado Uok”**

(Potongan Terong yang dimasak dengan saus sambalado)

\*\*\*\*\*

### **“Ketan Sarikayo”**

(Ketan yang disajikan dengan saus sarikaya)

\*\*\*\*\*

### **“Teh Talua”**

(Teh panas yang disiramkan diatas kuning telur yang sudah dikocok)

\*\*\*\*\*

- Karupuak Sanjai Tunjuak

Arti dari ‘Karupuak’ dalam bahasa Indonesia sendiri adalah kerupuk. Sedangkan ‘Sanjai’ adalah nama salah satu jalan di bagian utara Bukittinggi yang berada di Desa Manggis, Kelurahan Manggis Gantiang Sanjai, Kota Bukittinggi. Awalnya terdapat tiga orang produsen keripik singkong di daerah ini, yaitu Amai Malan, Amai Seram, dan Amai Terimalah, mereka memelopori terciptanya Karupuak Sanjai yang diperkirakan mulai dikenal pada tahun 1979. Kata ‘Tunjuak’ sendiri berarti tunjuk, dimana keripik berbahan dasar singkong ini dipotong panjang dan tipis merupai jari kemudian direndam dalam rendaman yang berbahan dasar campuran kunyit, bawang putih dan garam kemudian digoreng dan dibumbui dengan campuran cabai merah, bawang merah, bawang putih, dan gula pasir.

- Asam Padeh

Sesuai dengan namanya ‘Asam; yang berarti asam, dan ‘Padeh’ yang memiliki arti pedas di dalam bahasa Minang, Asam Padeh merupakan makanan tradisional masyarakat Minangkabau yang memiliki cita rasa yang asam dan pedas yang dominan. Penyebaran seni memasak Asam Padeh ini betumbu dari Minangkabau hingga semenanjung Melayu, yang merupakan salah satu dari peninggalan kelompok Deutro Melayu. Berbeda dengan daerah lain di Sumatera Barat, Asam Padeh asal Bukittinggi memakai bahan utama daging sapi yang diolah menggunakan air dan campuran rempah sseperti cabai merah, kunyit, jahe, serai, serta asam kandis sebagai sumber rasa asamnya.

- Nasi Putih

Tidak lupa menu makanan pokok berkarbohidrat yang menjadi favorit di Indonesia, nasi putih juga dikonsumsi masyarakat Minangkabau sebagai makanan pokok. Dikarenakan rasa dari nasi putih yang netral, maka nasi putih sangat cocok dengan oeroaduan dari rasa kuat dari lauk pauk khas masyarakat Minang. Beras yang digunakan oleh kebanyakan masyarakat adalah

beras Solok yang terkenal dengan karakternya yang memiliki butir beras kecil, putih, dengan aroma yang wangi. Namun jika sudah dimasak, butir beras yang kecil akan mengembang menjadi besar. Serta teksturnya yang pulen namun tidak mudah lembek dan hancur.

- **Randang**

Randang atau biasa disebut Rendang di kenal diseluruh dunia dengan kekayaan rasanya, Randang memiliki lebih dari 1600 jenis di Sumatera sendiri. Randang khas Bukittinggi adalah Randang yang menggunakan daging sapi sebagai bahan utamanya. Memiliki ciri khas yang berbeda dengan Rendang lainnya. Randang asli Bukittinggi memiliki warna yang lebih gelap, bahkan mendekati hitam. Dikarenakan proses pemasakan yang berlangsung selama kurang lebih satu malam di atas tungku. Elemen elemen di dalam Rendang yang terdiri dari daging (daging), karambia (kelapa), lado (cabai), dan pemasak (bumbu) memiliki artian tersendiri. Seperti Ninjek Mamak (pemimpin suku adat), Cadiak Pandai (Kaum Intelektual), Alim Ulama, dan masyarakat Minangkabau sendiri. Proses pemasakan Randang juga dilakukan secara bertahap. Rendang lebih dulu dimasak dengan santan dan campuran rempah yang beragam sehingga menjadi gulai. Kemudian dilakukan proses pemasakan kembali yang akan mengeluarkan minyak dari santan dan mengubah gulai menjadi kalio. Bila kalio terus dimask hingga bumbunya kering dan berwarna gelap barulah masakan ini dapat dikatakan sebagai rendang

- **Ayam Pop**

Ayam Pop ini berasal dari Rumah makan Family Benteng Indah yang berada di jalan Yos Sudarso no.4 Bukittinggi dan sudah ada sejak tahun 1950. Ayam Pop khas Bukittinggi ini diolah menggunakan ayam kampung yang direbus dengan air kelapa, santan, dan rempah-rempah tertentu. Setelah ayam dimasak menggunakan rempah sampai matang, ayam digoreng dalam minyak panas secara singkat sehingga warnanya tidak berubah. Dan dihidangkan selagi masih hangat. Biasanya Ayam Pop ini disajikan dengan ditemani Nasi Putih hangat dan juga



Sambal Oren yang berbahan dasar cabai, tomat, bawang putih, bawang merah, daun salam, dan serai. Sambalnya biasanya bertekstur halus dan sedikit cair dan dapat melengkapi cita rasa dari Ayam Pop itu sendiri.

- Itiak Lado Mudo

Itiak Lado Mudo merupakan makanan khas Nagari Sianik dan Koto Gadang yang berlokasi di kawasan lembah Ngarai Sianik Bukittinggi. Tidak semua rumah makan atau restoran Minang menyediakannya, sehingga Itiak Lado Mudo terbilang agak sulit ditemukan diluar dari kota Bukittinggi. Kelezatan Itiak Lado Mudo terdapat pada daging itiaknya dan juga racikan cabai hijaunya juga. Itiak ini dimasak menggunakan campuran kunyit, lengkuas, jahe, bawang merah, bawang putih, dan ditambah daun-daun agar harum.

- Pangek Ikan

Pangek adalah makanan khas suku Minangkabau yang sering disajikan sebagai masakan rumah sehari-hari dan dapat dijadikan hidangan resmi pada saat acara-acara adat diselenggarakan. Pangek juga memiliki banyak jenis, Pangek Ikan, Pangek Itiak, Pangek Cubadak, maupun Pangek Paku. Pangek juga merupakan tata cara memasak hidangan tersebut. Pangek adalah proses pengentalan bumbu yang telah dihaluskan. Yang unik dari hidangan ini adalah penyusunan bahan yang digunakan di dalam membuat Pangek Ikan. Daun-daunan seperti daun jahe, daun salam, daun ruku-ruku, dan daun jeruk diletakkan di urutan paling bawah sebagai alas. Kemudian disusul dengan diletakkannya buncis, baru kemudian ikan, serta bumbu yang telah dihaluskan. Pangek biasanya dimasak di dalam periuk belanga yang terbuat dari tanah liat dan dimasak di tungku kayu. Namun seiring pesatnya kemajuan zaman, periuk belanga kini sulit untuk ditemukan, sehingga orang-orang menggunakan wajan anti lengket untuk proses memasaknya, namun tidak meninggalkan nama Pangek sendiri.

- Taruang Lado Uok

Taruang Lado Uok yang berarti Terung Sambal Uap, hidangan ini memiliki suatu keunikan di dalam proses pembuatannya. Tidak seperti sambalado kebanyakan, sambak yang digunakan di masakan ini dimasak dengan cara dikuus dengan air nasi yang sedang dimasak, kemudian dihaluskan. Tidak jauh berbeda dengan bahan utamanya, terong. Terong ungu disini dibelah menjadi dua, kemudian dimasak dengan cara diuok di atas nasi yang masak sehingga dapat menghasilkan cita rasa manis dari terong itu sendiri. Masyarakat Minangkabau memanfaatkan rasa manis yang terdapat dari terong untuk menetralkan rasa dominan yang terdapat pada lauk-pauk yang banyak diolah menggunakan santan.

- Ketan Sarikayo




Ketan yang memiliki arti ketan dalam bahasa Indonesia, di buat dengan rasa gurih dan asin yang lebih dominan, dan disajikan dengan saus sarikayo yang memiliki rasa yang manis. Kedua paduan makanan ini jika dikonsumsi bersamaan akan menghasilkan rasa yang gurih dan manis yang sangat memuaskan lidah. Katan sarikayo ini merupakan makanan hantaran mertua yang biasanya akan dikirimkan kepada mertua di bulan puasa. Namun di zaman sekarang, katan sarikayo ini sudah menjadi makanan umum dan makanan upacara adat. Diyakini oleh masyarakat Minangkabau, bahwa katan sarikayo ini dapat menjadi sarana bersilaturahmi. Bukan buah srikaya yang menjadi bahan dasar saus sarikayo ini, melainkan santan kental, telur, gula merah, dan adas manis yang dimasak sebentar.




- Teh Talua



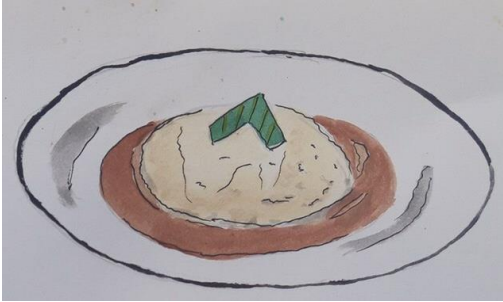
Teh Talua terbuat dari kuning telur ayam kampung dan gula, di *whip* hingga berwarna putih, ditambahkan jeruk nipis dan air teh yang panas. Ada beberapa tambahan untuk menambah rasa dari minuman ini, dapat ditambah dengan susu, atau pinang muda. Teh talua dapat ditemukan di banyak warung yang terdapat di kota Bukittinggi dan biasanya teh ini diminum sebagai pelengkap pada saat bercengkrama di Bukittinggi.


1.3.1 Sketsa Masakan

**TABEL 1**  
**SKETSA MASAKAN**

<b>No</b>	<b>Nama Masakan</b>	<b>Sketsa</b>
1	Karupuk Sanjai Tunjuak	
2	Asam Padeh	
3	Nasi Putih	

4	Randang	
5	Ayam Pop	
6	Itiak Lado Mudo	

7	Pangek Ikan	 An illustration of a traditional Indonesian dish, Pangek Ikan. It features two whole fish, likely mackerel, that have been fried until golden brown. The fish are served on a white plate and garnished with fresh green beans and red chili peppers. A light-colored sauce is visible at the base of the fish.
8	Taruang Lado Uok	 An illustration of Taruang Lado Uok, a traditional Indonesian snack. It consists of several long, thin, golden-brown fried strips, possibly made from fish or vegetable, arranged neatly on a white rectangular plate. The strips have a slightly irregular, textured appearance.
9	Ketan Sarikayo	 An illustration of Ketan Sarikayo, a traditional Indonesian dish. It features a round, white, sticky rice cake (ketan) served on a white plate. The rice cake is surrounded by a thick, reddish-brown sauce (sarikayo). A small garnish of green leaves is placed on top of the rice cake.

10	Teh Talua	
----	-----------	--

Sumber : *Olahan penulis*, 2020

## 1.4 Tinjauan Masakan

### 1.4.1 Tema Masakan

*Rijstaffel* merupakan gabungan dari dua kata berbahasa Belanda. *Rijst* yang memiliki arti nasi dan *tafel* yang memiliki arti meja. Yang apabila digabungkan akan memiliki arti “hidangan nasi”. Istilah *Rijstaffel* sendiri digunakan oleh orang Belanda yang merujuk pada tata cara orang Indonesia yang menyajikan makanan diatas meja, lengkap dari nasi hingga lauk pauknya (Ganie, 2003 : 250). Menurut Victor Ido, penulis roman Belanda (1948 : 31), *rijstaffel* diartikan sebagai “...eten van de rijismaaltijd een special tafel gebruikt” (sajian nasi yang disajikan secara special).

Konsep penyajian *rijstaffel* diciptakan oleh orang Belanda untuk menjamu para tamu, biasa disajikan pada saat perayaan atau pesta. *Rijstaffel* terdiri dari bermacam-macam hidangan yang disajikan dalam porsi kecil. Konsep penyajiannya mengusung ciri khas kuliner Padang di mana nasi dan berbagai macam lauk disajikan secara bersamaan diatas meja. Cara penyajian seperti ini memang berbeda dengan budaya barat di mana hidangan disajikan secara berurutan mulai dari makanan pembuka, menu utama, sampai hidangan pencuci mulut. Menurut Karin Engelbrecht, ahli kuliner Belanda, *rijstaffel* umumnya terdiri dari puluhan hidangan dengan berbagai tekstur dan rasa dalam porsi kecil yang disajikan bersama nasi. “Konsep hidangan

*rijstaffel* menyajikan beragam menu dalam satu sajian. Jumlah makanan yang dihidangkan dalam *rijstaffel* berkisar antara 7 sampai 40 jenis makanan” (Afrilia, 2015)

Menu yang penulis buat akan disajikan dalam bentuk 10 *courses rijstaffel*. *Rijstaffel* sendiri merupakan suatu penyajian makanan yang dengan pilihan yang beragam, mencakup nasi dan berbagai lauk pauk. Sajian masakan yang penulis susun mencakup komoditi-komoditi seperti nasi, daging (sapi, ayam, ikan, dan bebek), sayur, keripik, hidangan penutup, dan minuman. Maka dari itu penulis menyajikan kuliner khas dari Kota Bukittinggi dalam bentuk *rijstaffel* yang merupakan warisan dari budaya Indonesia.

#### 1.4.2 Standard Recipe

*Standard recipe* merupakan suatu formula yang tertulis secara detail. Dijadikan sebagai pedoman dalam membuat makanan atau minuman, dalam jumlah rasa dan takaran yang sudah di tetapkan. Dalam *standard recipe* takaran ditulis secara spesifik baik dalam jumlah porsi, *volume*, atau beratnya. *Standard recipe* bertujuan untuk memudahkan proses persiapan dan pembuatan makanan, sehingga terciptalah sistem kerja yang efisien dan efektif juga konsisten dalam kualitas. *Standard recipe* menegaskan bahwa pengolahan bahan dengan jumlah yang ditentukan akan menghasilkan produk dengan kualitas yang bagus. Semakin *detail* sebuah *standard recipe* membuat hasil produksi semakin konsisten. Dengan kualitas yang konsisten akan menghasilkan proses pembuatan yang lebih efisien. Fungsi dari *standard recipe* adalah untuk mengawasi mutu dari makanan yang sudah dibuat, untuk menentukan *cost price* dari suatu menu. (Naven, n.d.)

**TABEL 2**

**KARUPUAK SANJAI TUNJUK**

Lembar	: 1 dari 1	Jumlah	: 5 Pax
Tanggal	: Maret 2020	Berat	: 50 gr
Jenis	: Makanan pembuka	Temperatur	: Hangat
Lokasi	: Bukittinggi, Sumatera Barat		

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
----	--------	--------	-------	------------

1	Persiapan	200 gr	Singkong	Dikupas, lalu dipotong <i>julienne</i>
		3 gr	Garam	
		2 gr	Kapur sirih	
		15 gr	Gula	
		10 gr	Bawang putih	Dikupas, lalu dihaluskan
		100 ml	Air	
		40 gr	Cabai merah keriting	Dihaluskan
		20 gr	Bawang merah	Dikupas, lalu dihaluskan
		400 ml	Minyak	
		2 gr	Daun Kunyit	Dipotong serong
2	Hasil			
3	Campurkan	100 ml	Air	Aduk hingga merata, biarkan meresap selama 30 menit, Tiriskan
		3 gr	Garam	
		2 gr	Kapur sirih	
		5 gr	Gula	
		10 gr	Bawang putih	
		200 gr	Singkong	
4	Panaskan	350 ml	Minyak	Hingga berwarna kuning kecokelatan
	Goreng	200 gr	Singkong	
5	Panaskan	50 ml	Minyak	
	Tumis	20 gr	Bawang merah	Hingga harum
		40 gr	Cabai merah	
6	Tambahkan	3 gr	Garam	Aduk merata hingga kering
		10 gr	Gula	
		200 gr	Singkong	
7	Sajikan			Sajikan sebagai pendamping

Sumber : *Te Yen*, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020

**TABEL 3**

**ASAM PADEH**

Lembar : 1 dari 1 Jumlah : 5 Pax  
Tanggal : Maret 2020 Berat : 90 gr  
Jenis : Makanan utama Temperatur : Panas  
Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	400 gr	Daging sapi	
		40 gr	Cabai merah keriting	Dihaluskan



		7 gr	Lengkuas	Dikupas, lalu dihaluskan
		5 gr	Jahe	Dikupas, lalu dihaluskan
		3 gr	Serai	Dimemarkan
		10 gr	Bawang merah	Dikupas, lalu dihaluskan
		5 gr	Bawang putih	Dikupas, lalu dihaluskan
		2 gr	Daun kunyit	
		75 gr	Tomat	Dipotong <i>cube</i>
		20 gr	Asam kandis	
		1 gr	Daun jeruk	
		5 gr	Garam	
		0,5 l	Air	
2	Hasil			
3	Masukkan	0,5 l	Air	Di wajan,
		400 gr	Daging sapi	panaskan hingga beruap
4	Tambahkan	40 gr	Cabai merah keriting	Aduk hingga merata
		7 gr	Lengkuas	
		5 gr	Jahe	
5	Tambahkan	10 gr	Bawang merah	
		5 gr	Bawang putih	
		3 gr	Serai	Aduk hingga merata,
		2 gr	Daun kunyit	masak hingga daging empuk
		20 gr	Asam kandis	
		1 gr	Daun jeruk	
		75 gr	Tomat	
6	Sajikan			Dengan cabai sebagai hiasan

Sumber : Te Yen, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020

#### TABEL 4

#### NASI PUTIH

Lembar : 1 dari 1 Jumlah : 5 Pax  
Tanggal : Maret 2020 Berat : 80 gr  
Jenis : Karbohidrat Temperatur : Panas  
Lokasi : Sumatera Barat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	300 gr	Beras Solok	Dicuci bersih
		2 gr	Daun salam	
		150 ml	Air	

		1 gr	Bawang goreng	Sebagai hiasan
2	Hasil			
3	Masak	300 gr 2 gr 150 ml	Beras Solok Daun salam Air	Sampai matang menggunakan <i>rice cooker</i>
4	Sajikan Tambahkan	1 gr	Nasi Bawang goreng	Sebagai hiasan

Sumber : *Te Yen*, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020.

### TABEL 5

### RANDANG

Lembar : 1 dari 1  
Tanggal : Maret 2020  
Jenis : Makanan utama  
Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

Jumlah : 5 Pax  
Berat : 90 gr  
Temperatur : Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	400 gr 2 gr 3 gr 2 gr 5 gr 1,5 l 8 gr 5 gr 45 gr 15 gr 8 gr 8 gr	Daging tanpa lemak Daun kunyit Daun salam Daun jeruk Serai Santan Lengkuas Jahe Cabai merah keriting Bawang merah Bawang putih Garam	Dimemarkan Dikupas lalu dihaluskan Dikupas lalu dihaluskan Dihaluskan Dikupas lalu dihaluskan Dikupas lalu dihaluskan
2	Hasil			
3	Campurkan	1,5 l	Santan Bumbu halus	Di dalam wajan, panaskan, aduk hingga merata Hingga matang, haluskan
4	Tambahkan	2 gr 3 gr 2 gr 5 gr 8 gr 400 gr	Daun kunyit Daun salam Daun jeruk Serai Garam Daging sapi	Masak hingga bumbu meresap, dan kering kurang lebih 6-8 jam

5	Sajikan		Dengan bawang goreng dan irisan cabai merah sebagai hiasan
---	---------	--	--

Sumber : *Nek Jan, tetua keluarga Binu Minangkabau, 2020*

**TABEL 6****AYAM POP**

Lembar : 1 dari 1 Jumlah : 5 Pax  
 Tanggal : Maret 2020 Berat : 90 gr  
 Jenis : Makanan utama Temperatur : Panas  
 Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	600 gr 500 ml 5 gr 10 gr 10 gr 10 gr 100 ml 25 gr 50 gr 5 gr 5 gr 15 gr 300 ml	Ayam pejantan Air kelapa Salam Sereh Jahe Gula Pasir Santan kental Bawang Putih Bawang Merah Kemiri Daun jeruk Garam Minyak goreng	bersihkan, dan kuliti  Geprek Geprek  Dikupas, lalu dihaluskan Dikupas, lalu dihaluskan Sangrai
2	Hasil			
3	Haluskan	25 gr 50 gr 5 gr	Bawang Putih Bawang Merah Kemiri	Hingga halus dan merata
4	Ungkep	600 gr 500 ml 5 gr 10 gr 10 gr 10 gr 100 ml 5 gr 15 gr	Ayam pejantan Air kelapa Salam Sereh Jahe Gula Pasir Santan kental Daun jeruk Garam	Hingga daging ayam matang menyeluruh
5	Panaskan	300 ml	Minyak goreng	
	Goreng	600 gr	Ayam pejantan	Yang sudah di ungkep selama 5 detik agar warna tidak berubah
6	Sajikan			Selagi panas dan ditambahkan bawang goreng

Sumber : *Te Yen, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020*

**TABEL 7****SAMBAL COCOL**

Lembar : 1 dari 1 Jumlah : 5 Pax  
 Tanggal : Maret 2020 Berat : 50 gr  
 Jenis : Makanan pendamping Temperatur : Hangat  
 Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	100 gr 25 gr 25 gr 5 gr 5 gr 5 gr 10 gr 70 ml 50 ml 5 gr	Cabai merah Bawang merah Bawang putih Kemiri Tomat Gula Garam Santan kental Air Daun Jeruk	Dikupas Dikupas Sangrai
2	Hasil			
3	Rebus	100 gr 5 gr	Cabai merah Tomat	Sampai sedikit lembek
4	Blender	100 gr 25 gr 25 gr 5 gr 5 gr 70 ml 50 ml	Cabai merah Bawang merah Bawang putih Kemiri Tomat Santan kental Air	Sampai halus
5	Panaskan Masukan	100 gr 25 gr 25 gr 5 gr 5 gr 70 ml 50 ml	Cabai merah Bawang merah Bawang putih Kemiri Tomat Santan kental Air	Pan Yang sudah di blender. Masak hingga mengental
		5 gr	Daun Jeruk	
6	Masukan	5 gr	Gula	Pada saat sambal sudah mengental

		10 gr	Garam	
7	Sajikan			Dengan ayam pop

Sumber : *Te Yen, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020*

**TABEL 8**

**ITIAK LADO MUDO**

Lembar : 1 dari 1 Jumlah : 5 Pax  
Tanggal : Maret 2020 Berat : 90 Gr  
Jenis : Makanan utama Temperatur : Panas  
Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN	
1	Persiapan	600 gr	Bebek muda	Bersihkan, potong 6	
		10 gr	Daun jeruk	Geprek	
		10 gr	Sereh		
		5 gr	Asam kandis		
		500 ml	Air		
		150 gr	Cabai hijau		
		50 gr	Bawang merah		
		5 gr	Jahe		
		5 gr	Lengkuas		
		7 gr	Merica bulat		
		10 gr	Kemiri		Sangrai
		15 gr	Garam		
		50 ml	Minyak		
		5 gr	Daun salam		
		25 gr	Bawang putih		
		20 gr	Jeruk nipis		Ambil jusnya
		2 gr	Kapulaga		
1 gr	Ketumbar halus				
100 ml	Santan				
2	Hasil				
3	Haluskan	150 gr	Cabai hijau	Hingga halus dan rata	
		50 gr	Bawang merah		
		25 gr	Bawang putih		
		5 gr	Jahe		
		5 gr	Lengkuas		
		10 gr	Kemiri		
		7 gr	Merica bulat		

4	Bakar	600 gr	Bebek muda	Sampai bulu-bulu halusnya hilang dan minyak dari kulitnya keluar
	Tambahkan	20 gr	Jeruk nipis	Dan aduk hingga merata
5	Sautee			Bumbu yang sudah dihaluskan sampai matang
	Masukan	10 gr 10 gr 5 gr	Daun jeruk Sereh Daun salam	
6	Masukkan			Bebek muda yang sudah di bakar
	Tambahkan	2 gr 1 gr 100 ml 15 gr 5 gr	Kapulaga Ketumbar halus Santan Garam Asam kandis	
7	Masak			Hingga mengeluarkan minyak dan kuah menyusut
8	Sajikan			Selagi masih panas

Sumber : *Te Yen, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020*

**TABEL 9**

**PANGKEK IKAN**

Lembar : 1 dari 1  
Tanggal : Maret 2020  
Jenis : Makanan utama  
Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat  
Jumlah : 5 Pax  
Berat : 120 gr  
Temperatur : Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	500 gr	Ikan Nila	2 ekor ikan @250 gr, dicuci bersih
		43 gr	Bawang merah	Dikupas, lalu dihaluskan
		21 gr	Bawang putih	Dikupas, lalu dihaluskan
		3 gr	Kunyit	Dikupas, lalu dihaluskan
		25 gr	Kemiri	Dibakar, lalu dihaluskan

		35 gr 15 gr 10 gr 5 gr 8 gr 3 gr 2 gr 100 gr 250 ml	Cabai merah keriting Daun ruku-ruku Asam sundai Daun kunyit Serai Daun salam Daun jeruk Kacang panjang Air	Dihaluskan    Dimemarkan   Di-trim
2	Hasil			
3	Susun	15 gr 5 gr 8 gr 3 gr 2 gr	Daun ruku-ruku Daun kunyit Serai Daun salam Daun jeruk	Di dalam wajan
4	Tambahkan	150 gr 500 gr	Kacang panjang Ikan nila	
5	Tambahkan	250 ml 10 gr	Air Asam sundai Bumbu halus	Hingga menutupi permukaan Ikan
6	Masak			Dengan api kecil, sesekali dijauhkan dari api, hingga matang
7	Sajikan			Dengan daun ruku-ruku sebagai hiasan

Sumber : *Te Yen, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020*

**TABEL 10**

**TARUANG LADO UOK**

Lembar : 1 dari 1  
Tanggal : Maret 2020  
Jenis : Makanan utama  
Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat  
Jumlah : 5 Pax  
Berat : 70 gr  
Temperatur : Hangat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	300 gr 25 gr 75 gr	Terung Tomat Cabai merah keriting	Dipotong dua bagian



		10 gr 5 gr 25 gr	Bawang merah Garam Petai	Dikupas  Dikupas, dibelah 2
2	Hasil			
3	Susun	300 gr 25 gr 75 gr	Terung Tomat Cabai merah keriting	Di atas beras yang setengah Dimasak
	Masak	10 gr	Bawang merah	Hingga layu
4	Haluskan	25 gr	Tomat	Dengan cobek
		75 gr	Cabai merah keriting	
		10 gr	Bawang merah	
		5 gr	Garam	
5	Sajikan	300 gr	Terung	Dengan sambal ulek diatasnya, hias dengan taburan petai

Sumber : *Te It, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020*

## TABEL 11

### KATAN

Lembar : 1 dari 1 Jumlah : 5 Pax  
Tanggal : Maret 2020 Berat : 40 gr  
Jenis : Makanan penutup Temperatur : Hangat  
Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	100 gr	Beras ketan	Dicuci bersih
		6 gr	Garam	
		50 ml	Santan kental	
		2 gr	Daun Pandan	
2	Hasil			
3	Masak	100 gr	Beras ketan	Sampai matang menggunakan <i>rice cooker</i>
		2 gr	Daun Pandan	
		50 ml	Santan kental	
		6 gr	Garam	
4	Sajikan		Ketan	Sebagai hiasan
	Tambahkan		Daun Pandan	

Sumber : Ibu Era, keluarga Binu Minangkabau, 2020

**TABEL 12**

**SARIKAYO**

Lembar : 1 dari 1  
 Tanggal : Maret 2020  
 Jenis : Makanan penutup  
 Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

Jumlah : 5 Pax  
 Berat : 40 gr  
 Temperatur : Dingin

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	135 gr 200 ml 0.5 btr 0.5 gr 2 gr 3 gr 25 gr 2 gr 120 ml	Gula merah Santan kental Telur Adas manis Daun pandan Garam Gula pasir Bubuk agar-agar Air	Di kocok
2	Hasil			
3	Pansakan	120 ml 135 gr 0.5 gr 2 gr	Air Gula merah Adas manis Daun pandan	Hingga gula hancur, lalu disaring
4	Tambahkan	200 ml 0.5 btr 25 gr 3 gr 2 gr	Santan kental Telur Gula pasir Garam Bubuk agar-agar	Di aduk rata, lalu panaskan hingga Mendidih
5	Sajikan			Dengan ketan

Sumber : Ibu Era, keluarga Binu Minangkabau, 2020

**TABEL 13**

**THE TALUA**

Lembar : 1 dari 1  
 Tanggal : Maret 2020  
 Jenis : Minuman  
 Lokasi : Bukittinggi, Sumatera Barat

Jumlah : 5 Pax  
 Berat : 100mL  
 Temperatur : Hangat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	PENJELASAN
1	Persiapan	300 gr 500 ml 40 gr 10 gr 10 gr 30 gr	Telur Air Teh Serbuk Gula pasir Susu kental manis Jeruk nipis	Pisahkan kuningnya     Ambil jusnya
2	Hasil			
3	Kocok	300 gr  10 gr 10 gr	Telur  Gula pasir Susu kental manis	Sampai sedikit mengembang
4	Rebus  Tuangkan	500 ml 40 gr	Air Teh Serbuk	Hingga mendidih  Air teh yang sudah mendidih keatas campuran telur dan gula
5	Tambahkan	30 gr	Jeruk nipis	Untuk menambah rasa
6	Sajikan			Selagi masih hangat

Sumber : *Te Yen, pemilik restoran masakan Minangkabau, 2020.*

#### 1.4.3. Biaya Resep dan Biaya per Porsi

Di dalam akuntansi, *costing* (biaya) memiliki arti suatu system dan proses penghitungan banyak uang atau modal yang dikeluarkan dalam memproduksi suatu barang atau produk yang ada di dalam menjalankan sebuah bisnis. Seperti yang diungkapkan oleh Jack E. Miller dalam penjelasannya, bahwa yang dimaksud dengan *Recipe Costing* adalah “*The standardized recipe cost is a record of ingredients cost required to produce an item sold by your operation*”. Dapat disimpulkan dari teori tersebut bahwa biaya yang dihasilkan dari *standard recipe* adalah data hasil biaya makanan yang diperlukan dalam memproduksi sebuah produk yang akan dijual nantinya.

*Dish costing* menurut Wayne Gisslen “*Portion cost, or raw food cost, is the total cost of all the ingredients in a recipe divided by the number of portions served*”. Dan dapat disimpulkan bahwa *dish costing* adalah biaya yang dikeluarkan dalam proses produksi satu porsi produk

yang tersaji. Paul R. Dittmer juga memberikan sebuah formula untuk menghitung *dish costing*, yaitu sebagai berikut

$$\text{Dish Costing} = \text{Recipe Costing} : \text{Total Portion}$$

#### 1.4.4. Harga Jual

Setelah menghitung *dish costing* setiap item yang ada, kita dapat menentukan *selling price* atau harga jual suatu produk. Penentuan harga jual sangatlah penting, karena harga yang ditentukan dapat berpengaruh terhadap pendapatan yang akan kita terima. Didalam menentukan harga jual suatu produk, kita terlebih dulu harus menentukan berapa besar persentase harga pokok dalam membuat produk itu sendiri. Dalam kasus ini, seperti yang dijelaskan di dalam buku *F&B Cost Control* untuk Hotel dan Restoran (2011:4) karya IBM Wiyasha bahwa “Pada sisi harga pokok, kisaran harga pokok makanan yang dijual di hotel adalah sebesar 35% - 40% dari penjualan”.

**TABEL 14**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**KARUPUAK SANJAI TUNJUK**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Singkong	200	/gr	Rp6.000	Rp1.200
2	Garam	3	/gr	Rp8.000	Rp24
3	Kapur sirih	2	/gr	Rp2.000	Rp4
4	Gula	15	/gr	Rp16.000	Rp240
5	Bawang putih	10	/gr	Rp33.000	Rp330
6	Cabai merah keriting	40	/gr	Rp48.000	Rp1.920
7	Bawang merah	20	/gr	Rp25.000	Rp500
8	Minyak	400	/ml	Rp15.500	Rp6.200
9	Daun Kunyit	2	/gr	Rp25.000	Rp50
	Food Cost 30%	Biaya Resep			Rp10.468
		Biaya Per Porsi			Rp2.093
		Harga Jual			Rp6.978

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 15**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**ASAM PADEH**

<b>NO</b>	<b>BAHAN</b>	<b>JUMLAH</b>	<b>UNIT</b>	<b>HARGA</b>	<b>TOTAL HARGA</b>
1	Daging sapi	400	/gr	Rp120.000	Rp48.000
2	Cabai merah keriting	40	/gr	Rp48.000	Rp1.920
3	Lengkuas	7	/gr	Rp10.000	Rp70
4	Jahe	5	/gr	Rp16.000	Rp80
5	Serai	3	/gr	Rp8.000	Rp24
6	Bawang merah	10	/gr	Rp25.000	Rp250
7	Bawang putih	5	/gr	Rp33.000	Rp165
8	Daun kunyit	2	/gr	Rp25.000	Rp50
9	Tomat	75	/gr	Rp12.000	Rp900
10	Asam kandis	20	/gr	Rp25.000	Rp500
11	Daun jeruk	1	/gr	Rp30.000	Rp30
12	Garam	5	/gr	Rp8.000	Rp40
	Food Cost 35%	Biaya Resep			Rp52.029
		Biaya per Porsi			Rp10.405
		Harga Jual			Rp29.730

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 16**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**NASI PUTIH**

<b>NO</b>	<b>BAHAN</b>	<b>JUMLAH</b>	<b>UNIT</b>	<b>HARGA</b>	<b>TOTAL HARGA</b>
1	Beras Solok	300	/gr	Rp18,000	Rp4,500
2	Daun salam	5	/gr	Rp10,000	Rp50
3	Bawang merah	3	/gr	Rp25,000	Rp75
	Food Cost 30%	Biaya Resep			Rp4,625
		Biaya per Porsi			Rp925
		Harga Jual			Rp3,083

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 17**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**RANDANG**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Daging tanpa lemak	400	/gr	Rp120,000	Rp48,000
2	Daun kunyit	2	/gr	Rp25,000	Rp50
3	Daun salam	3	/gr	Rp10,000	Rp30
4	Daun jeruk	2	/gr	Rp30,000	Rp60
5	Serai	5	/gr	Rp8,000	Rp40
6	Santan	1,5	/lt	Rp10,000	Rp15,000
7	Lengkuas	8	/gr	Rp10,000	Rp80
8	Jahe	5	/gr	Rp16,000	Rp80
9	Cabai merah keriting	45	/gr	Rp48,000	Rp2,160
10	Bawang merah	15	/gr	Rp25,000	Rp375
11	Bawang putih	8	/gr	Rp33,000	Rp164
12	Garam	8	/gr	Rp8,000	Rp64
13	Hati Sapi	50	/gr	Rp10,000	Rp500
		Biaya Resep			Rp66,603
	Food Cost 35%	Biaya per Porsi			Rp13,320
		Harga Jual			Rp38,057

Sumber : *Olahan penulis*, 2020

**TABEL 18**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**AYAM POP & SAMBAL**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Ayam pejantan	600	/gr	Rp70,000	Rp42,000
2	Air kelapa	500	/ml	Rp17,000	Rp8,500
3	Salam	5	/gr	Rp10,000	Rp50
4	Sereh	10	/gr	Rp8,000	Rp80
5	Jahe	10	/gr	Rp16,000	Rp160
6	Gula Pasir	15	/gr	Rp12,500	Rp187
7	Santan kental	170	/ml	Rp10,000	Rp1,700
8	Bawang Putih	50	/gr	Rp33,000	Rp1,650
9	Bawang Merah	75	/gr	Rp25,000	Rp1,875
10	Kemiri	10	/gr	Rp32,000	Rp320
11	Daun jeruk	10	/gr	Rp27,000	Rp270
12	Garam	25	/gr	Rp8,000	Rp200
13	Minyak goreng	300	/ml	Rp15,500	Rp4,650
14	Cabai merah	100	/gr	Rp32,000	Rp3,200
15	Tomat	5	/gr	Rp10,000	Rp50
		Biaya Resep			Rp64,892

Food Cost 35%	Biaya Per Porsi	Rp12,978
	Harga Jual	Rp37,100

Sumber : *Olahan penulis*, 2020

**TABEL 19**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**ITIAK LADO MUDO**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Bebek muda	600	/gr	Rp42,000	Rp25,200
2	Daun jeruk	10	/gr	Rp27,000	Rp270
3	Sereh	10	/gr	Rp8,000	Rp80
4	Asam kandis	5	/gr	Rp25,000	Rp125
6	Cabai hijau	150	/gr	Rp39,000	Rp5,850
7	Bawang merah	50	/gr	Rp25,000	Rp1,250
8	Jahe	5	/gr	Rp16,000	Rp80
9	Lengkuas	5	/gr	Rp10,000	Rp50
10	Merica bulat	7	/gr	Rp88,000	Rp616
11	Kemiri	10	/gr	Rp32,000	Rp320
12	Garam	15	/gr	Rp8,000	Rp120
13	Minyak	50	/ml	Rp15,500	Rp775
14	Daun salam	5	/gr	Rp10,000	Rp50
15	Bawang putih	25	/gr	Rp33,000	Rp825
16	Jeruk nipis	20	/gr	Rp13,000	Rp260
17	Kapulaga	2	/gr	Rp70,000	Rp140
18	Ketumbar halus	1	/gr	Rp13,000	Rp13
19	Santan	100	/ml	Rp10,000	Rp1,000
	Food Cost 35%	Biaya Resep			Rp37,024
		Biaya Per Porsi			Rp7,404
		Harga Jual			Rp21,200

Sumber : *Olahan penulis*, 2020

**TABEL 20**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**PANGKEK IKAN**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Ikan mas	500	/gr	Rp30,000	Rp15,000
2	Bawang merah	43	/gr	Rp25,000	Rp1,075
3	Bawang putih	21	/gr	Rp33,000	Rp693
4	Kunyit	3	/gr	Rp10,000	Rp30
5	Kemiri	25	/gr	Rp20,000	Rp500
6	Cabai merah keriting	35	/gr	Rp48,000	Rp1,680

7	Daun ruku-ruku	15	/gr	Rp25,000	Rp375
8	Asam sundai	10	/gr	Rp50,000	Rp500
9	Daun kunyit	5	/gr	Rp25,000	Rp125
10	Serai	8	/gr	Rp8,000	Rp64
11	Daun salam	3	/gr	Rp10,000	Rp30
12	Daun jeruk	2	/gr	Rp30,000	Rp60
13	Kacang panjang	100	/gr	Rp15,000	Rp1,50
	Food Cost 35%	Biaya Resep			Rp21,632
		Biaya per Porsi			Rp5,408
		Harga Jual			Rp15,451

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 21**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**TARUANG LADO UOK**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Terung	300	/gr	Rp12,000	Rp3,600
2	Tomat	25	/gr	Rp12,000	Rp300
3	Cabai merah keriting	75	/gr	Rp48,000	Rp3,600
4	Bawang merah	10	/gr	Rp25,000	Rp250
5	Garam	5	/gr	Rp8,000	Rp40
	Food Cost 35%	Biaya Resep			Rp7,790
		Biaya per Porsi			Rp1,558
		Harga Jual			Rp4,451

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 22**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**KATAN SARIKAYO**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Ketan	150	/gr	Rp22,000	Rp3,300
2	Garam	9	/gr	Rp8,000	Rp72
3	Santan kental	250	/ml	Rp10,000	Rp2,500
4	Daun Pandan	4	/gr	Rp10,000	Rp40
5	Gula merah	135	/gr	Rp20,000	Rp2,700
6	Telur	0.5	/btr	Rp2,000	Rp1,000
7	Adas manis	0.5	/gr	Rp15,000	Rp50
8	Gula pasir	25	/gr	Rp16,000	Rp400
9	Bubuk agar-agar	2	/gr	Rp4,000	Rp2,285
	Food Cost 30%	Biaya Resep			Rp12,298



	Biaya per Porsi	Rp2,459
	Harga Jual	Rp8,198

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 23**  
**BIAYA RESEP, BIAYA PER PORSI, DAN HARGA JUAL**  
**TEH TALUA**

NO	BAHAN	JUMLAH	UNIT	HARGA	TOTAL HARGA
1	Telur	300	/gr	Rp25,000	Rp7,500
2	Teh Serbuk	40	/gr	Rp4,400	Rp3,520
3	Gula pasir	10	/gr	Rp12,500	Rp125
4	Susu kental manis	10	/gr	Rp10,000	Rp100
5	Jeruk nipis	30	/gr	Rp13,000	Rp390
	Food Cost 30%	Biaya Resep			Rp11,635
		Biaya Per Porsi			Rp2,327
		Harga Jual			Rp7,800

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

**TABEL 24**  
**BIAYA PER SET MENU**

NO	NAMA	BIAYA RESEP	BIAYA PER PORSI	HARGA JUAL PER PORSI
1	Karupak Sanjai Tunjuak	Rp10,468	Rp2,093	Rp6,978
2	Asam Padeh	Rp52,029	Rp10,405	Rp29,730
3	Nasi Putih	Rp4,625	Rp925	Rp3,083
4	Randang	Rp66,603	Rp13,320	Rp38,057
5	Ayam Pop & Sambal	Rp64,892	Rp12,987	Rp37,100
6	Itiak Lado Mudo	Rp37,024	Rp7,404	Rp21,200
7	Pangek Ikan	Rp21,632	Rp5,408	Rp15,451
8	Taruang Lado Uok	Rp7,790	Rp1,558	Rp4,451
9	Katan Sarikayo	Rp12,298	Rp2,459	Rp8,198
10	Teh Talua	Rp11,635	Rp2,327	Rp7,800
	<b>TOTAL</b>	<b>Rp288,996</b>	<b>Rp58,886</b>	<b>Rp172,048</b>

Sumber : *Olahan penulis, 2020*

#### 1.4.5 Nilai Gizi

*Nutritive value* dikenal dengan perhitungan kadar nilai gizi yang terkandung didalam suatu bahan makanan. Gizi adalah suatu zat yang dapat mempengaruhi kondisi tubuh jika dikonsumsi. Untuk menjaga kesehatan dan keperluan gizi di dalam tubuh, sebagai seorang ahli di dalam bidang kuliner, kita harus memperhatikan *nutritive value* yang terkandung didalam masakan yang kita produksi agar aman dikonsumsi oleh konsumen. Didapatkan dari sumber *myfitnesspal.com*, berikut daftar nilai gizi yang terdapat didalam setiap masakan.

**TABEL 25**  
**NILAI GIZI**  
**KARUPUAK SANJAI TUNJUAH**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Singkong	95	38	0.3	1.4
Garam	-	-	-	-
Kapur sirih	-	-	-	-
Gula	98	80	-	-
Bawang putih	55	33	0.5	6
Cabai merah keriting	40	9	0.4	1.9
Bawang merah	32	17	0.1	2.5
Minyak	85	-	100	-
Daun Kunyit	8	6.5	1	8
<b>Total</b>	413	183.5	102.3	19.8
<b>Perporsi</b>	82.6	36.7	20.46	3.96

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 26**  
**NILAI GIZI**  
**ASAM PADEH**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Daging sapi	250	-	15	26
Cabai merah keriting	40	9	0.4	1.9
Kunyit	85	65	10	80
Lengkuas	87	15.3	0.6	1.2
Jahe	80	18	0.8	1.8
Serai	50	28.37	0.49	1.82
Bawang merah	72	17	0.1	2.5
Bawang putih	98	33	0.5	6
Daun kunyit	54	6.5	1	8
Tomat	18	3.9	0.2	0.9
Asam kandis	130	63	0.6	2.8
Daun jeruk	9	9	0.3	1.1
Garam	-	-	-	-
<b>TOTAL</b>	973	268.07	29.99	134.02
<b>Perporsi</b>	194.6	53.614	5.998	26.804

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 27  
NILAI GIZI  
NASI PUTIH**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Beras Solok	130	28	0.3	2.7
Daun salam	11.1	1	-	-
Bawang merah	72	17	0.1	2.5
<b>TOTAL</b>	<b>213.1</b>	<b>46</b>	<b>0.4</b>	<b>5.2</b>
<b>Perpersi</b>	<b>42.62</b>	<b>9.2</b>	<b>0.08</b>	<b>1.04</b>

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 28  
NILAI GIZI  
RANDANG**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Daging sapi	250	-	15	26
Daun kunyit	14	6.5	1	8
Daun salam	11.1	1	-	-
Daun jeruk	29	9	0.3	1.1
Serai	50	28.37	0.49	1.82
Santan	230	6	24	2.5
Lengkuas	23	15.3	0.6	1.2
Jahe	30	18	0.8	1.8
Cabai merah keriting	40	9	0.4	1.9
Bawang merah	72	17	0.1	2.5
Bawang putih	149	33	0.5	6
Garam	-	-	-	-
Biji Pala	2.4	40.1	36.4	7.5
<b>TOTAL</b>	<b>900.5</b>	<b>183.27</b>	<b>79.59</b>	<b>60.32</b>
<b>Perpersi</b>	<b>180.1</b>	<b>36.654</b>	<b>15.918</b>	<b>12.064</b>

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 29  
NILAI GIZI  
AYAM POP&SAMBAL**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Ayam pejantan	1080	-	60	132
Air kelapa	83	21	-	-
Salam	18	4	-	1
Sereh	10	3	-	-
Jahe	20	5	-	-

Gula Pasir	2	1	-	-
Santan kental	57	1	4	1
Bawang Putih	74	17	-	3
Bawang Merah	54	13	-	2
Kemiri	47	-	5	1
Daun jeruk	8	1	-	-
Garam	-	-	-	-
Minyak goreng	2435	-	284	-
Cabai merah	40	9	-	2
Tomat	1	-	-	2
<b>TOTAL</b>	3930	142	353	144
<b>Perpersi</b>	786	28.4	70.6	28.8

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 30**  
**NILAI GIZI**  
**ITIAK LADO MUDO**

Bahan	Kalori	Karbo	Lemak	Protein
Bebek muda	2023	-	171	116
Daun jeruk	8	1	-	-
Sereh	10	3	-	-
Asam kandis	14	2	-	-
Air	-	-	-	-
Cabai hijau	60	30	1	3
Bawang merah	36	8	-	1
Jahe	10	2	-	-
Lengkuas	5	-	-	-
Merica bulat	18	4	-	1
Kemiri	47	-	5	1
Garam	-	-	-	-
Minyak	406	-	47	-
Daun salam	18	4	-	1
Bawang putih	37	8	-	2
Jeruk nipis	26	1	4	4
Kapulaga	6	1	-	-
Ketumbar halus	-	-	-	-
Santan	34	3	2	-
<b>TOTAL</b>	2758	67	230	129
<b>Perpersi</b>	551.6	13.4	46	25.8

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 31**  
**NILAI GIZI**  
**PANGEK IKAN**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Ikan mas	86	-	2	16
Bawang merah	72	17	0.1	2.5
Bawang putih	149	33	0.5	6
Kunyit	34	65	10	80
Kemiri	2	-	-	-
Cabai merah keriting	40	9	0.4	1.9
Daun ruku-ruku	1	-	-	-
Asam sundai	48	63	0.6	2.8
Daun kunyit	14	6.5	1	8
Serai	20	28.37	0.49	1.82
Daun salam	11.1	1	-	-
Daun jeruk	10	9	0.3	1.1
Bucis	31	7	0.1	1.8
<b>TOTAL</b>	518.1	238.87	15.49	121.92
<b>Perporisi</b>	103.62	47.774	3.098	24.384

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 32**  
**NILAI GIZI**  
**TARUANG LADO UOK**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Terung	25	6	0.2	1
Tomat	18	3.9	0.2	0.9
Cabai merah keriting	40	9	0.4	1.9
Bawang merah	72	17	0.1	2.5
Garam	-	-	-	-
<b>TOTAL</b>	155	35.9	0.9	6.3
<b>Perporisi</b>	31	7.18	0.18	1.26

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 33**  
**NILAI GIZI**  
**KATAN SARIKAYO**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Ketan	97	21	0.2	2
Garam	-	-	-	-

Santan kental	230	6	24	2.5
Daun Pandan	24	6	-	35
Gula merah	380	98	0	0.1
Telur	155	1.1	11	13
Adas manis	20	3	-	31
Gula pasir	387	100	-	-
Bubuk agar-agar	26	7	0	0.5
<b>TOTAL</b>	1319	242.1	35.2	84.1
<b>Perporsi</b>	263.8	48.42	7.04	16.82

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

**TABEL 34**  
**NILAI GIZI**  
**TEH TALUA**

<b>Bahan</b>	<b>Kalori</b>	<b>Karbo</b>	<b>Lemak</b>	<b>Protein</b>
Telur	429	2	29	38
Teh Serbuk	9	-	-	-
Gula pasir	49	13	-	-
Susu kental manis	2	-	-	-
Jeruk nipis	-	-	-	-
<b>TOTAL</b>	489	15	29	38
<b>Perporsi</b>	97.8	3	5.8	7.6

Sumber : *myfitnesspal.com*, 2020

## 1.5. Lokasi dan Waktu Presentasi Makanan

### 1.5.1. Lokasi Presentasi Makanan

#### 1. Lokasi Kegiatan Latihan Presentasi Makanan

Penulis melakukan kegiatan latihan presentasi di dapur pribadi penulis yang berlokasi di JL.

Ligar Resik No. 26, Bandung

#### 2. Lokasi Penilaian Panelis

Presentasi dan penilaian oleh panelis akan dilakukan oleh penulis di Dapur Nusantara Restoran

Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung.

### **1.5.2. Waktu Presentasi Makanan**

#### 1. Waktu Kegiatan Latihan Presentasi Makanan

Tanggal 1-2 Juli 2020 (Pukul 10.00-17.00)

#### 2. Waktu Penilaian Panelis

Tanggal 28 Juli 2020 (Pukul 10.10-11.10)