

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Presentasi Masakan**

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia dengan jumlah penduduk hampir dua ratus tujuh puluh juta jiwa dari data pada tahun 2018. Selain dikenal dengan kepadatan penduduk serta wilayah yang luas, Indonesia juga memiliki keanekaragaman hayati kedua terbesar di dunia.

Masakan Indonesia dikenal dengan cita rasanya yang kuat dan merupakan salah satu kuliner terkaya di dunia dengan makanan yang sangat variatif di setiap daerah. Kekayaan jenis masakan Indonesia merupakan cermin dari keberagaman budaya dan tradisi yang ada di enam ribu pulau di Indonesia.

Kalimantan Utara adalah provinsi yang terletak di bagian utara Pulau Kalimantan dengan ibu kota adalah Tanjung Selor. Kalimantan Utara atau Kaltra merupakan salah satu dari sedikit provinsi di Indonesia yang berbatasan langsung dengan negara lain yaitu negara tetangga Malaysia bagian Sabah dan Sarawak.

Penduduk Kalimantan Utara sangat heterogen dan terdiri dari berbagai macam suku bangsa seperti Suku Dayak, Suku Bulungan, Suku Banjar, Suku Tidung, Suku Kutai, dan Suku Tionghoa. Dengan penduduk yang jumlahnya seratus tujuh puluh tujuh ribu jiwa, dapat dikatakan kabupaten ini termasuk salah satu kota yang cukup kecil. Sebagian besar masyarakat Kabupaten Nunukan beragama Islam diikuti dengan Kristen, Katolik, Konghuchu, Hindu, dan Buddha. Dengan keberagaman agama yang ada di Kabupaten Nunukan,

kehidupan umat beragama berjalan relatif harmonis karena hampir tidak pernah terjadi konflik antar masyarakat yang berbeda agama.

Nunukan merupakan kabupaten yang letaknya paling utara dari Provinsi Kalimantan Utara. Hasil – hasil alam yang berada di kabupaten Nunukan mayoritas berasal dari hasil perikanan, perkebunan, dan peternakan. Dalam bidang perkebunan, yang mengalami pertumbuhan paling menonjol adalah kelapa sawit. Dari data Badan Pusat Statistik Kabupaten Nunukan tahun 2014 – 2015 menunjukkan produksi kelapa sawit dapat mencapai angka 303.000 ton. Dalam sektor perikanan, pertumbuhan paling pesat terdapat pada komoditas rumput laut yang hasilnya sebagian besar di kirim ke berbagai pulau bahkan negara.

### **GAMBAR 1.1.**

#### **PETA KABUPATEN NUNUKAN**



Sumber: *Google Image*, 2020

Pariwisata merupakan industri yang memiliki peran penting di mana berwisata sudah menjadi bagian dari kebutuhan manusia. Banyak industri pendukung dalam kegiatan berwisata. Salah satu industri yang memiliki peran penting adalah industri kuliner.

Kabupaten Nunukan merupakan salah satu destinasi pariwisata yang mempunyai daya tarik dalam bidang wisata kuliner yang cukup beragam. Beberapa hidangan yang menjadi khas dari Provinsi Kalimantan Utara ini merupakan hasil dari pencampuran berbagai bangsa. Hal ini dikarenakan penduduk yang tinggal di Kabupaten Nunukan bersifat heterogen. Keheterogenan tersebut tidak lain karena efek dari kegiatan perdagangan yang ada pada zaman dahulu. Hasil asimilasi dari budaya – budaya tersebut mempengaruhi aspek adat istiadat, pakaian adat, sejarah, bahasa, bangunan, dan tentu saja aspek kuliner.

Mayoritas makanan Kabupaten Nunukan menggunakan bahan – bahan baku yang berasal dari laut, hal ini didukung oleh letak geografis Nunukan yang ada di pesisir. Hal ini memberikan keunikan dalam aktivitas bekerja di Nunukan di mana petani yang ada, bertani bukan di darat melainkan di laut. Salah satu produk budidaya terbesar di Nunukan adalah rumput laut. Beberapa contoh kuliner Nunukan yang bahan bakunya berasal berbagai olahan rumput laut adalah dodol rumput laut dan kerupuk rumput laut.

Keunikan makanan Nunukan terdapat dalam bahan dasar yang digunakan, contohnya madu mongso yang menggunakan buah lokal seperti buah elay dan buah terap yang belum terlalu dikenal di Indonesia. Terdapat juga beras Adan yang hanya dapat ditemukan di Desa Krayan, Kabupaten Nunukan serta penggunaan garam gunung di makanan – makanan tradisional Kabupaten Nunukan. Sehubungan dengan pemaparan di atas, penulis ingin mengangkat serta memperkenalkan makanan Nunukan yang mempunyai potensi besar dalam industri kuliner Indonesia karena keunikannya.

Menurut Bapak Muhammad Ude selaku narasumber, mata pencaharian dan makanan pokok masyarakat di Kabupaten Nunukan lebih banyak berasal dari laut, karena letak Kabupaten Nunukan yang berada di daerah pesisir. Tidak hanya dari laut saja, sumber mata pencaharian masyarakat Kabupaten Nunukan juga berasal dari perhutanan yang contohnya adalah beras Adan yang hanya dapat ditemukan di Kabupaten Nunukan dan garam gunung khas Kabupaten Nunukan. Budaya masyarakat di Kabupaten ini juga sangat beragam karena daerahnya yang berbatasan langsung dengan Malaysia. Dari pernyataan yang diberikan oleh narasumber, penulis berharap pernyataan tersebut dapat membantu memvalidasi pemaparan yang telah dicantumkan oleh penulis.

## **1.2. Tujuan dari Presentasi Masakan**

Tugas akhir presentasi makanan ini dibuat dengan harapan dapat mencapai tujuan dan target yang dikategorikan menjadi 2 bagian, yaitu :

### **1.2.1. Tujuan Formal**

Tugas akhir ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan Program Diploma III, Program Studi Manajemen Tata Boga di Sekolah Tinggi Pariwisata NHI Bandung.

### **1.2.2. Tujuan Operasional**

- a. Melatih dan menguji pengetahuan serta kemampuan penulis yang telah menjalani pembelajaran selama kurang lebih 3 (tiga) tahun di Program Studi Manajemen Tata Boga.
- b. Membantu mempromosikan serta melestarikan kuliner Kabupaten Nunukan yang jarang diketahui masyarakat.

- c. Untuk menambah pengetahuan dan wawasan penulis mengenai kuliner Kabupaten Nunukan.
- d. Memberikan referensi menu baru bagi pembisnis khususnya yang bergerak di bidang kuliner.

### **1.3. Usulan Masakan Kuliner Kabupaten Nunukan**

Penulis akan melakukan presentasi produk berupa menu makanan Kabupaten Nunukan. Menu tersebut akan dipresentasikan dengan konsep *rijsttafel* menu yang merupakan tata cara dalam menghadirkan makanan khas Indonesia yang telah menjadi tradisi sejak zaman penjajahan Belanda. Menu yang akan disajikan adalah sebagai berikut :

#### **Madu Mongso**

(Kudapan dari ketan hitam yang difermentasi dengan buah elay dan buah terap yang kemudian dicampur dengan santan dan gula merah)

\*\*\*

#### **Luba Laya**

(Lontong sebagai karbohidrat yang terbuat dari beras adan yang dibungkus dengan daun pisang)

\*\*\*

#### **Biter Sadai**

(Makanan pendamping luba laya yang terbuat dari beras, sawi, tepung, dan garam gunung yang dimasak dengan cara direbus)

\*\*\*

### **Daun Singkong Tumbuk**

(Makanan pendamping luba laya ini terbuat dari daun singkong yang dimasak dengan bawang merah, jahe, dan garam gunung)

\*\*\*

### **Lawa Mentimun**

(Mentimun dicampur kelapa parut, bawang merah dan udang jerbung yang telah digoreng kering)

\*\*\*

### **Tumis Temburung**

(Temburung yang dimasak dengan bumbu merah)

\*\*\*

### **Sate Ikan Pari**

(Ikan pari yang dimarinasi dengan bumbu halus, ditusuk, dan dibakar)

\*\*\*

### **Sambal Acar Mangga**

(Sambal acar berbahan dasar mangga, bawang merah, tomat, dan cabai rawit)

\*\*\*

### **Kue Inalog**

(Kue yang terbuat dari campuran tepung eloi, parutan kelapa, garam, dan gula pasir)

## **1.4. Tinjauan Produk**

### **1.4.1. Tema Masakan Kuliner Kabupaten Nunukan**

Dalam Tugas Akhir *Food Presentation* ini, penulis telah menentukan tema yaitu eksplorasi terhadap kuliner Kabupaten

Nunukan yang terletak di Provinsi Kalimantan Utara. Konsep *rijsttafel* menu adalah konsep penyajian menu yang telah dipilih oleh penulis.

*Rijsttafel* itu sendiri merupakan konsep penyajian bangsa Belanda yang dianut oleh bangsa Indonesia sejak zaman penjajahan dulu. Kata '*rijsttafel*' sendiri berasal dari bahasa Belanda, dimana *Rijst* berarti "nasi" dan *tafel* yang berarti "meja" dan merupakan kiasan dari "hidangan".

#### **1.4.2. Jenis Masakan**

Hidangan – hidangan berikut tidak hanya berasal dari Kabupaten Nunukan melainkan ada yang berasal dari daerah Suku Dayak dan lainnya yang berada di Kabupaten Nunukan, Kalimantan Utara. Berikut penjelasan dari setiap hidangan yang akan disajikan oleh penulis :

##### 1) Madu Mongso

Madu Mongso merupakan camilan yang dikenal berasal dari Pulau Jawa. Namun, Nunukan memiliki madu mongso yang otentik dan berbeda dari yang biasa ditemukan di pulau lainnya. Perbedaannya terdapat pada penggunaan buah khas asal Kalimantan yaitu buah elay dan buah terap. Buah elay menyerupai buah durian yang hanya dapat ditemukan di Kalimantan sementara buah terap memiliki cita rasa menyerupai nangka. Untuk proses pembuatannya sendiri tidak berbeda jauh dari madu mongso pada umumnya. Saat ini, olahan madu mongso

merupakan salah satu oleh – oleh khas Kabupaten Nunukan yang sudah dipasarkan di pulau Jawa dan diimpor ke Malaysia.

Menurut pemaparan dari saudari Ellyta Rahma yang merupakan salah satu penduduk lokal Kabupaten Nunukan, camilan madu mongso memang terkenal berasal dari Pulau Jawa namun madu mongso khas Nunukan memiliki berbagai macam rasa yang tidak ada di pulau lainnya, contohnya madu mongso rasa buah elay dan terap. Buah – buah tersebut hanya ada di Kalimantan dan keunikan buah ini yang membuat madu mongso menjadi oleh – oleh khas Kalimantan. Info yang dikutip dari LPPOM MUI, madu mongso khas Nunukan merupakan satu dari lima produk halal yang telah disertifikasi.

### **GAMBAR 1.2.**

#### **ILUSTRASI MADU MONGSO**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

#### 2) Luba Laya

Luba laya atau yang biasa disebut Lubak Laya berarti Nasi Lembek. Beras dimasak dengan air yang kemudian dibungkus dengan daun itip (sejenis daun pisang hutan) yang akan memberikan aroma yang harum. Merupakan salah satu makanan pokok masyarakat khas suku Dayak Lunyadeh yang ada di Kecamatan Krayan, Kabupaten Nunukan. Makanan ini memiliki

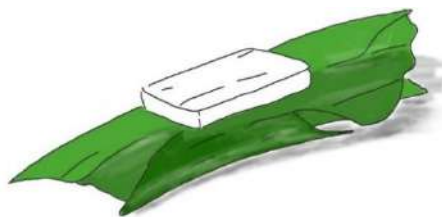


bentuk yang mirip dengan lontong, namun terdapat perbedaan yaitu pada beras yang digunakan. Makanan ini menggunakan beras adan yang hanya bisa ditemukan di Desa Krayan, Nunukan. Beras adan merupakan beras lokal budidaya masyarakat Krayan yang memiliki tekstur yang lebih halus, aroma yang harum serta cita rasa yang khas.

Menurut pemaparan dari saudari Ellyta, jika dilihat sepintas Luba Laya memang hampir tidak ada bedanya dengan lontong. Bedanya, Luba Laya menggunakan beras organik adan Krayan yang hanya bisa didapatkan di Desa Krayan, Kabupaten Nunukan. Menurut narasumber, banyak warga Malaysia dan Brunei yang sengaja datang ke Kabupaten Nunukan hanya untuk mencicipi Luba Laya.

### **GAMBAR 1.3.**

#### **ILUSTRASI LUBA LAYA**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

### 3) Biter Sadai

Biter memiliki tekstur yang mirip dengan bubur namun uniknya walaupun dimasak menggunakan beras dan dikentalkan dengan tepung, biter biasanya disajikan sebagai makanan pendamping luba laya. Pada masa sekarang, biter sudah lebih

jarang ditemukan karena terdapat banyak kesulitan dalam proses pengolahannya sehingga makanan ini sering diganti dengan soto ayam. Bahan utama biter adalah jamur – jamur kecil yang tumbuh di pohon terap atau pohon mangga yang di mana jamur harus dikeringkan dan dicampur dengan daun afa (daun yang hanya tumbuh di hutan krayan). Biter merupakan makanan khas Suku Dayak Lunyadeh yang memiliki beberapa jenis yang berbeda, salah satunya yaitu Biter Sadai. Makanan ini memiliki proses pembuatan yang lebih mudah karena menggunakan bahan dasar yang lebih mudah dicari yaitu sawi pahit. Biter Sadai memiliki kecenderungan rasa yang lebih pahit yang ditimbulkan dari bahan utamanya yaitu sawi pahit.

#### **GAMBAR 1.4.**

#### **ILUSTRASI BITER SADAI**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

#### 4) Daun Singkong Tumbuk

Makanan ini merupakan makanan pendamping dari suku Dayak. Di Nunukan sendiri, sajian ini merupakan makanan yang biasanya mendampingi luba laya. Proses pembuatannya sendiri cukup sederhana yaitu dengan merebus daun singkong yang

kemudian ditumbuk dengan bahan lainnya menggunakan ulekan serta dibumbui dengan garam gunung khas Nunukan.

**GAMBAR 1.5.**

**ILUSTRASI DAUN SINGKONG TUMBUK**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

5) Lawa Mentimun

Lawa merupakan makanan khas dari kerajaan Bulungan yang merupakan salah satu kerajaan yang terletak di Kalimantan Utara. Lawa yang khas dari Nunukan adalah lawa mentimun. Beberapa bahan utama dalam sajian ini antara lain mentimun, kelapa sangrai, dan udang jerbung. Meskipun makanan ini tergolong cukup sederhana, namun sangat disukai karena memiliki rasa yang sangat gurih sehingga sangat menggugah selera serta menyehatkan karena dapat menurunkan kadar kolestrol dan tekanan darah tinggi.

**GAMBAR 1.6.**

**ILUSTRASI LAWA MENTIMUN**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

#### 6) Tumis Temburung

Tumis temburung adalah hidangan yang terbuat dari hewan laut sejenis kerang yang memiliki bentuk cangkang yang unik karena berbentuk seperti terompet. Makanan ini menjadi salah satu makanan khas dari Kalimantan Utara dikarenakan kekayaan dalam hasil laut yang dimiliki sangat melimpah dan salah satunya adalah temburung. Makanan ini merupakan makanan wajib pada saat acara pergantian tahun baru.

#### **GAMBAR 1.7.**

#### **ILUSTRASI TUMIS TEMBURUNG**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

#### 7) Sate Ikan Pari

Sate ini merupakan salah satu makanan khas Kalimantan Utara yang biasanya sering digunakan sebagai makanan pendamping nasi subut. Diolah dengan membakar ikan pari yang sudah dibumbui dengan rempah – rempah, makanan ini merupakan salah satu makanan yang sangat disukai turis pada saat mengunjungi Kalimantan Utara.

**GAMBAR 1.8.**  
**ILUSTRASI SATE IKAN PARI**

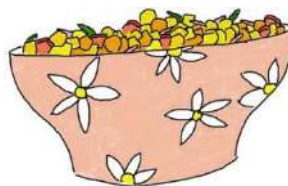


Sumber: Olahan Penulis, 2020

8) Sambal Acar Mangga

Bahan utama dalam pembuatan sambal acar mangga adalah mangga, bawang merah, tomat, dan cabai rawit. Karena memiliki rasa yang segar dan agak asam, sambal ini sangat digemari di Nunukan bahkan seringkali dijadikan oleh – oleh karena makanan ini sangat cocok untuk meningkatkan nafsu makan penyantapnya.

**GAMBAR 1.9.**  
**ILUSTRASI SAMBAL ACAR MANGGA**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

9) Kue Inalog

Kue Inalog merupakan kue berbentuk butiran kecil yang terbuat dari tepung eloi atau nato basah sebagai bahan dasar. Tepung eloi merupakan tepung yang terbuat dari sari pati umbi. Kue Inalog memiliki cita rasa manis dari gula dan gurih dari

parutan kelapa dan garam. Makanan ini biasanya disajikan dalam keadaan hangat.

**GAMBAR 1.10.**

**ILUSTRASI KUE INALOG**



Sumber: Olahan Penulis, 2020

### 1.4.3. *Standard Recipe*

**TABEL 1.1.**

***STANDARD RECIPE***

**Madu Mongso**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 20 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Suhu Ruang
Jenis Hidangan	: Kudapan	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Nunukan	Waktu Penyajian	: 115 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	40 g 10 g 10 g 50 ml 10 g	Beras ketan hitam Buah elay Buah terap Santan Gula merah	Dagingnya saja Dagingnya saja
2	Hasil			
3	Rendam		Beras ketan hitam	Kurang lebih 2 jam
4	Cuci		Beras ketan hitam	Dengan air bersih
5	Kukus		Beras ketan hitam	Hingga matang
6	Campurkan		Buah elay Buah terap	Dengan beras ketan dan aduk hingga merata (proses fermentasi)
7	Didihkan		Santan	Hingga minyaknya terpisah
8	Tambahkan		Gula merah	
9	Masukkan		Tapai ketan hitam	Aduk hingga teksturnya menjadi agak keras
10	Sajikan			Dibungkus dengan kertas minyak

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.2.*****STANDARD RECIPE*****Luba Laya**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 100 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Panas
Jenis Hidangan	: Makanan Utama	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Nunukan	Waktu Penyajian	: 33 menit

<b>NO</b>	<b>METODE</b>	<b>KUANTITI</b>	<b>BAHAN</b>	<b>KETERANGAN</b>
1	Persiapan	150 g 1.5 l 5 g	Beras Adan Air Daun pisang	Cuci tiga kali sampai bersih
2	Hasil			
3	Siapkan			<i>Sauce pan</i>
4	Letakkan		Beras Adan Air	Ke dalam <i>sauce pan</i> tunggu sampai mulai menjadi bubur
5	Aduk			Setiap 2 menit hingga nasi menjadi agak lembek
6	Siapkan		Daun pisang	Bungkus nasi yang sudah lembek
7	Sajikan			Luba laya dengan lauk lainnya

Sumber: PDIP Kreatif, 2018



**TABEL 1.3.****STANDARD RECIPE****Biter Sadai**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 80 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Panas
Jenis Hidangan	: Makanan Pendamping	Alat Saji	: Mangkuk
Asal Daerah	: Nunukan	Waktu Penyajian	: 27 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	30 g 170 g 1 l 3 g 5 g	Beras Sawi Air Tepung tapioka Garam Gunung	Cuci tiga kali sampai bersih Potong 3 cm Larutkan dengan air
2	Hasil			
3	Siapkan			<i>Sauce pan</i>
4	Didihkan		Air	
5	Masukkan		Beras	
6	Aduk			Kurang lebih 15 menit hingga nasi menjadi agak matang
7	Tambahkan		Sawi Tepung tapioka	Aduk hingga rata dan mengental
8	Bumbui		Garam gunung	Aduk rata
9	Sajikan			Biter Sadai sebagai makanan pendamping luba laya

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.4.****STANDARD RECIPE****Daun Singkong Tumbuk**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 60 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Panas
Jenis Hidangan	: Makanan Pendamping	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Nunukan	Waktu Penyajian	: 26 menit

<b>NO</b>	<b>METODE</b>	<b>KUANTITI</b>	<b>BAHAN</b>	<b>KETERANGAN</b>
1	Persiapan	200 g 10 ml 30 g 10 g 3 g 3 g 3 g 100 ml 5 g	Daun singkong Minyak Goreng Bawang merah Bawang putih Jahe Lengkuas Cabai Merah Air Garam Gunung	Daunnya saja  Kupas, iris tipis Kupas, iris tipis Kupas, memarkan Kupas, memarkan Iris serong
2	Hasil			
3	Panaskan		Minyak goreng	
4	Tumis		Bawang merah Bawang putih Jahe Lengkuas Cabai Merah	Hingga aromanya keluar
5	Masukkan		Daun Singkong	Masak hingga layu
6	Tambahkan		Air	
7	Bumbui		Garam gunung	Aduk rata
8	Tumbuk			Daun singkong
9	Sajikan			Sebagai makanan pendamping luba laya

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.5.

**STANDARD RECIPE****Lawa Mentimun**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 60 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Suhu ruang
Jenis Hidangan	: Makanan Pendamping	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Kalimantan Utara	Waktu Penyajian	: 30 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	80 g 180 g 20 g 500 ml 2 g 20 g 3 g 2 g	Timun Udang jerbung Kelapa parut Minyak goreng Lada hitam Bawang merah Garam Gula pasir	Kupas, buang biji, potong <i>julienne</i> Tanpa kepala dan <i>de vein</i> Sangrai kering  Haluskan
2	Hasil			
3	Panaskan		Minyak goreng	Goreng udang hingga matang
4	Sangrai		Kelapa parut	Hingga kering dan kecoklatan
5	Campurkan		Lada Hitam Bawang Merah Garam Gula Pasir	Aduk rata
6	Campurkan		Timun Kelapa parut Udang jerbung	Dengan adonan bawang merah dan aduk rata
7	Sajikan			Lawa mentimun dengan luba laya dan lauk lain

Sumber: Deckytri [budaya-indonesia.org](http://budaya-indonesia.org), 2017 (dengan beberapa penambahan)

**TABEL 1.6.****STANDARD RECIPE****Tumis Temburung**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 80 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Panas
Jenis Hidangan	: Makanan Utama	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Kalimantan Utara	Waktu Penyajian	: 37 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	300 g 10 g 3 g 1 g 1 g 4 g 10 ml 20 ml 100 ml  80 g 20 g 8 g 2 g  5 g 2 g 6 g 8 g	Temburung Serai Lengkuas Daun salam Daun jeruk Asam jawa Kecap manis Minyak goreng Air  Bumbu halus Bawang merah Bawang putih Cabai merah Cabai rawit merah Jahe Ketumbar Garam Gula	Dagingnya saja Memarkan Kupas, memarkan  Larutkan  Kupas, haluskan Kupas, haluskan Buang biji, haluskan Haluskan  Kupas, haluskan Sangrai, haluskan
2	Hasil			
3	Panaskan		Minyak goreng	Dalam sebuah wajan
4	Masukkan		Bumbu halus Daun jeruk Daun salam Lengkuas Serai	Masak hingga matang dan beraroma
5	Tambahkan		Kecap manis Air asam jawa Air	Aduk rata
6	Masukkan		Temburung	Aduk rata
7	Bumbui		Garam Gula	Masak hingga bumbu meresap
8	Sajikan			

Sumber: PROKAL.,CO, 2015 (dengan beberapa perubahan dan penambahan)

**TABEL 1.7.**  
**STANDARD RECIPE**

**Sate Ikan Pari**

Halaman	: 1 dari 2	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 100 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Panas
Jenis Hidangan	: Makanan Utama	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Kalimantan Utara	Waktu Penyajian	: 47 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	500 g 20 g 10 g 3g 1 g 1 g 10 100 ml 20 ml  80 g 25 g 10 g  3 g 7 g 10 ml 8 g 1 g 3 g	Ikan Pari Jeruk nipis Serai Lengkuas Daun Jeruk Daun Salam Tusuk sate Air Minyak goreng  Bumbu halus Bawang merah Bawang putih Kunyit  Cabai merah Jahe Kecap Manis Madu Merica Garam	<i>Skinless</i> , dagingnya saja, potong dadu Airnya saja Memarkan Kupas memarkan  Kupas, haluskan Kupas, haluskan Bakar, kupas, haluskan Haluskan Kupas, haluskan
2	Hasil			
3	Campurkan		Ikan pari Jeruk nipis Daun jeruk Daun salam	Di dalam sebuah wadah dan sisihkan
4	Panaskan		Minyak goreng	Dalam sebuah wajan
5	Masak		Bumbu halus Lengkuas Serai	Hingga matang dan beraroma
6	Tambahkan		Air Kecap manis Madu	Aduk rata, sisihkan
7	Bumbui		Garam Merica	

**LANJUTAN TABEL 1.7.*****STANDARD RECIPE*****Sate Ikan Pari**

Halaman	: 2 dari 2	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 100 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Panas
Jenis Hidangan	: Makanan Utama	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Kalimantan Utara	Waktu Penyajian	: 47 menit

<b>NO</b>	<b>METODE</b>	<b>KUANTITI</b>	<b>BAHAN</b>	<b>KETERANGAN</b>
8	Masukkan		Ikan pari	Aduk rata
9	Tusukkan			Ikan pari yang sudah dibumbui
10	Bakar			Ikan pari hingga matang
11	Sajikan			

Sumber: PDIP Kreatif, 2018 (dengan sedikit penambahan dan perubahan)

**TABEL 1.8.*****STANDARD RECIPE*****Sambal Acar Mangga**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 30 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Suhu ruang
Jenis Hidangan	: Makanan Penyerta	Alat Saji	: Mangkuk
Asal Daerah	: Nunukan	Waktu Penyajian	: 10 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	120 g 10 g 2 g 30 g 1 ml 10 g 15 ml 8 g 1 g	Mangga Bawang merah Cabai rawit Tomat Cuka diksi Jeruk Nipis Air Gula Garam	Dagingnya saja, potong <i>macedoine</i> Kupas, iris tipis Iris Buang biji, potong <i>macedoine</i> Air dan parutan kulit
2	Hasil			
3	Larutkan		Gula Garam Air	Di dalam wadah
4	Campurkan		Cuka diksi Jeruk nipis	Aduk hingga rata
5	Masukan		Mangga Bawang merah Cabai rawit Tomat	Aduk hingga rata
6	Sajikan			

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.9.**  
**STANDARD RECIPE**

**Kue Inalog**

Halaman	: 1 dari 1	Jumlah Porsi	: 5 porsi
Tanggal	: 10 Maret 2020	Porsi penyajian	: 20 g
Revisi	: 25 Agustus 2020	Suhu Penyajian	: Hangat
Jenis Hidangan	: Makanan Penutup	Alat Saji	: Piring
Asal Daerah	: Nunukan	Waktu Penyajian	: 14 menit

NO	METODE	KUANTITI	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	70 g 35 ml 10 g 2 g 30 g 3 g	Tepung Eloi Air Gula Garam Kelapa Parut Daun Pisang	
2	Hasil			
3	Campur		Tepung Eloi Gula Garam Kelapa parut	Remas-remas hingga berbentuk butir – butir kecil di atas wajan yang sudah dipanasi
4	Ditutup		Daun pisang	
5	Masak			Adonan kue inalog hingga menjadi putih dan sedikit kecoklatan
6	Sajikan			Kue Inalog selagi hangat

Sumber: Olahan Penulis, 2020

#### **1.4.4. Recipe Costing, Dish Costing, dan Selling Price**

Penghitungan biaya menu adalah langkah yang harus dilakukan setelah standar resep selesai dibuat. Hal yang pertama kali dilakukan penulis adalah menghitung *recipe costing*. *Recipe costing* bertujuan untuk menghitung biaya suatu produk dari setiap bahan makanan sesuai standar resep yang telah dibuat. Adapun cara untuk menghitung *recipe costing* adalah berikut :



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

Sumber: Jaey Blogspot, 2015

Langkah berikutnya yang harus dilakukan setelah *recipe costing* adalah menghitung *dish costing*. *Dish costing* merupakan perhitungan biaya suatu produk per satu porsi produk makanan.

Adapun cara untuk menghitung *dish costing* adalah berikut :

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

Sumber: Jaey Blogspot, 2015

Perhitungan *Recipe costing* dan *Dish costing* berfungsi untuk membuat juru masak mengetahui berapa besar pengeluaran dari suatu produk makanan.

Perhitungan yang ketiga adalah *selling price*. Penghitungan ini dilakukan untuk menentukan nominal harga jual suatu produk. Persentase *selling price* yang dinyatakan baik adalah yang *food cost* nya berada di kisaran antara 25-35%. Adapun cara untuk menghitung *selling costing* adalah berikut :

$$\text{Selling Price} = \frac{100}{\text{Food Cost}} \times \text{Dish Costing}$$

Sumber: Aida Behmen, 2010

Penulis mengharapkan setelah mempelajari dan mengetahui mengenai *recipe costing*, *dish costing*, dan *selling price*, ilmu

tersebut dapat diterapkan dalam penyusunan menu penulis pada Tugas Akhir *Food Presentation* ini.

**TABEL 1.10.**

***RECIPE COSTING***

**Madu Mongso**

**Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Beras ketan hitam	40	gr	20,000	kg	800
2	Buah elay	50	gr	80,000	kg	4,000
3	Buah terap	50	gr	80,000	kg	4,000
4	Santan	50	ml	27,500	ltr	1,375
5	Gula merah	10	gr	15,000	kg	150
<b>FOOD COST 30%</b>		<b>Recipe Costing for 5</b>				<b>Rp 10,325.00</b>
		<b>Dish Costing for 1</b>				<b>Rp 2,065.00</b>
		<b>Selling Price per pax</b>				<b>Rp 6,883.33</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.11.**

***RECIPE COSTING***

**Luba Laya**

**Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Beras Adan	150	gr	50,000	kg	7,500
2	Air	1.5	ltr	-	-	-
3	Daun Pisang	5	gr	13,000	kg	65
<b>FOOD COST 30%</b>		<b>Recipe Costing for 5</b>				<b>Rp 7,565.00</b>
		<b>Dish Costing for 1</b>				<b>Rp 1,513.00</b>
		<b>Selling Price per pax</b>				<b>Rp 5,053.33</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.12.

**RECIPE COSTING****Biter Sadai****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Beras	30	gr	10,950	kg	328.5
2	Sawi	170	gr	12,000	kg	2,040
3	Air	1	ltr	-	-	-
4	Tepung Tapioka	3	gr	15,000	kg	45
5	Garam Gunung	5	gr	130,000	kg	650
<b>FOOD COST 25%</b>		<b>Recipe Costing for 5</b>				<b>Rp 3,063.50</b>
		<b>Dish Costing for 1</b>				<b>Rp 612.70</b>
		<b>Selling Price per pax</b>				<b>Rp 2,450.80</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.13.

**RECIPE COSTING****Daun Singkong Tumbuk****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Daun Singkong	250	gr	14,000	kg	3,500
2	Minyak Goreng	10	ml	15,000	ltr	150
3	Bawang merah	30	gr	28,200	kg	846
4	Bawang putih	10	gr	38,100	kg	381
5	Jahe	3	gr	45,000	kg	135
6	Lengkuas	3	gr	30,000	kg	90
7	Cabai merah	3	gr	34,500	kg	103.5
8	Air	100	ml	-	-	-
9	Garam Gunung	5	gr	130,000	kg	650
<b>FOOD COST 35%</b>		<b>Recipe Costing for 5</b>				<b>Rp 5,855.50</b>
		<b>Dish Costing for 1</b>				<b>Rp 1,171.10</b>
		<b>Selling Price per pax</b>				<b>Rp 3,346.00</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.14.**  
**RECIPE COSTING**

**Lawa Mentimun**

**Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Timun	140	gr	15,000	kg	2,100
2	Udang jerbung	180	gr	55,000	kg	9,900
3	Kelapa parut	20	gr	20,000	kg	400
4	Lada hitam	2	gr	120,000	kg	240
5	Bawang merah	20	gr	28,200	kg	564
6	Minyak goreng	500	ml	15,000	ltr	7,500
7	Garam	3	gr	3,500	pack (250gr)	42
8	Gula	2	gr	12,500	kg	25
<b>FOOD COST 30%</b>				<b>Recipe Costing for 5</b>		<b>Rp 20,771.00</b>
				<b>Dish Costing for 1</b>		<b>Rp 4,154.20</b>
				<b>Selling Price per pax</b>		<b>Rp 13,847.33</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.15.**  
**RECIPE COSTING**

**Tumis Temburung**

**Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Temburung	300	gr	45,000	kg	13,500
2	Serai	10	gr	30,000	kg	300
3	Lengkuas	3	gr	30,000	kg	90
4	Daun salam	1	gr	25,000	kg	25
5	Daun Jeruk	1	gr	24,600	kg	24.6
6	Asam Jawa	4	gr	50,000	kg	200
7	Kecap manis	10	ml	7,850	Btl (135ml)	581.48
8	Minyak goreng	20	ml	15,000	ltr	300
9	Air	100	ml	-	-	-

LANJUTAN TABEL 1.15.

*RECIPE COSTING***Tumis Temburung****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
10	Bawang merah	80	gr	28,200	kg	2,256
11	Bawang putih	20	gr	38,100	kg	762
12	Cabai merah	8	gr	34,500	kg	276
13	Cabai rawit merah	2	gr	33,500	kg	67
14	Jahe	5	gr	45,000	kg	225
15	Ketumbar	2	gr	30,000	kg	60
16	Garam	6	gr	3,500	pack (250gr)	84
17	Gula	8	gr	12,500	kg	100
<b>FOOD COST 30%</b>		<b>Recipe Costing for 5</b>				<b>Rp 18,851.08</b>
		<b>Dish Costing for 1</b>				<b>Rp 3,770.22</b>
		<b>Selling Price per pax</b>				<b>Rp 12,567.39</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.16.

*RECIPE COSTING***Sate Ikan Pari****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Ikan pari	1.3	kg	45,000	kg	58,500
2	Jeruk Nipis	20	gr	23,000	kg	460
3	Serai	10	gr	30,000	kg	300
4	Lengkuas	3	gr	30,000	kg	90
5	Daun jeruk	1	gr	24,600	kg	24.6
6	Daun salam	1	gr	25,000	kg	25
7	Tusuk sate	10	pcs	12,000	100 pcs	1,200
8	Air	100	ml	-	-	-
9	Minyak goreng	20	ml	15,000	ltr	300
10	Bawang merah	80	gr	28,200	kg	2,256
11	Bawang putih	25	gr	38,100	kg	952.5

## LANJUTAN TABEL 1.16.

*RECIPE COSTING***Sate Ikan Pari****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
12	Cabai merah	3	gr	34,500	kg	103.5
13	Kunyit	10	gr	20,000	kg	200
14	Jahe	7	gr	45,000	kg	315
15	Kecap manis	10	ml	7,850	Btl (135ml)	581.48
16	Madu	8	gr	47,000	Btl (500 gr)	752
17	Merica	1	gr	7,500	pack (100gr)	75
18	Garam	3	gr	3,500	pack (250gr)	42
<b>FOOD COST 35 %</b>		<b>Recipe Costing for 5</b>				<b>Rp 66,177.08</b>
		<b>Dish Costing for 1</b>				<b>Rp 13,235.42</b>
		<b>Selling Price per pax</b>				<b>Rp 37,815.47</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

## TABEL 1.17.

*RECIPE COSTING***Sambal Acar Mangga****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Mangga	250	gr	30,000	kg	7,500
2	Bawang merah	10	gr	28,200	kg	282
3	Cabai Rawit	2	gr	30,000	kg	60
4	Tomat	50	gr	14,100	kg	705
5	Cuka diksi	1	ml	12,500	btl (650ml)	19.23
6	Jeruk Nipis	10	gr	23,000	kg	230
7	Air	15	ml	-	-	-
8	Gula	8	gr	12,500	kg	100

LANJUTAN TABEL 1.17.

**RECIPE COSTING****Sambal Acar Mangga****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
9	Garam	1	gr	3,500	pack (250gr)	14
<b>FOOD COST 30 %</b>			<b>Recipe Costing for 5</b>			<b>Rp 8,910.23</b>
			<b>Dish Costing for 1</b>			<b>Rp 1,782.05</b>
			<b>Selling Price per pax</b>			<b>Rp 5,940.17</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.18.

**RECIPE COSTING****Kue Inalog****Yield : 5 portions**

No	Nama	Kuantitas		Pasar		Total Harga (dalam rupiah)
		Jumlah	Satuan	Harga	Satuan	
1	Tepung eloi	70	gr	60,000	kg	4,200
2	Air	35	ml	-	-	-
3	Gula	10	gr	12,500	kg	125
4	Garam	2	gr	3,500	pack (250gr)	28
5	Kelapa parut	30	gr	20,000	kg	600
6	Daun pisang	3	gr	13,000	kg	39
<b>FOOD COST 25%</b>			<b>Recipe Costing for 5</b>			<b>Rp 4,992.00</b>
			<b>Dish Costing for 1</b>			<b>Rp 998.40</b>
			<b>Selling Price per pax</b>			<b>Rp 3,993.60</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

### 1.4.5. *Nutritional Value*

Pada era sekarang, pertimbangan seseorang ketika mengkonsumsi suatu makanan bukan hanya fokus pada rasa dari makanan itu saja, melainkan juga pada kandungan nutrisi dari makanan tersebut. Nutrisi sendiri terdapat dari zat – zat yang terkandung pada suatu makanan yang kemudian akan diproses oleh tubuh dan menjadi sumber nutrisi atau gizi bagi tubuh kita. Nilai – nilai nutrisi akan dicantumkan oleh penulis dengan standar resep yang telah disusun. Nilai yang akan dicantumkan berupa kandungan kalori, karbohidrat, lemak, protein, gula, dan sodium. Berikut tabel nilai nutrisi di setiap masakan yang disusun oleh penulis:

**TABEL 1.19.**

#### ***NUTRITIONAL VALUE***

#### **Madu Mongso**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
1	Beras ketan hitam	40	38.80	8.436	0.076	0.808	0.02
2	Buah elay	10	10.08	2.14	0.034	0.111	1.468
3	Buah terap	10	10.08	2.14	0.034	0.111	1.468
4	Santan	50	115.00	2.765	12.00	2.20	0.00
5	Gula merah	10	37.70	9.74	0.00	0.00	9.20
<b>TOTAL</b>			<b>211.66</b>	<b>25.221</b>	<b>12.14</b>	<b>3.23</b>	<b>12.156</b>
<b>Per Portion</b>			<b>42.332</b>	<b>5.004</b>	<b>2.429</b>	<b>0.646</b>	<b>2.431</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020



TABEL 1.20.

*NUTRITIONAL VALUE***Luba Laya**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
1	Beras Adan	150	244.80	52.80	0.60	4.80	0.12
<b>TOTAL</b>			<b>244.80</b>	<b>52.80</b>	<b>0.60</b>	<b>4.80</b>	<b>0.12</b>
<b>Per Portion</b>			<b>48.96</b>	<b>10.56</b>	<b>0.12</b>	<b>0.96</b>	<b>0.024</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.21.

*NUTRITIONAL VALUE***Biter Sadai**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
1	Beras	30	61.20	13.20	0.15	1.20	0.03
2	Sawi	170	149.60	28.56	0.00	16.32	0.00
3	Tepung Tapioka	3	10.92	2.289	0.029	0.31	0.008
4	Garam gunung	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>TOTAL</b>			<b>221.72</b>	<b>44.049</b>	<b>0.179</b>	<b>17.83</b>	<b>0.038</b>
<b>Per Portion</b>			<b>44.344</b>	<b>8.809</b>	<b>0.036</b>	<b>3.566</b>	<b>0.008</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.22.

*NUTRITIONAL VALUE***Daun Singkong Tumbuk**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
1	Daun singkong	200	148.00	28.00	0.00	16.00	0.00
2	Minyak goreng	10	88.40	0.00	10.00	0.00	0.00
3	Bawang merah	30	21.60	5.10	0.03	0.75	0.00
4	Bawang putih	10	14.90	3.30	0.05	0.60	0.10
5	Jahe	3	2.40	0.54	0.03	0.06	0.06
6	Lengkuas	3	4.47	0.45	0.03	0.03	0.00
7	Cabai merah	3	1.20	0.264	0.012	0.057	0.159
8	Garam gunung	5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>TOTAL</b>			<b>280.97</b>	<b>37.654</b>	<b>10.152</b>	<b>17.497</b>	<b>0.319</b>
<b>Per Portion</b>			<b>56.194</b>	<b>7.53</b>	<b>2.03</b>	<b>3.499</b>	<b>0.064</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.23.

*NUTRITIONAL VALUE***Lawa Mentimun**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
1	Timun	80	18.40	6.40	0.24	0.96	3.68
2	Udang jerbung	180	172.80	1.20	3.60	33.60	0.00
3	Kelapa parut	20	70.8	3.00	6.80	0.60	1.20
4	Lada hitam	2	5.92	1.38	0.04	0.21	0.00
5	Bawang merah	20	14.40	3.40	0.02	0.50	0.00
6	Minyak goreng	30	265.20	0.00	30.00	0.00	0.00
7	Garam	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
8	Gula	2	7.74	2.00	0.00	4.00	0.00

**LANJUTAN TABEL 1.23.*****NUTRITIONAL VALUE*****Lawa Mentimun**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
	<b>TOTAL</b>		<b>555.26</b>	<b>17.38</b>	<b>40.70</b>	<b>39.87</b>	<b>4.88</b>
	<b>Per Portion</b>		<b>111.05</b>	<b>3.476</b>	<b>8.14</b>	<b>7.974</b>	<b>0.976</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.24.*****NUTRITIONAL VALUE*****Tumis Temburung**

<b>No</b>	<b>Nama</b>	<b>Qty (g/ml)</b>	<b>Cal (kcal)</b>	<b>Carbs (g)</b>	<b>Fat (g)</b>	<b>Protein (g)</b>	<b>Sugar (g)</b>
1	Temburung	300	320.00	0.00	2.64	49.56	0.00
2	Serai	10	9.90	2.50	0.05	0.18	0.00
3	Lengkuas	3	4.47	0.45	0.03	0.03	0.00
4	Daun salam	1	3.13	0.75	0.08	0.08	0.00
5	Daun jeruk	1	3.25	0.50	0.00	0.08	0.00
6	Asam jawa	4	0.80	0.14	0.017	0.062	0.056
7	Kecap manis	10	42.90	10.70	0.00	0.00	9.30
8	Minyak goreng	20	176.80	0.00	20.00	0.00	0.00
9	Bawang merah	80	57.60	13.60	0.08	2.00	0.00
10	Bawang putih	20	29.80	6.60	0.107	1.20	0.20
11	Cabai merah	8	3.20	0.704	0.032	0.152	0.424
12	Cabai rawit merah	2	6.36	1.14	0.346	0.24	0.206
13	Jahe	5	4.00	0.90	0.05	0.10	0.10
14	Ketumbar	2	5.96	1.10	0.36	0.24	0.00
15	Garam	6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
16	Gula	8	30.96	8.00	0.00	16.00	0.00

## LANJUTAN TABEL 1.24.

*NUTRITIONAL VALUE***Tumis Temburung**

No	Nama	Qty (g/ml)	Cal (kcal)	Carbs (g)	Fat (g)	Protein (g)	Sugar (g)
	<b>TOTAL</b>		<b>699.13</b>	<b>47.084</b>	<b>23.79</b>	<b>69.92</b>	<b>10.286</b>
	<i>Per Portion</i>		<b>139.83</b>	<b>9.417</b>	<b>4.758</b>	<b>13.984</b>	<b>2.057</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

## TABEL 1.25.

*NUTRITIONAL VALUE***Sate Ikan Pari**

No	Nama	Qty (g/ml)	Cal (kcal)	Carbs (g)	Fat (g)	Protein (g)	Sugar (g)
1	Ikan pari	500	420.00	0.50	0.256	16.369	0.00
2	Jeruk nipis	20	6.00	2.10	0.04	0.14	0.00
3	Serai	10	9.90	2.50	0.05	0.18	0.00
4	Lengkuas	3	4.47	0.45	0.03	0.03	0.00
5	Daun jeruk	1	3.25	0.50	0.00	0.08	0.00
6	Daun salam	1	3.13	0.75	0.08	0.08	0.00
7	Minyak goreng	20	176.80	0.00	20.00	0.00	0.00
8	Bawang merah	80	57.60	13.60	0.08	2.00	0.00
9	Bawang putih	25	37.25	8.25	0.13	1.50	0.25
10	Cabai merah	3	1.20	0.26	0.012	0.057	0.159
11	Kunyit	10	14.63	6.49	0.99	0.79	0.33
12	Jahe	7	5.60	1.26	0.07	0.14	0.14
13	Kecap manis	10	42.90	10.7	0.00	0.00	9.30
14	Madu	8	24.32	6.59	0.00	0.00	6.57
15	Garam	3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
16	Merica	1	2.50	0.65	0.035	0.11	0.01
	<b>TOTAL</b>		<b>809.55</b>	<b>54.60</b>	<b>21.776</b>	<b>21.476</b>	<b>16.759</b>
	<i>Per Portion</i>		<b>161.91</b>	<b>10.92</b>	<b>4.355</b>	<b>4.295</b>	<b>3.35</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.26.

*NUTRITIONAL VALUE***Sambal Acar Mangga**

No	Nama	Qty (g/ml)	Cal (kcal)	Carbs (g)	Fat (g)	Protein (g)	Sugar (g)
1	Mangga	120	81.06	20.55	0.297	0.98	11.01
2	Bawang merah	10	7.20	1.70	0.01	0.25	0.00
3	Cabai rawit	2	6.36	1.14	0.346	0.24	0.02
4	Tomat	30	5.40	1.20	0.06	0.30	0.90
5	Cuka Diksi	1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
6	Jeruk nipis	10	3.00	1.05	0.02	0.07	0.00
7	Gula	8	30.96	8.00	0.00	16.00	0.00
8	Garam	1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
<b>TOTAL</b>			<b>134.52</b>	<b>33.64</b>	<b>0.733</b>	<b>17.84</b>	<b>11.93</b>
<b>Per Portion</b>			<b>26.904</b>	<b>6.728</b>	<b>0.147</b>	<b>3.568</b>	<b>2.386</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

TABEL 1.27.

*NUTRITIONAL VALUE***Kue Inalog**

No	Nama	Qty (g/ml)	Cal (kcal)	Carbs (g)	Fat (g)	Protein (g)	Sugar (g)
1	Tepung eloi	70	186.00	25.35	9.00	0.00	0.00
2	Gula	10	38.70	10.00	0.00	20.00	0.00
3	Garam	2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
4	Kelapa parut	30	106.20	4.50	10.20	0.90	1.80
<b>TOTAL</b>			<b>330.90</b>	<b>39.85</b>	<b>19.20</b>	<b>20.90</b>	<b>1.80</b>
<b>Per Portion</b>			<b>66.18</b>	<b>7.97</b>	<b>3.84</b>	<b>4.18</b>	<b>0.36</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

**TABEL 1.28.**  
**NUTRITIONAL VALUE**  
**KESELURUHAN MAKANAN**

No	Nama	<i>Cal</i>	<i>Carbs</i>	<i>Fat</i>	<i>Protein</i>	<i>Sugar</i>
		(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)
<i>Per Portion</i>						
1	Madu Mongso	42.332	5.004	2.429	0.646	2.431
2	Luba Laya	48.96	10.56	0.12	0.96	0.024
3	Biter Sadai	44.344	8.809	0.036	3.566	0.008
4	Daun Singkong Tumbuk	56.194	7.53	2.03	3.499	0.064
5	Lawa Mentimun	111.05	3.476	8.14	7.974	0.976
6	Tumis Temburung	139.83	9.417	4.758	13.984	2.057
7	Sate Ikan Pari	161.91	10.92	4.355	4.295	3.35
8	Sambal Acar Mangga	26.904	6.728	0.147	3.568	2.386
9	Kue Inalog	66.18	7.97	3.84	4.18	0.36
	<b>Total</b>	<b>697.704</b>	<b>70.414</b>	<b>25.855</b>	<b>42.672</b>	<b>11.656</b>

Sumber: Olahan Penulis, 2020

## 1.5. Lokasi dan Waktu Presentasi Masakan

### 1.5.1. Lokasi Penelitian

Uji coba penelitian akan dilaksanakan penulis di dapur pribadi dan untuk penyajian serta presentasi masakan akan dilakukan di dapur pribadi penulis dikarenakan kondisi pandemi Covid-19.

### 1.5.2. Waktu Penelitian

Pelatihan serta pengembangan masakan akan dilakukan penulis selama kurang lebih satu bulan, dimulai dari bulan Maret sampai dengan bulan April 2020.