

Aneka Olahan Pisang

Oktober 2011

Agdex : 203/83

Buah pisang merupakan buah yang sangat bermanfaat dan dapat dikonsumsi kapan saja pada semua tingkatan usia. Pisang dapat digunakan sebagai alternatif pangan pokok karena mengandung karbohidrat yang tinggi, sehingga dapat menggantikan sebagian konsumsi beras dan terigu. Karbohidrat pisang merupakan karbohidrat kompleks. Dibanding gula pasir dan sirup, karbohidrat pisang dapat menyediakan energi yang tidak terlalu cepat diserap tubuh, karbohidrat pisang menyediakan energi sedikit lebih lambat tetapi lebih cepat dari pada nasi dan sejenis roti.

Semua pisang dapat diolah menjadi criping pisang, namun untuk keuntungan yang lebih dapat dipilih pisang yang kurang laku seperti Raja bandung dan Kluthuk.

Variasi rasa criping pisang

Criping pisang dapat dibuat menjadi beberapa rasa sesuai selera seperti rasa coklat, rasa keju, rasa pedas, rasa asin, dan rasa manis. Untuk membuat variasi rasa diberikan bahan tambahan sebagai berikut:

1. Garam halus ditambahkan untuk memberikan rasa asin
2. Gula pasir, gula merah atau gula semut ditambahkan untuk memberikan rasa manis
3. Cabe bubuk untuk memberikan rasa pedas
4. Seasoning (Perisa makanan) yaitu rasa keju, jagung bakar, kaldu ayam



BALAI PENGKAJIAN TEKNOLOGI PERTANIAN YOGYAKARTA
Karangsari, Wedomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 884662, Fax. (0274) 4477052
Website : www.yogya.litbang.deptan.go.id ; email : bptp-diy@litbang.deptan.go.id



Cripping asin

Cripping asin dapat dibuat dengan menambahkan garam halus dan ditaburkan secara merata pada ripping yang telah digoreng. Garam yang digunakan sebanyak 50 gram dicampur ke dalam 5 kg ripping pisang yang telah digoreng, kemudian diaduk sampai rata, agar tetap renyah sebaiknya dikemas dengan plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.

Cripping manis dengan gula pasir

Gula pasir 500 gram, garam 15 gram dan air 400ml, masak dengan api kecil hingga kental. Ripping pisang sebanyak 2,5 kg dimasukkan dalam larutan gula, diaduk sampai tercampur rata, ditiriskan. Kemas dalam plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.

Cripping manis dengan gula halus

200 gram gula halus dicampurkan dengan ripping yang telah digoreng sebanyak 5 kg, kemudian diaduk rata dan ditempatkan dalam plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.

Cripping rasa jagung bakar

Dibuat dengan menambahkan seasoning rasa jagung bakar sebanyak 50 gram, tambahkan garam 10 gram kemudian dicampurkan ke dalam ripping sebanyak 2,5 kg diaduk sampai rata. Kemas dalam plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.

Cripping pisang manis dengan gula merah

Gula merah sebanyak 500 gram, garam 15 gram, air 400 ml, dicampur dan dipanaskan dengan api kecil kemudian disaring untuk menghilangkan kotoran yang terdapat pada gula merah. Kemudian dipanaskan kembali dan dimasak sampai kental. Ripping sebanyak 2,5 kg dimasukkan dalam larutan gula merah, diaduk sampai rata, ditiriskan dengan cara dihamparkan agar tidak melekat satu dengan



lainnya, kemudian dibungkus menggunakan bahan kemasan yang sesuai seperti plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm atau *aluminium foil*.

Cripping pisang rasa pedas manis

Dibuat dengan menambahkan tepung gula halus sebanyak 50 gram, tepung cabe 10 gram, garam 15 gram dan diaduk sampai rata. Campuran ditaburkan pada 2,5 kg ripping pisang yang sudah digoreng kemudian diaduk sampai rata, kemudian ripping ditempatkan dalam plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.

Cripping pisang rasa coklat

Dibuat dengan menambahkan coklat sebanyak 250 gram, gula pasir 500 gram, garam 15 gram dan air 500 ml. Semua bahan dicampur, dipanaskan dengan menggunakan api kecil sampai kental. Ripping sebanyak 2,5 kg dimasukkan kedalam larutan coklat, diaduk sampai rata, diangkat, didinginkan, kemudian ripping ditempatkan dalam plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.

Cripping rasa keju

Dibuat dengan menambahkan seasoning rasa keju 50 gram, garam 10 gram, campur pada ripping sebanyak 2,5 kg dan diaduk sampai rata. Agar ripping tetap renyah kemas dalam plastik polipropilen dengan ketebalan 0,06-0,08 mm.