

ENSIKLOPEDIA

PRODUK PANGAN

INDONESIA

• *Kumpulan Berbagai Teknologi Produk Pangan Indonesia* •

Tim Editor:

Winiarti P Rahayu, Rindit Pambayun, Umar Santoso, Giyarmi, Ardiansyah

ENSIKLOPEDIA

PRODUK PANGAN

INDONESIA

• *Kumpulan Berbagai Teknologi Produk Pangan Indonesia* •



Tim Editor:

Winiati P Rahayu

Rindit Pambayun

Umar Santoso

Giyatmi

Ardiansyah



Penerbit IPB Press

IPB Science Techno Park,
Kota Bogor - Indonesia

Judul Buku:

Ensiklopedia Produk Pangan Indonesia
Kumpulan Berbagai Teknologi Produk Pangan Indonesia

Tim Editor:

Winiati P Rahayu (Institut Pertanian Bogor)
Rindit Pambayun (Universitas Sriwidjaja)
Umar Santoso (Universitas Gadjah Mada)
Giyatmi (Universitas Sahid)
Ardiansyah (Universitas Bakrie)

Desain Sampul:

Andrian Rizaldy Azhar

Penata Isi:

Ahmad Syahrul Fakhri

Korektor:

Fairuz Fajriah, S.TP
Dwi M Nastiti
Redaksi IPB Press

Jumlah Halaman:

642 + 16 halaman romawi

Edisi/Cetakan:

Cetakan 1, Agustus 2017

Diterbitkan pertama kali dalam bahasa Indonesia oleh:

PATPI (Perhimpunan Ahli Teknologi Pangan Indonesia) bekerja sama dengan
PT Penerbit IPB Press

PT Penerbit IPB Press

Anggota IKAPI
IPB Science Techno Park
Jl. Taman Kencana No. 3, Bogor 16128
Telp. 0251 - 8355 158 E-mail: ipbpress@ymail.com

ISBN: 978-602-440-183-2

Dicetak oleh Percetakan IPB, Bogor - Indonesia
Isi di Luar Tanggung Jawab Percetakan

© 2017, HAK CIPTA DILINDUNGI OLEH UNDANG-UNDANG

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh
isi buku tanpa izin tertulis dari penerbit

DAFTAR ISI

| | |
|---------------------------------------|----------|
| KATA PENGANTAR | vii |
| SAMBUTAN KETUA UMUM PATPI PUSAT | ix |
| DAFTAR ISI | xi |
| TEKNOLOGI FERMENTASI..... | 1 |
| 1. ASAM SUNTI..... | 2 |
| 2. BAKASANG | 9 |
| 3. BEKASAM | 13 |
| 4. BELACAN DEPIK..... | 16 |
| 5. BREM PADAT | 19 |
| 6. BREM CAIR..... | 23 |
| 7. CINCALUK..... | 28 |
| 8. DADIH..... | 32 |
| 9. DANGKE | 36 |
| 10. GATHOT | 40 |
| 11. GROWOL | 44 |
| 12. JRUEK DRIEN..... | 49 |
| 13. KECAP KEDELAI | 55 |
| 14. KÊTHÊK BACIN | 63 |
| 15. LEMEA | 67 |
| 16. MANDAI..... | 71 |

| | |
|-------------------------------------|------------|
| 17. MASIN..... | 74 |
| 18. PLIEK U | 78 |
| 19. RUSIP | 83 |
| 20. TAPE KETAN | 87 |
| 21. MENDOAN | 93 |
| 22. TERASI..... | 97 |
| TEKNOLOGI PEMANGGANGAN | 103 |
| 1. AMPAS TARIGU | 106 |
| 2. BAGEA | 110 |
| 3. BAKPIA..... | 114 |
| 4. BANKET KENARI..... | 119 |
| 5. BARUASA..... | 122 |
| 6. BIKA AMBON | 126 |
| 7. BINGKA..... | 130 |
| 8. BINGKA BARANDAM..... | 134 |
| 9. BLUDER SAGERU | 137 |
| 10. BOLU BERENDAM | 140 |
| 11. BOLU KEMOJO..... | 143 |
| 12. ENBAL..... | 147 |
| 13. ENGGAK KETAN..... | 151 |
| 14. HALUA KENARI | 155 |
| 15. KUE BANGKIT | 159 |
| 16. LEDRE..... | 163 |
| 17. PARANGGI..... | 167 |
| 18. PROLL TAPE..... | 172 |
| 19. KUE SEMPRONG RASI..... | 177 |
| 20. ROTI GAMBANG | 181 |
| 21. SAGON BAKAR..... | 186 |

| | |
|--|------------|
| 22. SAGU LEMPENG..... | 190 |
| 23. SARUT..... | 196 |
| 24. TART PISANG TONGKA LANGIT..... | 200 |
| TEKNOLOGI PENGERINGAN | 205 |
| 1. AMPLANG..... | 208 |
| 2. BAJIGUR INSTAN | 211 |
| 3. BANDREK INSTAN..... | 215 |
| 4. CAKALANG FUFU..... | 220 |
| 5. CEPLIS & EMPING MENES | 225 |
| 6. JIPANG..... | 230 |
| 7. KERUPUK IKAN PALEMBANG | 235 |
| 8. KERUPUK UDANG..... | 241 |
| 9. KEUMAMAH..... | 248 |
| 10. KIMBOLENG BAHISE | 254 |
| 11. KOPI TORAJA..... | 258 |
| 12. LEDOK INSTAN..... | 262 |
| 13. MANISAN PALA..... | 269 |
| 14. RENGGINANG LORJUK..... | 275 |
| 15. ROA FUFU..... | 278 |
| 16. TEKWAN INSTAN | 281 |
| 17. TIWUL INSTAN | 287 |
| 17. TIMPHAN | 294 |
| <i>INTERMEDIATE MOISTURE FOOD/PANGAN SEMI BASAH</i> | 299 |
| 1. DODOL | 302 |
| 2. GOLLA KAMBU..... | 310 |
| 3. IWEL | 313 |
| 4. JENANG JAKET | 317 |

| | |
|------------------------------------|------------|
| 5. KRASIKAN..... | 322 |
| 6. LEMPOK DURIAN | 326 |
| 7. MADU MONGSO..... | 330 |
| 8. MANGGULU..... | 333 |
| 9. SELAI PALA BANDA..... | 338 |
| 10. SELAI TOMI..... | 343 |
| 11. SUWAR SUWIR..... | 347 |
| TEKNOLOGI PENGGORENGAN..... | 353 |
| 1. ABON KEPITING | 356 |
| 2. BANNANG-BANNANG | 360 |
| 3. CAKAR-CAKAR..... | 364 |
| 4. CINCIN..... | 367 |
| 5. DEPA TORI | 370 |
| 6. GEMBUS..... | 374 |
| 7. GETUK GORENG | 377 |
| 8. INTIP GORENG | 382 |
| 9. KERIPIK KEDELAI HITAM..... | 386 |
| 10. KERIPIK KENTANG BATU..... | 389 |
| 11. KERIPIK SUKUN | 394 |
| 12. KERIPIK TEMPE..... | 399 |
| 13. KEUKARAH..... | 406 |
| 14. LANTING | 410 |
| 15. ROTI KETAWA..... | 414 |
| 16. WALANGAN | 419 |
| LAIN-LAIN | 423 |
| 1. BANDENG PRESTO..... | 427 |
| 2. CINCAU HITAM | 432 |

| | |
|---------------------------------|------------|
| 3. DAGING SE'I..... | 438 |
| 4. KUE DELAPAN JAM..... | 443 |
| 5. LAPIS TALAS | 448 |
| 6. PEMPEK..... | 453 |
| 7. PERMEN SUSU | 458 |
| 8. PETIS..... | 462 |
| 9. SAMBAL LAMPUNG | 468 |
| 10. SAUS BUAH MERAH | 472 |
| 11. SARI BUAH BELIMBING..... | 477 |
| 12. SIRUP GANDARI..... | 484 |
| PANGAN SIAP SAJI..... | 489 |
| 1. AMPARAN TATAK | 493 |
| 2. ANJOROI..... | 496 |
| 3. BARONGKOH | 499 |
| 4. BOLU BERAS GULA HABANG | 502 |
| 5. BUBUR PEDAS..... | 505 |
| 6. BUBUR POKEM..... | 509 |
| 7. SAGU..... | 514 |
| 8. TINUTUN | 518 |
| 9. CIWEL..... | 522 |
| 10. DANGKE NANIURA | 525 |
| 11. GABING..... | 530 |
| 12. JEPA MANDAR | 533 |
| 13. KERAK TELOR | 537 |
| 14. KELADI BATU | 540 |
| 15. LAKSA | 544 |
| 16. LAOR..... | 548 |
| 17. LOTEK..... | 552 |

| | |
|-----------------------------|------------|
| 18. NASI JAHA..... | 556 |
| 19. NASI LAPOLA | 560 |
| 20. PANADA | 563 |
| 21. PELAS..... | 567 |
| 22. PISANG GAPIT | 571 |
| 23. PUTU TEPUNG BERAS | 574 |
| 24. RAGIT | 578 |
| 25. ROTI CANAI | 582 |
| 26. ROTI JALA..... | 587 |
| 27. SELIMPOK..... | 591 |
| 28. SIE REUBOH..... | 594 |
| 29. UBI SIRAM | 598 |
| 30. URAP MIMI..... | 602 |
| 31. WAJE..... | 606 |
| PROFIL PENULIS..... | 611 |

12. ENBAL

Nama lain : Enbal

Jenis : Enbal kacang, enbal cokelat, enbal keju, enbal bunga, enbal goreng

Aspek Teknologi : Teknologi pemanggangan

DESKRIPSI

Produk enbal adalah salah satu makanan camilan maupun makanan pokok pengganti nasi khas masyarakat di Kabupaten Maluku Tenggara yang terbuat dari ubi kayu beracun (dalam bahasa daerah juga disebut “enbal”). Pada pembuatan enbal harus dipastikan tidak terdapat lagi racun pada ubi kayu. Enbal kacang, enbal cokelat, dan enbal keju adalah makanan camilan, sedangkan yang dapat dijadikan makanan pokok pengganti nasi adalah enbal bunga dan enbal goreng. Tepung ubi kayu dimasukkan dalam cetakan dengan bentuk yang bervariasi, kemudian dipanggang. Setelah matang bagian atasnya diolesi dengan berbagai bahan tambahan seperti kacang, cokelat, dan keju, sedangkan untuk enbal goreng diolah dengan cara menggoreng tepung ubi kayu sehingga berbentuk butiran-butiran kecil. Enbal goreng dan enbal bunga dapat di makan dengan sayur dan lauk.

BAHAN BAKU DAN ALTERNATIF BAHAN BAKU

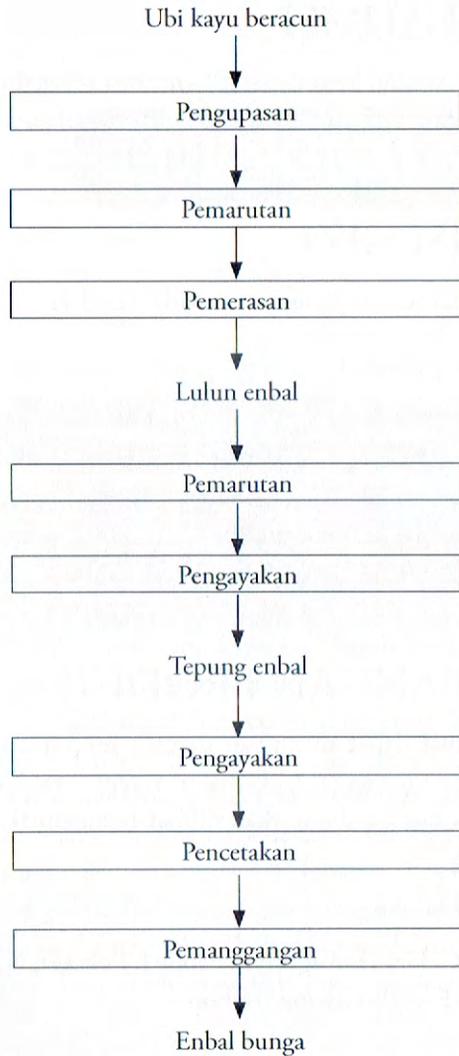
Bahan baku utama dari enbal adalah ubi kayu beracun yang racunnya dihilangkan dengan proses pemerasan dengan menggunakan alat hingga dipastikan tidak lagi terdapat racun (HCN) dalam bahan bakunya. Bahan tambahan adalah cokelat bubuk, kacang tanah yang sudah digoreng dan dihaluskan, mentega, dan keju.

PROSES PRODUKSI

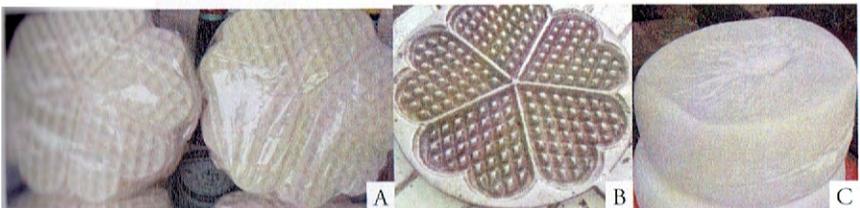
Proses pengolahan enbal adalah sebagai berikut ini (Gambar 1):

1. Kulit ubi kayu beracun dikupas sesudah itu dicuci bersih
2. Ubi kayu yang sudah bersih diparut dengan menggunakan mesin parut kemudian dimasukkan dalam karung lalu diperas dengan alat pres sampai airnya habis
3. Hasil perasan disebut lulun enbal dipotong menjadi bagian yang lebih kecil dan diparut lagi agar butiran enbal menjadi lebih halus
4. Lulun diayak kemudian dimasukkan dalam cetakan dan dipanggang
5. Enbal yang matang diolesi dengan mentega lalu ditaburi bahan tambahan (kacang, cokelat, keju), kemudian dipanggang sebentar
6. Enbal yang sudah halus, digoreng dan jadilah enbal goreng.

Ilustrasi enbal dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 1 Diagram alir proses pembuatan enbal



Gambar 2 Ilustrasi: (A) enbal bunga, (B) cetakan enbal, (C) lulun enbal

CARA KONSUMSI

Enbal kacang, coklat dan keju dapat dikonsumsi sebagai makanan camilan. Enbal dimakan pada saat minum teh, sedangkan enbal goreng dapat dimakan dengan sayur dan lauk.

KOMPOSISI GIZI

Komposisi gizi enbal seperti yang tertera pada Tabel 1.

Tabel 1 Komposisi gizi enbal

| Komponen | Jumlah (%) | | | | |
|-------------|------------|---------|------|-------|--------|
| | Kacang | Cokelat | Keju | Bunga | Goreng |
| Protein | 6.22 | 1.33 | 1.39 | 0.5 | 2.29 |
| Lemak | 4.81 | 20.89 | - | 0.31 | 0.37 |
| Kadar abu | 1.62 | 0.8 | - | 0.5 | 1.6 |
| Karbohidrat | 68 | 69.45 | 66.6 | 72 | 79.5 |

PENGEMBANGAN PRODUK

Pengembangan enbal dapat dilakukan dengan modifikasi bahan, sehingga tidak hanya mengandung kadar karbohidrat tinggi, tetapi juga tinggi zat gizi lainnya. Selain itu, kue ini dianjurkan dibuat menggunakan ubi kayu biasa yang tidak beracun.

Pangan khas : Maluku

Kontributor : Gelora H. Augustyn, Febby J. Polnaya, Natelda R. Timisela
(PATPI Cabang Ambon)

ENSIKLOPEDIA

PRODUK PANGAN

INDONESIA

• *Kumpulan Berbagai Teknologi Produk Pangan Indonesia* •



PT Penerbit IPB Press

IPB Science Techno Park

Jl. Taman Kencana No. 3, Bogor 16128

Telp. 0251 - 8355 158 E-mail: ipbpress@gmail.com



Penerbit IPB Press



@IPBpress

Pangan

ISBN : 978-602-440-183-2



9 786024 401832