



PANDUAN PRAKTIKUM

Dasar Kulineri



Tim:

Prof. Dr. Annis Catur Adi, Ir., M.Si
Anisa Lailatul Fitria, S.Gz., M.Sc.
Azizah Ajeng Pratiwi, S.Gz., M.Gizi
Tiara Tivany Simangunsong, S.Gz., M.PH
Dominikus Raditya Atmaka, S.Gz., M.PH.
Aliffah Nurria Nastiti, S.Gz
Asri Meidyah Agustin, A.Md.Gz

Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga
2022

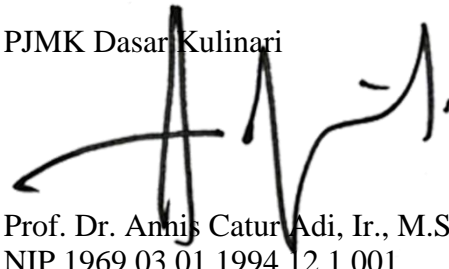
LEMBAR PENGESAHAN
PANDUAN PRAKTIKUM
DASAR KULINARI

Mengesahkan,
Koordinator Program Studi S1 Gizi

Lailatul Muniroh, S.KM., M.Kes.
NIP 1980 05 25 2005 01 2 004

Surabaya, Juli 2022

PJMK Dasar Kulineri



Prof. Dr. Anjij Catur Adi, Ir., M.Si
NIP 1969 03 01 1994 12 1 001

DAFTAR ISI

BAB I PERALATAN PENGOLAHAN DAN PENYAJIAN MAKANAN	3
BAB II PERSIAPAN DAN TEKNIK PEMOTONGAN BAHAN MAKANAN	9
BAB III TEKNIK DASAR PENGOLAHANN.....	25
BAB IV MENU HIDANGAN NUSANTARA	27
BAB V MENU HIDANGAN ORIENTAL	32
BAB VI MENU HIDANGAN KONTINENTAL	35
BAB VII RESEP STANDAR.....	41
BAB VIII MENYUSUN SIKLUS MENU	46
BAB IX TABLE MANNER.....	47
LAMPIRAN.....	55

BAB I

PERALATAN PENGOLAHAN DAN PENYAJIAN MAKANAN

A. Peralatan Pengolahan Makanan

Dalam melaksanakan proses pengolahan makanan diperlukan peralatan memasak. Definisi dari peralatan memasak adalah semua perlengkapan dan peralatan yang digunakan di dapur untuk memasak atau mengolah makanan guna memperlancar pekerjaan di dapur. Peralatan memasak memerlukan perawatan dan pemeliharaan yang lebih mahal dibandingkan dengan perawatan di bagian lainnya. Didalam pemilihan peralatan dan perlengkapan memasak diperlukan persyaratan antara lain:

- a. Mudah dibersihkan
- b. Mudah diketahui bahwa alat tersebut sudah bersih
- c. Keras dan tidak menyerap bahan-bahan makanan
- d. Permukaan halus sehingga mudah dibersihkan
- e. Tidak mudah berkarat atau antikarat
- f. Tidak mudah pecah

Peralatan memasak dapat dikelompokkan menjadi peralatan persiapan memasak dan peralatan pada saat proses memasak. Berikut adalah peralatan dapur berdasarkan fungsinya:

a. Alat Persiapan

Alat yang berfungsi untuk memudahkan menyiapkan bahan makanan yang akan diolah. Pengoperasian alat ini dapat dilakukan secara manual atau menggunakan tenaga listrik. Contoh alat persiapan untuk kelompok pangan unggas, daging dan ikan adalah meja kerja, talenan plastik, mesin pengiris daging (slicer), mesin penggiling daging (mincer), mesin pelunak daging (tenderizer), pisau ikan, pisau daging, pinset tulang ikan dan gunting ikan. Alat persiapan untuk kelompok pangan sayuran, seperti meja kerja, talenan, pengupas sayuran (vegetable peeler) dan pisau pemotong sayuran. Alat persiapan untuk kue dan roti, contohnya mixer, rolling pan, alat pemuai adonan roti (proof box), timbangan (scale), cetakan kue, loyang, pastry brush, spatula, dan pisau roti. Alat persiapan untuk menghaluskan bumbu, seperti food processor, hand blender, cobek dan blender. Alat persiapan lain, seperti wadah, pengocok telur, ballon whisker, spiral whisker, ayakan dan saringan untuk santan.

b. Alat Pengolahan

Alat pengolahan adalah alat-alat dapur yang digunakan untuk mengolah berbagai bahan makanan sehingga menghasilkan makanan. Berikut adalah contoh dari alat pengolahan:

1. Kompor, oven, pengukus (steamer), pemanggang (griller)
2. Macam-macam panci dan wajan, diantaranya: stock pot, frying pan, omelette, sause pan dan braise pan
3. Cetakan misalnya cetakan puding, pie, cetakan kue kering, cetakan kue basah/tradisional dan cetakan kue modern. Bahan dapat dibuat dari stainlesssteel, aluminium, granite coating dan kaca tahan panas

4. Alat pengaduk, yang tergolong alat ini adalah: sendok sayur, sendok pengambil nasi, sutil, spatula wood, iron spatula, serok, terdapat dalam berbagai ukuran. Bahan dapat terbuat dari stainless steel, aluminium dan kayu, plastik tahan panas

Peralatan memasak memiliki bahan yang berbeda-beda dan perawatan yang berbeda pula. Perbedaan bahan baku dari peralatan memasak menentukan efisiensi dan konduksi panas. Umumnya bahan yang ringan akan panas dengan cepat dan memasak secara cepat, tetapi tidak menahan panas. Bahan yang lebih berat akan panas secara lambat tetapi akan menahan panas dengan waktu yang lebih lama. Jenis bahan yang digunakan dalam pembuatan alat masak yaitu: kayu, baja, stainless steel, monel, aluminium, tembaga, besi, kuningan, porcelain, kaca, plastik yang masing-masing memiliki keuntungan dan kerugian tersendiri. Untuk menjaga kualitas dari alat masak, perawatan dan pemeliharaan alat masak berbeda berdasarkan jenis bahan bakunya. Cara perawatan alat masak berdasarkan bahan bakunya adalah sebagai berikut:

1. Alat yang dibuat dari besi

Besi banyak digunakan untuk membuat wajan. Karena besi mudah berkarat maka perlu dibersihkan dengan air sabun, garam halus, dan sabut gosok. Untuk jenis besi yang berlapis tergantung dari jenis lapisannya. Besi berlapis email dibersihkan dengan air sabun, serbuk vim, dan sabut halus. Besi berlapis teflon dibersihkan dengan air sabun dan busa halus. Untuk lapisan teflon jangan sekali-kali menggunakan abu gosok dan sabut yang kasar karena lapisan teflon akan mengelupas dan rusak. Untuk menghilangkan bau dan sisa lemak sebaiknya disiram dengan air panas, kemudian dilap dan dikeringkan.

2. Alat dari timah

Saringan dan sejenisnya sering terbuat dari bahan timah. Dalam merawat diperlukan cara yang teliti, terutama sisa makanan yang melekat. Untuk mencuci sebaiknya tidak menggunakan sabun, karena soda akan merusak alat dari bahan timah. Jadi, cukup menggunakan vim atau abu gosok halus dengan sabut, kemudian dibilas dan disiram dengan air panas dan dikeringkan.

3. Alat dari tembaga

Alat yang dibuat dari tembaga sangat baik dan mahal. Kelemahannya adalah apabila tidak dibersihkan dengan baik akan terlihat kotor dan tidak menarik. Untuk membersihkannya diperlukan campuran tepung, cuka, serta serbuk perak. Lalu, dicuci air panas dan dikeringkan.

4. Alat dari aluminium

Aluminium dibersihkan dengan air sabun, serbuk gosok halus atau vim, busa, dibilas sampai bersih lalu dikeringkan.

5. Stainless steel

Peralatan dari bahan stainless steel sangat baik digunakan. Harganya cukup mahal, tetapi banyak disukai karena pemeliharaannya mudah. Alat ini dibersihkan dengan air sabun, busa atau spon, dibilas sampai bersih, lalu dikeringkan atau dilap.

6. Alat dari bahan kuningan

Peralatan dari kuningan yang langsung berhubungan dengan makanan sebaiknya dicuci dengan menggunakan air jeruk nipis, asam, belimbing wuluh, serbuk bata halus, dibilas, dan disiram dengan air panas, lalu dikeringkan.

7. Alat dari tanah liat

Alat dari tanah liat dibersihkan dengan menggunakan sabut, abu gosok, dan dibilas dengan air bersih lalu dikeringkan.

8. Alat dari bambu dan kayu

Peralatan dari kayu dibersihkan atau dicuci dengan air sabun, serbuk atau abu gosok, sabut ataupun sikat, dibilas dan dikeringkan agar tidak berjamur. Alat dari bahan batu Alat dari batu dibersihkan dengan abu gosok atau vim, sikat dan dibilas sampai bersih, lalu dikeringkan.

9. Alat dari bahan plastik dan melamin

Alat ini dibersihkan dengan sabun biasa atau sabun cair. Busa lalu dibilas sampai bersih dan dikeringkan.

10. Alat dari bahan kaca, keramik, dan porselin

Alat ini dibersihkan dengan air sabun, vim, sabut hijau, atau spon, lalu dibilas dan dikeringkan.

B. Peralatan Penyajian Makanan

Alat penyajian dapat digunakan untuk menghidangkan makanan dalam sajian prasmanan, ukurannya besar dan terbuat dari stainless steel. Peralatan lainnya yang menjadi peralatan hidang yaitu peralatan makan, minum dan hidang yang terdiri dari barang pecah belah (chinaware), silverware, gelas (glassware), dimana bentuk dan ukurannya digunakan dalam pelayanan makan berupa linen, ware, glassware dan peralatan lain yang digunakan dalam pelayanan makan dan minum.

Chinaware adalah semua jenis peralatan pecah belah, yang terbuat dari porselin dan keramik yang dapat mempercantik penampilan makanan yang dihidangkan. Ada berbagai jenis, berdasarkan bentuknya terbagi menjadi

- a. Bentuk yang tidak mempunyai pegangan, yaitu sejenis plate atau piring makan
- b. Bentuk yang mempunyai satu pegangan, seperti tea/coffee pot, sauce boot
- c. Bentuk yang mempunyai dua pegangan, seperti soup cup dan sugar bowl

Chinaware dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Platter, sejenis piring lodor dengan berbagai ukuran yaitu small, medium, dan large. Mempunyai tiga bentuk, lonjong (oval platter), bulat (round platter) dan persegi panjang (rectangular platter).
2. Plates
 - a. Dinner plate, piring ceper besar yang dipergunakan untuk menyajikan hidangan utama berdiameter 26 cm
 - b. Soup plate, piring cekung yang biasa dipergunakan untuk makan dirumah sehari-hari ataupun keperluan prasmanan dan untuk menyajikan sup. Diameter sup plate adalah 22 cm
 - c. Dessert plate, piring tanggung yang dipergunakan untuk menyajikan hidangan penutup, hidangan pembuka dan kadang-kadang sebagai underliner atau alas sewaktu menyajikan hidangan pembuka atau penutup. Diameter dessert plate adalah 18 cm

- d. B and B plate (Butter and Bread), dipergunakan untuk menyajikan roti dan mentega. Disebut juga side plate atau quarter plate karena di dalam menata meja selalu diletakkan disamping kiri garpu (dinner fork). Diameternya sekitar 15 cm
 - e. Fish plate, yaitu piring untuk menyajikan hidangan ikan
 - f. Breakfast plate, yaitu piring untuk hidangan makan pagi
 - g. Show plate, yaitu piring ceper ukuran sedikit lebih besar dari pada dinner plate
3. Cups
- a. Soup cup, mangkuk berbentuk cangkir dengan ukuran lebih besar dan mempunyai pegangan di kanan kirinya untuk menyajikan sup cair. Diameternya sekitar 10 cm
 - b. Tea cup, cangkir teh yang gunanya untuk menyajikan teh. Diameternya sekitar 7 cm
 - c. Coffee cup, cangkir kopi yang gunanya untuk menyajikan kopi. Diameternya sekitar 6 cm
 - d. Demitasse cup, cangkir kecil dengan diameter 5 cm yang dipergunakan untuk menyajikan kopi kental (demitasse coffee) sehabis makan malam
 - e. Breakfast cup, cangkir untuk menyajikan minuman kopi/the pada waktu makan pagi di restoran
 - f. Egg dish, disebut juga dengan egg stand. Dipergunakan untuk menyajikan telur rebus
4. Saucer
- a. Soup saucer, adalah tatakan soup cup dengan diameter 14 cm
 - b. Tea saucer, adalah tatakan tea cup dengan diameter 14 cm
 - c. Coffee saucer, adalah tatakan coffee cup dengan diameter 14 cm
 - d. Demitasse saucer, adalah tatakan demitasse cup dengan diameter 11 cm
 - e. Breakfast saucer, adalah tatakan breakfast cup dengan diameter 14 cm
5. Pots
- a. Tea pot, poci untuk menyajikan the panas, bentuknya agak membulat
 - b. Coffee pot, poci untuk menyajikan kopi panas, bentuknya lurus keatas jugs
 - c. Milk jug, poci kecil untuk menyajikan susu atau krim
 - d. Water jug, poci kecil dengan tutup untuk menyajikan air putih, biasanya digunakan pada pelayanan room service
6. Bowl
- a. Soup bowl, mangkuk sup untuk menyajikan sup kental
 - b. Cereal bowl, piring cekung seperti mangkuk untuk menyajikan bubur maupun sereal
 - c. Finger bowl, mangkuk tempat untuk mencuci tangan yang diletakkan di atas meja makan
 - d. Sugar bowl, tempat untuk menempatkan gula yang berada di atas meja makan
 - e. Supreme bowl, tempat untuk menyajikan shirmp cocktail, ice cream di dalam kamar
 - f. Butter bowl, tempat mentega yang diletakkan di atas meja makan

Cara penyimpanan dan pemeliharaan chinaware ialah sebagai berikut:

1. Barang – barang disimpan dalam lemari (usahakan rak lemari tidak terlalu tinggi). Di industri seperti di hotel-hotel dan katering digunakan alat khusus, yaitu kotak yang dibuat rak-rak dari bahan kayu atau plastik tebal.
2. Barang-barang disusun sejenis dengan susunan maksimum dua lusin.
3. Barang-barang yang tidak dapat disusun diatur satu persatu dengan rapih
4. Cangkir disimpan dengan menggunakan kotak. Pemeliharaan chinaware sangat penting karena berhubungan dengan keamanan dan kebersihan (safety and hygiene). Bentuk dan ukuran chinaware bermacam- macam modelnya yang merupakan seni dari pabrik yang membuat.

Silverware merupakan peralatan hidang yang berupa sendok, garpu dan pisau. Keserasian silverware dengan peralatan yang lain ikut penentuan baik tidaknya penampilan meja makan suatu restoran atau rumah makan. Berdasarkan bahannya silverware terbuat dari stainless steel, kuningan, aluminium, perak, melamine atau plastik. Peralatan yang termasuk silverware antara lain :

1. Dinner knife
2. Dessert knife
3. Bread and butter knife
4. Fish knife
5. Butter sprider
6. Dinner fork
7. Desser fork
8. Fish fork
9. Pastry fork
10. Dinner spoon
11. Dessert spoon
12. Soup spoon
13. Tea spoon
14. Ice cream spoon
15. Cocktail fork

Glassware tidak kalah pentingnya dengan alat-alat lain yang biasanya dipergunakan di restoran. Gelas juga digunakan diruang makan (dinning room glass) dan di bar (bar glass). Gelas dibuat dari bermacam-macam bahan, yaitu kaca kali, kaca kristal, plastik, dan logam. Berikut adalah macam-macam gelas yang digunakan di restoran atau hotel:

1. Colada
2. White wine glass
3. Red wine glass
4. Water goblet
5. Juice glass
6. Highball glass
7. Cocktail glass
8. Ice cream glass

9. Champagne glass
10. Old fashioned glass
11. Martini glass

BAB II

PERSIAPAN DAN TEKNIK PEMOTONGAN BAHAN MAKANAN

Persiapan memasak merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan sebelum melakukan aktivitas memasak, ada berbagai hal yang perlu disiapkan selain mempersiapkan bahan makanan, alat yang digunakan harus dalam kondisi bersih, serta resep yang akan digunakan. Hal lain yang perlu diperhatikan dalam persiapan bahan makanan adalah teknik pemotongan.

Potongan bahan makanan dilakukan untuk memperispakan proses pengolahan makanan ataupun hanya sebagai garnis pada hidangan. Bahan makanan yang membutuhkan pemotongan sebelum proses pengolahan yaitu, daging, unggas, ikan, sayuran, dan buah-buahan. Berikut adalah hal-hal yang harus diperhatikan pada pemotongan bahan makanan sebagai berikut:

- Membersihkan sayur dari kotoran yang masih menempel
- Mempertahankan zat vitamin yang terdapat dalam sayur agar tidak terlalu banyak larut saat pengolahan
- Meminimalisir kerusakan pada sayuran
- Sayuran sebelum diolah dipersiapkan sesuai dengan jenis menu yang akan dimasak
- Proses penyimpanan dilakukan secara benar
- Pemotongan dan persiapan sayuran dilakukan dengan teknik khusus
- Kupas dan potong buah atau sayur mendekati waktu memasak untuk mencegah pengeringan dan kehilangan vitamin
- Kupas setipis mungkin karena banyak zat gizi yang berada dibawah kulit
- Potong dalam ukuran yang sama
- Jaga sayuran atau buah yang dapat berubah menjadi coklat dalam air

Fungsi pemotongan bahan makanan adalah:

- Mempermudah proses pengolaha
- Mempercantik hidangan
- Menambah selera makan

Berikut adalah jenis potongan bahan makanan:

- Potongan sayur
Potongan sayuran dalam dapur kontinental banyak sekali macamnya antara lain potongan bentuk alouette/machestick, brunoise, chiffonade, chopped, concasser, emincer, cube, frite, juliene, large dice, medium dice, small dice, mince, shred, slice, jardiniere/batonnet, barrel/turning, vichy, paysanne dan macedoine.
- Potongan ayam
Ayam karkas adalah Ayam yang telah dipotong, dibuang bulu dan dihilangkan jeroannya, kepalanya dan kaki nya, Satu ekor ayam bisa dipotong menjadi beberapa bagian sesuai dengan kebutuhan
- Potongan daging
Daging adalah bagian otot skeletal dari karkas sapi, kambing/domba yang aman, layak dan lazim dikonsumsi oleh manusia, dapat berupa daging segar, daging segar dingin atau

daging beku. Nama potongan daging Sapi meliputi; Chuck, Brisket, Trip Tip, Flank, Tenderloin, T.Bone, Rib Eye, Prime Rib, Skirt, Strip, Top Round, Top Sirloin, Sirloin/Has Luar, Rump, Shank, Knuckle dan Oxtail/Buntut. Potongan Kambing meliputi; Leg, Tenderloin, Loin, Rack, Shoulder, Breast, Flank dan Fore Shank.

- Potongan ikan


Fish atau ikan adalah binatang berdarah dingin yang hidup di air dan bernafas dengan insang. Ikan hidup di air tawar dan ada yang hidup di air laut. Berdasarkan bentuknya ikan dibagi menjadi dua yaitu Round Fish / ikan berbentuk bulat dan Flat Fish/ikan berbentuk Pipih. Berdasarkan asalnya ikan dibagi menjadi dua yaitu ikan air tawar dan ikan air laut., Le Delice, Le Paupiette, Le Goujon/Goujonette, Le supreme, Le Tronom, Le Supremme, Le Darne, Cubes, Dice.



Tabel 1. Macam-macam bentuk potongan sayur

No	Gambar	Keterangan
1	<p data-bbox="331 309 687 338">Allumettes atau Machestik</p> 	<p data-bbox="762 342 1193 521">Potongan sayuran tipis panjang dengan ukuran ½ mm ×4 cm, sepertikorekapi, biasanya pada kentang dan lobak</p>
2.	<p data-bbox="443 577 571 607">Brunoise</p> 	<p data-bbox="762 595 1193 819">Potongan sayuran berbentuk kubus kecil dengan ukuran 1 ×1 ×1 mm. Potongan ini biasanya dilakukan pada wortel, lobak, onion</p>
4.	<p data-bbox="432 857 582 887">Chiffonade</p> 	<p data-bbox="762 902 1193 1081">Potongan sayuran yang khusus untuk kol/daun selada seperti untuk salad yang diiris tipis setebal 1-2 mm memanjang</p>
5.	<p data-bbox="443 1137 571 1167">Chopped</p> 	<p data-bbox="762 1155 1193 1234">Potongan cincang halus maupun kasar dilakukan pada onion</p>

6.	<p style="text-align: center;">Concasser</p> 	<p>Potongan sayuran chopped tetapi lebih kasar. Biasanya dilakukan pada Tomat, setelah diblanching, buang bijinya, lalu di potong bentuk Concasser</p>
7.	<p style="text-align: center;">Cube</p> 	<p>Potongan sayuran dalam bentuk dadu ukuran 12 mm x 12 mm x 25 mm.</p>
8.	<p style="text-align: center;">Emincer</p> 	<p>Memotong bahan makanan hingga menjadi potongan yang sangat tipis. Contoh mengiris bawang merah, bawang putih atau Bombay</p>
9.	<p style="text-align: center;">Frite</p> 	<p>Potongan sayuran / kentang dengan bentuk sisi persegi panjang dengan ukuran 8 -12 dengan ketebalan x 7mm</p>
10.	<p style="text-align: center;">Julienne</p> 	<p>Potongan bahan makanan yang berbentuk seperti batang korek api, dengan ukuran 3 x 1 x 1 mm. Potongan ini lebih halus dari allumette, biasanya dilakukan pada wortel, kubis/ kol, dan bawang Bombay</p>






11.	<p style="text-align: center;">Large Dice</p> 	Potongan bahan makanan dengan ukuran 2 × 2 × 2 cm
12.	<p style="text-align: center;">Medium Dice</p> 	Medium Dice yaitu potongan bahan makanan dengan ukuran 12 x 12 x 12 mm
13.	<p style="text-align: center;">Mince</p> 	Memotong bahan makanan secara chop/cincang/ giling tetapi dalam potongan yang lebih halus dan teratur. Biasanya menggunakan gilingan daging
14.	<p style="text-align: center;">Shred</p> 	Memotong bahan makanan dengan bentuk panjang dan tipis, dapat juga dilakukan dengan parutan keju yang kasar atau parutan serba guna
15.	<p style="text-align: center;">Slice</p> 	Memotong bahan makanan dengan potongan melintang atau miring ,harus sama bisa ketebalannya bisa menggunakan Slicer / pisau yang tajam.

16.	<p style="text-align: center;">Small Dice</p> 	<p>memotong sayuran dengan ukuran 6 x6 x6 mm</p>
17.	<p style="text-align: center;">Jardinière/ Batonnet</p> 	<p>Potong ansayuran yang berbentuk balok dengan ukuran 4½ x ½ cm</p>
18.	<p style="text-align: center;">Parisienne</p> 	
19.	<p style="text-align: center;">Barrel</p> 	
20.	<p style="text-align: center;">Vichy</p> 	

21.	<p>Paysane</p> 	
22.	<p>Macedoinne 1x1x1 cm</p> 	

Tabel 2. Bagian-bagian daging ayam



No.	Bagian/Gambar	Keterangan
1	<p>Whole Chikcen (Ayam Utuh)</p> 	Meliputi semua bagian tubuh ayam tanpa terkecuali. Hanya saja untuk ayam kampung termasuk leher, kepala, hingga ceker ikut dikemas
2.	<p>Halves (Separuh Bagian)</p> 	Ayam dipotong menjadi setengah bagian mulai dari pundak atas hingga ekor menjadi 2 (simetris)
3	<p>Breast Quarters (Separuh Dada- sayap)</p> 	Potongan seperempat termasuk dada dan sayap

4	<p>Split Breast (Dada Terpisah)</p> 	<p>Seperempat dada dengan sayap dipotong</p>
5	<p>Split Breast Without Back (Dada Terpisah Tanpa Punggung)</p> 	<p>Seperempat dada dengan sayap dipotong, ditambah dengan bagian punggung dipotong</p>
6	<p>Bonneles, Skinless Breast (Dada Ayam Tanpa Kulit dan Tulang)</p> 	<p>Ayam pada bagian dada dengan tanpa kulit serta tulang dada dihilangkan</p>
7	<p>8-Piece (8 Potong bagian)</p> 	<p>Ayam dipotong menjadi 8 bagian yaitu 2 dada, 2 sayap, 2 paha dan 2 punggung</p>
8	<p>Whole Chicken Wing (Sayap Utuh Ayam)</p> 	<p>Semua bagian sayap mulai dari pangkal sayap hingga ujung sayap</p>

9	<p>Wing Drummettes (Pangkal Sayap)</p> 	<p>Ini bukan paha melainkan bagian bahu dan siku dari sayap tersebut</p>
10	<p>Wing Mid Section With Tip (Tengah dan Ujung Sayap)</p> 	<p>2 potongan sayap tengah dan ujung sayap</p>
11	<p>Wing Mid section (Tengah Sayap)</p> 	<p>hanya bagian tengah sayap saja</p>
12	<p>Whole Chicken Leg (Paha Bagian Atas)</p> 	<p>seluruh bagian paha dan bagian atas</p>
13	<p>Boneless, Chicken Leg (Paha Tanpa Tulang)</p>	<p>Paha tanpa kulit dan tulang yang sudah dihilangkan</p>

		
14	<p>Thigh (Ujung Ekor)</p> 	hanya bagian ujung ekor saja
15	<p>Boneless, Skinless Thigh (Ekor Tanpa Tulang)</p> 	Bagian ujung ekor yang sudah dihilangkan kulit dan tulangnya
16	<p>Drumstick (Paha)</p> 	Hanya bagian paha saja
17	<p>Giblets (Jerohan.leher dll)</p> 	


Tabel 3. Bagian-bagian potongan daging sapi

Bagian	Keterangan
 <p>Chuck</p>	<p>Potongan yang berasal dari bagian pundak sebelah kanan dekat leher sapi. Potongan chuck ini termasuk potongan daging steak yang paling murah dan agak keras. Walaupun begitu, bukan berarti potongan chuck tidak enak. Tip mengolah potongan chuck, daging dipukul menggunakan hammer hingga jaringan daging agak pipih, lalu dimarinade, jangan dimasak terlalu lama di atas panggangan dan gunakan alat untuk mengambil. Saus, yang cocok untuk potongan chuck yaitu saus coklat diberi sedikit sentuhan red wine. Di Indonesia, bagian Chuck dianggap yang paling bagus untuk membuat bakso.</p>
 <p>Brisket</p>	<p>Brisket adalah potongan daging yang berasal dari bagian bawah dada sapi. Bagian potongan brisket ini juga biasa digunakan sebagai irisan daging di Korean BBQ. Cara mengolahnya, panggang dengan teknik slow-smoke, yaitu diasapi secara perlahan agar hasilnya lembut dengan bagian lemak yang lumer. Potongan brisket paling cocok disajikan dengan saus BBQ yang tajam.</p>
<p>Tri-Tip</p>	<p>Tri-tip adalah potongan yang berada di bagian atas panggul dan di belakang pinggang. Awalnya, potongan tri-tip biasa digunakan untuk daging burger. Di tahun 1950-an, potongan tri-tip dibuat steak bernama Santa Maria Steak. Untuk memasak tri-tip, dipanggang dengan</p>

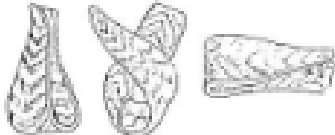
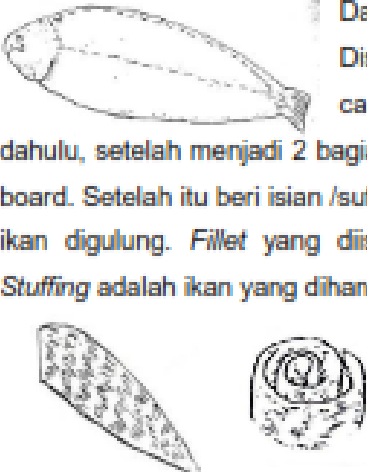
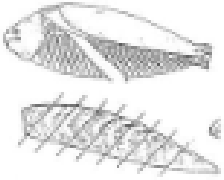
	<p>teknik pengasapan sangat cocok karena semai kn nikmat. Saus yang cocok untuk potongan ini adalah saus BBQ dan saus Black Pepper.</p>
<p>Flank</p> 	<p>Potongan flank berasal dari bagian kanan perut sapi. Potongan flank yang berbentuk memanjang ini biasa disajikan dalam bentuk sate maupun dipotong-potong untuk tumisan. Agar makin nikmat, potongan flank harus direndam dengan saus terlebih dahulu sebelum dipanggang. Saus yang cocok untuk potongan flank adalah saus salsa dan berbagai macam saus steak</p>
<p>Tenderloin</p> 	<p>Potongan yang berasal dari bagian tengah pinggang sapi ini mempunyai tekstur yang empuk dengan lemak yang sedikit. Potongan tenderloin paling nikmat jika dipanggang dengan tingkat kematangan medium atau rare agar makin juicy. Saus Bordelaise, bawang putih, dan mustard paling nikmat jika disajikan bersama potongan tenderloin. Tenderloin adalah bagian yang paling mahal dan merupakan favorit dari para pecinta steak, karena memiliki tekstur paling lunak.</p>
<p>T-Bone</p> 	<p>T-Bone berasal dari potongan bagian ujung depan dari pinggang sapi dengan tulang di tengah berbentuk T. Potongan t-bone terkenal akan rasanya yang lezat dengan potongan daging yang tebal dan lemak yang lezat. T-bone makin nikmat dimasak dengan cara dibakar dan disajikan dengan saus-saus klasik, seperti balsamic, jamur, madu, hingga dicampur whisky.</p>
<p>Rib-Eye</p>	<p>Rib-Eye adalah potongan daging yang berasal dari bagian rusuk sapi. Bagian dagingnya menempel pada tulang rusuk dan memiliki lemak yang sangat juicy saat</p>

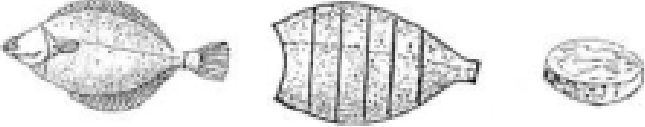


	<p>dimasak. Untuk memasak rib-eye, masak dalam keadaan rusuk utuh di panggangan, setelah matang, rusuk dapat dipotong-potong hingga menjadi potongan rib-eye. Hasilnya, daging warna merah segar dan juicy ditengah-tengahnya. Potongan rib-eye paling cocok disajikan dengan saus jamur klasik</p>
<p>Prime Rib</p> 	<p>Potongan yang berasal dari bagian tengah-tengah rusuk sapi ini memiliki lapisan lemak yang tebal di bagian luarnya. Ketika dipanggang, lemak tersebut akan melembut dan lumer hingga juicy. Cara memasaknya, berik sedikit garam dan lada sebelum dipanggang, lalu panggang dengan waktu yang lama. Untuk saus, prime rib cocok disajikan dengan saus steak apapun.</p>
<p>Skirt</p> 	<p>Potongan steak skirt berasal dari bagian depan perut di bawah tulang rusuk. Potongan bagian skirt ini biasa disajikan dalam bentuk fajita (daging panggang yang disajikan dengan taco) atau ditumis. Jika ingin dibuat steak, taburi panggangan dengan garam lalu letakkan daging skirt di atasnya. Potongan skirt ini paling cocok jika disajikan dengan saus salsa dan chimichurri</p>
<p>Strip</p> 	<p>Potongan steak bagian strip adalah salah satu potongan steak yang paling populer di dunia. Potongan ini berasal dari bagian tengah belakang pinggang sapi. Potongan strip ini juga biasa disebut dengan New York Strip Steak. Untuk memasaknya, cukup panggang strip steak yang telah diberi sedikit garam dan sajikan dengan saus bawang putih, mentega, dan aneka saus steak lainnya</p>
<p>Top Round</p>	<p>Top round adalah potongan steak yang berasal dari bagian belakang paha sapi. Potongan ini memiliki tekstur daging yang alot dan memang sangat cocok untuk dibuat dendeng. Namun, Anda tetap bisa mengolah top round</p>

	<p>menjadi steak yang lembut dengan cara dipanggang perlahan dan diiris tipis. Potongan top round paling nikmat jika disajikan dengan saus dengan wine</p>
<p>Top Sirloin</p> 	<p>Potongan ini adalah bagian atas sirloin yang terletak di bagian belakang sapi yang tepat berada di bawah bagian tenderloin. Jika bagian sirloin yang biasa lebih banyak lemak dan kurang nikmat, bagian top sirloin ini memiliki lemak yang sedikit dan tentunya lebih lembut. Untuk memasaknya, dengan cara dipanggang atau dibakar, dan sajikan dengan saus marsala jamur atau saus borboun.</p>
<p>Sirloin</p> 	<p>Adalah potongan daging sapi yang diperoleh dari bagian iga, yang juga banyak diolah sebagai steak. Walaupun masuk dalam kelas daging steak dibawah has dalam, namun sirloin ini sangat banyak diminati penggemar steak, bakso, karena lebih liat dan kenyal.</p>
<p>Shank</p> 	<p>Diambil dari kaki bagian depan atas dari sapi, yang umumnya digunakan untuk menghasilkan kaldu, misalnya sebagai bahan dasar sup, soto dan bakso urat</p>
<p>Knuckle</p> 	<p>bagian potongan daging sapi yang diambil dari bagian atas paha belakang sapi, yang berada di antara penutup dan gandik. Hidangan masakan yang menggunakan bahan jenis daging ini adalah casserole dan hidangan lain dengan tehnik panggang</p>

Oxtail 	<p>Seringkali disebut buntut (ekor dalam bhs Jawa), adalah bagian ekor sapi yang biasanya disajikan sebagai sup buntut yang terkenal</p>
--	--

Tabel 4. Macam-macam potongan ikan

Macam Potongan	Keterangan	
LE DELICE		<p>Lalu bagi menjadi dua bagian. Setelah itu, ikan yg sudah d fillet di bentuk seperti pita atau simpul bisa juga menjadi bulatan atau dilipat. Ikan yang sudah di fillet di bagi dua, lalu di bentuk seperti pada gambar</p>
LE PAUPIETTE		<p>Daging fillet tipis, diisi lalu digulung. Disebut juga rolled fish. caranya : Ikan di fillet terlebih dahulu, setelah menjadi 2 bagian letakkan daging ikan di cutting board. Setelah itu beri isian /suffing diatas daging, kemudian fillet ikan digulung. <i>Fillet yang diisi (stuffing)</i>, kemudian digulung. <i>Stuffing</i> adalah ikan yang dihancurkan lalu diberi bumbu.</p> <p>Daging yang sudah di fillet di bagi dua dan digulung</p>
LE GOUJON / GOUJONETTE		<p>Daging ikan fillet yang dipotong serong memanjang. Caranya: Fillet daging ikan diletakkan diatas cutting board, lalu iris atau potong serong memanjang. Panjang potongan lebih kurang 6-8 cm dengan tebal 0,5-1 cm. Sehingga berbentuk strip atau Goujon</p>

LE TRONCOM	<p>Potongan ikan yang dipotong bulat utuh, ketebalannya 3 - 4 cm caranya : Potongan ikan troncom adalah potongan ikan yang dipotong dari ikan yang berbentuk pipih (flat fish), potongan berbentuk bulat utuh. Potongan ikan ini langsung dipotong bulat utuh disertai tulangnya.</p> 
LE SUPREME	<p>Potongan ikan yang diiris miring dari fillet ikan , supreme biasanya dipotong dari ikan yang bertubuh bulat besar, lebarnya 2 cm caranya: Ikan di fillet tanpa di bagi menjadi dua. Sehingga menjadi fillet ikan yang cukup besar. Lalu iris miring fillet ikan tersebut</p>
	
LE DARNE	<p>Potongan ikan yang dipotong melintang , dari ikan yang bertubuh bulat . potongan darne ini bulat utuh, ketebalannya 2 - 3 cm. Caranya : Ikan yang berbentuk bulat diletakkan diatas cutting board. Lalu belah utuh ikan tersebut disertai durinya. Potong menjadi 3 bagian. Potongan tipis, potongan tebal, potongan bagian ekor. Contoh ikan Tongkol, ikan Tuna</p> 
CUBES	Potongan bentuk kubus untuk <i>fish brochette</i> atau <i>fish stew</i>
DICE	Potongan ikan dalam bentuk kubus yang berukuran kecil, biasanya digunakan untuk ikan yang dijadikan sebagai isi soup
LE FILLET	Potongan ikan tanpa kulit dan duri. Jenis ikan bulat mendapatkan 2 <i>fillet</i> dan jenis ikan pipih mendapatkan 4 <i>fillet</i>

BAB III
TEKNIK DASAR PENGOLAHAN

A. Teknik Dasar Pengolahan Makanan

- 1) Boiling = memasak dengan air banyak



- 2) Simmering = memasak dengan air banyak diatas api kecil



- 3) Steaming = memasak dengan uap panas/ mengukus dengan dua panci



- 4) Sauteing = shallow frying atau memasak makanan dengan menggunakan sedikit minyak → menumis



- 5) Frying = deep frying → memasak dengan minyak panas (minyak banyak),



- 6) Baking = memasak bahan makanan kedalam oven dan tidak boleh dibuka selama memasak



- 7) Braising = memasak dengan air sedikit dan berbumbu tujuan agar bumbu meresap ke bahan makanan



- 8) Stewing = memasak dengan air bumbu diatas api kecil bertujuan agar bahan makanan menjadi empuk



- 9) Roasting = memasak bahan makanan dengan panas tinggi dari segala arah



BAB IV

MENU HIDANGAN NUSANTARA



A. Menu Hidangan Nusantara

Hidangan nusantara adalah susunan makanan yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayuran, sambal, lalap, dan minuman. Berdasarkan waktu penyajiannya, makanan Indonesia dibagi menjadi 3, yaitu makan pagi, makan siang dan makan malam. Ciri khas makanan Indonesia adalah menggunakan aneka jenis bumbu dan rempah serta disajikan bersama dengan sambal dan kerupuk sebagai pelengkap. Makanan Indonesia memiliki susunan menu yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, sambal, sedap sedapan, dan minuman. Pada prinsipnya makanan Indonesia dapat dikelompokkan sebagai berikut:

1. Hidangan pokok (nasi dan penggantinya)

Makanan pokok adalah jenis yang merupakan makanan utama yang biasa dihidangkan dalam jumlah banyak. Makanan pokok pada masakan Indonesia yaitu nasi. Disamping itu dikenal pula bahan makanan pokok yang lain, yaitu diantaranya singkong, ubi, jagung, pisang, dan sagu. Bahan-bahan tersebut dapat digunakan tersendiri atau dicampur dengan bahan lain.

a. Hidangan nasi : bubur

1) Bubur biasa

Bahan dasar beras dengan menggunakan bahan cair air, kaldu atau santan. Pengembangannya bisa disajikan sebagai hidangan sarapan pagi, yang disajikan dengan kuah, bubur bisa disajikan sebagai hidangan selamatan misalnya bubur merah putih dan bubur asyura.

2) Bubur Manado

Hidangan khas dari Manado, bubur dimasak dengan ubi, jagung dan sayuran. Bubur ini disajikan dengan ikan goreng dan sambal tomat.

3) Bubur Ayam

Bubur ayam berasal dari makanan China. Menggunakan bahan cair kaldu, selain ayam goreng yang menjadi pelengkapnya, juga menggunakan ati dan rempele, telur, tongcai, dan ditaburi dengan bawang goreng.

- b. Tim [Mengolah nasi tim dengan teknik au ban marie atau memasak dengan dua panci sekaligus. Nasi yang dihasilkan dengan teknik mengetim ini adalah nasi yang lunak. Awalnya nasi tim hanya diolah untuk makanan bayi anak-anak dan orang sakit, namun dalam perkembangannya, nasi tim menjadi nasi yang istimewa, sehingga menjadi nasi tim dijadikan jajanan sepinggan seperti nasi tim ayam, nasi tim telur asin dan sebagainya.
- c. Nasi liwet : Nasi liwet adalah cara pengolahan yang dimatangkan secara langsung dari air mendidih. Nasi liwet adalah nasi yang diolah dengan cara diliwet, bahan cair yang digunakan untuk membuat nasi liwet adalah air, kaldu atau santan. Salah satu hidangan khas kota Solo adalah nasi liwet solo, yaitu nasi yang diliwet menggunakan santan, disajikan dengan sambal goreng jipang, ayam dan telur yang diopor. Penyajian makanan dengan dipincuk daun, atau piring makan yang dialas dengan daun pisang.
- d. Nasi kukus [Mengukus nasi merupakan pekerjaan yang paling banyak dilakukan oleh masyarakat Indonesia. Mengukus adalah cara pengolahan dimana bahan makanannya diletakkan dalam alat tertentu (misalnya kukusan) dan selanjutnya dimatangkan dengan uap air. Uap air ditimbulkan dari air yang mendidih di bawahnya. Alat untuk mengukus nasi adalah dandang, kukusan atau risopan.
- e. Nasi goreng adalah nasi yang menjadi unggulan dan kebanggaan masyarakat Indonesia. Sesungguhnya nasi goreng ini adalah left over atau nasi sisa yang dingin yang dimanfaatkan kembali untuk sarapan pagi, yaitu dengan cara mengolah kembali bahan makanan dalam penggorengan yang berisi minyak goreng, mentega atau margarine yang cukup panas. Namun dalam perkembangannya nasi goreng ini menjadi nasi yang sangat spesial, karena sangat fleksibel untuk divariasikan dengan berbagai bahan yang lain, sesuai dengan ketersediaan bahan di berbagai daerah. Sekarang kita mengenal nasi goreng babat, nasi goreng daging kambing, nasi goreng pete, nasi goreng ikan asin dan sebagainya, dengan berbagai teknik penyajian yang menarik. Nasi goreng ini tidak hanya digunakan untuk hidangan makan pagi, tetapi juga sebagai salah satu pilihan menu istimewa dalam hidangan buffet, pilihan hidangan makan siang atau makan malam yang disediakan oleh restoran.
 - 1) Nasi goreng ikan asin: Menggunakan ikan asin, salah satu variasi yang terkenal di Indonesia.
 - 2) Nasi goreng Jawa: Nasi goreng ini biasanya dibumbui dengan sambal ulek yang membuat rasanya pedas. Biasa juga digunakan sayuran seperti taugé untuk nasi goreng ini.
 - 3) Nasi goreng kambing: menggunakan daging kambing yang memiliki aroma khas.
 - 4) Nasi goreng putih: Nasi goreng ini menggunakan kecap asin sebagai bumbunya sehingga warnanya masih keputih-putihan.
- f. Nasi udak adalah nama sejenis makanan terbuat dari bahan dasar nasi putih yang diaron dan dikukus dengan santan dari kelapa yang di parut, serta dibumbui dengan pala, kayu manis, jahe, daun serai dan merica

2. Hidangan lauk pauk

Lauk-pauk adalah suatu hidangan yang merupakan pelengkap nasi yang dapat berasal dari bahan hewani dan produknya, tumbuh-tumbuhan, atau kombinasi bahan hewan dan tumbuhan yang biasanya dimasak dengan bumbu tertentu. Teknik pengolahan lauk pauk diantaranya dengan cara digoreng, dikukus, dibakar, kombinasi dari beberapa teknik dan dengan teknik ganda. Teknik penyajian lauk pauk dapat dengan per porsi atau secara prasmanan. Bahan makanan sumber protein hewani yang banyak digunakan dalam masakan Indonesia adalah telur, daging, unggas, ikan, hasil laut dan lain-lain. Sedangkan bahan makanan nabati yang banyak digunakan dalam lauk pauk Indonesia yaitu tempe, tahu, oncom dan kacang-kacangan

3. Hidangan sayur

Sayur adalah suatu hidangan berkuah yang merupakan kelengkapan nasi yang dapat dimakan dengan atau tanpa nasi. Sayur biasanya berisi kuah dan bahan pokok sayuran atau dapat pula ditambahkan dengan bahan lain seperti bahan hewani atau tumbuh-tumbuhan seperti produknya (makaroni, soun). Bahan yang digunakan dalam masakan sayur dapat berupa air, kaldu, atau santan. Bumbu yang digunakan bisa bervariasi tergantung rasa yang diinginkan, karena bumbu yang digunakan tiap daerah berbeda-beda. Hidangan sayur dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

a. Sayur berkuah banyak

Sayur ini merupakan golongan sayur yang menggunakan kuah atau bahan cair yang banyak. Bahan cair yang digunakan berupa air, kaldu, santan atau perpaduan dari ketiganya. Sayur yang berkuah banyak contohnya sayur asem, sayur lodeh, sayur bening, sayur sop, soto dan lain-lain.

b. Sayur berkuah sedikit (tumis)

Sayur yang ditumis adalah sayur yang bumbunya ditumis dahulu dengan minyak dan menggunakan sedikit kuah. Contoh masakan sayur yang ditumis antara lain oseng-oseng, tumis kangkung, orak-arik, cap-cay dan lain-lain.

c. Sayur tanpa kuah

Sayur tanpa kuah adalah jenis sayur yang dihidangkan tanpa atau dengan melalui proses pengolahan. Sayuran ini bisa disajikan dalam keadaan mentah bersama sambal atau bumbu sehingga menambah rasa dari sayuran tersebut. Sambal yang digunakan dapat berupa bumbu kelapa, bumbu kacang atau bumbu cabe. Contoh sayur mentah antara lain terancam, urapan, gado-gado dan lain-lain.

4. Sambal

Sambal adalah hidangan yang tidak berdiri sendiri, tetapi harus dimakan dengan bahan lain, terutama lalap. Sambal juga dapat digunakan sebagai penambah rasa dan melengkapi hidangan lain. Sambal dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu sambal mentah dan matang. Sambal mentah contohnya sambal bawang, terasi, dan colo-colo, sedangkan sambal matang contohnya sambal tomat, sambal teri dan sambal kacang. Ada beberapa variasi sambal contohnya, antara lain :

- a. Sambal Asam, sambal ini mirip sambal terasi dan mengandung asam, biasanya asam jawa.
 - b. Sambal Bajak, cabai untuk sambal ini digoreng dengan minyak, ditambah dengan bawang putih, terasi dan bumbu-bumbu lainnya.
 - c. Sambal Balado, berasal dari Minangkabau. Cabai untuk sambal ini digoreng dengan minyak, bawang putih, bawang merah atau bawang bombay, tomat, garam dan jeruk nipis.
 - d. Sambal Balacan, sambal ini mengandung balacan atau udang yang dilumatkan. Sambal ini juga dapat digabung dengan bahan lain seperti kangkung untuk menghasilkan sambal kangkung, cumi-cumi untuk menghasilkan sambal sotong, dan dengan telur untuk menghasilkan sambal telur.
 - e. Sambal Kemiri, sambal ini mengandung kemiri.
 - f. Sambal Pencit, sambal ini dicampur dengan irisan buah mangga muda (bahasa jawa : Pencit)
 - g. Sambal Tomat, sambal ini dicampur dengan tomat, baik yang diiris kecil-kecil atau dilumatkan.
 - h. Sambal Trassi atau sambal terasi, sambal yang mengandung terasi, yang adalah udang yang dilumatkan. Juga mengandung cabai merah dan hijau, tersasi, gula, garam dan jeruk nipis.
 - i. Sambal udang, cabai digoreng dengan minyak, bawang putih dan udang.
5. Selingan
- Selingan atau kudapan adalah makanan kecil yang biasa dihidangkan bersama minuman, baik untuk keperluan sehari-hari maupun untuk kesempatan khusus. Sedap-sedapan Indonesia dapat diklasifikasikan menurut bentuk, rasa, bahan, dan teknik olah.
- a. Klasifikasi Kudapan menurut Bentuk
Klasifikasi kudapan menurut bentuk dapat dibedakan menjadi kue kecil (kue mangkuk, coro bikang, klepon, lumpia dan lain-lain), kue besar (kue lapis, kue zebra) dan kue yang disertai kuah (bubur, kolak, serabi kocor).
 - b. Klasifikasi kudapan menurut rasa dapat dibedakan menjadi kue manis (yangko, geplak, klepon) dan kue asin atau gurih (lemper, lumpia, semar mendem)
 - c. Klasifikasi kudapan menurut bahan dapat dibedakan menjadi beras (arem-arem), tepung beras (nagasari, bubur sumsum), beras ketan (lemper, wajik), tepung ketan (klepon) dan lain-lain.
 - d. Klasifikasi Kudapan Menurut Teknik Olah
Klasifikasi kudapan menurut teknik olah dapat dibedakan menjadi dikukus (lemper, arem-arem), direbus (klepon), digoreng (lumpia, martabak), dipanggang (bika ambon) dan lain-lain.
6. Minuman
- Minuman adalah salah satu kebutuhan hidup yang penting dan harus dipenuhi. Kegunaan minuman adalah untuk mencegah rasa haus, menambah nilai gizi serta memenuhi kebutuhan tubuh akan air. Minuman Indonesia menurut jenisnya dibedakan menjadi dua yaitu minuman panas dan dingin. Minuman

panas ada dua macam yaitu minuman panas tidak berisi (teh, kopi, coklat, jeruk) dan minuman panas berisi (bajigur, wedang ronde, sekoteng dan wedang ublek). Sedangkan minuman dingin juga ada dua macam yaitu minuman dingin tidak berisi (es sirup, es limun, es beras kencur) dan minuman dingin berisi (dawet, es campur, es buah)

B. Alat Pengolahan

Alat pengolahan yang biasa digunakan dalam pengolahan makanan Indonesia tidak jauh beda dengan daerah lainnya. Hanya biasanya masih digunakan alat-alat tradisional yang diperlukan untuk membuat hidangan tertentu. Peralatan tersebut terdiri dari alat perapian, alat pemasakan, alat pengaduk, dan alat penyajian. Alat tradisional yang digunakan contohnya kendil yang biasa dipakai untuk membuat hidangan gudeg, kuah yang biasa dipakai untuk membuat soto, serta cobek dan muntu yang dipakai untuk membuat sambal. Teknik olah yang biasa digunakan dalam pengolahan makanan Indonesia antara lain dikukus, digoreng, dipanggang, dibakar, ditumis, diasap dan lain-lain. Teknik penyajian makanan yang digunakan dalam makanan Indonesia masih sederhana. Biasanya makanan hanya diletakkan dalam piring baik piring porselen maupun piring dari tanah liat atau lidi yang dialasi daun atau kertas hias

BAB V

MENU HIDANGAN ORIENTAL

A. Definisi

Menu hidangan oriental merupakan menu yang berasal dari benua Asia (Asia Tenggara, Asia Timur, Asia Selatan, Timur Tengah dan Asia Barat). Merupakan penghidangan yang berdiri sendiri terdiri dari : makanan pokok, lauk-pauk, sayuran (kontinental : satu rangkaian terdiri : protein hewani, makanan pokok, sayuran)

B. Komposisi Hidangan :

Beras, mie, jagung porsi (sumber karbohidrat) lebih banyak dari protein hewani

C. Struktur Hidangan

1. Makanan pokok bisa berupa : nasi, jagung, mie
2. Lauk-pauk : hewani, nabati
3. Sayuran

D. Contoh ciri hidangan negara di Asia (hidangan oriental)

1. Iran

Iran terletak dipersimpangan antara Eropa dan Asia. Makanan pokok rakyat Iran adalah nasi, dengan beras tertentu terdapat bintik hitam disebut “Domsiah”. Masyarakat Iran banyak menggunakan yoghurt, kambing dan ayam. Komposisi makanan didominasi oleh makanan Pokok, Lauk hewani (KH, Prot).

2. Turki

Turki terletak dipersimpangan antara Eropa dan Asia. Makanan pokok rakyat turki adalah nasi yang disebut “Dolmasi”, Lahana Dolmasi : Nasi dibungkus kubis asin komposisi makanan didominasi oleh Makanan Pokok (KH).

Hidangan populer :

- a. Shis Kebab : Sishe” berasal dari bahasa Turki “sie” tusuk satai “Kebab” artinya daging kambing atau domba
- b. Moussakha: hidangan yang terbuat dari mie yang digoreng lalu diberi bumbu dan daging kambing cincang, pinggang dan dipanggang
- c. Buk Lava: pastry yang dibuat dari kacang yang dipanggang secara berlapis dan diantara lapisan-lapisan ada madu atau sirop, kayu manis dan lemon.
- d. Couscous bisukhar: sejenis martabak manis isi kacang dan gula.
- e. Chelo: masakan nasi dimasak dgn mentega, dihidangkan dengan keraknya

3. Arab :

Yang termasuk negara Arab adalah: Mesir, Yaman, Irak, Yordania, Oman, Arab Saudi, Iran dan beberapa negara di Afrika utara Algeria, Maroko, Tunisia. Jenis makanan yang biasa dihidangkan: nasi + saus lemak yang berbumbu, daging domba panggang, roti arab serta makanan kecil manis yang disajikan sebagai makanan selingan. Mkn Pokok, minyak (KH, Lemak)

4. India

Makanan pokok rakyat India adalah nasi, roti. Macam-macam roti India: Chapati (roti tanpa fermentasi), Naan (roti tipis yang dipanggang). Bumbu khas India: curry dan rempah-rempah garam masala yaitu campuran dari kapulaga, ketumbar, jinten, cengkih dan lada hitam yang dioven kemudian dihaluskan.

- Spiced salt: campuran lada, garam dan bawang putih

- Pach pora: bumbu kombinasi dari jintan hitam, jintan putih
- Hidangan Khas India: Chicken Tandoori, Kebab, Koftas, Pulao, Chapaties, Halwa

5. Negara-negara Asia Tenggara :

a. Birma :

beras, tepung beras, ketan dan tepung ketan.

Hidangan kari (daging, ikan, sayuran)

Bumbu yang digunakan: kunyit, ebi, bawang putih, kecap ikan.

Makanan pokok : KH, Lemak

b. Thailand

- Makanan pokok khas Thailand adalah nasi

- Ciri masakan Thailand adalah pedas

- 10 bumbu penting dalam dapur Thailand: Chili powder, Kelapa .ketumbar fish saus bawang putih , Sereh, Daun jeruk/jeruk nipis/jeruk purut, Minyak kedelai, kelapa, bunga matahari , lada hitam dan putih, kecap

- Mkn Pokok (KH, bumbu merangsang)

- Hidangan Khas Thailand: Pad Thai, mie krob, Tom Yam, Kari daging, Es Biji Teratai, Udang Penang

c. Vietnam dan Kamboja

Makanan pokok: nasi, ketan, mie

Bumbu khas: daun mint, sereh, daun ketumbar, kecap ikan.

KH, Protein, Lemak (dr babi)

Ciri masakan Vietnam:

- Menggunakan saus ikan hampir pada semua masakan

- Bila menghadirkan daging lebih sering menghadirkan daging babi sebagai bahan pokoknya.

d. Malaysia

Makanan pokok rakyat malaysia adalah nasi

Masakan asli malaysia hampir sama dengan Thailand, Indonesia, dan Birma bagian selatan.

Dessert favorit: sarikaya yaitu hidangan yang dibuat dari campuran telur, santan kental, gula yang dikocok lalu diberi warna dan dikukus.

e. Singapura

Makanan pokok rakyat singapura adalah nasi

Penduduknya 75% adalah orang Cina sehingga masakan yang populer adalah masakan Cina. Hidangan khas Singapura banyak dipengaruhi dari negara-negara sekitar, Indonesia, Malaysia

Makanan pokok : KH, Lemak

f. Philipina

- Masakan Philipina dipengaruhi oleh masakan Cina, Jepang, Spanyol dan Amerika.

- Bumbu yang banyak digunakan: cengkih, bawang putih, bawang bombay, lada hitam, paprika, oregano, daun laurier, petis, cuka

- Makanan pokok rakyat Philipina adalah nasi.

- Menggunakan kombinasi bahan. Misalnya kombinasi daging yang mempunyai tekstur berbeda: sapi dan udang, ikan dan ayam
- Makanan pokok: KH, Protein Hewani

6. Negara Asia Timur

a. Korea

- Makanan pokok rakyat Korea adalah nasi
- Bumbu three flavors yaitu campuran biji wijen, lombok merah dan bawang putih
- Daging yang digunakan dalam masakan Korea adalah daging sapi, babi, ayam, kelinci, kambing dan domba. Kimchi adalah acar berbahan dasar sawi putih yang rasanya asam dan pedas/sedikit pedas (Kaooi karo)
- Makanan pokok: KH, Lauk hewani, salad (sayur)

b. Cina dan Taiwan

- Masakan Cina sangat terkenal di dunia. Ciri khas dalam memasak sayur yaitu dengan menggunakan api besar dan waktu singkat sehingga sayuran masih tampak bagus dan renyah
- Prinsip dasar memasak dalam dapur Cina yaitu Aroma, tekstur, dan warna
- Aroma: Bumbu dasar yang menimbulkan aroma khas seperti kecap, arak, gula, cuka, jahe, bawang putih, lada, lombok, daun prei, jamur hioko, rebung, oyster, MSG, lobak
- Textur dan Rasa: tekstur dari sayuran renyah sedangkan untuk masakan lainnya empuk, halus, ringan.
- Warna: warna masakan Cina sangat menarik
- Makanan pokok: KH, Lemak, MSG

c. Jepang

- Makanan pokok rakyat Jepang: nasi dan roti sebagai makanan kedua
- Cara makan tradisional Jepang adalah makanan ditata di atas meja rendah.
- Pola menu Jepang yang paling menonjol adalah: “Ichiji Sansui” (satu sup dalam tiga lauk pauk).
- Cara pengolahan makanan Jepang: mengukus, merebus dan menyetim
- Makanan pokok: KH, lemak↓
- Bumbu dan Saus Khas Jepang: Shoyu, Moiso (tauco Jepang), Shake, Jahe, Jinten Hitam, Cuka Beras



BAB VI

MENU HIDANGAN KONTINENTAL

Masakan kontinental adalah masakan yang berkembang dari negara-negara Eropa yang pada awalnya diperkenalkan di Perancis. Gaya masakan ini terus Eropa yang pada awalnya diperkenalkan di Perancis. Gaya masakan ini terus berkembang sampai ke benua lainnya termasuk Amerika (akibat penjajahan berkembang sampai ke benua lainnya termasuk Amerika (akibat penjajahan Inggris), karena itu menu masakan di Amerika akan banyak memiliki kesamaan Inggris), karena itu menu masakan di Amerika akan banyak memiliki kesamaan dengan menu dari Eropa. Masakan kontinental sendiri dijelaskan sebagai masakan dengan menu dari Eropa. Masakan kontinental sendiri dijelaskan sebagai masakan Eropa sebagai tempat awal mula masakan ini berkembang. Eropa sebagai tempat awal mula masakan ini berkembang

Struktur menu pada hidangan continental terdiri atas cold appetizer (hidangan pembuka dingin), soup (sup), hot appetizer (makanan pembuka panas), main course (makanan utama), sweet dish (hidangan manis), dan dessert (makanan penutup). Hal yang membedakannya dari makanan lainnya yaitu pada hidangan continental porsi sumber proteinnya lebih besar (porsi daging lebih besar daripada porsi sumber karbohidrat).

Dalam pemasakan hidangan continental biasanya menambahkan bahan lain dalam masakannya seperti susu, wine, butter, atau lemak hewan. Garnish dalam hidangan continental tidak terlalu banyak, biasanya hanya potongan kecil daun peterseli. Dalam satu piring sajian masakan continental masih terdapat tempat kosong dalam satu piring tersebut, jadi piring yang digunakan tidak penuh dengan makanan. Hidangan continental sangat identic dengan pemakaian sausnya, saus yang digunakan dalam hidangannya selain menjadi garnish namun pada beberapa makanan menjadi penentu cita rasa dari makanan yang disajikan. Bumbu yang di gunakan pada masakan continental memiliki cara pengolahan yang berbeda dengan pengolahan bumbu pada masakan lain. Biasanya bumbu digunakan sudah dalam bentuk instan tinggal pakai, seperti dalam bentuk bubuk atau larutan. Adapun jenis-jenis makanan continental yang berasal dari Eropa antara lain:

1. Seafood Paella: Berasal dari Spanyol. Seafood Paella merupakan sebuah sajian berbahan dasar nasi yang dimasak bersamaan dengan seafood. Makanan ini dibumbui dengan rosemary atau saffron. Adapun jenis beras yang digunakan untuk membuat makanan ini yaitu beras yang berasal dari Calaspara.



2. Pickle Herring: Makanan dengan asal negara Denmark ini menggunakan konsep sajian ikan. Sebenarnya Pickle Herring merupakan ikan herring yang diasamkan yang lumrah disajikan bersama roti, kentang, dan telur rebus.



3. Beef Bourguignon : Makanan yang berbahan dasar daging yang sangat lembut dan berasal dari negara Prancis. Dalam hidangannya, daging dimasak dengan campuran bawang bombay, bawang putih, daun-daunan rempah Prancis, serta red wine. Beef Bourguignon dimasak sampai airnya habis.



4. Kottbullar : Hidangan kottbullar merupakan bakso swedia dimana bahan dasar pembuatan baksonya menggunakan daging sapi. Daging sapi akan dicincang atau juga digiling kemudian dibentuk seperti bola pingpong. Jika di Indonesia bakso yang kita

kenal lebih diidentik dengan makanan berkuah, maka di Swedia bakso kottbullar ini digoreng hingga kecokelatan. Lebih nikmat lagi jika disajikan bersama kentang goreng dan cream sauce.



5. Pork Knuckle with Sawerkraut : Makanan ini berasal dari negara Jerman yang mana lebih dikenal dengan nama schweinshaxe. Susunan dari makanan ini yaitu sepotong kaki babi yang sudah direbus agak lama dengan beragam side dish seperti sawerkraut, bokchoi, dan kentang. Sawerkraut adalah kubis fermentasi yang diiris halus.



Adapun bumbu khas masakan continental di mana bumbu dan rempah-rempah mempunyai peranan penting dalam pengolahan makanan. Bahan ini berfungsi untuk memberikan warna, rasa dan aroma yang sedap pada masakan. Walaupun bahannya sama dengan formulasi bumbu yang berbeda, maka akan di hasilkan cita rasa masakan berbeda pula. Dalam dunia kuliner, bumbu dan rempah-rempah digolongkan menjadi beberapa macam. Berikut beberapa macam bumbu yang biasa digunakan pada masakan Kontinental:

1. Basil : Daun basil banyak digunakan pada masakan Eropa dan sebagian negara Asia seperti Thailand, Vietnam dan Laos. Aromanya mirip dengan daun kemangi. Biasanya

ditambahkan pada olahan ikan, keju, telur, salad dan sayuran. Selain melezatkan masakan, tanaman asal India ini juga bermanfaat untuk mengatasi problem pencernaan, insomnia, antiseptik dan tonik.



2. Bay Leaf : Bay leaf hampir sama dengan daun salam. Tanaman asli Mediteranian ini banyak digunakan untuk mengharumkan kaldu, memberikan rasa pada saus main course dan meningkatkan citarasa pada olahan daging, unggas, ikan, sayuran dan kacang-kacangan. Dijual dalam bentuk segar, kering dan serbuk.



3. Oregano : Kuliner Eropa sangat akrab dengan bumbu yang satu ini. Topping pizza akan kehilangan ciri khasnya jika tidak menambahkan oregano. Olahan pasta, steak, soup dan salad juga terasa lebih lezat dan istimewa. Selain untuk bumbu, oregano juga bermanfaat untuk kesehatan, seperti mengatasi gangguan pencernaan, antiseptik dan meringankan migran. Dipasaran dijual dalam kondisi segar dan kering.



4. Rosemary : Bentuk fisiknya hampir mirip dengan taragon, aroma-pun tidak jauh beda. Sebagai bumbu, rosemary dapat digunakan dalam bentuk kering maupun segar. Aromanya yang harum dapat mengurangi bau amis atau prengus pada olahan ayam, ikan, daging, maupun telur. Dressing salad dan barbeque-pun akan terasa lebih istimewa dengan menambahkan bumbu ini.



5. Tarragon : Olahan panggang, unggas, seafood dan telur terasa pas jika ditambahkan bumbu tarragon. Aroma khasnya dapat meningkatkan citarasa semua jenis hidangan, mulai dari seafood hingga olahan telur. Sebagian orang menambahkan cincangan tarragon kedalam saus mayonnaise atau bearnaise, hasilnya saus menjadi lebih istimewa. Tanaman asal Asia Tengah ini dapat digunakan dalam bentuk segar maupun kering.



6. Thyme : Tanaman asal Mediteranian yang kini populer diseluruh belahan bumi. Segala jenis daging, unggas dan seafood terasa lebih sedap jika dimarinade (direndam)

dengan menambahkan thyme. Jika membuat kaldu untuk soup, jangan lupa tambahkan beberapa lembar thyme agar citarasanya lebih harum. Bumbu ini biasanya dijual kering dalam kemasan botol.



BAB VII

RESEP STANDAR

Keberhasilan sistem penyelenggaraan makanan dapat dilihat dari sisa makanan yang ada. Oleh karena itu perencanaan makanan penting dilakukan pada penyelenggaraan makanan. Umumnya penyelenggaraan makanan komersial dan rumah sakit menggunakan resep standar dan porsi sehingga mudah untuk mengawasi citarasa dan harga makanan.

A. Pengertian Resep

Resep adalah seperangkat instruksi yang memuat petunjuk untuk membuat suatu hidangan. Resep memberi petunjuk secara saksama dan tepat mengenai jumlah bahan, cara mencampur, mengolah dan prosedur kerja untuk suatu hidangan, supaya kita dapat melakukan hal yang sama seperti yang diinginkan oleh resep tersebut. Di samping itu resep juga merupakan cara untuk menerapkan teknik - teknik dasar bahan yang spesifik.

B. Standardisasi Resep

1. Resep Standar

Dalam sistem produksi makanan, resep standar merupakan kunci yang bermanfaat untuk menghasilkan makanan yang cocok, enak, komplit dan hasilnya dapat dikontrol sebaik mungkin sehingga menghasilkan sesuatu yang dapat memuaskan para pelanggan.

Resep yang standar merupakan salah satu hal yang penting untuk menjamin bahwa makanan yang dihasilkan memiliki kualitas yang baik. Hal lain yang perlu diperhatikan bahwa resep standar sudah mempertimbangkan peralatan yang tersedia, keterampilan orang - orang yang melayani dan anggaran belanja. Hasilnya telah dikalkulasi dalam jumlah yang pasti berdasarkan perkiraan jumlah porsi yang spesifik.

Biasanya resep standar telah dirasakan dan dicoba berulang - ulang sampai akhirnya dicoba untuk suatu produk yang berkualitas dalam jumlah yang banyak, sehingga resep standar banyak dikembangkan oleh perusahaan-perusahaan dan ditemukan hal - hal yang khas atau spesifik.

2. Definisi resep standar

Resep standar merupakan seperangkat petunjuk atau instruksi yang menjelaskan cara pembuatan hidangan tertentu dan penyiapan hidangan yang tertentu pula. Jadi, resep standar merupakan suatu resep yang sudah biasa dikembangkan terkait cara pengolahannya, peralatan dan pola - pola menghidangkannya.

3. Struktur resep standar

Pada resep standar formatnya sedikit berbeda karena informasi umumnya dimasukkan sebanyak mungkin. Struktur resep standar adalah sebagai berikut:

- a. Nama resep
- b. Hasil, termasuk total hasil, jumlah porsi, ukuran porsi
- c. Bahan dan banyaknya atau jumlah yang ditulisurut sesuai dengan penggunaannya

- d. Peralatan yang dibutuhkan, termasuk peralatan pengukuran, ukuran alat, bagian-bagian alat dan sebagainya
- e. Petunjuk mengolah hidangan, petunjuk penyimpanan atau perawatan sederhana
- f. Petunjuk tentang porsi, piring atau alat-alat hidang serta hiasan-hiasan yang diperlukan
- g. Petunjuk tentang tertib kerja, membereskan alat-alat, membersihkan tempat bekerja serta penyimpanan sisa-sisa bahan makanan.

C. Keterbatasan resep standar

Resep standar memiliki beberapa keterbatasan seperti halnya resep yang lainnya, seperti dikemukakan di depan resep mempunyai beberapa keterbatasan dan petunjuk yang tidak jelas mengenai variasi bahan makanan, alat dan sebagainya. Masalah-masalah seperti itu bisa dikurangi dengan menulis resep secermat mungkin dan tidak dibatasi serta jelas. Seorang yang sedang membuat hidangan dengan menggunakan resep standar yang baik akan selalu ingin diawasi untuk menjaga agar dalam menginterpretasi instruksi dengan interpretasi yang sama, sebagaimana yang diinterpretasikan yangmlain. Adanya keterbatasan-keterbatasan ini tidak berarti resep standar itu tidak berlaku lagi. Meskipun segala sesuatunya dibuat petunjuk yang jelas, pengalaman dan pengetahuan dari pengolah makanan tersebut masih tetap dipentingkan.

D. Fungsi Standar Resep

Resep standar dapat digunakan untuk mengontrol produksi antara lain :

- a. Mengontrol kualitas

Resep standar akan sangat mendetail dan jelas serta spesifik, sebab untuk menjelaskan bahwa hasil produksi itu sama dan tetap untuk setiap saat, baik saat dibuat maupun dihidangkan, tidak peduli siapa yang akan mengolahnya.
- b. Mengontrol resep
 - Resep standar menunjukkan jumlah yang tepat untuk setiap bahan dan bagaimana bahan tersebut diukur, misalnya dengan ukuran standar metrik.
 - Resep standar menunjukkan secara pasti hasil, ukuran proporsi dan bagaimana porsi tersebut diukur dan dihidangkan.

E. Penulisan Resep

Penulisan resep merupakan suatu seni. Ada beberapa bentuk penulisan resep tetapi yang penting adalah mempelajari perbedaan-perbedaan dari bentuk penulisan tersebut, kemudian yang lebih penting lagi adalah bagaimana cara mempelajarinya, untuk memilih resep yang akan digunakan.

Dalam penulisan resep ada beberapa pola penulisan, misalnya penulisan resep yang memuat bahan di sebelah kiri dan prosedur kerja yang di sebelah kanan, atau ada yang memuat bahan pada bagian atas dan prosedur kerja pada bagian bawah dan ada juga penggabungan dari keduanya.

Contoh penulisan resep I:

BUBUR LEMU (Jawa Tengah)

Bahan:

- 200 gr beras, cuci bersih dan rendam sebentar
- 1,25 liter air
- 2 lembar daun salam
- 2 lembar daun pandan
- 1 batang serai
- 1 liter santan kental
- 2 sdt garam

Cara Membuat:

1. Rebus beras dengan daun salam, daun pandan, dan serai sampai lunak
2. Masukkan santan dan garam, aduk-aduk terus sampai bubur mengental dan halus, angkat

Pelengkap: Sambal Goreng Kerecek, Opor Ayam Telur

Tips:

- Untuk membuat bubur lemu, gunakan santan dalam jumlah banyak. Aduk terus agar bubur halus dan kental

Contoh penulisan resep II:

SALAD “BEATRICE”

BAHAN :		PENJELASAN :
500 gr	<i>diced potatoes</i>	- Kentang rebus potong dadu
250 gr	chicken (ayam rebus)	- Potong juliene
½ can	<i>sliced mushroom</i>	- Irisan jamur
½ can	Asparagus	- Asparagus diiris 1 cm
125 gr	Mayonnaise	- Yang kental sekali
15 gr	<i>French mustard</i>	- Adukan dengan mayonnaise
10 pcs	<i>Lemon slices</i>	- Irisan jeruk atau lemon

MEMBUATNYA:

Campurkan	
Potongan bahan: asparagus, chicken, potatoes, mushroom	- Dengan adonan mayonnaise dan mustard
Aturlah	
<i>lettuces leaves</i> (daun selada) secukupnya	- Dalam sebuah salad bowl kaca
Tempatkan	
Salad “Beatrice”	- Di atasnya, dalam salad bowl dengan rapi hiasi dengan 1 pcs lemon slice dan <i>parsley</i>

SERVED:

Disajikan dingin dalam salad bowl yang dialasi dengan dessert plate. *Salad-bowl* = pinggan. Pilihlah lettuce yang segar dan tanpa stai (bintik kotoran), ayam harus baru saja direbus dan dipotong-potong dan pilihlah yang empuk.

Dinginkan dulu rebusan ayam sebelum dipotong untuk dicampur dengan bahan lain.

Beberapa resep memuat informasi yang serba sedikit, tetapi ada resep memuat informasi yang cukup banyak dapat kita peroleh, tetapi harus diingat bahwa di dalam resep tidak ada penjelasan yang mendetail, misalnya “kukuslah bahan tersebut”, bagaimana teknik mengukus yang benar tidak dijelaskan, termasuk juga pertimbangan-pertimbangan tentang pengolahan yang diinginkan.

Untuk menentukan resep mana yang akan digunakan maka yang harus dilihat adalah:

1. Semua bahan telah tertulis dan dalam proporsi bahan yang benar
2. Petunjuk kerja yang jelas dan mudah diikuti
3. Waktu, temperatur, ukuran peralatan pengolahan
4. Jumlah yang perlu dicampur
5. Jumlah dan ukuran penyajian

Kesemuanya ini harus dituliskan dalam suatu resep, sebagai contoh apakah resep cake itu menyebutkan spesifikasi dari tepung yang digunakan. Jika tidak, kemungkinan akan menemui kesalahan bahkan kegagalan dalam mempraktikkan resep tersebut.

Sebelum menggunakan resep dan mengikutinya bacalah resep tersebut secara sempurna. Mengecek untuk melihat semua bahan dan ukuran, hati-hati jangan sampai mengubah atau mengganti sesuatu jika hasilnya jelek.

F. Membaca Resep

Sebuah format resep yang sederhana dan mudah diikuti menyebabkan kita menyukai untuk memakainya. Pelajari resep itu dengan hati - hati, hal - hal apa yang dikemukakan dalam resep tersebut yang telah kita ketahui dan hal -- hal apa yang ingin kita pelajari lebih banyak, agar kita dapat menggunakan resep tersebut dengan baik. Misalnya, ada resep dengan struktur penulisan sebagai berikut :

a. Nama resep

Nama resep menandakan pada kita resep itu untuk membuat apa atau kalau kita suka, bisa menambahkan sumber resep tersebut seperti Soto Ayam, Rendang, Sayur Asam dan sebagainya.

b. Jumlah porsi

Jumlah atau untuk dikonsumsi berapa orang. Jika resep yang kita miliki menunjukkan jumlah untuk 4 orang sementara itu dalam keluarga kita ada 8 orang maka kita dapat melipat gandakan jumlah porsi tersebut.

c. Waktu dan temperatur untuk memasak

Waktu yang dimaksudkan di sini adalah panjangnya waktu yang diperlukan untuk mengolah suatu masakan. Banyak alat memasak yang harus dipanaskan dahulu, sesuai dengan permintaan resep agar diperoleh temperatur yang benar, misalnya kita harus

memanaskan oven dahulu sebelum menggunakannya sehingga kita siap untuk membakar atau memasak.

d. Bahan-bahan

Bahan seharusnya didaftar sesuai dengan urutan penggunaan. Jumlah bahan dapat diberikan dalam liter, gram, sdm atau sdt. Kita dapat mengumpul semua bahan terlebih dahulu dan meletakkannya sesuai dengan urutan penggunaan. Hal ini sangat membantu baik dalam prosedur kerja ataupun meyakinkan bahwa bahan-bahan tersebut betul-betul telah tersedia. Demikian pula pengetahuan tentang singkatan ukuran, ekuivalensinya maupun kemungkinan-kemungkinan untuk menggantinya ukuran tersebut sangat membantu sehingga kita benar -- benar dapat mengukur secara tepat

e. Prosedur kerja

Langkah--langkah kerja ditulis secara urut. Prosedur kerja ini menjelaskan pada kita apa yang harus dikerjakan sesuai dengan urutan langkah pengolahan. Hal ini akan mencegah waktu yang terbuang sia-sia dan untuk meyakinkan bahwa setiap langkah dikerjakan secara benar. Contohnya : saringlah bersama tepung, gula, garam dan vanili ke dalam mangkuk yang besar. Ini merupakan permintaan untuk mencampur bahan-bahan tersebut dan harus diikuti secara benar.

Perlu diperhatikan bahwa ada perbedaan antara petunjuk yang harus diikuti dan petunjuk pilihan, ini penting untuk diketahui supaya kita dapat mengikuti apa yang diminta oleh resep tersebut. Contohnya :

1. Saringlah semua bahan kering di atas kertas minyak, tambahkan (sebagai kemungkinan/pilihan) bahan cair atau campuran lemak dan gula.
2. Saringlah semua bahan kering ke dalam wadah yang besar, tambahkan bahan cair, kemudian campurlah secara baik semua bahan bersama-sama.

Dalam hal ini dibutuhkan pengetahuan tentang prinsip-prinsip dasar dan metode pencampuran dan bagaimana mengenal semua petunjuk yang harus diikuti secara sempurna. Mencampur bahan secara berlebihan atau kurang dapat menggagalkan hasil yang sedang diolah.

BAB VIII

MENYUSUN SIKLUS MENU

A. Jenis Menu

- 1) Menu dasar/master = menu baku yang disusun berdasarkan anggaran dan kecukupan gizi
- 2) Menu standar = menu yang sudah ditetapkan suatu institusi
- 3) Menu pilihan = menu yang memuat beberapa jenis dan macam hidangan pilihan untuk satu atau lebih item hidangan
- 4) Menu siklus = set menu sehari yang disusun selama jangka waktu tertentu (3, 7, 10 hari) dan kurun waktu tertentu (3 bulan, 6 bulan, 12 bulan)

Tujuan Menyusun siklus menu

- a. Mengatur variasi dan kombinasi makanan (menghindari rasa bosan)
- b. Menyajikan makanan sesuai kebutuhan gizi
- c. Menyusun menu sesuai anggaran yang tersedia (menghindari pembelian makanan yang berlebihan)

Tahapan Menyusun menu

- a. Menentukan macam/pola menu
- b. Menentukan siklus/putaran menu
- c. Menetapkan waktu penggunaan menu
- d. Menetapkan jenis dan frekuensi bahan makanan sesuai master menu
- e. Membuat master menu sesuai siklus yang ditetapkan
- f. Menyiapkan katalog hidangan untuk mengisi hidangan pada master menu
- g. Melakukan pengecekan kesesuaian menu, jenis, frekuensi dan nilai gizi pada hidangan yang sudah ditentukan
- h. Pelaksanaan menu sesuai siklus yang sudah ditetapkan

Kerangka menu

- a. Menu 3 macam = sup, makanan utama, makanan penutup
- b. Menu 4 macam = makanan pembuka, sup, makanan utama, makanan penutup
- c. Menu 5 macam = makanan pembuka dingin, sup, makanan pembuka hangat, makanan utama, makanan penutup

BAB IX

TABLE MANNER

Table manners atau sering dikenal dengan istilah etiket makan, merupakan aturan atau tata karma yang dibuat oleh orang untuk mengatur pergaulan dalam masyarakat, khususnya dalam aturan makan. Aturan ini sangat penting untuk diketahui karena dengan semakin berkembangnya zaman dan semakin luasnya pergaulan setiap orang yang tidak hanya bergaul dengan satu suku saja, sehingga setiap orang perlu mengetahui etiket makan yang telah umum berlaku di masyarakat. Hal lain yang membuat kenapa etiket makan perlu di pelajari dan diketahui oleh setiap orang adalah, dengan berkembangnya cara orang untuk berkomunikasi lewat jamuan-jamuan makan. Hal ini mengakibatkan setiap orang harus mengetahui etiket atau aturan dalam menghadiri jamuan-jamuan makan tersebut.

Pengetahuan tentang Table manners atau etiket makan sangat diperlukan oleh setiap orang, karena tidak setiap orang mempunyai aturan yang sama saat di meja makan. Hal ini dikarenakan perbedaan adat dan kebudayaan dari setiap orang. Hal lainnya yaitu, karena Indonesia merupakan negaran kepulauan yang memiliki beragam suku, sehingga aturan atau etiket makan dari setiap suku daerah akan berbeda.

A. Table Manners di Meja Makan Keluarga

Setiap keluarga memiliki aturan atau sopan santun di meja makan. Untuk mulai menanamkan sopan santun di meja makan, ada baiknya di pelajari di keluarga, sehingga apabila seseorang telah terbiasa untuk menerapkan sopan santun atau etiket makan yang benar di keluarganya, maka dia akan menerapkannya pada pergaulan dilingkungan sekitarnya.

Makan bersama keluarga biasanya dilakukan pada saat sarapan atau pada saat makan malam. Karena pada siang hari biasanya anggota keluarga memiliki kesibukan masing-masing. Adapun inti sopan santun di meja makan ketika melakukan sarapan bersama keluarga adalah:

1. Tidak perlu berdandan berlebihan, namun sebaiknya datang ke meja makan dalam keadaan telah mandi dan bercukur, bersisir, dan berpakaian bersih
2. Mengucapkan “selamat pagi” dengan wajah ramah
3. Menanti sampai seluruh anggota keluarga berkumpul. Bersamasama mengambil tempat duduk
4. Serbet diletakkan di atas pangkuan
5. Duduklah dengan sikap duduk yang benar
6. Gunakan peralatan makan dengan benar
7. Jangan berdiri selama sarapan. Bila terpaksa berdiri, berikan penjelasan
8. Semua harus ikut ambil bagian dalam menciptakan suasana menyenangkan
9. Bersikap penuh tenggang rasa terhadap anggota keluarga yang lain
10. Yang lebih tua membantu yang lebih muda
11. Setiap anggota keluarga diberi kesempatan untuk berbicara
12. Pergunakan bahasa sopan antara anggota keluarga

13. Mengucapkan kata-kata “terima kasih”. “silahkan”, dan “maaf”, merupakan suatu keharusan dalam pergaulan sehari-hari.
14. Pilihlah topik pembicaraan yang diminati seluruh anggota keluarga
15. Teguran diberikan tanpa merusak suasana keakraban
16. Hindari pertengkaran dan percekocokan
17. Hidangan di tawarkan ke orang di sisi kita setelah mengambil sendiri porsi yang diinginkan
18. Makanan di atas piring harus di habiskan
19. Hindari bicara dengan mulut penuh makanan
20. Hindari menyela pembicaraan orang
21. Persoalan berat sebaiknya tidak diutarakan ketika makan, melainkan kelak di bawah empat mata
22. Biasakanlah mengisi piring dengan porsi kecil. Karena lebih baik menambah lagi daripada tidak menghabiskan isi piring
23. Usahakan tidak membuat noda
24. Jangan memotong telur setengah matang terlalu rendah, untuk mencegah mengalirnya kuning telur keluar
25. Kupas dan belah dua telur yang dimasak matang
26. Bila menginginkan tambahan minuman, sodorkan cangkir lengkap dengan tatakanya
27. Jangan hanya mengambil makanan yang terbaik dan segar, sekaligus mengalah dan mengambil roti sisa kemarin
28. Selesai makan, berdiri bersama-sama atau berdiri sendiri dengan meminta izin terlebih dahulu
29. Sebelum meninggalkan meja dianjurkan diskusikan lebih dulu rencana kegiatan bersama atau sendiri-sendiri
30. Kursi dikembalikan ketempat semula
31. Biasakan membawa piring sendiri ke dapur
32. Bagi orang tua atau anggota keluarga yang lebih tua, member contoh yang baik pada anggota lain yang lebih muda adalah metode pendidikan paling baik

B. Table Manners Jamuan Makan Internasional

Jamuan makan internasional biasanya dilakukan di restoran yang bertaraf internasional atau dilakukan di hotel-hotel yang berbintang. Jenis hidangan yang disajikan adalah hidangan-hidangan yang sudah menjadi standar internasional. Dalam hal ini menu hidangan yang disajikan adalah menu kontinental atau menu yang berasal dari Negaranegara di Eropa dan Amerika. Menu hidangan yang disajikan dalam jamuan makan formal biasanya adalah menu table d’hote, yaitu menu hidangan dimana semua hidangan disajikan dalam satu kesatuan menu mulai dari hidangan pembuka (appetizer) sampai dengan hidangan penutup (dessert). Contoh susunan menu Table D’hote yang biasa disajikan dalam jamuan makan internasional.

Cheese crusted onion soup

*
Roasted breast of chicken with garlic sauce
Mashed potatoes
Glazed vegetable
*
Caramel custard and chocolate mousse
*
Coffee or tea

Apabila kita menerima undangan jamuan makan internasional ada beberapa hal yang harus diperhatikan saat menerima undangan, diantaranya yaitu:

1. Perhatikan siapa yang mengundang
2. Jenis acara dari undangan tersebut
3. Waktu undangan, sehingga dapat menentukan jenis pakaian dan tata rias yang akan digunakan. Pada saat kita sudah datang ke dalam ruangan acara jamuan makan, ada beberapa sopan santun yang harus kita perhatikan selama kita menghadiri acara tersebut, diantaranya yaitu bagaimana cara duduk, cara menggunakan serbet, cara berbicara sampai pada cara mempergunakan alat makan dan cara makan berbagai hidangan yang disajikan.

a) Cara Duduk

1. Posisi kursi diatur sedemikian rupa, tidak terlalu jauh atau terlalu dekat dengan sisi meja
2. Posisi tubuh tetap tegak dan menghadap ke depan, tidak terlalu membungkuk pada waktu makan
3. Posisi tangan tetap menggantung
4. Posisi tetap normal, tidak dilipat, tidak pula menumpang satu di atas yang lainnya

b) Cara Menggunakan Serbet Makan

Setelah duduk, kita dapat mengambil serbet makan yang berada dihadapan kita, kemudian dibuka dan diletakkan diatas pangkuan. Serbet makan hanya dipergunakan untuk menyeka bibir setiap kali dipandang perlu. Mempergunakan bagian ujung yang ditopang jati tengah dan telunjuk.

Setiap kali habis dipergunakan, serbet makan harus selalu kembali ke atas pangkuan. Pada saat jamuan selesai, serbet makan tidak usah dilipat rapi, tetapi tidak juga meninggalkannya dalam keadaan terlalu kusut.

c) Cara Berbicara

1. Hindarkan berbicara pada waktu ada makanan di dalam mulut
2. Hindarkan berbicara dengan gerakan yang berlebihan apalagi sambil memegang alat makan
3. Hindarkan berbicara sambil melihat atau menunjuk kearah seseorang atau meja lain agar tidak terjadi salah faham
4. Hindarkan memotong pembicaraan orang lain, tunggu sampai yang bersangkutan selesai dan minta maaf untuk mengganggu sebentar

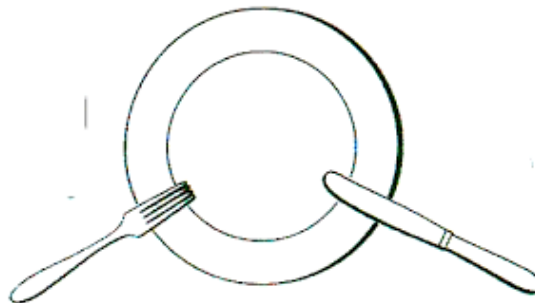
5. Hindarkan berbicara dengan suara yang terlalu keras atau lemah
6. Hindarkan bersikap yang berlebihan pada waktu berbicara, sikap wajar adalah yang terbaik
7. Hindarkan untuk menguasai pembicaraan dengan jalan memberi kesempatan pada yang lain untuk berbicara

d) Cara Mempergunakan Alat Makan

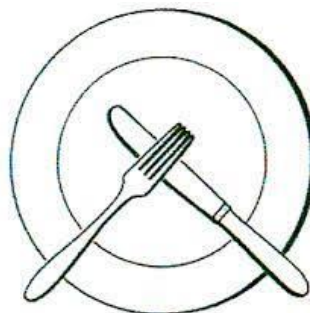
Pada dasarnya alat makan dapat dibedakan antara sendok, garpu dan pisau

1. Fungsi sendok: alat makan ini dipergunakan untuk makanan yang mengandung cairan, terutama sekali soup
2. Fungsi garpu: dipergunakan untuk menusuk dan menyuapkan makanan ke mulut. Apabila dipergunakan berpasangan dengan sendok maupun dengan pisau, maka garpu dipegang di tangan kiri
3. Fungsi pisau: dipergunakan untuk memotong makanan dan bukan untuk menyuapkan ke mulut. Dalam penggunaannya dipegang dengan tangan kanan. Dalam etiket makan formal atau internasional, ada beberapa arti peletakan alat makan, diantaranya yaitu :

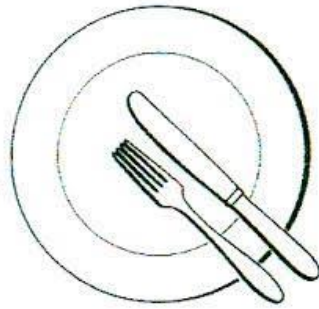
1. Ketika acara makan berlangsung sedangkan anda sedang beristirahat atau berhenti makan sebentar, tetapi masih berniat melanjutkan makan lagi



2. Acara makan masih berlangsung dan bermaksud menambah makanan lagi



3. Selesai makan dan berarti piring sudah bias dia ngkat oleh pelayan



e) Cara Makan Roti

Roti disajikan pertama kali sebelum makanan lain. Roti dapat dimakan sebagai pengisi waktu sambil menunggu makanan lain datang atau dapat dimakan bersama-sama dengan makan pembuka, soup atau makanan utama. Cara memakannya yaitu, apabila roti tersebut keras, maka cabiklah terlebih dahulu roti tersebut menggunakan tangan, kemudian baru dioles dengan mentega menggunakan pisau yang letaknya paling luar dari alat makanan lainnya.

f) Cara Makan Soup

Untuk mendinginkan soup, maka soup diaduk-aduk secara perlahan dengan sendok yang telah disediakan. Jangan mendinginkan soup dengan ditiup, jangan makan soup dengan cara disedot, apalagi soup tinggal sedikit, untuk menyeduknya dianjurkan untuk memiringkan terlebih dahulu mangkuknya.

g) Cara Makan Hidangan Utama

Hidangan utama yang disajikan dalam jamuan makan biasanya adalah sumber protein hewani yang berasal daridaging, unggas, ikan maupun seafood. Untuk setiap hidangan tentu saja cara memakannya akan berbeda, karena karakteristik dari setiap bahan makanan tersebut berbeda. Seperti pada daging sapi, akan lebih mudah memotongnya jika dibandingkan dengan daging unggas yang bertulang, atau dibandingkan dengan seafood yang berkulit keras seperti lobster atau kepiting.

- Cara Makan Steak

Untuk memakan steak diperlukan alat makan garpu dan pisau. Garpu digunakan dengan tangan kiri, sedangkan pisau digunakan oleh tangan kanan. Cara memegang pisau dan garpu hendaknya dipegang lebih diujung pinggir pegangannya. Jangan biarkan ujung jari telunjuk terlalu jauh menyentuh tusukan garpu. Sebelum memotong, tancapkan garpu disebelah kiri dalam dari bagian daging yang akan dipotong kecil. Setelah itu potongan daging langsung dimasukkan ke dalam mulut.

- Cara Makan Unggas

Daging unggas di disajikan dalam suatu jamuan bias di makan menggunakan alat makan atau pun di makan dengan tangan langsung. Apabila unggas yang disajikan kering maka dapat dimakan memakai tangan. Tetapi apabila unggas yang disajikan menggunakan saus, hendaknya di makan dengan menggunakan alat makan pisau dan garpu.

- Cara Makan Ikan

Hidangan ikan sering juga disajikan dalam jamuan makan. Ikan yang disajikan biasanya masih dalam keadaan utuh, tanpa dipotongpotong atau di fillet terlebih dahulu. Adapun cara memakannya adalah, pertama lepaskan sirip dan kulitnya. Kulit ikan (bila tidak menyukainya) dapat dilepas dengan membuat irisan sepanjang garis gelap disisi ikan, menggunakan pisau ikan. Dengan demikian dapat menguliti kulit ikan yang menghadap ke atas. Berdasarkan irisan yang telah dibuat, potong daging bagian atas menjadi dua bagian, tarik dari durinya dan kini siap dimakan.

- Cara Makan Lobster

Lobster atau udang besar merupakan sajian yang cukup terkenal karena harga dan kelezatannya. Tetapi beberapa orang memilih menghindari hidangan tersebut karena cara makannya yang sukar. Adapun cara memakan lobster adalah sebagai berikut : pertama-tama ambil daging dengan melepaskan kulit bagian ekornya terlebih dahulu. Daging bagian ini mudah di lepaskan dan merupakan bagian yang banyak mengandung daging. Selanjutnya dapat memotong bagian lain dengan menggunakan alat khusus untuk menggunting lobster dan dagingnya dikeluarkan menggunakan alat khusus juga.

- Cara Makan Spaghetti

Spaghetti merupakan hidangan utama yang termasuk dalam kelompok pasta. Hidangan ini merupakan hidangan khas dari Negara Italia. Spaghetti bentuknya seperti mie dan dihidangkan dengan berbagai saus. Adapun cara memakannya adalah dengan menggunakan sendok ditangan kiri dan garpu ditangan kanan. Tusuk spaghetti dengan ujung garpu, letakkan ujung garpu ke dalam sendok kemudian putarlah garpunya. Setelah itu gulungan spaghetti seukuran mulut yang ada di garpu tangan sebelah kanan dimasukkan ke dalam mulut. Sendok hanya dipakai untuk mengambil saus yang masih tertinggal dipiring.

h) Cara Minum

Dalam suatu jamuan makan resmi, minuman baik yang mengandung alkohol maupun yang tidak biasanya disajikan dengan gelas berkaki. Pada waktu minum, gelas tersebut dipegang pada bagian bawah badan gelas. Hal lain yang perlu diperhatikan : minum setelah mulut bebas dari makanan, hindarkan bunyi pada waktu meneguk minuman. Jangan sekali-kali berkumur sebelum meneguk minuman. Pada waktu sebelum minum, bibir supaya dibersihkan terlebih dahulu sehingga tidak menimbulkan bekas pada bibir gelas.

i) Cara Makan Hidangan Penutup

Hidangan penutup (dessert) yang disajikan dalam acara jamuan makan formal dapat berupa hot dessert, cold dessert ataupun frozen dessert. Contoh hidangan penutup panas adalah crepes, soufflés, baked pie. Cara makan untuk setiap hidangan penutup tentu saja berbeda, karena alat yang dipergunakannya pun berbeda-beda untuk tiap hidangan. Selain kue-kue atau eskrim, hidangan penutup yang biasa disajikan dalam acara jamuan makan adalah buah-buahan.

- Cara Makan Hidangan Penutup Panas
Hidangan penutup panas dapat berupa crepes, soufflés, baked pie. Buah-buahan yang diolah seperti banana flambee, apple flambee. Alat yang dipergunakan untuk makan hidangan penutup panas diantaranya yaitu garpu, pisau dan sendok. Adapaun hidangan yang memerlukan pisau dan garpu, untuk cara memegang alatnya sama dengan memegang alat untuk hidangan utama. Sedangkan untuk hidangan yang mempergunakan sendok, maka sendok di pegang oleh tangan kanan.
- Cara Makan Hidangan Penutup Dingin
Hidangan penutup dingin dapat berupa cake, kue-kue kecil atau buah-buahan. Alat yang dipergunakan untuk memakan hidangan penutup dingin hampir sama dengan hidangan penutup panas, yaitu pisau, garpu dan sendok. Tetapi untuk hidangan buah-buahan dapat di makan langsung apabila buah-buahan tersebut berkulit, seperti pisang dan jeruk. Tetapi untuk apel, nanas, dan yang berukuran besar harus mempergunakan alat untuk memakannya.
- Cara Makan Hidangan Penutup Beku
Hidangan penutup beku dapat berupa ice cream, bombee, atau shorbet. Es krim di makan dengan menggunakan sendok es krim yang bentuknya lebih kecil jika dibandingkan dengan sendok makan. Sendok dipegang dengan tangan kanan, kemudian sendoki es krim yang berada dalam gelas perlahan-lahan sampai habis.

C. Table Manners Jamuan Prasmanan (Buffet)

Jamuan makan prasmanan (buffet) sudah dikenal sejak lama di Indonesia. Contoh jamuan prasmanan yang ada di Indonesia adalah jamuan makan pada acara syukuran pernikahan, khitanan atau acara syukuran-syukuran lainnya. Jamuan makan prasmanan pada prinsipnya adalah jamuan makan dimana para tamu bebas mengambil hidangan yang dia kehendaki tanpa harus dilayani oleh seorang pelayan. Meskipun tamu bebas mengambil hidangan sesukanya tetapi, ada beberapa etiket yang tetap perlu di perhatikan pada saat menghadiri jamuan makan prasmanan.

Jamuan makan prasmanan yang disediakan oleh tuan rumah biasanya ada dua jenis yaitu ada yang menyediakan meja dan kursi untuk para tamunya, ada juga yang tidak menyediakan meja dan kursi (standing party). Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam menghadiri jamuan makan prasmanan adalah:

- a) Bila tempat duduk telah dilengkapi peralatan makan, gelas, dan serbet
 1. Berjalanlah perlahan ke meja hidangan setelah dipersilahkan, kagumilah penataannya dan pujilah tukang masaknya
 2. Ambil makanan pembuka seperti salad atau sup
 3. Makanan utama dan makanan pencuci mulut selalu diambil terpisah
 4. Jangan potong antrian
 5. Gunakan piring baru untuk keju dan makanan penutup
- b) Bila tempat duduk tidak dilengkapi peralatan makan, gelas, dan serbet
 1. Mula-mula letakkan minuman dan perkakas ditempat duduk

2. Minuman penuh menunjukkan bahwa tempat duduk telah ada yang menempati
 3. Ambil piring dan layanilah diri anda sendiri
- c) Prasmanan berdiri
1. Ambil serbet secukupnya
 2. Makanlah dengan gigitan kecil
 3. Piring dipegang tepat di bawah mulut
 4. Utamakan pembicaraan, bukan makanan
 5. Makan dan minum tidak dilakukan sekaligus.

1. PERENCANAAN PRAKTIKUM DASAR KULINARI

LOGO UNAIR

Kelompok 7

NAMA.....NIM

...

...

...

...

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PRODI S1 GIZI
2020

*COVER DIPRINT DI KERTAS HVS Warna BIRU
TIDAK USAH DIJILID

LEMBAR PENILAIAN

KELOMPOK

NAMA HIDANGAN :

1.TEKNIK.....
2.TEKNIK.....

Aspek Penilaian 1-10	Skor
Ketepatan Teknik pengolahan	
Higine Personal	
Sanitasi & Higine Tempat Kerja	
Kerja Tim	
Keseuaian Hidangan dengan perencanaan bahan	
Penampilan	
Rasa	
Tekstur	
Warna	
Total Score	

Dosen Penilai :

A. HIDANGAN

*CONTOH PENULISAN RESEP

CAKE GULUNG ABON

a. Bahan

1. Bahan Pokok :

✓ Telur	10 butir
✓ Kuning telur	6 butir
✓ Gula pasir halus	125 g
✓ Terigu Roda Biru	150 g
✓ Tepung Maizena	15 g
✓ Garam	3 g
✓ Salad oil	30 g
✓ Susu segar	25 g

2. Bahan Topping :

✓ Abon sapi	150 g
✓ Nori	sckp

3. Bahan Pengisi :

✓ Abon sapi	150 g
✓ Mayonaise	50 g

Porsi :.....

Waktu :

Persiapan Bahan.....menit

Pengolahan.....menit

Penyajian.....menit

b. Cara Membuat

1. Kocok telur utuh, kuning telur, dan gula pasir dengan kecepatan tinggi hingga mengembang.
2. Masukkan campuran terigu, maizena, dan garam
3. Masukkan salad oil dan susu segar yang dipanasi (tidak sampai mendidih), kocok dengan kecepatan sedang, lalu aduk dengan tangan.
4. Tuang adonan ke dalam Loyang yang telah dialasi dengan kertas roti. Ratakan permukaannya, taburi dengan abon sapi dan nori yang telah dihancurkan kasar.
5. Bakar di oven pada suhu api atas 200°C dan api bawah 160°C selama 15 menit.
6. Setelah matang keluarkan cake dari cetakkan. Balik sehingga permukaannya yang ada abon dan norinya di bagian bawah. Oles dengan mayonnaise, taburi abon sapi secukupnya. Gulung. Iris-iris sesuai selera untuk disajikan

B. RENCANA KEBUTUHAN BAHAN

*Contoh Kebutuhan Bahan

No	Nama Bahan	Kebutuhan	Harga Satuan/kg/bks	Harga Total
1	Tepung protein tinggi	463 gr	Rp 9000	Rp 7000
2	Tepung protein rendah	480 gr	Rp 9000	Rp 7000
3	Garam	19 gr	Rp 2500	Rp 100
4	Mentega	175 gr	Rp 18000	Rp 18000
5	telur	10 btr	Rp 13000	Rp 10000
6	Gula	225 gr	Rp 10000	Rp 4000
7	Korvet	200 gr	Rp 4000	Rp 4000
8	Batter oil subtitle	100 gr	Rp 4000	Rp 4000
9	Gula halus	380 gr	Rp 12000	Rp 4000
10	Keju	125 gr	Rp 6000	Rp 2000
11	Pisang	15 bh	Rp 4000	Rp 4000
12	Rab instan	100 gr	Rp 4000	Rp 4000
13	Susu cair	675 ml	Rp 13000	Rp 13000
14	Whipp cream	100 gr	Rp 20000	Rp 2000
15	Mentega tawar	280 gr	Rp 20000	Rp 20000
16	Almond bubuk	60 gr	Rp 3000	Rp 3000
17	Baking powder	5 gr	Rp 3000	Rp 100
18	Custard powder	60 gr	Rp 10000	Rp 2000
19	Selai strawberry	200 gr	Rp 7000	Rp 3000
20	Almond keping	100 gr	Rp 10000	Rp 10000
TOTAL :				Rp. 121200

C. DAFTAR ALAT

NO	NAMA ALAT	KEBUTUHAN	SPESIFIKASI
A. Alat Persiapan			
1.	Telenan / cutting board	2	Kayu
2.	Baskom	2	Plastik
3.	Piring plastic	8	Plastik
4.	Pisau	3	Stainless
5.	Baki	2	Plastik
6.	Mangkuk plastik	2	Plastik
7.	Mixer	1	Stanlessteel
8.	Sendok kayu	2	Kayu
9.	Solet/Spatula	2	Plastik
10.	Rolling pin	1	kayu
11.	Balon wish	1	Stainless
B. Alat Pengolahan			
1.	Kompor	2 perapian	Stainless
2.	Panci	1	Stainless
3.	Sauce pan	2	Stainless
4.	Cetakan pie	1	Stainless
5.	supwit		
5.	Sheet	2	Stainless
C. Alat Hidang			
1	Dessert plate	2	Keramik
D. Linen			
1.	Lap	12	Kain
2.	Cempal	3	Kain
3.	Apron	3	Kain

E. TERTIB KERJA

NO	Tenaga / Waktu	Kartika	Anna	Evin	Taufan
1.	07.00-08.15	Mempersiapkan alat	Mempersiapkan bahan	Mempersiapkan meja kerja	Mempersiapkan kompor dan alat
2.	08.15-08.30	Menimbang bahan untuk membuat pisang bolem bandung	Menimbang bahan untuk membuat cream puff with diplmat cream	Menimbang bahan untuk membuat isan ke lin mu	Menimbang bahan untuk membuat filling isan ke lin mu
3.	08.30-08.45	Merebus mentega, margarine sampai mendidih	Merebus mentega, margarine, garam sampai mendidih	Mengocok kuning telur hingga mengetaldan garam	Membakar almod keping
4.	08.45-09.00	Mencampur adonan A dan B Dan mengaduk hingga kalis	Memasukan tepung terigu aduk rata	Memasukkan mentega tawar yang lembut dan megaduk hingga rata	Memanaskan oven
5.	09.00-09.15	Mencampur bahan kemudian membetuk	Memidahkan adonan ke mix bowl kemudian mengaduk	Menambahkan bahan –bahan lain kemudian mencetak adaonan	Mebuat jelly untuk isan ke lin mu
6.	09.15-09.30	Memanggang pisang bolem bandung	Memanggang puff with diplmat cream	Memcetak adonan pie	Memcetak adonan pie
7.	09.30-09.45	Mengarnish mengarnishchiffon pandan	Menyajikan chiffon pandan	Memanggang an ke is lin mu	Mengduk bahan
8.	09.45-10.00	mengarnish	mengarnish	berkemas 1	Berkemas1.
9.	10.00-10.15	Membersihkan meja kerja	Membersihkan meja kerja	Memang ganish an ke is lin mu+ mengarnis	berkemas
10	10.15-10.30	Menginventaris alat	Menginventaris alat	Membersihkan meja kerja	Membersihkan meja kerja
11	10.30-00	Evaluasi	Evaluasi	Evaluasi	Evaluasi
12	30	Bekemas	Bekemas	Bekemas	Bekemas

EVALUASI PRAKTIKUM

Kekurangan Menu :

- Baik dari segi penampilan, rasa, aroma, tekstur/konsistensi, kesesuaian porsi dll

Kelebihan Menu :

- Hal2 yang sudah baik, dn patut dipertahankan

Saran :

- Hal2 apa yang perlu dilakukan utk mmpbaiki menu

REKAM BAHAN MAKANAN
**TIDAK DILAKUKAN*

No.	Nama Bahan Makanan	Berat mentah (gram)	Berat matang (gram)
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

Penjelasan :

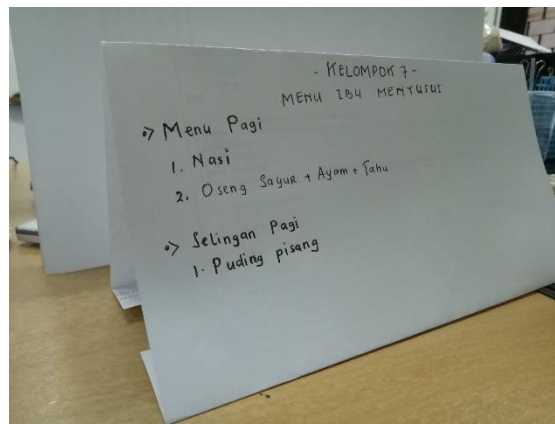
Rekam bahan makanan dilakukan pada semua bahan makanan utama kecuali bumbu.
Perhitungan dilakukann pada proses praktikum.

***HALAMAN INI TIDAK PERLU DI PRINT**

CATATAN :

- SETIAP PRAKTIKUM MAHASISWA DIHARAPKAN UNTUK MEMBAWA PERLENGKAPAN **PRIBADI** MELIPUTI :
 - ➔ LAP BERSIH
 - ➔ TISU
 - ➔ SENDOK
 - ➔ JAS LAB
 - ➔ PENUTUP KEPALA *BAGI YANG TDAK BERKERUDUNG
 - ➔ SARUNG TANGAN (Plastic gloves)
 - ➔ MASKER

- PADA SAAT PENILAIAN MENYERTAKAN LIST MENU , di print yang baik
*CONTOH



- DILARANG MENGGUNAKAN CELANA BAHAN JEANS
- DATANG TEPAT WAKTU, TERLAMBAT AKAN MENDAPAT PENGURANGAN NILAI DAN ATAU TIDAK DIIZINKAN MENGIKUTI PRAKTIKUM
- PEMINJAMAN ALAT DILAKUKAN H-1 PRAKTIKUM
- SELALU JAGA KEBERSIHAN TEMPAT PRAKTIKUM
- MENYAJIKAN BAHAN MAKANAN DENGAN BAIK, DAN DI HIAS.



