

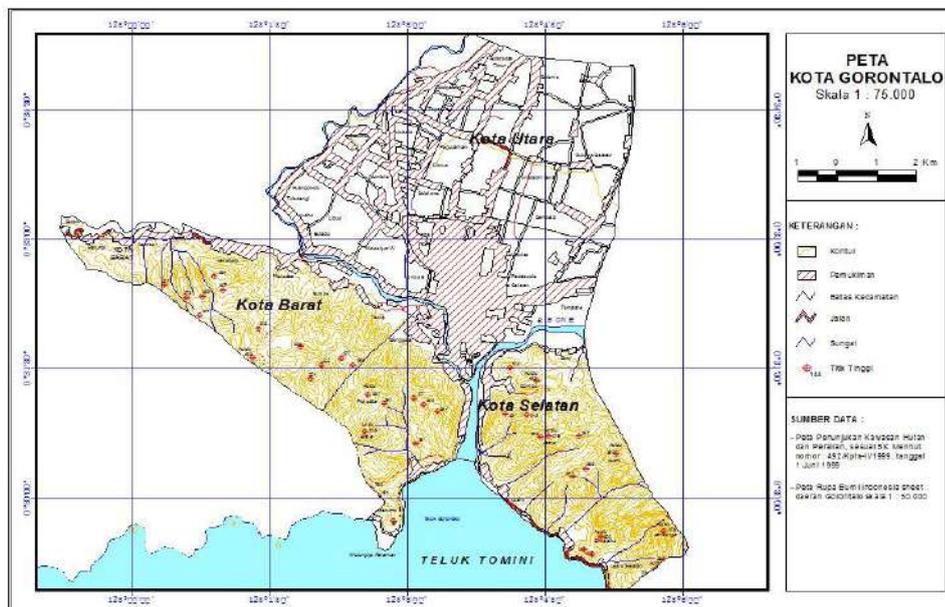
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kota Gorontalo merupakan Ibu kota dari Provinsi Gorontalo, Indonesia. Sebagai kota terbesar dengan penduduk terpadat di wilayah Teluk Tomini menjadikan Kota Gorontalo sebagai pusat ekonomi, jasa dan perdagangan, pendidikan, hingga pusat penyebaran agama Islam di Kawasan Indonesia Timur. Pengaruh besar perkembangan kota yang dijuluki sebagai ‘Serambi Madinah’ ini sebagai pusat pendidikan, jasa dan perdagangan dapat dirasakan masyarakat luas mulai dari wilayah Buol Toli-Toli, Bolaang Mongondow, Donggala, Luwuk Banggai, Palu dan bahkan hingga ke Sulawesi Tenggara dan Timur Indonesia.

Gambar 1.1 Peta Kota Gorontalo



Sumber: peta-kota.blogspot.com

Kota Gorontalo adalah sebuah kota tertua di Sulawesi yang sejak dahulu hingga kini dikenal sebagai kota yang kental akan adat dan agama. Julukan sebagai 'Serambi Madinah' tercerminkan oleh kebiasaan masyarakat Gorontalo yang dianggap mirip seperti kebiasaan masyarakat Madinah dalam melakukan ibadah, berbondong-bondong memenuhi masjid dan lantunan ayat suci yang tak pernah berhenti di setiap masjid, serta menjunjung tinggi nilai-nilai adat, norma serta agama dengan falsafah yang dimiliki "*Adat bersendikan sara, Sara bersendikan Kitabullah*" dijadikan sebagai pijakan hidup bagi masyarakat Gorontalo. (Sumber: Portal Resmi Pemerintah Kota Gorontalo)

Kota Gorontalo memancarkan pesona tersendiri sebagai zamrud khatulistiwa. Memiliki potensi besar pada sektor pertanian dan kelautan menunjukkan kekayaan sumber daya alam yang dimiliki oleh Kota Gorontalo. Selain itu kota ini juga mempunyai potensi pada sektor pariwisata dengan menyuguhkan beragam wisata alam yang begitu menarik seperti melihat keindahan kota dari ketinggian bukit, indahnya pantai maupun bawah laut. Pengembangan pada sektor pariwisata ini diharapkan dapat berpengaruh pada peningkatan daya tarik para wisatawan baik lokal maupun mancanegara sehingga dapat berkontribusi pada perekonomian di kota Gorontalo.

Pengertian Industri Pariwisata menurut Undang-undang Pariwisata Nomor 10 tahun 2009, adalah organisasi usaha pariwisata yang saling terkait dalam rangka menghasikan barang dan / atau jasa bagi pemenuhan kebutuhan wisatawan dalam penyelenggaraan wisata. Kuliner menjadi salah satu daya tarik pada industri pariwisata. Pengembangan yang dilakukan pada sektor pariwisata di kota Gorontalo dapat membuka peluang untuk kuliner khas kota Gorontalo untuk lebih

dikenal oleh masyarakat dari luar daerah. Sebagai negara kepulauan terbesar di dunia, Indonesia memiliki 17.491 pulau yang tercatat oleh Kementerian Koordinator Bidang Kemaritiman dan Investasi Indonesia (Kemenkomarves) hingga Desember 2019. Ribuan pulau yang membentang dari Sabang hingga Merauke menunjukkan bahwa negara Indonesia memiliki kekayaan bukan hanya sumber daya alam tetapi juga ragam budaya, suku, bahasa maupun adat yang dimiliki masing-masing daerah. Begitu pula dengan keanekaragaman sajian makanan tradisional Indonesia yang dikenal kaya akan bumbu, rempah-rempah, serta mengandung nilai-nilai sejarah dan adat dari masing-masing daerah.

Menurut Jordana (dalam Hatibie & Priyambodo, 2019:31) Makanan tradisional adalah jenis makanan yang erat hubungannya dengan identitas suatu daerah dan telah diwariskan dari generasi ke generasi selanjutnya. Banyak daerah di Indonesia yang memiliki makanan tradisional yang cukup populer di kalangan masyarakat Indonesia, seperti Jakarta yang terkenal dengan soto betawi, Bali terkenal dengan ayam betutu, Yogyakarta terkenal dengan gudeg, atau Padang terkenal dengan rendang yang bahkan berhasil di kancah internasional sebagai makanan terlezat nomer satu di dunia yang dirilis oleh CNN pada tahun 2017. Hal ini tentunya patut untuk dibanggakan dan dapat dijadikan acuan untuk mengangkat kuliner daerah lainnya yang kurang populer karena seperti yang kita ketahui bahwa Indonesia bukan hanya sebatas Jakarta, Yogyakarta, Bali atau Padang saja.

Kekayaan jenis kuliner di Indonesia tersebar di 34 provinsi dengan beragam cita rasa, bahan, serta teknik pemasakan yang berbeda. Banyak hal menarik yang dapat ditemukan di setiap masakan daerah seperti bagaimana

perbedaan karakteristik makanan dari satu daerah dengan daerah lain, apa saja bahan-bahan autentik yang terdapat pada masing-masing daerah, bagaimana proses pembuatan makanan di tiap daerah, serta cerita sejarah di balik terciptanya makanan tersebut. Namun karena begitu banyak jenis kuliner di Indonesia, pengetahuan mengenai kuliner tradisional tidak tersebar secara merata, masih banyak daerah yang kulinernya kurang begitu familiar bagi masyarakat luar daerah.

Salah satunya seperti kota Gorontalo, dikenal memiliki ragam tempat wisata yang menyuguhkan keindahan alamnya, namun eksistensi kuliner khas kota ini kurang begitu familiar bagi masyarakat di luar daerah seperti pulau Jawa. Bila ditelusuri lebih jauh ternyata kota Gorontalo memiliki ragam kuliner yang tidak kalah enak untuk dinikmati, serta memiliki nilai sejarah bagi masyarakat Gorontalo yang patut untuk dilestarikan. Salah satu ciri dari kuliner khas Kota Gorontalo adalah memiliki cita rasa pedas sehingga dapat menambah nafsu makan. Menurut Dr. Arifasno Napu (2021) makanan tradisional Gorontalo memiliki banyak sekali variasi, namun dari hasil penelitiannya makanan tradisional Gorontalo yang diidentifikasi dengan baik ada sejumlah 80 jenis dan dibagi menjadi 4 kelompok yaitu makanan pokok sebanyak 15 jenis dengan bahan utama jagung, sagu, singkong, ubi jalar dan beras, kemudian ada 20 jenis lauk pauk berbahan dasar dari perairan, 10 jenis makanan berbahan dasar sayuran, dan 35 jenis kue atau snack.

Era digital saat ini mempengaruhi tren kuliner di kalangan masyarakat, mengunggah gambar maupun video makanan dengan tampilan menarik atau istilah khususnya disebut *instagramable* sudah menjadi kegiatan wajib dilakukan

bagi banyak orang yang aktif di sosial media seperti melalui unggahan pada *feed* Instagram maupun Instagram *Story*. Penulis mengamati *feed* dan *story* Instagram milik teman-teman penulis, dimana mereka sering kali mengunggah gambar atau video makanan ketika mereka sedang makan di sebuah restoran mewah menunjukkan bahwa kini makanan bukan hanya sekedar kebutuhan pokok manusia namun sudah berkembang menjadi gaya hidup. Penampilan dan cara penyajian makanan kini menjadi poin utama daya tarik konsumen terhadap makanan, semakin cantik tampilannya maka akan semakin menarik perhatian untuk mencoba makanan tersebut.

Pada jurnal Simulakra Baudrillard Dalam Multidimensi Posmodernisme: Kajian Fotografi Makanan Dalam Media Sosial Instagram menyatakan:

“Objek foto adalah yang utama, yaitu makanan-makanan yang tertata cantik dan sangat *camera ready*, sedangkan rasa enak dan tidaknya makanan tersebut menjadi kurang penting. Dengan demikian, makanan sudah dipisahkan dari cita rasa yang sesungguhnya dan nilai kandungan gizinya karena hal tersebut tidak akan bisa divisualisasikan dengan tepat.” (Arsita, 2017)

Maka pada Tugas Akhir yang diberi judul “**Pengembangan Kuliner Khas Kota Gorontalo Sebagai Menu Fine Dining**” ini penulis tertarik untuk mengembangkan kuliner khas kota Gorontalo dari segi visual dan/atau bahan dan/atau teknik memasak dengan konsep Set Menu *Fine Dining* agar dapat meningkatkan daya tarik serta daya saing, menunjukkan bahwa kuliner tradisional juga dapat diolah dan disajikan dengan lebih modern dan elegan namun akan tetap menonjolkan cita rasa dari tiap makanan yang disajikan. Penulis berharap dengan dikembangkannya kuliner khas kota Gorontalo dapat menarik minat

masyarakat untuk mencicipi sehingga nantinya akan lebih banyak lagi yang mengenali dan dapat melestarikan kuliner tradisional ini secara turun temurun.

1.2 Tujuan Presentasi Makanan

Berdasarkan penjelasan di atas, tujuan penulis melakukan pengembangan kuliner khas kota Gorontalo ini adalah:

a) Tujuan Formal

Penyusunan Tugas Akhir ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan ujian akhir Program Diploma III pada Program Studi Manajemen Tata Boga STP NHI Bandung.

b) Tujuan Operasional

1. Menyajikan kuliner khas kota Gorontalo dengan pengembangan dari segi visual dan/atau bahan dan/atau metode sehingga dapat dijadikan sebagai referensi menu untuk *Fine Dining*.
2. Meningkatkan daya tarik serta daya saing kuliner khas kota Gorontalo dengan mengembangkan teknik pengolahan untuk meningkatkan cita rasa dan presentasi yang lebih modern sehingga diharapkan dapat menarik minat masyarakat dan dapat lebih dikenal oleh masyarakat luar daerah atau bahkan dapat diminati oleh para turis mancanegara.

1.3 Usulan Menu Kuliner Khas Kota Gorontalo

Pada pengembangan kuliner khas kota Gorontalo yang akan dipresentasikan pada saat ujian sidang, penulis akan menggunakan konsep *Fine Dining* dengan *5-course set* menu yang terdiri dari *Amuse bouche*, *Appetizer*, *Soup*, *Main Course* dan *Dessert*. Menu yang dipilih penulis merupakan makanan

yang sering disantap dan digemari oleh masyarakat kota Gorontalo serta memiliki makna filosofis dibaliknya, selain itu menu-menu ini juga menggunakan komoditi lokal yang banyak ditemui di perkebunan kota Gorontalo seperti bahan dasar jagung, sagu, dan singkong yang sering kali digunakan masyarakat kota Gorontalo sebagai bahan masakan. Begitu pula dengan hasil perairan seperti ikan nike dan tuna yang banyak ditemukan di perairan kota Gorontalo dan dijadikan sebagai lauk pauk bagi masyarakatnya. Pada presentasi makanan yang akan dilakukan penulis akan melakukan pengembangan dari segi visual makanan dengan tampilan atau *plating* menjadi lebih modern dan menarik, serta dari segi bahan atau metode untuk meningkatkan cita rasa dari makanan. Berikut adalah susunan menu yang akan dipresentasikan:

MENU

Amuse Bouche

Perkedel Nike

(mini taco shells-shaped perkedel served with dabu-dabu)

Appetizer

Sate Tuna Gorontalo

(Gorontalo tuna skewer)

Soup

Binte Biluhuta

(noodle-shaped corn, poached shrimp, sauteed tomato, serundeng, lime foam, shrimp stock)

Main Course

Tabu Moitomo

(Sous vide sirloin steak with spices served with deep fried cassava balls and grilled eggplant)

Dessert

Tiliaya

(brown sugar, egg, coconut milk based pudding)

1.4 Tinjauan Produk

1.4.1 Tema Presentasi Kuliner Khas Kota Gorontalo

Pada presentasi makanan yang akan dilakukan untuk Tugas Akhir ini penulis memilih menggunakan *Set Menu* dengan konsep *Fine Dining*. Menurut (Lane, 2014:2) “*These restaurants simply serve fine food which exceed ordinary everyday food both in its taste, aesthetic appeal, and originality.*” Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dijelaskan bahwa makanan dengan konsep *Fine Dining* merupakan makanan yang telah dikembangkan dari segi rasa, tampilan menarik, dan originalitas sehingga mampu melampaui kualitas makanan biasa yang disajikan pada umumnya.

Tema ini dipilih karena penulis menganggap tema *Fine Dining* cocok untuk pengembangan kuliner dengan perkembangan teknik memasak serta presentasi makanan yang saat ini semakin modern. Oleh karena itu, dalam penyusunan Tugas Akhir ini penulis akan menggunakan

konsep Fine Dining sehingga dapat meningkatkan kualitas dan daya tarik pada makanan khas kota Gorontalo.

1.4.2 Jenis Produk

Penulis akan mempresentasikan *5 course Set Menu* yang terdiri dari *Amuse bouche, Appetizer, Soup, Main Course dan Dessert* dengan susunan sebagai berikut:

1) Perkedel Nike

Jika biasanya perkedel yang kita santap atau kita temui berbahan dasar kentang, lain halnya dengan perkedel khas Gorontalo yang menggunakan bahan utama ikan Nike atau masyarakat Gorontalo biasa menyebutnya dengan 'Duwo'. Ikan Nike merupakan jenis ikan yang sering ditemui di perairan Gorontalo.

Gambar 1.2 Ikan Nike



Sumber: pertanianku.com

Adonan perkedel yang dibuat dengan mencampur ikan nike, tepung terigu dan bumbu lalu digoreng. Penulis akan membuat adonan perkedel nike menjadi padat, lalu

membuat adonan menjadi tipis dengan *rolling pin* dan dicetak menggunakan *ring cutter* dan digoreng dengan bentuk menyerupai *taco shells* kecil kemudian nanti akan diisi dengan sambal dabu-dabu.

Gambar 1.3



Sketsa Perkedel Nike & Dabu-dabu

2) Sate Tuna Gorontalo

Dengan banyaknya hasil tuna pada perairan Gorontalo maka olahan sate tuna juga terkenal di kota ini. Pada penyajian menu ini penulis akan mengolah Tuna dengan dipotong kotak, direndam ke dalam cairan *brine* agar daging tuna tidak kering saat proses memasak, kemudian dimasak dengan teknik *pan seared*. Racikan bumbu untuk sate tuna akan dimasak untuk dijadikan *sauce*.

Gambar 1.4*Sketsa Sate Tuna Gorontalo*

3) Binte Biluhunta

Binte bluhuta merupakan makanan khas kota Gorontalo yang bila diartikan dalam bahasa Indonesia adalah jagung (binte) siram (biluhuta). Makanan yang juga telah ditetapkan sebagai Warisan Budaya Tak Benda (WBTB) oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI pada tahun 2016 ini merupakan olahan sup jagung yang dicampur dengan ikan atau udang, tomat, kelapa parut, daun kemangi dengan rasa khasnya yaitu manis, asin, pedas dan sedikit asam. Mansoer Pateda, seorang putra terbaik Gorontalo serta seorang Profesor Linguistik dari Universitas Negeri Gorontalo, menuturkan bahwa binte biluhuta tercipta pada abad ke-15 dimana terjadinya pertikaian antar raja-raja di Gorontalo dengan makna pada jagung yang dipipil memiliki arti bercerai-berai namun ketika sudah

dimasak dengan berbagai rempah maka terciptalah makanan yang lezat yang dimaknai sebagai pemersatu pada akhir pertikaian yang terjadi antara raja-raja di Gorontalo. Pada umumnya semua bahan akan langsung direbus menjadi satu tetapi disini penulis akan menggunakan kulit dan kepala udang untuk membuat stock untuk menambah rasa dan aroma pada kuah binte biluhuta. Jagung akan dikukus sehingga nutrisi tetap terjaga, lalu jagung akan dihaluskan dan dimasak dengan agar-agar untuk dicetak seperti bentuk mie. Hidangan ini akan dilengkapi dengan udang yang di-poach , tomat yang ditumis, kelapa parut akan disangrai, dan penulis juga akan membuat foam jeruk nipis.

Gambar 1.5



Sketsa Binte Biluhuta

4) Tabu Moitomo

Tabu Moitomo atau juga disebut Kuah Bugis, salah satu makanan khas Gorontalo yang memiliki nilai prestise karena merupakan makanan yang kaya akan rempah-rempah. Tabu moitomo adalah sajian berbahan dasar daging sapi dengan kuah yang sedikit kental dan berwarna coklat, dengan penggunaan berbagai macam rempah-rempah seperti bawang merah, bawang putih, cabai rawit, cabai merah, jahe, kunyit, lengkuas, sereh, kemiri, lada, ketumbar, pala, jintan, kayu manis membuat tabu moitomo memiliki cita rasa yang begitu gurih, hangat, serta sedikit pedas. Menurut penuturan Amanda Katili Niode, ketua Omar Niode Foundation, kunci dari tabu moitomo adalah penggunaan kelapa parut yang disangrai hingga coklat sehingga bisa memberikan warna pada tabu moitomo dan memberikan tekstur serta rasa gurih ketika dimakan. Sebagai makanan bergengsi, tabu moitomo sering disajikan sebagai hidangan utama pada acara-acara tertentu seperti pernikahan dan acara adat, bisa dikatakan dapat menaikkan derajat dari pembuat acara jika menyajikannya.

Untuk sajian tabu moitomo, penulis akan menjadikan main course menggunakan sirloin yang dimasak dengan teknik *sous vide* dan kuah tabu moitomo di-*reduce* hingga mengental untuk dijadikan *sauce*. Penulis akan menyajikan

Tabu moitomo dengan singkong goreng dan terong yang di-grill. Salah satu komoditi lokal yang banyak dihasilkan dari perkebunan Gorontalo, oleh karena itu penulis menggunakan bahan dasar singkong sebagai *side dish* untuk *main course*. Penulis akan mengolah singkong dengan cara diparut terlebih dahulu, diberi bumbu bawang putih yang sudah dihaluskan, garam, lada, irisan daun bawang dan dibentuk bulatan kecil lalu digoreng.

Gambar 1.6



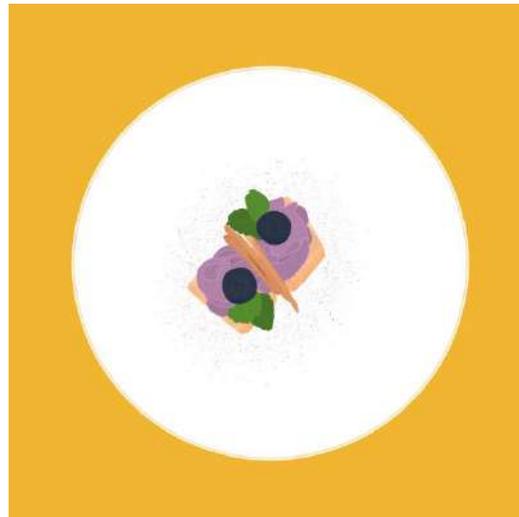
Sketsa Tabu Moitomo

5) Tiliaya

Hidangan manis bernama Tiliaya adalah olahan dari telur, gula merah dan santan yang memiliki tekstur seperti puding. Konon seorang putri raja Gorontalo yang bernama Tiliaya yang menciptakan makanan ini. Makanan ini merupakan makanan khas kaum bangsawan yang juga disajikan untuk menyambut tamu kehormatan kerajaan (Hippy, 2019). Popularitas Tiliaya di kalangan masyarakat

Gorontalo menjadikannya sebagai makanan yang dikonsumsi pada saat malam pertama sahur di bulan Ramadhan dan juga saat berbuka puasa pada awal bulan ramadhan. Orang tua zaman dulu percaya, bahwa dengan mengkonsumsi Tiliaya akan meningkatkan daya tahan tubuh, sanggup menahan rasa lapar dan dahaga ketika berpuasa (Hatibie, 2019). Proses dalam membuat tiliaya cukup mudah dengan mencampur gula merah cair, telur, santan dikocok hingga tercampur rata kemudian dituang dalam wadah dan dikukus. Pada hidangan ini penulis akan mencetak tiliaya menggunakan cetakan silikon, kemudian menyajikan dengan *whipped cream* ubi ungu dan *tuille* sebagai *garnish*.

Gambar 1.7



Sketsa Tiliaya

1.4.3 Standar Resep

Standar resep merupakan instruksi tertulis yang digunakan sebagai panduan dalam menyiapkan makanan dan telah diadaptasi dan diuji untuk menghasilkan produk dengan kualitas dan kuantitas yang konsisten saat tiap kali digunakan. Dengan adanya standar resep dapat membantu memastikan makanan yang disajikan adalah yang terbaik dari kualitas dan kuantitas. Berikut Standar resep yang penulis susun untuk menu yang akan dipresentasikan:

TABEL 1.1

STANDAR RESEP PERKEDEL NIKE

Tanggal : Februari 2021

Jumlah Porsi : 5 porsi

Jenis Hidangan : Amuse Bouche

Berat / Porsi : 10 gr

Asal Hidangan : Gorontalo

Suhu Penyajian: Suhu ruang

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	30 gr	Nike	Cuci bersih
		10 gr	Telur ayam	
		50 gr	Tepung terigu	
		5 gr	Daun bawang	Iris tipis
		12 gr	Bawang merah	Haluskan
		6 gr	Bawang putih	Haluskan
		6 gr	Cabai rawit	Haluskan
		5 gr	Garam	
		3 gr	Merica	
		200 ml	Minyak	

LANJUTAN TABEL 1.1

STANDAR RESEP PERKEDEL NIKE

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
2	Campurkan	30 gr 10 gr 5 gr 50 gr 5 gr 3 gr	Nike Telur Daun bawang Tepung terigu Garam Merica Bumbu halus	Aduk dan uleni adonan hingga rata
3	Bungkus		Adonan perkedel	Dengan plastic wrap dan diamkan selama 10 menit
4	Ratakan		Adonan perkedel	Menggunakan rolling pin hingga tipis dengan ketebalan 1-2 mm
6	Cetak		Adonan perkedel	Dengan ring cutter (diameter 5 cm) lalu tusuk-tusuk dengan garpu
7	Goreng		Adonan perkedel	Membentuk taco shells hingga cokelat keemasan
8	Sajikan			Dengan dabu-dabu

Sumber: *Buku Memilih Makanan Ramah Iklim, dimodifikasi oleh penulis 2021.*

TABEL 1.2**STANDAR RESEP SAMBAL DABU-DABU**

Tanggal : Februari 2021 Jumlah Porsi : 5 porsi

Jenis Hidangan: Amuse Bouche Berat / Porsi : 10 gr

Asal Hidangan : Gorontalo Suhu Penyajian: Dingin

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	50 gr 50 gr 8 gr 6 gr 15 gr 1 gr 1 gr	Tomat merah Tomat hijau Bawang merah Cabai rawit Jeruk nipis Garam Gula	Potong dadu Potong dadu Iris Iris Peras
2	Campurkan	50 gr 50 gr 8 gr 6 gr	Tomat merah Tomat hijau Bawang merah Cabai rawit	Dalam wadah lalu beri perasan jeruk nipis
3	Bumbui	0,5 gr 2 gr 15 gr	Garam Gula jeruk nipis	Aduk hingga rata
4	Sajikan			

Sumber: *data olahan penulis, 2021.*

TABEL 1.3**STANDAR RESEP SATE TUNA GORONTALO**

Tanggal : Februari 2021

Jumlah Porsi : 5 porsi

Jenis Hidangan : Appetizer

Berat / Porsi : 90 gr

Asal Hidangan : Gorontalo

Suhu Penyajian: Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	500 gr	Tuna	Brining
		70 gr	Bawang merah	Haluskan
		40 gr	Bawang putih	Haluskan
		20 gr	Cabai merah besar	Haluskan
		9 gr	Cabai rawit	Haluskan
		10 gr	Ketumbar	Haluskan
		2 gr	Lada	
		6 gr	Garam	
		30 ml	Kecap manis	
		15 gr	asam jawa	Larutkan
		30 gr	Jeruk Nipis	Peras
		5 gr	Gula	
		30 gr	Timun	Julienne
		20 gr	Kol	Shredded
		20 gr	Selada	Chiffonade
		5 gr	Cabai merah besar	Brunoise
2	Rendam	500 gr	Tuna	Ke dalam larutan air garam dan gula selama \pm 5 jam
3	Haluskan	70 gr	Bawang merah	
		40 gr	Bawang putih	
		20 gr	Cabai merah besar	
		9 gr	Cabai rawit	
		10 gr	Ketumbar	

LANJUTAN TABEL 1.3
STANDAR RESEP SATE TUNA GORONTALO

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
4	Panaskan	50 ml	Minyak	Tumis bumbu hingga harum
5	Tambahkan	15 ml 30 ml	Air asam jawa Kecap manis Garam Lada	Aduk hingga matang, angkat
7	Campurkan	30 gr 20 gr 20 gr 5 gr	Timun Kol Selada Cabai merah besar	Beri perasan jeruk nipis, aduk rata.
8	Potong	500 gr	Tuna	Menjadi potongan dadu
9	Tusuk	500 gr	Tuna	menggunakan skewer, beri garam dan lada
10	Panaskan			Pan untuk memasak Tuna.
11	Masak		Sate tuna	Di atas pan ± 2-3 menit setiap sisinya, oleskan bumbu halus, angkat
12	Sajikan		Sate tuna	Dengan sauce garnish dengan mix vegetables (kol, selada, timun, cabai merah)

Sumber: *tastemade.com*, dimodifikasi oleh penulis 2021.

TABEL 1.4
STANDAR RESEP BINTE BILUHUTA

Tanggal : Februari 2021

Jumlah Porsi : 5 porsi

Jenis Hidangan : Soup

Berat / Porsi : 90 gr

Asal Hidangan : Gorontalo

Suhu Penyajian: Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	300 gr	Jagung	Cuci, pipil, kukus Cuci, potong 2 bagian Kupas, bersihkan Sangrai
		400 ml	Air	
		10 gr	Gula	
		12 gr	Agar-Agar	
		90 gr	Tomat ceri	
		200 gr	Udang	
		500 ml	Air	
		10 gr	Daun kemangi	
		15 gr	Kelapa parut	
		10 gr	Garam	
		3 gr	Lada	
		12 gr	Sereh	
		3 gr	Daun salam	
		50 ml	Minyak	
			Bumbu halus:	
		50 gr	Bawang merah	
		25 gr	Bawang putih	
		12 gr	Kemiri	
		12 gr	Cabe rawit	
			120 gr	
	20 ml	Air		
	0,2 gr	Soy Lechitin		

LANJUTAN TABEL 1.4

STANDAR RESEP BINTE BILUHUTA

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
2	Tumis		Bumbu halus	Hingga matang
3	Tumis		Kepala dan kulit udang	Hingga berubah warna
4	Tambahkan	500 ml	Air	Aduk hingga rata
	Tambahkan	12 gr 3 gr	Sereh Daun salam	masak dengan api kecil selama \pm 30 menit
5	Haluskan	300 gr 400 ml	Jagung Air	Hingga halus, saring dan tuang dalam panci
6	Tambahkan	12 gr 10 gr	Agar-agar Gula	Aduk rata dan masak hingga mendidih
7	Ambil		Adonan jagung	Menggunakan suntikan, dan suntik ke dalam selang kecil. Diamkan dalam air es.
8	Poach	200 gr	Udang	dalam kaldu udang selama 3 menit, sisihkan.
9	Tumis	90 gr	Tomat	Hingga matang, sisihkan
10	Campurkan	20 ml 20 ml 0,2 gr	Air jeruk nipis Air Soy lecithin	Kocok hingga berbusa
11	Sajikan			

Sumber: *reseppedia.com*, dimodifikasi oleh penulis 2021.

TABEL 1.5**STANDAR RESEP TABU MOITOMO**

Tanggal : Februari 2021

Jumlah Porsi : 5 porsi

Jenis Hidangan : Main Course

Berat / Porsi : 150 gr

Asal Hidangan : Gorontalo

Suhu Penyajian: Panas

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	1 kg	Daging (Sirloin)	
		1 lt	Air	
		50 ml	Minyak	Untuk menumis
		250 gr	Kelapa parut	Sangrai
		15 gr	Asam jawa	Larutkan
		10 gr	Daun kemangi	
		10 gr	Daun pandan	
		5 gr	Daun jeruk	
		30 gr	Daun bawang	
		100 gr	Terong	
		2 gr	Cengkeh	
		2 gr	Pala	
		5 gr	Kayu manis	
		30 gr	Sereh	
			Bumbu halus:	
		120 gr	Bawang merah	
		40 gr	Bawang putih	
		270 gr	Cabai merah besar	
		24 gr	Cabai rawit	
		5 gr	Ketumbar	
		3 gr	Jinten	
		15 gr	Kunyit	
		20 gr	Jahe	
		20 gr	Lengkuas	

LANJUTAN TABEL 1.5

STANDAR RESEP TABU MOITOMO

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
		12 gr	Kemiri	
		10 gr	Garam	
		4 gr	Lada	
2	Blender	90 gr	Bawang merah	Hingga halus
		30 gr	Bawang putih	
		250 gr	Cabai merah besar	
		15 gr	Cabai rawit	
		5 gr	Ketumbar	
		3 gr	Jinten	
		15 gr	Kunyit	
		20 gr	Jahe	
		20 gr	Lengkuas	
		12 gr	Kemiri	
		30 gr	Sereh	
3	Sangrai	250 gr	Kelapa parut	Hingga kecokelatan, angkat, tumbuk.
4	Tumis		Bumbu halus	Hingga matang
5	Tambahkan	250 gr	Kelapa sangrai Sedikit air	Ke dalam tumisan bumbu, aduk hingga rata, bumbu dengan garam dan lada
6	Bumbui	1 kg	Sirloin	Dengan garam dan lada

LANJUTAN TABEL 1.5

STANDAR RESEP TABU MOITOMO

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
7	Masukkan	1 kg	Sirloin	Ke dalam Plastic zipper bag, tambahkan sebagian bumbu yang telah dimasak.
8	Siapkan		Air	Ke dalam pot, panaskan hingga suhu mencapai 60°C
9	Masukan			Plastic zipper bag ke dalam pot, secara perlahan keluarkan udara dalam zipper bag kemudian tutup zipper bag hingga rapat
10	Sous vide	1 kg	Sirloin	Selama 1 jam
11	Campurkan	1 lt	Air	Dengan sebagian bumbu tabu moitomo, kemudian saring
12	Masak			Bumbu yang sudah disaring
13	Tambahkan	15 gr 5 gr 2 gr 2 gr 5 gr	Daun pandan Daun jeruk Cengkeh Pala Kayu manis	

LANJUTAN TABEL 1.5

STANDAR RESEP TABU MOITOMO

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
14	Bumbui	5 gr 2 gr 30 ml	Garam Lada Air asam jawa	Aduk hingga rata, masak hingga mengental
15	Blender	30 gr 10 gr 9 gr 15 gr	Bumbu untuk terong: Bawang merah Bawang Putih Cabai Rawit Cabai merah besar	Hingga halus
16	Masak		Bumbu untuk terong	Tambahkan garam dan lada, aduk hingga matang
17	Grill	90 gr 15 gr	Terong Daun bawang	Di atas pan
18	Oleskan		Bumbu untuk terong	Ke atas terong yang sudah di-grill lalu gulung
19	Pan seared		Sirloin	Selama ± 2 menit tiap sisinya, angkat, resting.
20	Sajikan			Tabu moitomo dengan singkong goreng dan terong

Sumber: *omarniode.org*, dimodifikasi oleh Penulis 2021.

TABEL 1.6**SINGKONG GORENG**

Tanggal : Februari 2021

Jumlah Porsi : 5 Porsi

Jenis Hidangan : Side dish

Berat / Porsi : 45 gr

Asal Hidangan : Indonesia

Suhu Penyajian: Hangat

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	350 gr 10 gr 25 gr 2 gr 3 gr	Singkong Daun bawang Bawang putih Lada Garam	Cuci bersih, parut Iris tipis Haluskan
2	Campurkan	350 gr 10 gr 25 gr	Singkong parut Daun bawang Bawang putih	Aduk hingga rata
3	Bumbui	3 gr 5 gr	Lada Garam	
4	Bentuk	15 gr	Adonan singkong	Menjadi bentuk bulatan kecil
5	Goreng		Singkong	Hingga cokelat keemasan, angkat
6	Sajikan			Sebagai side dish Tabu Moitomo.

Sumber: *data olahan penulis, 2021.*

TABEL 1.7**TILIAYA**

Tanggal : Februari 2021

Jumlah Porsi : 5 porsi

Jenis Hidangan : Dessert

Berat / Porsi : 70 gr

Asal Hidangan : Gorontalo

Suhu Penyajian: Dingin

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
1	Persiapan	80 gr 240 gr 240 ml 50 gr 100 ml 30 gr 20 gr 25 gr 5 gr	Gula merah Telur Santan Whipped cream bubuk Air dingin Condense milk Taro powder Blueberry Daun mint Tuile: 20 gr 20 gr 20 gr 20 gr	
2	Campurkan	80 gr 240 gr 240 ml	Gula merah Telur Santan	Aduk hingga rata
3	Tuangkan		Adonan Tiliaya	Ke dalam cetakan, kukus hingga matang (\pm 15 menit)
4	Kocok	20 gr 20 gr	Putih telur Gula	Hingga mengembang (soft pick)

LANJUTAN TABEL 1.7

STANDAR RESEP TILIAYA

NO	METODE	JUMLAH	BAHAN	KETERANGAN
5	Tambahkan	20 gr 20 gr	Mentega Tepung terigu	Aduk hingga rata
6	Cetak		Adonan Tuile	Ke cetakan silikon, oven selama \pm 5 menit
7	Campurkan	50 gr 100 ml	Whipped cream bubuk Air dingin	Hingga soft peak
8	Tambahkan	15 gr 10 gr	Condense milk Taro powder	Ke dalam whipped cream, kocok lagi hingga hard peak
9	Sajikan		Tiliaya	Garnish dengan Tuile, whipped cream, blueberry dan daun mint

Sumber: *Buku Memilih Makanan Ramah Iklim, dimodifikasi oleh penulis 2021.*

1.4.4 *Recipe Costing, Dish Costing, Selling Price*

Seluruh perhitungan biaya dalam produksi makanan seperti *Recipe Costing* dan *Dish Costing* dapat ditentukan setelah penyusunan standar resep. Begitupula harga jual makanan yang dapat dihitung setelah terhitungnya biaya dalam produksi suatu hidangan.

Recipe costing merupakan perhitungan keseluruhan bahan baku yang digunakan pada sebuah standar resep. Setelah menjumlahkan seluruh kebutuhan biaya pada suatu resep, maka selanjutnya dapat ditentukan biaya penggunaan bahan pada tiap produksi satu porsi hidangan yang disebut sebagai *Dish Costing*. Berikut merupakan perumusan yang digunakan dalam perhitungan *Recipe Costing* dan *Dish Costing*:

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

$$\text{Dish Costing} = \frac{\text{Total Recipe Cost}}{\text{Amount of Portion}}$$

Selanjutnya adalah menetapkan selling price atau harga jual yang akan dikeluarkan oleh konsumen saat membeli produk. Harga jual ini dapat ditetapkan setelah menghitung biaya yang dikeluarkan saat produksi, dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Selling price} = \frac{\text{Cost per portion}}{\text{Food cost percentage}}$$

Di bawah ini merupakan hasil perhitungan *recipe cost*, *dish cost*, dan *selling price* sesuai dengan rumus di atas:

TABEL 1.8
PERHITUNGAN BIAYA
PERKEDEL NIKE & DABU-DABU

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
1	Ikan nike	Rp 25.000	Kg	0,03	Rp 750
2	Telur	Rp 23.000	Kg	0,01	Rp 230
3	Bawang putih	Rp 30.000	Kg	0,006	Rp 180
4	Daun bawang	Rp 28.000	Kg	0,005	Rp 140
5	Tepung Terigu	Rp 11.000	Kg	0,050	Rp 550
6	Tomat merah	Rp 12.000	Kg	0,05	Rp 600
7	Tomat hijau	Rp 11.000	Kg	0,05	Rp 550
8	Bawang merah	Rp 40.000	Kg	0,020	Rp 800
9	Cabai rawit	Rp 130.000	Kg	0,012	Rp 1.560
10	Jeruk nipis	Rp 25.000	Kg	0,015	Rp 375
11	Garam	Rp 8.000	Kg	0,006	Rp 48
12	Lada	Rp 100.000	Kg	0,003	Rp 300
13	Gula	Rp 13.000	Kg	0,001	Rp 13
14	Minyak	Rp 23.000	Lt	0,40	Rp 9.200
Food Cost 40%		Biaya resep			Rp 15.296
		Biaya per-porsi			Rp 3.059
		Harga jual/porsi			Rp 7.500

Sumber: data olahan penulis, 2021.

TABEL 1.9
PERHITUNGAN BIAYA
SATE TUNA GORONTALO

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
1	Tuna	Rp 85.000	Kg	0,5	Rp 42.500
2	Asam jawa	Rp 20.000	Kg	0,015	Rp 300
3	Bawang merah	Rp 40.000	Kg	0,070	Rp 2.800
4	Bawang putih	Rp 30.000	Kg	0,040	Rp 1.200
5	Ketumbar	Rp 48.000	Kg	0,010	Rp 480
6	Kecap manis @220 ml	Rp 11.000	pack	0,03	Rp 1.500
7	Cabai merah besar	Rp 70.000	Kg	0,020	Rp 1.400

LANJUTAN TABEL 1.9
PERHITUNGAN BIAYA
SATE TUNA GORONTALO

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
8	Cabai rawit	Rp 130.000	Kg	0,009	Rp 1.170
9	Garam	Rp 8.000	Kg	0,006	Rp 48
10	Lada	Rp 100.000	Kg	0,002	Rp 200
11	Minyak	Rp 23.000	Lt	0,05	Rp 1.150
12	Gula	Rp 13.000	Kg	0,005	Rp 65
13	Jeruk Nipis	Rp 25.000	Kg	0,030	Rp 750
14	Timun	Rp 10.000	Kg	0,030	Rp 300
15	Kol	Rp 11.000	Kg	0,020	Rp 220
16	Selada	Rp 25.000	Kg	0,020	Rp 500
FOOD COST 38%		Biaya Resep			Rp 54.583
		Biaya per-porsi			Rp 10.917
		Harga Jual/Porsi			Rp 29.000

Sumber: data olahan penulis, 2021.

TABEL 1.10
PERHITUNGAN BIAYA
BINTE BILUHUTA

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
1	Jagung	Rp 15.000	Kg	0,30	Rp 4.500
2	Udang	Rp 90.000	Kg	0,20	Rp 18.000
3	Kelapa parut	Rp 15.000	Kg	0,015	Rp 225
4	Kemangi	Rp 30.000	Kg	0,010	Rp 300
5	Tomat ceri	Rp 27.000	Kg	0,09	Rp 2.430
6	Soy lecithin	Rp 3.000	Gr	0,2	Rp 600
7	Agar-agar	Rp 4.000	Pack	2	Rp 8.000
8	Bawang merah	Rp 40.000	Kg	0,050	Rp 2.000
9	Bawang putih	Rp 30.000	Kg	0,025	Rp 750
10	Kemiri	Rp 40.000	Kg	0,012	Rp 480
11	Cabai rawit	Rp 130.000	Kg	0,012	Rp 1.560
12	Jeruk nipis	Rp 25.000	Kg	0,12	Rp 3.000
13	Garam	Rp 8.000	Kg	0,010	Rp 80

LANJUTAN TABEL 1.10
PERHITUNGAN BIAYA
BINTE BILUHUTA

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
14	Lada	Rp 100.000	Kg	0,003	Rp 300
15	Minyak	Rp 23.000	Lt	0,05	Rp 1.150
16	Sereh	Rp 15.000	Kg	0,012	Rp 180
17	Daun Salam	Rp 25.000	Kg	0,003	Rp 75
Food Cost 25%		Biaya resep			Rp 43.630
		Biaya per-porsi			Rp 8.726
		Harga Jual/porsi			Rp 35.000

Sumber: data olahan penulis, 2021.

TABEL 1.11
PERHITUNGAN BIAYA
TABU MOITOMO

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
1	Daging (Sirloin)	Rp 200.000	Kg	1	Rp 200.000
2	Singkong	Rp 5.000	Kg	0,35	Rp 1.750
3	Minyak	Rp 23.000	Lt	0,5	Rp 11.500
4	Kelapa parut	Rp 15.000	Kg	0,25	Rp 3.750
5	Asam jawa	Rp 20.000	Kg	0,015	Rp 300
6	Daun kemangi	Rp 30.000	Kg	0,01	Rp 300
7	Daun pandan	Rp 23.000	Kg	0,01	Rp 230
8	Daun jeruk	Rp 40.000	Kg	0,005	Rp 200
9	Daun bawang	Rp 28.000	Kg	0,04	Rp 1.120
10	Bawang merah	Rp 40.000	Kg	0,120	Rp 4.800
11	Bawang putih	Rp 30.000	Kg	0,07	Rp 2.100
12	Cabai merah besar	Rp 70.000	Kg	0,27	Rp 18.900
13	Cabai rawit	Rp 130.000	Kg	0,024	Rp 3.120
14	Ketumbar	Rp 48.000	Kg	0,005	Rp 240
15	Jinten	Rp 60.000	Kg	0,003	Rp 180
16	Kunyit	Rp 15.000	kg	0,015	Rp 225
17	Jahe	Rp 45.000	kg	0,02	Rp 900
18	Lengkuas	Rp 15.000	kg	0,02	Rp 300

LANJUTAN TABEL 1.11
PERHITUNGAN BIAYA
TABU MOITOMO

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
19	Sereh	Rp 15.000	Kg	0,03	Rp 450
20	Lada	Rp 180.000	Kg	0,005	Rp 900
21	Garam	Rp 8.000	Kg	0,01	Rp 80
22	Cengkeh	Rp 53.000	Kg	0,002	Rp 106
23	Pala	Rp 85.000	Kg	0,002	Rp 170
24	Kayu Manis	Rp 70.000	Kg	0,005	Rp 350
25	Terong	Rp 16.000	Kg	0,09	Rp 1.440
26	Kemiri	Rp 40.000	Kg	0,012	Rp 480
Food Cost 40%		Biaya resep			Rp 253.891
		Biaya per-porsi			Rp 50.778
		Harga Jual/porsi			Rp 127.000

Sumber: data olahan penulis, 2021.

TABEL 1.12
PERHITUNGAN BIAYA
TILIAYA

NO	BAHAN	HARGA PASAR	UNIT	QTY	HARGA TOTAL
1	Gula merah	Rp 15.000	Kg	0,080	Rp 1.200
2	Telur	Rp 23.000	Kg	0,260	Rp 5.980
3	Santan	Rp 40.000	Lt	0,240	Rp 9.600
4	Whipped Cream	Rp 25.000	Gr	50	Rp 8.333
5	Condense Milk @370g	Rp 11.000	Can	0,03	Rp 1.486
6	Taro powder	Rp 43.000	Gr	0,020	Rp 860
7	Blueberry	Rp 250.000	Kg	0,03	Rp 7.500
8	Daun mint	Rp 40.000	Kg	0,005	Rp 200
9	Tepung terigu	Rp 11.000	Kg	0,020	Rp 220
10	Mentega	Rp 20.000	Kg	0,020	Rp 400
11	Gula	Rp 15.000	Kg	0,020	Rp 300
Food Cost 38%		Biaya Resep			Rp 36.080
		Biaya per-porsi			Rp 7.216
		Harga Jual/porsi			Rp 19.000

Sumber: data olahan penulis, 2021.

1.4.5 Kandungan Nutrisi

Dalam konsumsi makanan salah satu faktor penting yang perlu diperhatikan adalah adanya kandungan nutrisi/gizi pada makanan tersebut. Sunita Almatsier (2009:8) menuturkan bahwa zat gizi meliputi karbohidrat, protein, dan lemak oksidasi zat gizi ini dapat menghasilkan energi yang diperlukan tubuh untuk melakukan aktivitas. Selain itu gizi juga berguna untuk pertumbuhan serta memelihara fungsi organ. Nilai gizi bergantung pada jumlah makanan yang dicerna dan diserap, serta dapat dipengaruhi oleh penanganan, penyimpanan, dan proses memasak. Berikut adalah kandungan gizi dari tiap hidangan yang disajikan:

TABEL 1.13
KANDUNGAN NUTRISI
PERKEDEL NIKE & DABU-DABU

No	Bahan	Qty	Lemak (g)	karbohidrat (g)	protein (g)	kalori (kcal)
1	Ikan nike	30 gr	2,91	-	8,67	63
2	Telur	10 gr	0,99	0,08	1,26	15
3	Bawang putih	10 gr	0,05	3,31	0,64	15
4	Daun bawang	5 gr	0,02	0,71	0,08	3
5	Tepung Terigu	50 gr	0,49	38,2	5,16	182
6	Tomat merah	50 gr	0,1	1,96	0,44	9
7	Tomat hijau	50 gr	0,1	1,96	0,44	9
8	Bawang merah	20 gr	0,02	2,02	0,18	8
9	Cabai rawit	12 gr	2,07	6,8	1,44	38
10	Jeruk nipis	15 gr	0,03	1,58	0,1	4
11	Garam	6 gr	-	-	-	-
12	Lada	3 gr	-	2	-	10
13	Gula	1 gr	-	1	-	4
Total			6,78	59,6	18,4	360
Per-Porsi			1,36	11,9	3,68	72

Sumber: *fatsecret.co.id*, 2021.

TABEL 1.14
KANDUNGAN NUTRISI
SATE TUNA GORONTALO

No	Bahan	Qty	Lemak (g)	karbohidrat (g)	protein (g)	kalori (kcal)
1	Tuna	500 gr	4,75	-	117	540
2	Asam jawa	15 gr	0,09	9,38	0,42	36
3	Bawang merah	70 gr	0,06	7,08	0,64	29
4	Bawang putih	40 gr	0,2	13,2	2,54	60
5	Ketumbar	10 gr	0,05	0,37	0,21	2
6	Kecap manis @620gr	30 gr	-	30	-	120
7	Cabai merah besar	20 gr	3,45	11,3	2,4	64
8	Cabai rawit	9 gr	1,55	5,1	1,08	29
9	Garam	6 gr	-	-	-	-
10	Lada	2 gr	-	2	-	10
11	Minyak	50 ml	50	-	-	450
12	Gula	5 gr	-	5	-	19
13	Jeruk Nipis	30 gr	0,06	3,16	0,21	9
14	Timun	30 gr	0,03	1,09	0,2	4
15	Kol	20 gr	0,02	1,06	0,4	5
16	Selada	20 gr	0,03	0,59	0,18	3
Total			60,3	89,4	125	1380
Per-Porsi			12,1	17,9	25	276

Sumber: *fatsecret.co.id, 2021.*

TABEL 1.15
KANDUNGAN NUTRISI
BINTE BILUHUTA

No	Bahan	Qty	Lemak (g)	karbohidrat (g)	protein (g)	kalori (kcal)
1	Jagung	300 gr	3,54	57,1	9,66	258
2	Udang	200 gr	4,7	2.	55,2	288
3	Kelapa parut	15 gr	5,02	2,48	0,5	53
4	Kemangi	10 gr	0,06	2,28	0,25	3
5	Tomat ceri	90 gr	0,18	0,43	0,79	16
6	Soy lecithin	0,2 gr	-	-	-	4
7	Agar-agar	12 gr	0,03	11,8	0,02	50
8	Bawang merah	50 gr	0,04	4,04	0,37	17
9	Bawang putih	25 gr	0,12	8,26	1,59	37
10	Kemiri	12 gr	7,2	1,39	0,92	69
11	Cabai rawit	12 gr	1,73	5,66	1,2	32
12	Jeruk nipis	120 gr	0,24	12,7	0,84	36
13	Garam	10 gr	-	-	-	-
14	Lada	3 gr	-	2	-	10
15	Minyak	50 ml	50	-	-	450
16	Sereh	12 gr	0,06	3,04	0,22	12
17	Daun Salam	3 gr	0,23	2,27	0,24	9,4
Total			73,2	113	71,8	1344
Per-Porsi			14,6	22,7	14,4	269

Sumber: *fatsecret.co.id*, 2021.

TABEL 1.16
KANDUNGAN NUTRISI
TABU MOITOMO

No	Bahan	Qty	Lemak (g)	karbohidrat (g)	protein (g)	kalori (kcal)
1	Daging (Sirloin)	1 kg	139	-	200	2010
2	Singkong	350 gr	0,98	133	4,76	560
3	Minyak	100 ml	90	-	-	800
4	Kelapa parut	250 gr	83,72	38,1	8,32	885
5	Asam jawa	15 gr	0,09	9,38	0,42	36
6	Daun kemangi	25 gr	0,06	0,43	0,25	3
7	Daun pandan	10 gr	0,07	1,7	0,13	8,5
8	Daun jeruk	5 gr	0,1	0,8	0,1	3,1
9	Daun bawang	40 gr	0,12	5,66	0,6	24
10	Bawang merah	120 gr	0,08	10,6	0,97	44
11	Bawang putih	70 gr	0,35	23,1	4,45	104
12	Cabai merah besar	270 gr	43,18	142	30	795
13	Cabai rawit	24 gr	3,45	11,3	2,4	64
14	Ketumbar	5 gr	0,03	0,18	0,11	1
15	Jinten	3 gr	0,67	1,33	0,53	11
17	Kunyit	15 gr	1,48	9,74	1,17	53
18	Jahe	20 gr	0,15	3,55	0,36	16
19	Lengkuas	20 gr	0	0,17	0,01	14,2
20	Sereh	30 gr	0,15	7,59	0,55	30
21	Lada	5 gr	-	4	-	20
22	Garam	10 gr	-	-	-	-
23	Cengkeh	2 gr	0,01	0,1	0,02	-
24	Pala	2 gr	0,73	0,99	0,12	10
25	Kayu Manis	5 gr	0,16	3,99	0,19	13
26	Terong	90 gr	0,1	2,85	0,5	12
Total			355,7	410	256	5517
Per-Porsi			71,14	82,1	51,2	1103

Sumber: *fatsecret.co.id*, 2021.

TABEL 1.17
KANDUNGAN NUTRISI
TILIAYA

No	Bahan	Qty	Lemak (g)	karbohidrat (g)	protein (g)	kalori (kcal)
1	Gula merah	80 gr	-	77,9	-	302
2	Telur	260 gr	25,8	2	33	382
3	Santan	240 gr	57,2	13,3	5,5	552
4	Whipped Cream	50 gr	42	-	-	350
5	Condense Milk @370g	30 gr	4	23	1	130
6	Taro powder	20 gr	3 g	7 g	3g	60
7	Blueberry	25 gr	0,16	3,04	0,1	13
8	Daun mint	5 gr	0,05	0,75	0,2	3,5
9	Tepung terigu	20 gr	0,2	15,3	2,1	73
10	Mentega	20 gr	11	-	-	90
11	Gula	20 gr	-	20	-	77
Total			140	155	42	2033
Per-Porsi			28,1	31	8,3	407

Sumber: *fatsecret.co.id*, 2021.

TABEL 1.18
TOTAL KANDUNGAN NUTRISI
SET MENU

NO	MENU	QTY	Lemak (g)	karbohidrat (g)	protein (g)	kalori (kcal)
1	Perkedel Nike w/ Dabu-dabu	20 g	6,8	59,6	18,4	360
2	Sate Tuna Gorontalo	90 g	60,3	89,4	125,2	1380
3	Binte Biluhuta	90 g	73,2	113	71,8	1344
4	Tabu Moitomo w/ Singkong Goreng	150 g	355,7	410	256	5517
5	Tiliaya	70 g	140,5	155,2	41,6	2033
Total Nutrisi			636,45	827,58	512,97	10634
Nutrisi per-porsi			127,29	165,52	102,59	2127

Sumber: *fatsecret.co.id*, 2021

1.5 Lokasi dan Waktu Presentasi Makanan

1.5.4 Lokasi Penelitian

Segala kegiatan mulai dari proses penelitian, uji percobaan serta untuk presentasi makanan akan dilakukan di dapur pribadi penulis yang berlokasi di Wanakerta, Kabupaten Tangerang.

1.5.5 Waktu Penelitian

Penulis melakukan kegiatan penelitian untuk Tugas Akhir mulai dari mengumpulkan data, penyusunan naskah dan uji percobaan menu dilaksanakan mulai bulan Maret hingga Juni 2021.