

BOUNY

E-Magazine

SEJARAH SOTO NUSANTARA

*Sajian istimewa dari Soto
Bathok Mbah Kartho*

+

**RESEP SAJIAN
PEMBUATAN SOTO)**

*dilengkapi dengan video
pembuatan*

**MENAKAR NILAI GIZI
DARI SEMANGKUK SOTO**

*inovasi produk boga S1 & D4
BOGA UNY*





Daftar isi

Soto - Jao To Sejarah Soto Nusantara	3
Soto Bandung	8
Soto Betawi	10
Soto Kudus	12
Soto Lamongan	13
Soto Banjar	16
Menakar Nilai Gizi dari Semangkuk Soto	19
Sajian istimewa dari Soto Bathok Mbah Kartho	21
Semarak Pameran Proyek Akhir S1 Boga UNY	22
Pameran Inovasi Produk Boga D4	24
Ngobrol Santai (RM Jawa Bu Sudar & Tiwul Manis Pak Lambang	27



SOTO - JAO TO

SEJARAH SOTO NUSANTARA

Asal usul soto sampai saat ini masih diperdebatkan, beberapa pendapat para ahli mengatakan bahwa soto pertama kali dikenal sekitar abad 19, berasal dari makanan Cina yaitu Cau do (Jao To/Chau Tu 草肚 atau rerumputan'jeroan 肚/jeroan berempah). Kuliner Nusantara dengan nama soto ini pertama kali dikenal di pesisir pantai utara dengan penyajian berupa masakan berkuah berisikan potongan daging atau jeroan.

Deny Lombard dalam bukunya "Nusa Jawa Silang Budaya 2 Jaringan Asia" menuliskan bahwa pada abad 18 para imigran dari Cina sudah banyak ikut serta dalam aktifitas perdagangan di Indonesia salah satunya dengan membuka rumah makan di pesisir utara pulau Jawa. Usaha kuliner yang dirintis orang-orang Tionghoa cukup mendominasi kala itu, bukan hanya membuka rumah makan saja mereka juga menjual makanan dengan berkeliling dengan cara di pikul. Dari sinilah kuliner Tionghoa mulai dikenal oleh masyarakat Nusantara salah satunya adalah **Jao To**.

Mulanya sajian kuliner orang-orang Tionghoa berbahan utama daging babi, karena masyarakat Nusantara banyak yang sudah beragama Islam maka daging babi diubah menggunakan daging sapi, kerbau, ayam dan bebek. Hal ini juga berdampak pada bahan pembuatan Jao To di Nusantara yang mulanya menggunakan daging babi kemudian diubah menjadi daging sapi, kerbau, jeroan, dan ayam. Dimungkinkan Jao To ini sebagai asal muasal munculnya kuliner Nusantara kita yaitu Soto karena penyebutan nama yang hampir sama.

Di Indonesia, soto mempunyai banyak macam dan penamaanya, hal ini dapat dipengaruhi oleh asal muasal soto, tempat penjualannya, cara penyajiannya, nama penjualnya dan tambahan bumbu-bumbunya. Diambil dari nama tempatnya misalnya Soto Bangkong Semarang, Soto Kadipiro, Soto Kudus, Coto Makasar, Soto Betawi. Diambil dari asal muasalnya misalnya Soto 'Dok' Lamongan, Soto Sulung dan Ambega Surabaya yang muasalnya

dicurigai dari Madura. Soto Sukaraja, Banyumas, Purwakerto dan Purbalingga yang mempunyai ciri khas dari bahan dan tambahan bumbunya menggunakan sambal kacang-kemiri dan serundeng di kuah). Sedangkan soto diambil dari nama penjulanya seperti Soto Mbok Giyem, Soto H. Fatimah, Soto Pak Ngadiran dll.

Menurut Prof. Dr. Murdijati Gardjito dalam Seminar: Soto Sebagai Representasi Citarasa Indonesia, menyampaikan bahwa Soto Indonesia mempunyai 75 ragam, dengan penyebarannya yang paling besar di Madura dan Jawa. Penikmat soto banyak didominasi oleh semua kalangan muda dan tua dengan ragam kuah soto terdiri dari dua jenis yaitu bening dan berwarna. Bening dengan persentase 36% dan berwarna 64%. Sedang ragam bahan yang mayoritas paling banyak digunakan untuk pembuatan Soto Indonesia yaitu pertama daging ayam, kemudian tauge, soun, telur dan terakhir daging sapi.

Soto di Indonesia mempunyai 75 jenis dengan masing-masing daerah mempunyai ciri khas yang berbeda-beda. Berikut ini peta sebaran Jenis soto di Indonesia:


Jenis soto Indonesia



Sumber: Murdijati Gardjito, Rhaesfaty Galih Putri, Swastika Dewi, dan Nurullia Nur Utami (Universitas Gadjah Mada)

lokadata
Oleh Beritagar.id

Bumbu berdasarkan jenis soto di Indonesia



	Soto Kudus	Soto Lamongan	Soto Lentok	Soto Betawi	Soto Mie Bogor	Soto Bandung	Soto Madura	Soto Semarang	Soto Surabaya	Soto Seger Boyolali	Soto Pacitan	Soto Tauco Pekalongan	Soto Banjarnegara	Soto Sokaraja	Soto Kebumen	Soto Jepara	Soto Kediri	Soto Ambengan	Soto Tauco Tegal	Soto Bumbu	Soto Kemiri	Soto Medan	Soto Padang	Soto Banjar	Soto Makassar
Bawang putih	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Bawang merah	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Merica	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Serai	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Jahe	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Daun bawang	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Kemiri	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Kunyit	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Seledri	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Daun jeruk	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Lengkuas	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Daun salam	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Gula pasir	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Daun seledri	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Ketumbar	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Minyak sayur	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Gula merah	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Jinten	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Santan	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Tauco	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Cengkeh	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Kacang tanah	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Kapulaga	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Kayu manis	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Pala	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Air asam	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Bawang putih goreng	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Cuka	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Daun kucai	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Terasi	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Bunga lawang	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Kencur	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Susu cair	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	

■ Jawa

■ Sumatra

■ Kalimantan

■ Sulawesi

SOTO SEBAGAI NATIONAL SOUP KEBANGGAAN INDONESIA



Oleh:

Prof. Dr. Kokom Komariah, M.Pd.

Soto dan Keragamannya

Indonesia sangat kaya sekali dengan hidangan soto. Hampir setiap daerah mempunyai soto yang dapat dibanggakan. Sebut saja Soto Madura, Soto Bandung, Soto Kudus, Soto Lamongan, Soto Banjar, Soto Medan, Soto Pekalongan, Soto Kediri, Soto Semarang dan banyak lagi jenis soto yang mempunyai ciri khas kedaerahan.

Di samping itu soto bisa juga dibuat berdasarkan bahan utama yang digunakannya, misalnya soto ayam, tentunya berasal dari kaldu ayam, dengan isi suwiran ayam yang direbus atau digoreng, Soto daging sapi berasal dari kaldu sapi, dengan isi potongan daging sapi. Namun untuk bahan-bahan tertentu misalnya soto kambing, tidak menggunakan kaldu daging kambing, tetapi menggunakan susu atau santan, namun isinya mencerminkan soto apa yang dibuat, misalnya daging kambing, bebek, kalkun, babat, atau kikil. Soto bisa diberi nama juga berdasarkan alat yang digunakannya. Sebut saja soto gerabah, soto kwali, soto batok atau soto bambu.

Soto-soto tersebut diberi nama karena cirikhas alat yang digunakannya. Saat ini banyak sekali warung soto yang mempopulerkan soto berdasarkan wadah yang digunakannya.

Dilihat dari fungsinya soto bisa disajikan sebagai hidangan yang berdiri sendiri dan hidangan appetizer. Sebagai hidangan yang berdiri sendiri artinya dapat disajikan sebagai hidangan sepinggan. Soto seperti ini contohnya soto

Makasar atau disebut coto Makasar, soto yang bisa berisi nasi/ lontong/ ketupat, mie atau bihun. Hidangan pelengkap yang disajikan biasanya terdiri sambal, jeruk limau atau jeruk nipis, sambal, kacang kedelai, bawang goreng, dan seledri. Soto sebagai hidangan yang berdiri sendiri jumlahnya lebih banyak dibanding dengan hidangan pembuka atau penyerta.

Soto yang berfungsi sebagai *appetizer* harus dapat menimbulkan nafsu makan, biasanya konsistensinya lebih cair, dan tidak mengenyangkan. Oleh karena itu soto yang bisa digunakan sebagai *appetizer* bisa dipilih jenis soto yang ringan, seperti soto ayam atau soto Bandung yang berisi daging yang dipotong kecil, lobak putih, dan kacang kedelai.

Soto sebagai National Soup

Dalam kancah hidangan Internasional, kita mengenal berbagai jenis sup, yang dapat diklasifikasikan menjadi Clear Soup, Thick soup, National soup dan Special soup. Masing-masing klasifikasi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

Clear soup, adalah sup jernih yang dibuat dari kaldu daging atau sayuran. Penampakan dari sup ini benar-benar jernih, karena dibuat dari kaldu atau rebusan daging, yang diberi isi atau tidak diberi isi. Dalam menu kontinental dikenal pula dengan *consomme*, yaitu sup yang diklarifikasi atau dijernihkan

dengan *meat clarified* (campuran daging cincang, sayuran dan putih telur), sehingga sup jenis ini disebut *rich soup* atau sup yang mewah karena terbuat dari bahan-bahan yang mahal dan bermutu.

Thick Soup adalah sup kental, dikenal ada dua kelompok yaitu *cream soup* dan *puree soup*. Keduanya sama-sama kental, namun beda dalam proses dan bahan pengentalnya. *Cream soup* merupakan sup yang dikentalkan dengan bahan pengental, seperti tepung, curstar, atau kocokan telur. Sedangkan *puree soup* adalah sup yang dikerjakan melalui proses penghacuran dari bahan-bahan utama pembentuk sup itu sendiri, misalnya *puree of tomato soup*, maka sup itu akan dibuat dari bahan tomat yang melalui proses penghancuran.

National Soup. Ini adalah sup yang berasal dari berbagai negara. Hampir semua negara memiliki sup yang bisa dibanggakan. Sebut saja India mempunyai sup yang disebut *Moulygatony soup*, Thailan mempunyai sup yang disebut *Tom Yam*. Demikian juga Indonesia harus bangga dengan nasional soup terutama soto, yang jumlahnya sangat bervariasi dan hampir di setiap daerah di Indonesia mempunyainya.


Special soup, sup-sup yang spesial, baik karena proses atau bahannya. Sup ini bisa berwujud sup panas, atau sup dingin, bisa berasal dari nabati atau hewani, atau bisa juga berasal dari bahan-bahan yang special, seperti susu atau jogurt.

Soto sebagai Kuliner Kebanggaan Indonesia yang Perlu Dilestarikan

Indonesia dengan kearagaman etnik dan budaya telah melahirkan ribuan jenis makanan. Masing-masing daerah memiliki kekhasan bahan masakan. Demikian juga soto yang mempunyai kelebihan dibanding dengan kelompok sup yang lain karena kaya akan rempah-rempah yang sudah terkenal di seluruh dunia. Rempah-rempah yang lengkap mampu menghasilkan berbagai jenis makanan yang khas. Oleh karena itu cita rasa soto

sangat ditentukan oleh rempah-rempah yang digunakannya. Oleh karena itu marilah soto kita lestarikan melalui berbagai cara misalnya.

1. Penyediaan makanan sehari-hari; yaitu soto dapat diselipkan dalam menu sehari-hari keluarga, atau menu istimewa saat hari libur. Dengan demikian perbendaharaan mengenai soto akan dimiliki pula oleh semua anggota keluarga termasuk anak-anak yang merupakan generasi penerus keluarga.
2. Penyediaan makanan pesta; soto disajikan dalam menu-menu pesta baik sebagai hidangan pembuka atau hidangan utama “gubukan”, melalui penyajian soto dalam acara pesta ini soto akan hadir sebagai hidangan yang bergengsi, dan dapat dibanggakan.
3. Sebagai acara jamuan kenegaraan; soto disajikan dalam menu kenegaraan sangat tepat, dengan menyajikan secara bergantian berbagai varian soto menunjukkan kecintaan kita terhadap kuliner Indonesia, dan sekaligus sebagai ajang promosi terhadap negara-negara lain.
4. Sebagai hidangan istimewa di rumah makan dalam dan luar negeri. Warung soto atau restoran di Indonesia sudah banyak yang menghadirkan soto dalam menunya. Namun di rumah-rumah makan di luar negeri soto sangat langka di jumpai, dalam hal ini kalah oleh negara Thailan dengan *Tom Yam* nya. Oleh karena itu dengan menyediakan soto di rumah makan di berbagai negara di dunia, dapat meningkatkan promosi Indonesia, penyerapan tenaga kerja profesional, dan sekaligus sebagai bagian dari diplomasi Indonesia pada negara-lain. Kekuatan aroma soto diperoleh dari berbagai bumbu dan rempah yang merupakan salah satu sumber kekayaan alam terbesar di Indonesia. Kedudukan soto sebagai national soup kebanggaan bangsa Indonesia harus ditingkatkan dengan menghadirkan soto-soto dengan kualitas resep yang terstandar pada berbagai event penting di dalam dan luar negeri



*"Witing
tresno
jalaran
seko
Kuliner"*

-BOGA UNY-



Soto Bandung Oleh Vioneta N.E.

**"YANG MEMBEDAKANKANNYA
ADALAH SOTO BANDUNG
MENGUNAKAN BAHAN
TAMBAHAN BERUPAS IRISAN
LOBAK DENGAN TABURAN
KACANG KEDELAI GORENG"**

Seperti daerah lain di Indonesia, Bandung juga mempunyai sajian kuliner yang menarik untuk dinikmati. Kuliner yang satu ini sangat populer di Jawa Barat yaitu Soto Bandung. Hampir sama dengan soto-soto yang ada di Indonesia, soto Bandung mempunyai ciri khas

yaitu rasa gurih dan sedikit asin, yang membedakannya adalah Soto Bandung menggunakan bahan tambahan berupa irisan lobak dengan taburan kacang kedelai goreng.

Soto Bandung juga mempunyai karakteristik yang unik yaitu pada kuah yang dihasilkan. Jika biasanya soto berkuah kuning ataupun keruh kecoklatan, Kuah dari Soto Bandung tidak berwarna atau bening. Sehingga ini yang

menjadi ciri khas dari soto Bandung. Rasa gurih yang dihasilkanpun tidak menggunakan bahan tambahan seperti santan ataupun susu sapi, tetapi menggunakan bumbu yang terbilang simpel dan mudah didapatkan, yaitu bawang merah, bawang putih, lada, jahe, garam dan gula. Selain itu soto ini juga menggunakan daging sapi sebagai bahan isinya.

Soto Bandung

Bahan:

- Daging sapi 250 gram potong melintang serut ukuran sedang
- Lobak 1 buah Kupas, iris bulat tebal ½ cm
- Kacang kedelai putih 50 gram Rendam lalu goreng
- Kaldu daging sapi 1,5 liter
- Minyak goreng 2 sdm Untuk menumis
- Daun bawang 2 batang
- Daun seledri 2 batang
- Daun salam 2 lembar
- Daun jeruk purut 2 lembar
- Serai 1 batang Memarkan
- Bahan sambal
- Cabai rawit 5 buah Haluskan
- Bawang putih 1 siung Haluskan
- Pelengkap hidangan
- Kecap manis secukupnya Untuk pelengkap
- Jeruk nipis 2 buah Untuk pelengkap
- Bawang goreng 3 sdm Untuk taburan

Bumbu dihaluskan:

- Bawang merah 5 siung
- Bawang putih 3 siung
- Lada 1 sdt
- Jahe 2 cm Memarkan
- Garam ½ sdt
- Gula pasir ½ sdt

Cara membuat :

1. Rebus daging sapi dengan 1,5 liter air hingga empuk (boleh juga di presto). Setelah empuk angkat dan potong bentuk dadu. Masukkan lagi ke dalam kaldu, panaskan.
2. Panaskan minyak goreng, tumis bumbu halus sampai berbau harum. Masukkan ke dalam rebusan daging.
3. Tambahkan gula pasir, jahe, daun salam, daun jeruk purut dan serai. Masak sampai bumbu mengeluarkan aroma.
4. Masukkan lobak, masak hingga matang.
5. Tata isi soto (daging, lobak, kedelai goreng) di dalam mangkok, kemudian beri kuahnya
6. Taburi soto dengan bawang goreng, dan seledri.
7. Hidangkan soto selagi panas dengan pelengkap irisan jeruk nipis, kecap manis, dan sambal cabai rawit.



Soto Betawi

Ditulis oleh Tim Pengembang

**"PUTIH KUAH SOTO BETAWI
DIHASILKAN DARI SANTAN ATAU
DAPAT JUGA MENGGUNAKAN
SUSU SAPI."**

DKI Jakarta menjadi salah satu kuliner soto yang sangat unik di Indonesia. Soto Betawi namanya, menggunakan isian daging sapi dan jeroan yang disiram dengan kuah berwarna putih. Putih kuah Soto Betawi dihasilkan dari santan atau dapat juga menggunakan susu sapi sehingga rasa yang dihasilkan benar-benar gurih dan nikmat.

Sejarah kemunculan soto ini baru dikenal dimasyarakat luar pada tahun 1977-1978. Lie Boen Po adalah penjual soto keturunan Tionghoa yang pertama kali menamai soto ini dengan istilah Soto Betawi. Karena sebelumnya soto ini diperdagangkan dengan nama-nama penjualnya, sehingga nama Soto Betawi belum sepopuler seperti saat ini. Uniknyanya istilah Soto Betawi justru mulai umum digunakan setelah Lie Boen Po menutup usahanya yang berlokasi di THR Lokasari pada tahun 1991. Kemudian baru bermunculah penjual-penjual soto ini dengan nama Soto Betawi.

Saat ini, Soto Betawi banyak berisikan bermacam-macam isian berbahan dasar hewani berupa daging sapi, paru, usus, babat, terpedo dengan menggunakan bahan pelengkap berupa kentang, tomat, bawang goreng dan seledri. Soto ini selalu disajikan dengan pendampingnya berupa emping melinjo.



Soto Betawi

Bahan:

- Daging sandung lamur 100 gram Rebus dengan garam hingga empuk, potong 2x2 cm, masukkan kembali ke dalam air rebusan
- Paru 50 gram Rebus jerohan terpisah, potong dadu 2 x 2 cm
- Usus 100 gram
- Babat 100 gram
- Santan kental/susu segar 100 ml
- Santan encer 500 ml
- Air 1 liter
- Minyak samin/goreng 2 sdm
- Bumbu dihaluskan:
- Bawang merah 5 buah
- Bawang putih 3 buah
- Cabai merah 3 buah
- Jintan 1 sdt Sangrai
- Jahe 2 cm
- Kunyit 1 cm
- Mrica 1 sdt
- Pala ¼ butir
- Kemiri 3 butir

Bumbu tidak dihaluskan

- Serai 1 batang memarkan
- Daun jeruk
- Lengkuas
- Kayu manis
- Cengkih

Pelengkap:

- Kentang 1 buah Rebus, potong dadu
- Tomat 1 buah Iris menjadi beberapa bagian
- Daun bawang 1 batang Iris halus
- Seledri 1 batang Iris halus
- Bawang goreng 3 sdm Untuk taburan
- Emping goreng Secukupnya
- Sambal cabai rawit Secukupnya
- Jeruk nipis
- Kecap manis
- Acar mentimun, cuka, gula, garam

Cara membuat soto:

1. Blanching daging, angkat kemudian potong dadu (2x2 cm),
2. Rebus kembali daging sampai agak empuk
3. Tumis bumbu yang telah dihaluskan, masukkan ke dalam air rebusan daging, tambahkan santan encer dan bumbu lain yang tidak dihaluskan. Didihkan
4. Tambahkan santan kental jika daging telah empuk, didihkan dengan api kecil
5. Ambil mangkuk, tata kentang rebus, irisan tomat, daun bawang, seledri, dan bawang merah goreng.
6. Tuang kuah soto beserta dagingnya ke dalam mangkuk
7. Hidangkan bersama emping goreng, sambal, kecap manis, jeruk nipis dan acar dalam tempat terpisah.

SOTO KUDUS

Ditulis oleh TIM Pengembang



Kota Kudus merupakan salah satu tempat di Indonesia yang mempunyai kuliner yang khas, terutama kuliner berkuahnya yaitu Soto Kudus. Berbeda dengan soto di Indonesia yang biasanya menggunakan isian daging ayam ataupun daging sapi, soto Kudus awalnya menggunakan daging kerbau sebagai bahan isiannya. Hal ini disebabkan oleh budaya orang Kudus yang menghormati orang Hindu pada jaman dahulu. Karena pada saat itu mayoritas penduduknya memeluk agama Hindu Sunan Kudus sebagai orang yang berpengaruh di Kota Kudus memerintahkan kepada masyarakat Muslim untuk tidak menyembelih sapi, karena sapi merupakan hewan suci bagi umat Hindu. Sehingga Soto Kudus dapat diartikan sebagai simbol toleransi antar umat beragama yaitu umat Muslim menghormati umat Hindu

"AWALNYA SOTO KUDUS MENGGUNAKAN DAGING KERBAU SEBAGAI BAHAN ISIANNYA. HAL INI DISEBABKAN OLEH BUDAYA ORANG KUDUS MENGHORMATI ORANG HINDU".

Hingga saat ini sebagian besar masyarakat Kudus masih menghormati hal tersebut. Adapun soto kudus dengan berbahan daging ayam sebenarnya juga sudah banyak kita temukan di sekitar kita, hal ini sebagai cara masyarakat untuk dapat menikmati rasa dari soto kudus tanpa harus mengeluarkan budget yang besar yaitu tanpa harus menyembelih kerbau.

Ciri khas lain dari soto ini adalah cara penyajiannya. Soto Kudus selalu disajikan dengan mangkok kecil berbahan porselen, Walaupun porsi soto ini terlihat kecil namun isi dari Soto Kudus terbilang lengkap sehingga saat kita santap dijamin kenyang.

Soto Kudus

Bahan:

- 1 kg ayam kampung/ ayam pejantan 4 siung bawang putih
- 5 cm jahe, dimemarkan 2 batang serai
- 2 liter air
- Bumbu yang dihaluskan:
- 7 siung bawang merah 1 sdt merica
- 5 cm kunyit
- 1 sdt ketumbar Garam secukupnya Bahan Pelengkap:
- Bawang goreng
- Daun seledri, diiris halus Jaruk nipis
- Kecap manis
- Sambal dari cabai rawit yang dihaluskan

Cara membuat:

1. Cuci bersih ayam, lalu potong menjadi beberapa bagian
2. Iris tipis bawang putih, lalu goreng sampai harum
3. Masukkan bumbu yang telah dihaluskan ke tumisan bawang putih bersama jahe, serai, dan garam sampai mataaang dan harum
4. Masukkan ayam, aduk-aduk hingga ayam berubah warna, lalu tambahkan air
5. Kecilkan api dan masak ayam sampai matang
6. Angkat ayam, pisahkan dengan air rebusan (kuah soto), lalu goreng hingga kering
7. Suwir-suwir ayam, lalu masukkan ke dalam mangkuk saji
8. Beri kuah soto, taburan bawang goreng, dan daun seledri, jangan lupa bubuhkan air jeruk nipis, kecap manis, dan sambal
9. Soto kudus pun siap disantap.

SOTO LAMONGAN

Ditulis oleh TIM Pengembang



Soto Lamongan mulai dikenal di Indonesia pada tahun 1980 an. Soto ini diperkenalkan oleh para perantau lamongan yang membuka usaha soto di kota-kota besar di Indonesia. Hampir sama dengan yang lain, pengaruh kuliner cina masih bisa kita lihat pada soto yang satu ini. Misalnya pemakaian soun, tauge dan kecap merupakan bahan makanan yang diperkenalkan oleh orang Cina peranakan. Sementara bahan rempah-rempah khas Jawa berupa jahe, kunyit, kemiri, serai dll digunakan untuk menambah cita rasa dan aroma yang khas.

"PENYEBUTAN KOYA PADA RESEP PEMBUATAN SOTO LAMONGAN LEBIH TEPAT DENGAN SEBUTAN POYA. POYA ADALAH BUBUK REMUKAN DARI KERUPUK UDANG SEMENTARA KOYA ADALAH BUBUK KEDELAI"

Soto lamongan mempunyai ciri khas yaitu disajikan dengan potongan telur dan pendamping berupa perkedel kentang. Adapun bahan tambahan yang wajib digunakan yaitu bubuk poya. Bubuk poya ini yang membuat soto lamongan mempunyai rasa yang sangat khas yaitusangat gurih dibanding soto yang lain.



Gambar Bubuk poya

Lantas bagaimana dengan koya? Selama ini banyak yang menyebut bubuk pada soto lamongan dengan sebutan koya bukan poya. Penyebutan koya pada resep pembuatan soto lamongan lebih tepat dengan sebutan poya. Poya adalah bubuk remukan dari kerupuk udang sementara koya adalah bubuk kedelai yang biasanya digunakan untuk opor lontong cap gomeh atau digunakan pada taburan ketan putih.

Soto lamongan menggunakan ayam kampung sebagai bahan isiannya, dengan tujuan rasa dari ayam kampung lebih gurih. Sementara kuah soto lamongan berwarna kuning keruh dan sedikit berminyak. Hal ini dihasilkan dari proses pembuatan soto dengan cara menumis bumbu kemudian menuang air sehingga kuah yang dihasilkan sedikit berminyak.

Soto Lamongan

Bahan

- Ayam kampung 1/4 ekor
- Telur rebus 1 butir belah dua
- Soun
- 50 gram rendam dalam air panas, tiriskan potong- potong
- Tauge 50 gram Seduh dengan air panas
- Kol 50 gram Iris tipis
- Seledri 3 batang iris halus
- Daun bawang 2 batang iris halus

Bahan poya:

- Bawang putih 6 siung Goreng
- Kerupuk udang 75 gr Goreng
- Ebi 25 gr Goreng
- Minyak goreng Secukupnya
- Pelengkap:
- Perkedel
- Sambal poya
- Bumbu kuah :
- Bawang merah 5 butir dihaluskan
- Bawang putih 3 siung dihaluskan
- Merica 1/2 sdm
- Jahe 2 cm dihaluskan
- Kunyit 2 cm
- Kemiri 3 butir
- Jinten 1/2 sdm Optional
- Ketumbar 1/2 sdm
- Lengkuas 1 ruas
- Daun salam 1 lembar
- Daun jeruk purut 3 lembar dihaluskan
- Serai 2 batang memarkan
- Minyak goreng Secukupnya

Cara membuat:

1. Sambal poya: Haluskan bawang putih, ebi dan krupuk udang yang telah digoreng
2. Kuah: Haluskan bumbu kuah: bawang merah, bawang putih, jahe, jinten, ketumbar dan daun jeruk.
3. Tumis bumbu halus tadi dengan sedikit minyak sampai berbau harum kemudian tambahkan jahe, lengkuas, daun salam, serai dan ayam kampung,
4. Tambahkan air kemudian rebus hingga mendidih dengan api kecil
5. Ambil ayam dari kuah, tiriskan ayam dan suwir-suwir.
6. Penyajian: tata potongan soun, kol, tauge, suwiran ayam, seledri, dan daun bawang.
7. Siram dengan kuah, kemudian tambahkan potongan telur dan beri taburan poya.
8. Sajikan dengan pelengkap sambal, poya dan perkedel



Soto Banjar

Oleh Rosati, S.Pd.T

Soto Banjar adalah salah satu masakan tradisional dari Kalimantan selatan, khususnya Banjarmasin. Nama Soto Banjar sendiri diambil dari nama suku mayoritas yang mendiami wilayah Kalimantan Selatan yakni suku Banjar. Namun ada juga versi lain yang menyebutkan konon Soto Banjar dibawa oleh tentara Demak ketika memberikan bantuan kepada Kerajaan Banjar.

Soto Banjar memiliki keunikan dalam penyajiannya yaitu menggunakan ketupat, soun, telur dan perkedel. Aslinya soto ini memiliki dua varian, yakni soto berkuah bening dan kental.

Untuk kuah kental soto di beri campuran susu, yang membuat warna kuahnya sedikit keruh. Sedangkan kuah bening menggunakan bumbu rempah yang dihaluskan dan ditumis.

Keberadaan Soto Banjar yang kita jumpai saat ini merupakan hasil dari pertemuan berbagai macam budaya, yaitu Tiongkok, Belanda, India, Arab, dan Banjar. Sehingga bahan dan bumbu yang digunakan Soto Banjar sangat terpengaruh terhadap produk yang dihasilkan. Bumbu rempah yang digunakan untuk

menghasilkan aroma pada soto ini yaitu berupa kapulaga, cengkeh, kayu manis dan pala sehingga juga membuat soto ini mengeluarkan rasa yang gurih. Soto ini tidak menggunakan kunyit dalam bumbunya, sehingga kuah yang dihasilkan dari soto ini cenderung bening.

"SOTO BANJAR MEMILIKI KEUNIKAN DALAM PENYAJIANNYA YAITU MENGGUNAKAN KETUPAT, SOUN, TELUR DAN PERKEDEL"

Soto Banjar

Bahan:

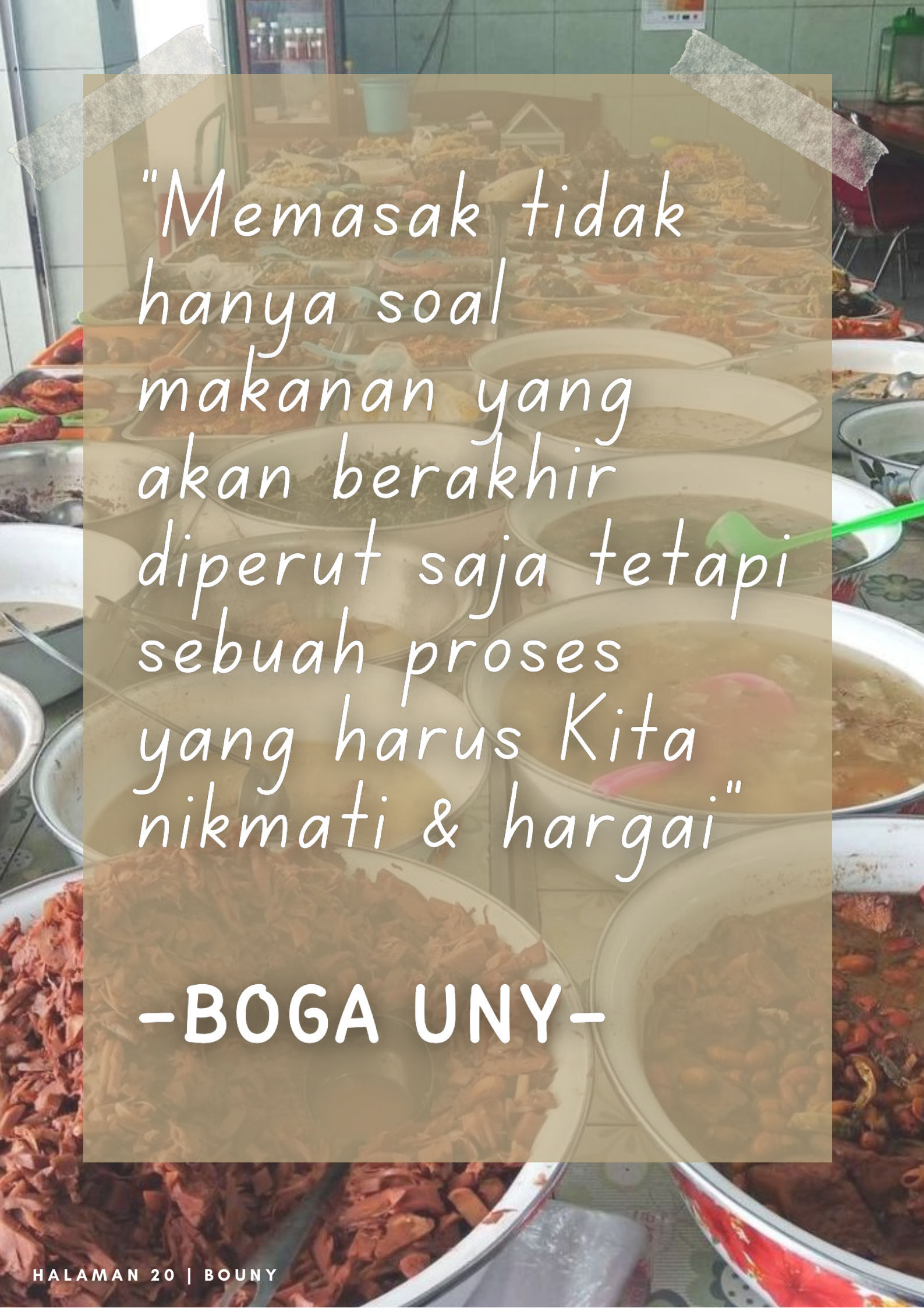
- Ayam kampung ¼ ekor
- Air 600 ml
- Kayu manis 2 cm
- Kapulaga 1 butir
- Cengkeh 1 butir
- Biji pala ½ buah Belah
- Pekak (bunga lawang) 1 butir
- Minyak goreng 1 sdm
- Bumbu:
- Bawang merah 2 butir Haluskan
- Bawang putih 1 siung Haluskan
- Kunyit ½ cm Haluskan
- Kemiri sangrai 1 butir Haluskan
- Merica bubuk ¼ sdt
- Garam Secukupnya
- Pelengkap :
- Ketupat 4 buah potong- potong
- Soun 50 gr
- Telur rebus 1 butir belah- belah
- Perkedel kentang 2 buah
- Seledri 1 sdm Iris
- Jeruk nipis Iris
- Sambal cabe rawit
- Bawang putih
- goreng
- Krupuk

Cara membuat:

1. Rebus ayam bersama air, kayu manis, kapulaga, cengkeh, pala, pekak dan garam hingga ayam empuk, angkat, dinginkan.
2. Suwir-suwir daging ayam, buang tulangnya, sisihkan.
3. Saring kaldunya sebanyak 400 ml, lalu jerang kembali di atas api.
4. Panaskan minyak goreng tumis bumbu halus hingga harum, angkat.
5. Masukkan bumbu tumis ke dalam panci kaldu, masak hingga mendidih dan bau langu bumbu hilang, angkat.
6. Siapkan mangkuk, susun ketupat, soun, telur, perkedel di dalam mangkuk.
7. Tuang kuah ayam panas, taburi bawang goreng dan seledri iris. Sajikan hangat dengan jeruk nipis dan sambal cabal rebus.

Sambal:

1. Kukus/rebus 5 buah cabe rawit, satu iris tomat, 1 siung bawang putih dan 2 siung bawang merah
2. Haluskan semua bumbu yang telah dikukus tadi,
3. Taruh sambal di mangkok dan beri sedikit garam, gula dan air matang



"Memasak tidak hanya soal makanan yang akan berakhir diperut saja tetapi sebuah proses yang harus Kita nikmati & hargai"

-BOGA UNY-

MENAKAR NILAI GIZI DARI SEMANGKUK SOTO

Oleh Nurulia Nur Utami, M.Sc.



Manusia makan tidak hanya untuk sekedar mengisi perut, tetapi juga untuk mendapatkan gizi dari makanan yang ia makan sehingga dapat menjaga keberlangsungan hidup. Bagaimana makanan dapat menjaga keberlangsungan hidup? Bagaimana makanan dapat berefek pada kesehatan manusia? Mekanisme tersebut sangat erat kaitannya dengan nilai gizi yang terkandung dalam makanan. Bagaimana kandungan gizi dari semangkok soto yang kita makan, misalnya? Apakah mencukupi kebutuhan gizi kita sehari-hari?

Soto merupakan makanan berkuah kaldu dengan isian berbagai sayur seperti tauge, daun kol, tomat, dll; berbagai macam daging maupun jeroan; serta pelengkap lainnya seperti soun, telur, dll. Seperti telah dibahas pada judul artikel di halaman sebelumnya, bahwa Indonesia memiliki ragam soto yang banyak sehingga berbeda-beda pula kandungan nilai gizinya. Kandungan nilai gizi tersebut tergantung pada:

1. Bahan isian dan pembuat kaldu

Jumlah dan jenis bahan soto yang digunakan tentunya berpengaruh pada nilai gizi soto. Bahan isian seperti daging ayam, daging sapi, daging kerbau (pada soto Kudus), daging kambing (pada soto kambing ngelo dari Malang), daging bebek (pada soto bebek dari Surabaya), bahkan ikan tengiri (pada soto tengiri dari Jambi), memberikan kontribusi tersendiri terhadap nilai gizi soto. Sebagian besar daging tersebut mengandung protein yang tinggi, namun apabila

menggunakan jeroan (usus, iso, paru, dll) atau bagian lainnya seperti babat dan kikil, hal tersebut perlu diwaspadai karena mengandung lemak (termasuk kolesterol) yang tinggi. Bahan isian kategori berikutnya adalah sayur seperti daun kol, tauge, tomat, lobak (pada soto Bandung). Sayur merupakan sumber serat, vitamin, mineral, dan antioksidan. Selain itu, pada soto ada yang menambahkan isian sumber karbohidrat seperti soun dan kentang. Kemudian apakah bahan tersebut diolah dengan direbus dulu atau tidak, juga akan mempengaruhi kandungan gizi soto. Contohnya wortel dan lobak perlu direbus dahulu bersama atau tidak dengan kuah soto. Sedangkan tomat dan daun kol dalam varian soto tertentu hanya diiris dan disiram dengan kuah soto. Tentunya pengolahan dengan panas dapat menurunkan kandungan antioksidan dan vitamin dalam bahan, namun apabila bahan direbus (bukan dikukus, digoreng, atau ditumis), vitamin yang larut air dapat terkandung pada kuahnya. Di sisi lain, perebusan dapat pula meningkatkan nilai pencernaan protein.

Kaldu soto bergantung pada bahan isian yang digunakan dan bumbu sedikit berpengaruh - terutama pada warna dan rasa. Kaldu dapat berbasis pada daging dan/atau jeroan atau berbasis pada sayuran yang digunakan sehingga kaldu bening (dan umumnya berwarna kuning) ini nilai gizinya bergantung pada basis tersebut. Adapula kaldu soto yang ditambahkan santan atau

susu sapi (seperti pada soto Betawi). Tentunya kandungan lemak dan protein akan lebih tinggi apabila digunakan santan atau susu sapi pada pembuatan soto.

2. Bumbu yang digunakan

Bumbu merupakan penentu citarasa soto, namun tidak untuk nilai gizinya. Bumbu dan rempah yang digunakan untuk memasak soto tidak banyak berpengaruh pada nilai gizi soto karena hanya ditambahkan dalam jumlah yang sedikit. Bumbu dan rempah yang digunakan untuk membuat soto mengandung sedikit protein, vitamin, mineral, dan mungkin gula-gula sederhana serta antioksidan yang dapat berfungsi pula sebagai antimikrobia.

3. Bahan pelengkap

Menyantap soto tidak lengkap jika tidak dibersamai dengan pelengkap seperti kerupuk, rempeyek, emping, serta taburan irisan daun bawang, seledri, dan bawang merah goreng. Bahan pelengkap yang ditambahkan dapat menambah kandungan karbohidrat, protein, lemak, serta mineral dari semangkok soto.

4. Penyajian semangkok soto

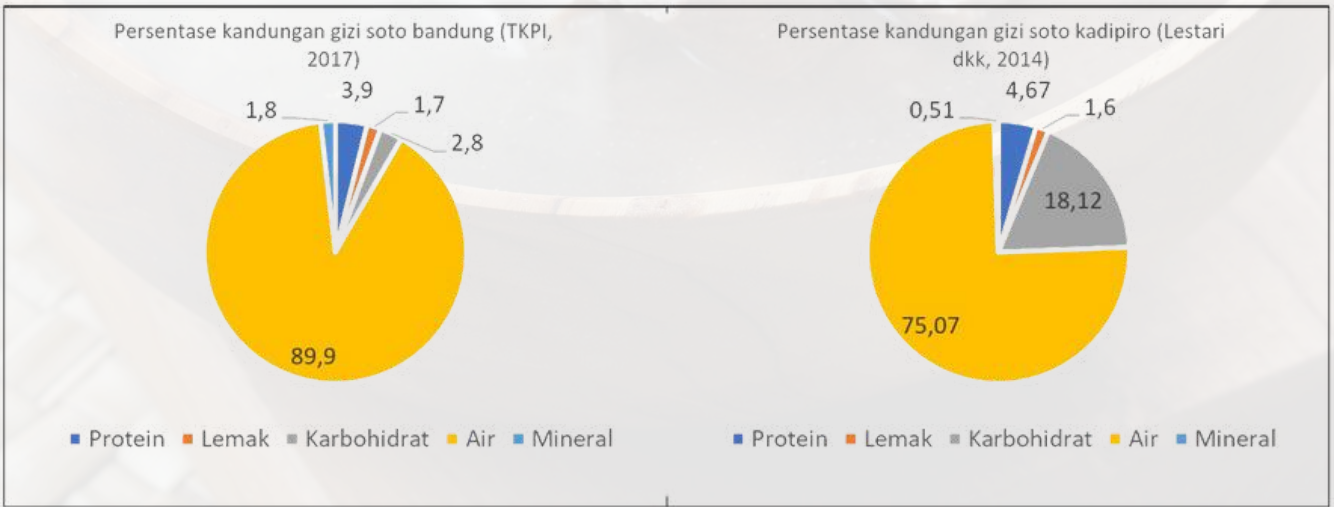
Selanjutnya adalah bagaimana soto tersebut disajikan, apakah bersama satu porsi nasi yang dicampur dengan kuah soto atau terpisah. Yang jelas, banyaknya nasi atau sumber karbohidrat lain akan mempengaruhi nilai gizinya. Soto juga seringkali disajikan dengan perkedel yang merupakan sumber karbohidrat pula. Selain perkedel sering pula ditemui tempe dan tahu

goreng, sate telur, dll yang merupakan sumber protein. Hal-hal ini yang akan mempengaruhi nilai gizi ketika kita menyantap soto. Tak lupa, apabila menyantap soto menggunakan kecap, maka kadar gula pun akan bertambah, ini yang sering kali dilupakan.

Berikut adalah contoh nilai gizi dari semangkok soto bandung (TKPI, 2017) dan soto kadipiro (Lestari dkk., 2014). Kandungan gizi ini cukup untuk memenuhi porsi satu kali makan dalam sehari. Semoga kita dapat lebih bijak memperhatikan bahan pelengkap dan penambah yang kita makan bersama lezatnya semangkok soto, agar kecukupan gizi kita tercukupi dengan baik.



Kandungan gizi soto bandung	Kandungan gizi soto kadipiro
Soto bandung merupakan soto berkuah bening dengan bahan isian daging sapi, lobak, dan kacang kedelai goreng, serta biasa ditambahkan kecap manis pada kuahnya. Energi yang dapat diperoleh dari 100 g soto bandung (tanpa nasi) adalah 42 kkal.	Soto kadipiro adalah soto ayam kampung khas Yogyakarta yang berkuah bening dan berisikan daging ayam kampung, tauge, kol, perkedel kentang, taburan daun bawang, dan bawang goreng. Takaran saji untuk semangkok soto kadipiro bersama dengan nasinya adalah 580 g. Energi yang dapat diperoleh per 100 g soto kadipiro adalah 105,67 kkal.





SAJIAN ISTIMEWA DARI SOTO BATHOK MBAH KARTHO

Oleh Zahra K.

EST. 2014

Sambisari, Purwomartani,
Sleman

Pada bulan Oktober 2014, selepas pensiun dari sebuah hotel berbintang di Yogyakarta Pak Sumaryo mendirikan sebuah usaha warung soto. Keunikan yang juga digunakan sebagai trade mark warung soto ini adalah cara penyajiannya. Soto di warung Pak Sumaryo disajikan dalam tempurung kelapa (bathok). Anehnya Pak Sumaryo memilih nama yang tidak lazim digunakan di Jogja tetapi umum digunakan para pedagang soto di Tegal, yaitu "sauto". Nama warung soto ini adalah "Sauto Bathok Mbah Karto".

Keunikan sauto bathok tidak hanya ada pada cara penyajiannya saja melainkan juga pada produknya. Berbeda dengan soto pada umumnya, soto bathok mbah karto tidak menggunakan kobis dan bihun sebagai isian. Satu porsi sauto bathok berisi nasi, tauge, daging sapi, bawang goreng dan seledri. Soto bathok mempunyai kuah yang berwarna bening kecoklatan dan tidak berminyak yang dibuat dari rebusan daging sapi bersama dengan rempah-rempah. Kuah ini sangat terasa kaldu sapinya karena direbus dari jam 4 sore hingga pagi hari menggunakan api kecil.

Daging yang digunakan adalah daging sapi beserta lemaknya yang dipotong secara acak. Dalam sehari sauto bathok menghabiskan 15 kg daging sapi.

Di samping menu utama di warung soto ini disediakan juga makanan pendamping berupa tempe garit, sate usus, sate telur, dan kerupuk. Terakhir, yang kelihatannya sepele tetapi harus ada, yaitu sambal.

Sauto bathok dibandrol dengan harga yang sangat murah yaitu Rp 6000 untuk soto campur (nasi disajikan dengan soto dalam mangkok yang sama) dan Rp 8000 untuk soto pisah (nasi disajikan dalam mangkok terpisah).

Hanya di lokasi ini soto bathok bisa ditemukan karena pengelolanya tidak membuka cabang di tempat lain. Pada tahun 2020 pernah dibuka cabang di Magelang tetapi tidak bertahan lama karena fokus perhatian pengelola terampas oleh kegiatan di pusat yang semakin ramai.

Meskipun berada di daerah pedesaan sauto bathok mbah karto mampu mencapai penjualan yang bisa dikatakan luar biasa karena dalam sehari bisa menjual hingga 1000 porsi. Bahkan di musim liburan jumlah itu bisa bertambah hingga 2-3 kali lipat dari hari biasanya.

Yang lebih fantastis, ternyata pengunjung Sauto Bathok bukan hanya warga lokal saja. Hal ini bisa dilihat dari kendaraan yang berjajar di area parkir yang tidak hanya terdiri dari sepeda motor atau mobil bernomor Jogja dan sekitarnya tetapi juga bis-bis pariwisata dari segala penjuru tanah air.

Jumlah penjualan yang fantastis itu ternyata dicapai hanya dengan promosi dari mulut ke mulut. Dari pelanggan satu ke pelanggan lain. Pada tahun 2018 pernah dicoba penggunaan media sosial (instagram dan facebook) sebagai media promosi tetapi tidak begitu aktif. Meskipun demikian jangan dikira Sauto Bathok tidak hadir di dunia maya. Warung soto di tengah sawah ini sering mendapat liputan dari para selebgram dan youtuber, di samping liputan dari beberapa acara televisi swasta nasional.



SEMARAK PAMERAN PROYEK AKHIR BOGA S1 UNY 2022

Oleh: Intan Diah Kusuma

*Samboga
Atyasa*



Mahasiswa Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta angkatan 2019 menyelenggarakan pameran Proyek Akhir dengan tema "SAMBOGA ATYASA: A Grand and Powerful Pleasure from Indonesian Heritage Food" (30/06/2022) secara virtual di kanal YouTube Boga UNY. SAMBOGA ATYASA memiliki makna kenikmatan yang lengkap dan kuat. Samboga Atyasa juga dimaknai sebagai seseorang yang kuat dalam menciptakan segala hal sehingga bisa menciptakan produk yang nikmat dan di sukai banyak orang. Semangat yang luar biasa dalam pengembangan produk makanan modern berbahan pangan lokal, mahasiswa Pendidikan Tata Boga FT UNY angkatan 2019 menyerukan realisasi pemanfaatan bahan pangan lokal guna memberikan solusi ketahanan pangan termasuk ketahanan kuliner khas Indonesia.

Acara pameran ini walau ditayangkan secara virtual tetapi

mahasiswa melakukan take video dan pemotretan secara langsung di PTBB FT UNY pada tanggal 19-22 Juni 2022. Pameran ini memperlihatkan produk jadi yang di plating dan dalam bentuk yang telah dikemas serta bahan-bahan lokal yang digunakan seperti aneka umbi-umbian, aneka kacang, aneka buah, jagung, sukun dan lain-lain.

Acara pameran ini walau ditayangkan secara virtual tetapi mahasiswa melakukan take video dan pemotretan secara langsung di PTBB FT UNY pada tanggal 19-22 Juni 2022. Pameran ini memperlihatkan produk jadi yang di plating dan dalam bentuk yang telah dikemas serta bahan-bahan lokal yang digunakan seperti aneka umbi-umbian, aneka kacang, aneka buah, jagung, sukun dan lain-lain.



Ketua Jurusan PTBB FT UNY, M. Adam Jerusalem, Ph.D. saat membuka acara secara virtual memberikan apresiasi tinggi kepada seluruh mahasiswa Prodi S1 Pendidikan Tata Boga atas kerja keras menggelar pameran proyek akhir boga terutama dalam proses menciptakan inovasi-inovasi dari bahan pangan lokal yang kemudian diwujudkan dengan berbagai menu makanan

Indonesia dan kontinental yang sungguh melezatkan dan memuaskan lidah para pecinta kuliner Indonesia.

"Harapannya kedepan kompetensi yang ada ini terus bisa dikembangkan dikembangkan mengingat inovasi itu harus terus dilakukan daya kreasi mahasiswa untuk menciptakan segala sesuatu termasuk dalam produk makanan itu harus terus dilakukan. Tidak bisa hanya berhenti dalam proyek akhir produk ini, kedepan ketika lulus/ bekerja/ mengajar sebagai professional di bidang boga harus menciptakan inovasi-inovasi karena inovasi membuat kita tidak mati dan karya kita terus dikenang oleh semua orang", imbuhnya.

Ketua Jurusan PTBB FT UNY, M. Adam Jerusalem, Ph.D. saat membuka acara secara virtual memberikan apresiasi tinggi kepada seluruh mahasiswa Prodi S1 Pendidikan Tata Boga atas kerja keras menggelar pameran proyek akhir boga terutama dalam proses menciptakan inovasi-inovasi dari bahan pangan lokal yang kemudian diwujudkan dengan berbagai menu makanan Indonesia dan kontinental yang sungguh melezatkan dan memuaskan lidah para pecinta kuliner Indonesia.

Dr. Dra. Badraningsih Lastariwati, M.Kes. selaku Koordinator Prodi S1 Pend. Tata Boga menambahkan bahwa inovasi ini hasil dari tahapan desiminasi dan riset yang

Samboga Atyasa

telah dilakukan sehingga tercipta produk unggul yang memiliki kenikmatan yang luar biasa dan kemanfaatan bagi masyarakat karena bahan baku yang digunakan hingga manfaat dari kandungannya.



Koordinator Inovasi Pameran Produk Boga. Nani Ratnaningsih, S.T.P., MP. menjelaskan detail inovasi mahasiswa terdiri dari 6 macam appetizer, 5 macam maincourse, dan 67 macam produk dessert.

“Produk-produk ini memiliki peluang untuk dikembangkan untuk menjadi wirausaha di bidang boga”, imbuhnya.

Dari pengamatan Panitia Pameran Proyek Akhir Boga, seluruh penonton nampak sangat antusias untuk dengan penayangan video yang memperlihatkan masing-masing mahasiswa yang membawa produk yang ditampilkan dengan sangat memukau.

Serangkaian Proses Pembuatan Video Samboga Atyasa



Video Semboga Atyasa

Pameran Inovasi Produk Boga D4

Sembagi
Arutala

Oleh: Vioneta Nur Endra



Semester 6 merupakan semester yang cukup sulit dilalui oleh mahasiswa D-IV Prodi Tata Boga. Bagaimana tidak, mereka harus menyelesaikan beberapa beban karena semester ini juga menjadi semester terakhir mereka mendapatkan teori. Selebihnya mereka harus menjalani KKN, magang, dengan dibarengi tuntutan untuk melakukan bimbingan tugas akhir. salah satu syarat menyelesaikan semester 6 yaitu mengikuti Festival Makanan.

"Festival Makanan merupakan kegiatan baru yang diselenggarakan oleh mahasiswa sarjana terapan Tata Boga sebagai salah satu mata kuliah. festival Makanan merupakan ajang kreativitas dan unjuk kerja Mahasiswa sekaligus sebagai wujud akuntabilitas program studi kepada masyarakat. kegiatan ini merupakan upaya untuk mewujudkan produk-produk baru dengan memanfaatkan sumberdaya dan potensi lokal yang melimpah sehingga memiliki nilai jual produk yang tinggi", menurut Kak Rifqi Alauddin pada saat wawancara dengan tim E-Magazine Boga UNY, Rabu (20/07/2022).

Kegiatan kali ini diadakan di GOR UNY Kampus Wates yang diikuti oleh mahasiswa D-IV Tata Boga angkatan 2019. Mengangkat tema Sembagi **Arutala dengan tagline "Inovasi Produk Berbasis Pangan Kulonprogo"**. Kak Rifqi Alauddin selaku ketua panitia Festival Makanan menjelaskan bahwa, "Sembagi Arutala diambil dari bahasa Sansekerta yang bermakna memiliki cita-cita tinggi dan mulia seperti rembulan. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini dapat mengangkat nama Kulonprogo dikancah nasional karena dapat mengembangkan potensi daerah setempat, salah satunya penggunaan bahan makanan khas Kulonprogo yang belum dikenal oleh masyarakat luas", kata Kak Rifqi Alauddin saat wawancara dengan Tim E-Magazine UNY, Rabu (20/07/2022).



Display produk

Rangkaian acara kegiatan ini dimulai dengan Fruit Carving Competition dilanjutkan pembukaan dan sambutan-sambutan, setelah itu pemukulan gong sebagai simbol bahwa Festival Makanan secara resmi telah dibuka, dan puncak acara



yaitu kegiatan pameran. Pada kegiatan ini pengunjung dibebaskan untuk melihat semua produk yang berada di meja display. Pengunjung juga diberikan paper bag yang berisi voucher pengambilan 3 produk makanan dari hasil pameran, air mineral, serta borang penilaian. Selain itu pameran juga dimeriahkan dengan lantunan musik yang diputar dari awal hingga akhir acara.

Didalam pameran terdapat beberapa kategori penghargaan, meliputi produk terbaik, produk terfavorit, dan produk terkreatif. Dalam kesempatan kali ini tim redaksi melakukan wawancara terhadap mahasiswa yang memperoleh penghargaan tersebut.



Nurhuda Ihram F. mendapatkan penghargaan produk terbaik dengan produk Sukong (Soes Singkong). Produk ini memanfaatkan bahan pangan lokal yang dimodifikasi dalam bentuk inovatif dan menarik. Menurut Kak Huda saat diwawancarai oleh tim pada Jumat, (17-06-2022) *"Ya karena menurut pandangan saya di sekitar belum banyak yang menginovasi kue soes dengan tepung singkong jadi saya mencoba membuat produk kue sus dengan substitusi tepung singkong dan karena tema festival makanan kemarin bahan makanan khas Kulon Progo jadi saya memilih menggunakan singkong sebagai substitusi karena singkong mudah didapat di daerah Kulon Progo"* alasan tersebut yang mendasari Kak Huda memilih soes sebagai produk yang dipamerkan pada kegiatan ini. Soes tersebut menggunakan substitusi tepung mocaf sebesar 30% sebagai bahan pembuat adonan kulitnya. Menghasilkan tekstur lembut, berongga, dan ringan ditambah dengan bentuk yang unik tentunya membuat produk ini lebih nikmat dan menarik dari soes pada umumnya. Produk ini disajikan dengan filling vla vanilla bercita rasa manis dengan topping buah diatas vla yang menjadikannya terlihat lezat untuk disantap.



Kategori produk terfavorit dimenangkan oleh Zahra Fauziah dengan produk Vegan O-Corndog. Produk ini merupakan inovasi produk yang terbuat dari tempe benguk, dicampur dengan beberapa sayuran yang dibuat adonan layaknya nugget kemudian dibalur dengan tepung terigu yang menjadi adonan corndog dan dilapisi tepung panir. Beberapa alasan yang mendasari dipilihnya corndog sebagai produk yang akan dipamerkan antara lain karena tempe benguk berasal dari Kulonprogo, disamping itu Kak Zahra juga memperhatikan minat masyarakat yang saat ini sedang tren untuk mengonsumsi makanan Korea. Produk ini bertekstur kenyal seperti nugget. Memiliki citarasa gurih, bertekstur renyah diluar karena dibalur dengan tepung panir yang disajikan dengan saus dan mayonaise. Produk ini memiliki aroma yang sedikit berubah dari tempe benguk pada umumnya karena adanya penambahan wortel dan daun bawang. Kelebihan dari produk ini yaitu produk unik, merupakan makanan khas yang berasal dari Kulonprogo, dan rasanya nikmat. Sedangkan untuk kekurangan produk yaitu memerlukan lemari pendingin untuk menyimpannya, tidak tahan lama karena tidak menggunakan bahan pengawet, tekstur adonan corndog agak keras jika dibiarkan terlalu lama.



Curry Puff Tempe Benguk Rasa Rendang oleh Kak Shinta Nur Fatmawati berhasil mendapatkan penghargaan sebagai produk terkreaitif. Rencana awal Kak Shinta akan membuat produk Pie, namun karena terlalu banyak mahasiswa yang sudah membuat produk Pie membuat Kak Shinta dan *partner* berpikir ulang untuk membuat produk yang lebih menarik, akhirnya muncul ide untuk membuat Curry Puff Tempe Benguk, dimana Tempe Benguk sendiri sudah menjadi ciri khas Kulonprogo. Setelah melalui 3 kali proses uji coba pembuatan produk akhirnya menghasilkan produk final yang layak dipasarkan bahkan mampu mendapat predikat produk terkreaitif. Proses pembuatan Curry Puff Tempe Benguk tidak terlalu sulit, langkah pertama kita harus menyiapkan kulit puff pastry. Kemudian kita buat isian dengan tempe benguk cincang yang dicampur dengan kentang, wortel, dan ayam. Dibumbui dengan basic bumbu rendang. Setelah isian jadi kemudian kita aplikasikan kedalam lembaran puff pastry, kemudian dilipat menyerupai curry puff pada umumnya. Setelah selesai dibentuk selanjutnya digoreng. Membuat puff pastry memang memerlukan ketelatenan karena kulit rawan sobek, hal tersebut menjadi kendala yang dialami Kak Shinta pada saat Festival Makanan kemarin.

Peserta yang Memperoleh Kategori Produk Terbaik, Terfavorit, & Terkreatif



Dari wawancara yang dilakukan oleh tim berhasil mendapatkan beberapa tips agar dapat menciptakan inovasi produk yang baik, seperti apa yang dikatakan Kak Huda bahwa agar dapat menghasilkan produk yang baik kita harus menentukan produk apa yang akan dibuat. Setelah mendapatkan produk kemudian kita dapat menentukan bahan substitusi beserta inovasinya, pastikan bahan inovasi harus mendukung produk agar hasilnya juga maksimal. Buat inovasi produk semenarik mungkin, baik inovasi bentuk maupun aspek lainnya. Setelah produk terpilih tentukan kemasan yang menarik dan pastinya dapat melindungi produk dari kontaminasi. Perbanyak referensi agar dapat berinovasi semenarik mungkin, jangan takut gagal untuk mencoba suatu produk. Masalah hasil itu belakangan, yang penting kita berani mencoba.

Selain itu Kak Zahra juga menambahkan bahwa bertukar pikiran dengan *partner* juga diperlukan untuk menciptakan inovasi produk, menjalin komunikasi yang baik, serta mengikuti perkembangan zaman sehingga dapat mengetahui minat konsumen saat itu.

RM JAWA BU SUDAR

Penulis: Melananda Arta Mefiani

Rumah Makan Jawa Bu Sudar terkenal dengan masakan khas Jawa dan merupakan salah satu pilihan kuliner yang wajib di kunjungi ketika ke Gunungkidul. Rumah makan ini beralamatkan di Jl. Taman Bakti, Jeruksari, Wonosari, Kec. Wonosari, Kabupaten Gunung Kidul.

Rumah Makan Jawa Bu Sudar berdiri sejak tahun 1990 dan beroperasi melalui kepemimpinan empat generasi. Rumah Makan ini didirikan oleh buyut dari pemilik sekarang dan sudah diwariskan secara turun temurun sebagai sumber mata pencaharian. Rumah Makan ini pada dasarnya juga meneruskan resep-resep jawa kala itu dengan tanpa atau sedikit modifikasi dan penyesuaian brand sesuai dengan jamannya. Oleh sebab itu, rasa dari menu yang disajikan rumah makan ini tetap serupa dengan rasa jaman yang sudah terbukti digemari oleh para pelanggan terutama yang sudah berlangganan sejak generasi sebelumnya.

"Kami spesialis aneka masakan rumahan jawa. Menu yang menjadi unggulan yaitu nasi tumpeng, nasi merah, nasi liwet, dan untuk menu pendamping lain yang paling banyak diminati, yaitu sayur lombok ijo, brongkos, urap sayur, bendul daging sapi, dan gudeg," jelasnya.



Menu Masakan Jawa

Mengenai sistem pelayanan dan pemasaran, Vernanda selaku cucu penerus Rumah Makan Jawa Bu Sudar sedikit menjelaskan bahwa rumah makan tersebut melakukan kegiatan promosi secara offline dan online melalui social media. Dahulu sistem pelayan di RM Jawa Busudar dilakukan secara offline yaitu ketika pembeli datang langsung ke toko, namun seiring berkembangnya zaman kini RM Jawa Bu Sudar mulai menerapkan sistem pelayanan online food service dengan menggunakan media Whatsapp, dan Instagram. Vernanda mengaku juga menambahkan layanan delivery order atau pesan antar dari pihak catering RM Bu Sudar sendiri untuk diantar kepada pihak-pihak tertentu atau rumah sakit untuk memberi makan para pasien yang sedang sakit.



RM BU SUDAR

TIWUL MANIS PAK LAMBANG

Penulis: Melananda Arta Mefiani

Di daerah Gunung Kidul Yogyakarta, terdapat usaha tiwul manis yang terkenal. Namanya usaha tersebut adalah Thiwul Manis Pak Lambang.



Bapak Agus Lambang selaku pemilik usaha Thiwul Manis

Melalui wawancara langsung saya mengunjungi lokasi usaha, Bapak Agus Lambang selaku pemilik usaha Thiwul Manis Pak Lambang untuk membagikan sedikit cerita beliau ketika memulai usaha Thiwul Manis.



Tiwul Manis dengan Topping Keju

Beralamatkan di Jl. Baron No.Km. 4, Dungabah I, Duwet, Kec. Wonosari, Kabupaten Gunung Kidul, tiwul manis Pak Lambang ini berdiri sejak akhir tahun 2013. Sebelum berjualan tiwul manis Pak Lambang mengaku sempat bekerja di beberapa tempat dan bahkan Pak Lambang pernah berjualan gorengan, kurang lebih selama empat tahun. Seusai berjualan gorengan, Pak Lambang memutuskan untuk mencoba membuat tiwul manis.

Pak Lambang mengaku ketika proses eksperimen pembuatan resep tiwul sempat mengalami kegagalan dari segi rasa dan tekstur. Akan tetapi beliau tetap berusaha dan terus mencoba resep hingga memperoleh rasa dan tekstur tiwul yang pas dan nikmat.



Tiwul Asin dan Gathot



Tiwul Instan

Namun pada saat awal berjualan tiwul, Pak Lambang masih memasarkan produknya dengan sistem titip. Tiwul buatannya dititipkan di beberapa toko yang berada di tempat wisata, salah satunya di Gua Pindul.

Berbekal keberanian dan keyakinan akhirnya Pak Lambang membuka tokonya sendiri. Yang letaknya berada di Jl. Baron No.Km. 4, Dungabah I, Duwet, Kec. Wonosari, Kabupaten Gunung Kidul.

"Produk yang saya jual itu ada Tiwul manis, Tiwul asin, Gathot, dan Tiwul Instant, untuk produk yang lain seperti Bakpia, dan minuman kemasan lainnya hanya sebagai pendamping, ada yang menitip dagangannya ke toko saya," tutur Pak Lambang.

Beliau juga mengaku bahwa produk unggulan atau produk yang paling laku adalah Tiwul Manis Gula Jawa dan wedang Uwuh. Wedang Uwuh ini merupakan minuman yang terbuat dari Kayu Secang yang di tambah dengan rempah-rempah. Minuman ini juga di produksi sendiri oleh Pak Lambang.

Penjualan produk Tiwul Manis Pak Lambang ini sudah menerapkan sistem jual beli secara online melalui Grab food dan GO Food. Sistem ini diterapkan karena sebelumnya usaha tiwul manis Pak Lambang juga ikut terkena dampak Pandemi Covid-19 "Untuk promosi ketika Covid-19 sampai sekarang saya menggunakan media Instagram, Facebook dan WhatsApp karena mengikuti perkembangan zaman juga," tutur Pak Lambang.

Di dalam semangkuk soto, terdapat sejarah panjang kuliner Nusantara . . .





TIM REDAKSI

Penanggung jawab:

Dr. Badraningsih Lastariwati, M.Kes.
Prof. Dr. Kokom Komariah, M.Pd
Titin Herawidi, M.Pd.

Tim penulis:

Prof. Dr. Kokom Komariah, M.Pd
Luthfi Riyadh Rahman, M.Pd.
Tri Murhanjati Sholihah, M.Pd.
Nurulia Nur Utamai, M.Sc.
Rosati, S.Pd.T.
Intan Diah Kusuma
Zahra Karima
Vioneta Nur Endra Pangestika
Melananda Arta Mefiani

Editor:

Luthfi Riyadh Rahman, M.Pd
Rifai Akris B., A.Md.

SALAM REDAKSI

BOUNY E-Magazine dibuat dan diterbitkan dengan tujuan untuk memperkenalkan kembali kuliner-kuliner khas Indonesia yang saat ini mulai dilupakan asal-usulnya.

Edisi 1 berisikan materi berupa sajian khas Nusantara yaitu **Soto**. Pemilihan materi ini bertujuan untuk memperkenalkan kembali Soto kepada kaum muda mengenai sejarah, bahan pembuatan dan cara pembuatan Soto khas suatu daerah di Indonesia. Selain itu beberapa informasi mengenai gizi makanan dan cerita inspiratif penggiat kuliner dapat Anda dapatkan di sini.

Bo**UNY** e-magazine dilengkapi dengan panduan resep dan video pembuatan Soto Nusantara yang dijamin membuat pembaca mau membuat dan mencobanya.

Salam Redaksi

Contact

HP : 085228149573
Alamat : Kampus Karangmalang,
Desa Catur Tunggal,
Kecamatan Depok, Sleman,