

**BUDIDAYA
DAN
PRODUK OLAHAN
SAGU**



Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Sulawesi Selatan
Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian
Kementerian Pertanian
2021

Tim Penyusun :
Dorothea Agnes Rampisela
Muh. Taufik
Suriany
Repelita Kallo
Wanti Dewayani
Warda Halil
Ekawaty Basri
Rifah Hestyani Arum
Erina Septianti

Redaksi :
Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Sulawesi Selatan
Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 17,5 Makassar
Telp. 0411-556449, Fax. 0411-554552
Email : bptp-sulsel@litbang.pertanian.go.id

KATA PENGANTAR

Sagu bukan hanya sebagai bahan makanan pokok bagi sebagian masyarakat khususnya di Tana Luwu, tetapi juga merupakan lambang budaya yang telah diwariskan secara turun-temurun.

Sebagai tanaman yang hampir semua bagiannya dapat bermanfaat bagi kehidupan manusia, sagu sudah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari sejarah peradaban manusia di Bumi La Maranginang.

Hilisasi sagu merupakan tahapan yang paling penting untuk pengembangan sagu di Tana Luwu. Komoditas sagu tidak dapat bernilai ekonomi tinggi apabila dijual dalam bentuk mentah saja. Oleh karena itu pengembangan dan hilisasi produk sagu sangat diperlukan, inovasi dan pengembangan teknologi dalam bentuk variasi berbagai resep dalam buku ini.

Semoga buku "Budidaya dan Produk Olahan Sagu" ini dapat menjadi penggerak dalam pelestarian sagu di Indonesia yang harus dimanfaatkan untuk pembangunan masyarakat Tana Luwu pada khususnya dan pembangunan bangsa pada umumnya.

Makassar, November 2021

TIM RPIK Pengembangan Sagu

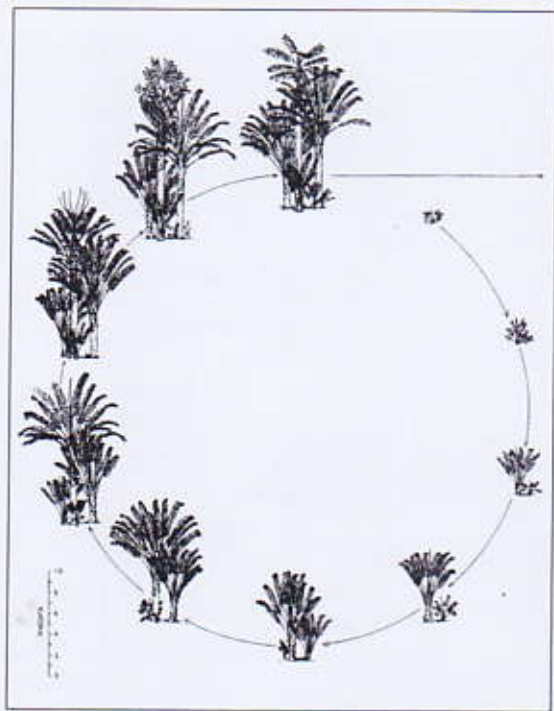
DAFTAR ISI

Tim Penyusun	i
KATA PENGANTAR	ii
Gambar Tanaman Sagu	1
Tanaman Sagu	2
Gambar Siklus Tanaman Sagu	3
Syarat Tumbuh	4
Penanaman Sagu	6
Panen	8
Kumpulan Flyer Sagu	11
PRODUK OLAHAN SAGU	
Mie Sagu	19
Kerupuk Sagu	20
Cireng	21
Boba Sagu	22
Cookies Sagu Kelapa	23
Cookies Sagu Kacang	24
Bakso Ikan	25
Es Krim Sagu	26
Cookies Pistar Sagu	27
Pempek	28
Sagu Mutiara	29



TANAMAN SAGU

Tanaman sagu (*Metroxylon* sp) adalah tanaman asli Indonesia yang menghasilkan pati. Pertanaman sagu di Indonesia berada di wilayah Irian Jaya, Maluku, Riau, Sulawesi dan Kalimantan. Sagu mempunyai peranan sosial, ekonomi dan budaya yang cukup penting. Di Kawasan Timur Indonesia semua pulau memiliki suku yang bahan makanan pokok bagi masyarakatnya adalah sagu, terutama yang bermukim di daerah pesisir. Di Maluku dan Papua dikenal papeda, dan di Sulawesi Selatan dikenal kapurung. Tanaman sagu belum dibudidayakan secara intensif di tingkat masyarakat/petani, sehingga dikhawatirkan populasi atau plasma nutfah sagu akan mengalami kepunahan. Di Papua walaupun sudah mulai ada perusahaan yang mengusahakan perkebunan besar tetapi sebagian besar populasinya adalah hutan. Di Sumatera, misalnya Riau sebagian besar tanaman sagu sudah dalam bentuk perkebunan yang ditopang oleh kilang sagu yang berkapasitas besar. Berbeda dengan di Sulawesi, hampir semua tanaman sagu adalah kebun rakyat yang dikelola secara semi budidaya.



Gambar 1. Sikluas tanaman sagu yang tumbuh dari biji mulai dari umur 1-10 tahun.

Pertumbuhan dan produksi sagu dipengaruhi oleh faktor genetis dan agroklimat. Oleh karena itu, pengetahuan mengenai jenis sagu dan kondisi agroklimat suatu daerah dalam rangka pengusahaan sagu sangat penting.

1. Iklim

Tanaman sagu memerlukan ketersediaan air yang cukup selama pertumbuhannya. Suplai air melalui hujan antara 2.000 - 4.000 mm/tahun dan tersebar merata sepanjang tahun. Bulan basah antara 4 - 9 bulan berturut-turut, dengan bulan kering tidak lebih dari 2 bulan berturut-turut. Kawasan yang cocok untuk pengembangan sagu sebaiknya mempunyai jumlah curah hujan 2.500 - 3.500 mm dan jumlah hari hujan 142 - 209 HH per tahun. Tanaman sagu tidak terlalu baik jika tergenang permanen. Hasil penelitian dan informasi dari berbagai sumber menyatakan bahwa genangan (tidak permanen) setinggi < 50 cm yang terbaik. Suhu optimum 24,5 - 29°C dengan kelembaban 40 - 60% serta tertinggi 90%. Tanaman sagu

sebagaimana tanaman palma umumnya memerlukan intensitas dan lama penyinaran yang cukup tinggi. Sebaran populasi sagu tertinggi terdapat di koordinat antara 10°LS - 15°LU dan 150°BT.

2. Lahan

Topografi umum dari kawasan pertanaman sagu dari jenis *Metroxylon* sp. yaitu datar, landai hingga bergelombang. Tipe lahan rawa dan gambut atau sepanjang pinggiran sungai merupakan tempat tumbuh ideal bagi jenis ini. Kawasan sagu yang mendapat genangan periodik atau pengaruh pasang-surut atau penataan sistem drainase yang baik dapat meningkatkan penampilan sagu. Pergantian air segar yang masuk ke kawasan pertanaman sagu akan membawa beberapa unsur hara yang dibutuhkan sagu seperti potasium, fosfat, kalsium, dan magnesium. Tanaman sagu dapat tumbuh dan berkembang hingga ketinggian 700 m, tapi ketinggian optimal yaitu 70%, dengan bahan organik 30% dan pH tanah 5.5 - 6.5, tetapi sagu masih bisa beradaptasi

dengan kemasaman lebih tinggi. Jenis-jenis tanah seperti liat kuning coklat atau hitam dengan kadar organik tinggi, kemudian tanah vulkanik, latosol, andosol, podsolik merah kuning, aluvial, hidromorfik kelabu tidak menjadi masalah bagi perkembangan sagu.

Penanaman Sagu

Sagu sebenarnya selama ini jarang ditanam, karena sagu menumbuhkan tunasnya sendiri sejak umur 3 tahun. Biasanya dalam satu rumpun terdapat lebih dari 20 tunas yang umurnya bervariasi. Sebagai contoh: rumpun sagu yang baru saja dipanen salah satu anakan sagunya saat berumur 9 tahun maka masih tersisa 5 batang yang berumur sekitar 3 - 7 tahun dan ada 8 batang berumur 1-3 tahun dan sisanya berumur kurang dari 1 tahun. Dengan demikian jarang sekali petani atau pemilik lahan melakukan penanaman sagu. Di perkebunan besar sagu ditanam dengan jarak yang bervariasi mulai dari 8 m hingga 10 m dengan sistem tanam segi empat. Benih yang ditanam sebaiknya diberi penahan dari gaba-gaba (tulang daun) dan diletakkan menyilang di bagian depan dari batang benih setelah ditimbun dengan

tanah sebatas leher benih. Tingkat keberhasilan tanaman muda di areal pertanaman sangat dipengaruhi oleh ketersediaan air. Itulah sebabnya, dianjurkan penanaman dilakukan saat musim hujan atau tergantung pada ketersediaan air di lokasi pertanaman. Daun benih dipangkas (30-50 cm dari banir) untuk memperkecil transpirasi dan diberi naungan. Kelebihan dari tanaman sagu yaitu penanaman hanya dilakukan sekali dan tidak ada istilah "peremajaan" tetapi pengurangan atau pengelolaan anakan per rumpun. Jadi, budidaya sagu merupakan usahatani paling "efisien" dibanding tanaman tahunan/perkebunan lainnya.

Keberhasilan budidaya sagu ditentukan oleh kemampuan petani mengendalikan populasi anakan atau tanaman sagu dalam satu rumpun. Populasi anakan hanya dapat dikendalikan dengan cara memangkas atau mengurangi jumlah anakan. Komposisi jumlah anakan berdasarkan fase pertumbuhan dalam satu rumpun akan mempengaruhi pertumbuhan, produksi, dan periode panen. Itulah sebabnya, setiap rumpun sebaiknya terdiri atas 8-10

tanaman sagu dengan fase pertumbuhan berbeda.

Keunikan dari tanaman sagu yaitu anakan dalam rumpun bisa muncul di berbagai arah dan jarak dari pusat rumpun yang beragam. Jika tidak dikelola dengan baik, maka bukan tidak mungkin antar rumpun akan saling bertemu, sehingga jika dibiarkan akan terbentuk kembali kawasan hutan sagu.

Panen

Ciri dan umur panen

Panen dapat dilakukan umur 6 - 7 tahun, atau bila ujung batang mulai membengkak disusul keluarnya selubung bunga dan pelepah daun berwarna putih terutama pada bagian luarnya. Tinggi pohon 10 - 15 m, diameter 60 - 70 cm, tebal kulit luar 10 cm, dan tebal batang yang mengandung sagu 50 - 60 cm. Ciri pohon sagu siap panen pada umumnya dapat dilihat dari perubahan yang terjadi pada daun, duri, pucuk dan batang.

Ciri-ciri tanaman siap panen adalah ditandai dengan menguningnya pelepah daun, jika ada, duri yang terdapat pada pelepah daun hampir seluruhnya lenyap, kecuali pada bagian pangkal pelepah masih tertinggal

sedikit. Daun muda yang terbentuk ukurannya semakin pendek dan kecil.

Tingkat kematangan terakhir, di mana kuncup bunga sagu telah mekar dan bercabang menyerupai tanduk rusa dan buahnya mulai terbentuk. Jika melewati fase ini maka produksi pati sudah akan terus menurun.

Cara Panen

Langkah-langkah pemanenan sagu adalah sebagai berikut :

1. Pembersihan untuk membuat jalan masuk ke rumpun dan pembersihan batang yang akan di potong untuk memudahkan penebangan dan pengangkutan hasil tebanan.
2. Sagu dipotong sedekat mungkin dengan akarnya. Pemotongan menggunakan kampak/mesin pemotong (gergaji mesin).
3. Batang dibersihkan dari pelepah dan sebagian ujung batangnya karena patinya rendah, sehingga tinggal gelondongan batang sagu sepanjang 6 - 15 meter. Gelondongan dipotong-potong menjadi 1-2 meter untuk memudahkan pengangkutan. Berat 1

gelondongan adalah ± 120 kg dengan diameter 45 cm dan tebal kulit 3,1 cm.

Periode Panen dan Perkiraan Produksi

Perkiraan produksi hasil yang paling mendekati kenyataan pada kondisi liar dengan produksi 40-60 batang/ha/tahun, jumlah empulur 1 ton/batang, kandungan aci sagu 18,5 %, dapat diperkirakan hasil per hektar per tahun adalah 7 - 11 ton sagu kering. Secara teoritis, dari satu batang pohon sagu dapat dihasilkan 100 - 600 kg sagu kering.



TAHUKAH ANDA BEDANYA KETAHANAN PANGAN & KEDAULATAN PANGAN ?

- o Batang sagu yang siap panen akan memproduksi sebanyak 200-400 kg pati kering/tahun atau dapat dikatakan sekitar lebih dari 20 ton/ha.
- o Konsumsi pati di Indonesia berkisar 100kg/orang/tahun
- o Jika disetarakan ke tanaman sagu maka untuk seluruh penduduk Indonesia dibutuhkan sekitar 25 juta ton/tahun, dengan asumsi penduduk Indonesia berkisar 250 juta orang x 100kg
- o Sekara dengan 2 juta ha tanaman sagu
- o Indonesia memiliki 5,5 juta ha tanaman sagu

Ketahanan pangan

- 1). Kecukupan ketersediaan pangan
- 2). Stabilitas ketersediaan pangan
- 3). Kualitas pangan

Kemandirian pangan

- 1). Ketersediaan pangan berbasis pemanfaatan sumber daya lokal
- 2). keterjangkauan pangan (aspek fisik dan ekonomi) oleh masyarakat
- 3). Pemanfaatan pangan

Kedaulatan pangan

- 1). Hak Negara dan bangsa menentukan pangan bagi masyarakat
- 2). Menjamin hak atas pangan bagi masyarakat untuk menentukan system pangan yang sesuai dengan sumber daya lokal



**MEMILIKI HUTAN ATAU KEBUN SAGU
BERARTI TELAH BERKEDAULATAN
PANGAN**



SAGU SEBAGAI BENTENG TSUNAMI

Posisi pesisir teluk bone adalah posisi yang rentan tsunami. tanaman sagu yang di tanam pada daerah pesisir dapat memecah ombak karena berdiri tinggi dan kokoh melampaui ketinggian 15m



PEMANFAATAN HASIL SAMPING PENGOLAHAN SAGU

PEMANFAATAN LIMBAH SAGU SEBAGAI PAKAN TERNAK



1. Ampas sagu memiliki harga lebih murah dan tidak membahayakan bagi ternak.
2. Mengandung 65,7% pati, 14,8% serat kasar, 1% protein kasar, dan 4,1% abu.

PEMANFAATAN LIMBAH DAUN SAGU SEBAGAI ATAP RUMAH



1. Pemanfaatan limbah sagu berupa daun dapat diolah petani sagu menjadi atap rumah.
2. Penggunaan daun sagu menjadi atap rumah lebih tahan lama daripada daun nipah.

PEMANFAATAN LIMBAH KULIT BATANG SAGU



1. Dimanfaatkan sebagai lantai pabrik sagu, jalan setapak, jembatan, material dinding, pagar, dan kayu bakar.
2. Dapat digunakan sebagai arang yang berkualitas.



TANAM SEKALI PANEN SELAMANYA

Banyak yang ngalah-ngalah tanam sagu. Alasannya cukup masuk akal, sagu lama bisa dipanen sudah 7 tahun.

EITSSS TAPI TUNGGU DULU!

Karena sagu tanamnya hanya sekali tapi panen selamanya.

KOK BISA?

Yah banyak jawab sih... Adaun sugu.



DALAM 1 RUMPUN SAGU TERDAPAT:

Produk Sagu	Estimasi
Batang sagu umur 6	5
Batang sagu umur 5	1
Batang sagu umur 4	5
Batang sagu umur 3 tahun	5
Batang sagu umur 2 tahun	5
Batang sagu umur 1 tahun	5
Batang sagu umur 0 (muda)	5



Ditanyakan dalam 1 ha bisa berapa
dapatnya total 100 rumpun sagu
1 ha ada 500 batang sagu/tahun yang
dipanen masing-masing
(umur 18 atau 7 tahun)

ADUN SUGU
MAKIN BANYAK
-GEMUK TUK
BERKESIAH UANG-



KEUNGGULAN TANAMAN SAGU

- 1). Sagu Sebagai Ekologi Hutan
- 2). Sagu Dapat Tumbuh Pada Lahan-lahan Marginal Yang Sering Tergenang/banir/ Daerah Pasir
- 3). Sagu Dapat Beradaptasi Pada Perubahan iklim
- 4). Potensi Inovasi Dan Industri Masih Sangat Luas
- 5). Produksi Patinya 4 Kali Lipat Dari Tanaman Padi
- 6). Pohon Sagu Dapat Berfungsi Sebagai Mitigasi Bencana Tsunami Dan Hampir Seluruh Bagian Tanaman Dapat Dimanfaatkan



POTENSI PEMANFAATAN PATI SAGU



Sumber Bahan Makanan

Pati sagu dapat dimanfaatkan sebagai bahan makan pokok disamping beras

Bahan Baku Industri

Pati sagu dapat dikonversi menjadi etanol, alkohol, siklodekstrin, sirup glukosa, pembuatan biodegradable dan dijadikan pulp sebagai bahan baku kertas

Produk Sampingan

Produk sampingan dari tanaman sago yaitu sebagai pakan ternak, sebagai pupuk organik, bioherbisida, dan biogas



HABITAT TANAMAN SAGU



Sagu tumbuh di wilayah tropik basah.

Secara ekologi, sagu tumbuh pada daerah rawa-rawa air tawar atau daerah rawa bergambut, sepanjang aliran sungai, sekitar sumber air, atau hutan-hutan rawa.



Tanaman sagu umumnya berfungsi mengoptimalkan lahan dan mencegah terjadinya erosi.



Terdapat beberapa habit sagu di antaranya :

- (1) habitat tergenang temporer air payau yaitu tipe habitat yang dipengaruhi oleh aktivitas pasang surut,
- (2) habitat tergenang temporer oleh air tawar merupakan habitat sagu yang tergantung pada hujan,
- (3) habitat tergenang permanen, yaitu tipe habitat yang mengalami genangan pada periode waktu relatif cukup lama, biasanya lebih dari satu bulan, dan
- (4) habitat lahan kering, artinya kondisi habitatnya tidak pernah tergenang.

Food Security

Mewujudkan ketahanan pangan nasional.

Bersifat mandiri LSI Nis. 10/2012 tentang Pangan



1. Aceh 2. Sumatera Utara 3. Riau 4. Kepulauan Riau 5. Jambi 6. Sumatera Barat 7. Bengkulu 8. Lampung 9. Banten 10. Jawa Barat 11. Jawa Tengah 12. Jawa Timur 13. DI Yogyakarta 14. Dki Jakarta 15. Bali 16. Nusa Tenggara Barat 17. Nusa Tenggara Timur 18. Kalimantan Barat 19. Kalimantan Tengah 20. Kalimantan Selatan 21. Kalimantan Timur 22. Sulawesi Selatan 23. Sulawesi Tengah 24. Sulawesi Utara 25. Maluku 26. Maluku Utara 27. Papua Barat 28. Papua 29. Irian Jaya Barat 30. Irian Jaya Timur



Dengan sagu Indonesia berdaulat pangan

Kebutuhan padi 250 juta penduduk Indonesia dengan satu tahun adalah 25 juta ton. Jika kebutuhan padi sepenuhnya mengandalkan sagu, maka dibutuhkan 2 juta ha hutan sagu.



Indonesia sendiri memiliki hutan sagu seluas 5,5 juta hektar, 83 % dari total hutan sagu dunia. Namun kita tidak boleh terburu dengan angka-angka ini. Di sisi lain, hutan sagu terus mengalami penurunan. Sudah saatnya kita bangun dan lekas menanam bibit sagu.



5.5 Million Hectare Sago Forest for 250 Million Indonesian/Citizen

PRODUK OLAHAN SAGU

mie sagu kuah



MIE SAGU

Mie sagu dibuat dengan menggunakan bahan dasar tepung sagu. Pada pembuatan mie sagu dapat ditambahkan sayuran untuk meningkatkan nilai gizinya.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 250 gram Tepung sagu
- ✓ 100 ml Air



CARA MEMBUAT

1. Masukkan tepung satu kurang lebih satu sendok makan ke dalam 100 ml air lalu panaskan
2. Pemanasan diteruskan hingga terbentuk tekstur sagu menyerupai lem
3. Sisa sagu dicampurkan ke dalam adonan lalu diaduk hingga kalis
4. Adonan yang telah kalis dicetak hingga membentuk mie
5. Mie yang telah terbentuk dikeringkan. Mie dapat langsung diolah atau disimpan dalam kemasan.



KERUPUK SAGU

Dalam pembuatan kerupuk sagu dapat ditambahkan bahan lain seperti ikan atau sayuran untuk memperkaya cita rasa dan kandungan gizinya.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 200 g pati sagu
- ✓ 100 mL air
- ✓ 5 g garam
- ✓ 3 g bawang putih bubuk
- ✓ 1 g lada



CARA MEMBUAT

1. Buat gel sagu dari 35 g pati sagu, bumbu, dan air. Aduk hingga tercampur rata, lalu masak hingga mengental.
2. Campur gel sagu dengan sisa pati sagu. Tambahkan sagu sedikit demi sedikit sambil diadon hingga kalis.
3. Buat adonan menjadi bentuk lonjong.
4. Kukus adonan dengan air mendidih selama 30 menit.
5. Dinginkan adonan dan diamkan semalam hingga mengeras.
6. Potong-potong tipis adonan.
7. Jemur hingga kering.
8. Kerupuk dapat langsung digoreng atau disimpan dalam wadah kedap udara.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 135 g pati sagu
- ✓ 100 mL air
- ✓ 2 g bawang putih bubuk
- ✓ 2 g garam
- ✓ 0,5 g lada bubuk

CIRENG

Cireng adalah makanan ringan yang dibuat dengan cara menggoreng campuran adonan yang berbahan dasar tepung kanji atau tepung tapioka, namun kali ini akan disajikan pembuatan cireng menggunakan pati sagu.



CARA MEMBUAT

1. Buat gel sagu dari 35 g pati sagu, bumbu, dan 100 mL air. Masak hingga mengental.
2. Tambahkan sisa sagu ke dalam campuran gel sagu sedikit demi sedikit, campur hingga merata.
3. Bentuk adonan sesuai selera, lalu goreng hingga matang.



BOBA SAGU

Boba adalah bola tapioka yang umumnya menjadi isian minuman *bubble tea*, minuman kekinian bagi anak muda.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 70 g pati sagu
- ✓ 20 mL air
- ✓ Pewarna makanan



CARA MEMBUAT

1. Buat gel sagu menggunakan 5 g pati sagu dan 50 mL air, masak hingga mengental
2. Campur sisa pati sagu dengan gel dan pewarna makanan hingga kalis
3. Bentuk adonan menjadi bulat-bulat kecil
4. Rebus selama ±30 menit sambil diaduk agar tidak lengket
5. Angkat bubble yang sudah matang lalu masukkan ke dalam air dingin



COOKIES SAGU KELAPA

Cookies atau yang umum dikenal sebagai kue kering merupakan kudapan yang cukup banyak digemari oleh masyarakat. Penggunaan tepung terigu dapat diganti dengan pati sagu.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 200 g pati sagu
- ✓ 10 g margarin
- ✓ 30 g gula halus
- ✓ 1 butir telur
- ✓ 100 g kelapa kering



CARA MEMBUAT

1. Campur margarin dan gula halus, aduk hingga merata
2. Masukkan telur, lalu aduk kembali
3. Tambahkan kelapa sangrai dan pati sagu, adon hingga tercampur
4. Pipihkan adonan dan cetak sesuai selera
5. Panggang pada suhu 180 °C selama 30 menit hingga kering



COOKIES SAGU KACANG

Cookies atau yang umum dikenal sebagai kue kering merupakan kudapan yang cukup banyak digemari oleh masyarakat. Penggunaan tepung terigu dapat disubstitusi menggunakan pati sagu.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 200 g pati sagu
- ✓ 70 g kacang tanah
- ✓ 40 g margarin
- ✓ 30 g gula pasir
- ✓ 30 g gula merah
- ✓ 1 butir telur
- ✓ ½ sdt garam



CARA MEMBUAT

1. Sangrai kacang tanah hingga matang
2. Kupas kulit kacang tanah, sisihkan
3. Campurkan margarin, gula pasir dan gula merah hingga merata
4. Tambahkan telur, campur kembali hingga merata
5. Tambahkan pati sagu, kacang tanah, dan garam, campur kembali hingga merata
6. Adon hingga kalis, lalu cetak adonan
7. Panggang pada suhu 160 °C hingga kering, kira-kira selama 1 jam.



BAKSO IKAN

Bakso atau baso adalah jenis bola daging yang lazim ditemukan pada masakan Indonesia. Bakso umumnya dibuat dari campuran daging sapi giling dan tepung tapioka, tetapi ada juga bakso yang terbuat dari daging ayam, ikan, atau udang bahkan daging kerbau.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 75 g pati sagu
- ✓ 100 g fillet ikan
- ✓ 50 mL air
- ✓ 25 mL air es
- ✓ 2 g gula
- ✓ 4 g garam
- ✓ 0,5 g lada bubuk
- ✓ 5 g bawang putih bubuk



CARA MEMBUAT

1. Buat gel sagu menggunakan 5 gram pati sagu dan 50 mL air, masak hingga mengental
2. Campur dan hancurkan daging ikan, gula, garam, bawang putih dan air es hingga halus
3. Campur gel sagu dengan campuran ikan dan bumbu
4. Tambahkan pati sagu sedikit demi sedikit
5. Bentuk adonan menjadi bulatan dengan tangan dan bantuan sendok, langsung masukkan ke dalam air panas
6. Rebus adonan hingga mengembang



ES KRIM SAGU

Es krim adalah sebuah makanan beku dibuat dari produk susu seperti krim, digabungkan dengan perasa dan pemanis buatan ataupun alami. Campuran ini didinginkan dengan mengaduk sambil mengurangi suhunya untuk mencegah pembentukan kristal es besar.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 60 g sagu
- ✓ 250 mL susu cair
- ✓ 100 mL susu kental manis
- ✓ 100 g buah sesuai selera yang telah dihaluskan



CARA MEMBUAT

1. Campur sagu dan susu cair hingga merata
2. Masak hingga mengental
3. Campur kental manis dengan buah yang telah dihaluskan
4. Aduk dengan mixer 25-30 menit hingga mengembang
5. Bekukan adonan



COOKIES PISTAR SAGU

Cookies pistar sagu adalah kue kering berbahan dasar sagu yang menyerupai nastar namun bahan isianya menggunakan selai pisang



BAHAN-

- ✓ 260 g pati sagu
- ✓ 50 g gula pasir
- ✓ 2 butir telur ukuran sedang
- ✓ 1 kuning telur untuk olesan
- ✓ 40 g margarin
- ✓ 20 g susu bubuk
- ✓ Secukupnya selai pisang



CARA MEMBUAT

1. Campur gula dan margarin hingga merata
2. Tambahkan telur, campur kembali hingga merata
3. Tambahkan pati sagu dan susu bubuk, campur kembali hingga merata
4. Adon hingga kalis
5. Bentuk adonan bulat sebesar biji salak (7 g), pipihkan
6. Bentuk selai menjadi bulatan kecil, dan masukkan ke dalam adonan, bentuk bulatan kembali
7. Panggang dengan suhu 160 °C selama 30 menit
8. Oleskan kuning telur
9. Panggang kembali kue selama 30 menit



PEMPEK

Pempek atau empek-empek adalah makanan yang terbuat dari daging ikan yang digiling lembut yang dicampur tepung kanji atau tepung sagu, serta komposisi beberapa bahan lain seperti telur, bawang putih yang dihaluskan, penyedap rasa, dan garam.



BAHAN-

- ✓ 400 g pati sagu
- ✓ 200 g ikan fillet
- ✓ 100 mL air
- ✓ 75 mL air es
- ✓ 5 g gula
- ✓ 8 g garam
- ✓ 10 g bawang putih bubuk / 6 siung bawang putih



CARA MEMBUAT

1. Buat gel sagu menggunakan 35 g pati sagu dan 100 mL air, masak hingga mengental.
2. Campur dan hancurkan daging ikan, gula, garam, bawang putih dan air es hingga halus.
3. Campur gel sagu dengan campuran ikan dan bumbu.
4. Tambahkan pati sagu sedikit demi sedikit hingga kalis.
5. Bentuk adonan bulat lonjong.
6. Rebus adonan hingga mengembang.
7. Goreng sesuai keinginan atau dapat disimpan dalam lemari pendingin.

Sumber: Resep Untuk Mama, ANJ AgriPapua



SAGU MUTIARA

Bahan makanan yang satu ini punya ciri khas berbentuk butiran kecil. Sagu mutiara juga istimewa dibuat sebagai minuman penghilang haus. Bisa ditambahkan atau dipadukan bahan lain sesuai kebutuhan. Contohnya nangka, kelapa muda, alpukat, dan lain sebagainya.



BAHAN-BAHAN

- ✓ 250 g tepung sagu
- ✓ 150 mL air panas
- ✓ tepung terigu untuk taburan



CARA MEMBUAT

Masukkan tepung ke dalam wadah kemudian masukkan air panas sedikit demi sedikit sambil diuleni sampai adonan kalis dan tidak lengket di tangan.