



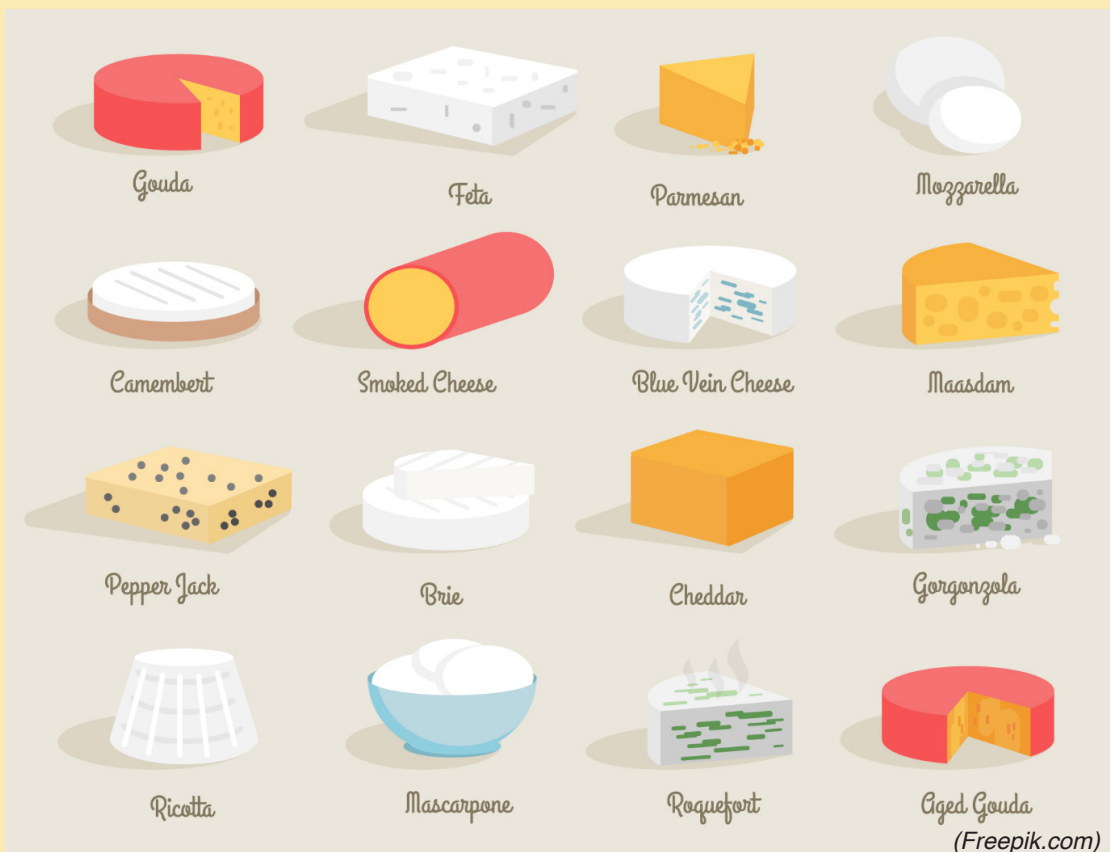
Putri Fitriananda, S.Pt, M.Si

Pengawas Mutu Hasil Pertanian Ahli Pertama

MENGKALI LEBIH DALAM

KEJU ALAMI *dan* KEJU OLAHAN

EXPLORING THE WORLD OF NATURAL AND PROCESSED CHEESE



Keju, produk olahan susu yang satu ini telah menjadi bagian penting dari budaya kuliner di berbagai belahan dunia, termasuk Indonesia. Dari topping pizza hingga isian martabak, keju menghadirkan cita rasa yang menggoda dan tekstur yang kaya. Namun, di balik kelezatan keju yang kita konsumsi sehari-hari, terdapat dua jenis utama keju yang beredar di pasaran: keju alami (natural cheese) dan keju olahan (processed cheese). Meski keduanya menawarkan rasa dan kegunaan yang berbeda, tidak semua orang memahami perbedaan signifikan antara keduanya. Oleh karena itu, mari kita menggali lebih dalam mengenai keju alami dan keju olahan.

Cheese is a dairy product that has become a significant part of culinary traditions worldwide, including Indonesia. From pizza toppings to martabak fillings, cheese delivers a rich flavor and tempting texture. However, behind the deliciousness of the cheese we consume daily, there are two main types available in the market: natural cheese and processed cheese. While both offer distinct flavors and uses, not everyone understands their significant differences. Let's delve deeper into the world of natural and processed cheese.

Keju Alami: Karya Tradisi dari Susu Segar

Keju alami adalah hasil dari proses tradisional yang telah diwariskan dari generasi ke generasi. Dibuat dari 100% susu segar tanpa tambahan bahan kimia atau bahan buatan lainnya, keju alami melalui proses pematangan yang panjang. Dimulai dengan penggumpalan protein susu menggunakan rennet atau bakteri asam laktat, keju kemudian dimatangkan dalam waktu berminggu-minggu, bahkan ada yang hingga bertahun-tahun, tergantung jenisnya. Proses pematangan ini tidak hanya memberikan keju alami tekstur yang unik, tetapi juga cita rasa yang kompleks dan kaya. Dari keju keras seperti parmesan yang dimatangkan hingga dua tahun, hingga keju lunak seperti brie yang hanya membutuhkan beberapa minggu pematangan, setiap jenis keju alami menawarkan pengalaman rasa yang berbeda.

Namun, keju alami juga lebih rentan terhadap perubahan suhu dan kelembaban. Karena tidak mengandung pengawet buatan, penyimpanan keju alami memerlukan perhatian khusus agar tetap terjaga kualitasnya. Meski demikian, keju alami tetap menjadi pilihan utama bagi para pecinta keju yang menginginkan rasa otentik dan nilai gizi yang lebih baik.

Keju alami terbagi menjadi beberapa jenis berdasarkan tekstur dan proses pembuatannya:

- **Keju Keras (Hard Cheese):** Keju yang memiliki kadar air rendah dan tekstur yang padat, karena dimatangkan dalam waktu lama, biasanya sekitar 1-2 tahun (contohnya: Parmesan).
- **Keju Semi Keras (Medium Hard Cheese):** Jenis keju yang memiliki tekstur sedang, antara keju lunak dan keras. Umumnya cukup padat tetapi tetap memiliki sedikit kelembutan (contohnya: Gouda).
- **Keju Semi Lunak (Semi Soft Cheese):** Keju yang memiliki tekstur padat dan kandungan air yang lebih sedikit dibandingkan keju lunak sekitar 40-50%. Keju ini dimatangkan dalam waktu singkat sekitar 4-12 minggu (contohnya: Havarti, Pepper Jack).
- **Keju Lunak (Soft Cheese):** Keju yang memiliki tekstur sangat lembut dan creamy karena kandungan airnya yang tinggi sekitar 50-80%.

Natural Cheese: A Traditional Masterpiece from Fresh Milk

Natural cheese results from traditional processes passed down through generations. Made from 100% fresh milk without added chemicals or artificial substances, natural cheese undergoes extensive maturation. The journey starts with milk protein coagulation using rennet or lactic acid bacteria, followed by weeks or even years of aging, depending on the type of cheese. This maturation process not only gives natural cheese its unique texture but also its complex and rich flavor. From hard cheeses like Parmesan, aged for up to two years, to soft cheeses like Brie that mature within weeks, each type offers a distinct taste experience.

However, natural cheese is more sensitive to changes in temperature and humidity. Lacking artificial preservatives, proper storage is necessary to maintain its quality. Despite this, natural cheese remains a top choice for cheese enthusiasts seeking authentic flavors and better nutritional value.

Natural cheese can be categorized based on texture and production processes:

- *Hard Cheese: Characterized by low moisture and dense texture, aged for one to two years (e.g., Parmesan).*
- *Medium Hard Cheese: Features a texture between soft and hard cheese, firm yet slightly tender (e.g., Gouda).*
- *Semi-Soft Cheese: Contains 40-50% moisture, matured briefly for about 4-12 weeks (e.g., Havarti, Pepper Jack).*
- *Soft Cheese: Extremely creamy with high moisture content (50-80%), matured within 1-4 weeks (e.g., Brie).*
- *Quark: A fresh cheese made by acidifying milk with lactic acid bacteria, without maturation,*

Keju ini dimatangkan dalam waktu yang relatif singkat, sekitar 1-4 minggu (contohnya: Brie).

- **Quark:** Keju segar yang dibuat dari susu yang diasamkan dengan bakteri asam laktat, tanpa proses pematangan. Quark memiliki tekstur yang lembut dan rasa yang sedikit asam mirip dengan yoghurt kental (contohnya: Sahnequark, Magerquark)
- **Pasta Filata:** Keju yang melalui proses pemanasan dan peregangan langsung sebelum dibentuk menjadi keju akhir. Keju ini memiliki tekstur kenyal dan elastis (contohnya: Mozzarella).
- **Keju Campuran (Mixed Cheese):** Keju yang dibuat dari campuran beberapa jenis keju, mulai dari keju keras, semi keras, hingga lunak. Keju ini memiliki rasa yang kompleks dan unik .

Keju Olahan: Praktis dan Serbaguna

Di sisi lain, keju olahan dirancang untuk memenuhi kebutuhan konsumen modern yang menginginkan kepraktisan. Dibuat dengan mencampur keju alami dengan bahan-bahan tambahan seperti whey, protein susu, garam, dan pengawet, keju olahan menawarkan tekstur yang lebih lembut dan rasa yang lebih seragam. Karena tidak memerlukan proses pematangan yang panjang, keju olahan dapat diproduksi lebih cepat dan memiliki umur simpan yang lebih lama.

Keju olahan sangat populer karena kemudahannya dalam penyimpanan dan penggunaan. Produk ini cocok untuk berbagai jenis masakan sehari-hari, mulai dari topping pizza hingga bahan utama dalam sandwich. Selain itu, keju olahan sering kali lebih ekonomis dibandingkan dengan keju alami, menjadikannya pilihan yang terjangkau bagi banyak keluarga. Keju olahan telah banyak dijual di pasar Indonesia dengan berbagai merek. Jenis keju olahan contohnya cheddar olahan, mozzarella olahan, quick melt, keju slice (lembaran), parmesan olahan, dan keju krim (cream cheese).

Inovasi Keju dengan Kuliner Lokal

Di Indonesia, keju tidak hanya terbatas pada masakan internasional seperti pasta atau pizza, tetapi juga telah diadaptasi dalam kuliner lokal. Martabak manis dengan taburan keju menjadi salah satu contoh sukses bagaimana keju telah diintegrasikan dalam makanan sehari-hari orang Indonesia. Kombinasi antara rasa

offering a soft texture and mildly tangy taste (e.g., Sahnequark).

- *Pasta Filata: Cheese stretched and heated during production for a chewy and elastic texture (e.g., Mozzarella).*
- *Mixed Cheese: Combines various cheese types, offering a unique and complex flavor profile.*

Processed Cheese: Practical and Versatile

On the other hand, processed cheese is designed to meet the needs of modern consumers seeking convenience. Made by blending natural cheese with added ingredients like whey, milk proteins, salt, and preservatives, processed cheese provides a softer texture and a consistent flavor. Processed cheese is faster to produce without requiring prolonged maturation and has a longer shelf life.

Processed cheese is highly popular due to its ease of storage and use. It's suitable for various everyday dishes, from pizza toppings to sandwich fillings. Additionally, processed cheese is often more affordable than natural cheese, making it a budget-friendly choice for many households. Examples of processed cheese in Indonesian markets include processed cheddar, Mozzarella, quick melt cheese, cheese slices, processed Parmesan, and cream cheese.

Cheese Innovation in Local Cuisine

In Indonesia, cheese is not limited to international dishes like pasta or pizza; it has been adapted into local cuisine. Sweet martabak with grated cheese is a prime example of how cheese has been integrated into Indonesian daily meals. The combination of

gurih dari keju dan manis dari martabak menciptakan perpaduan rasa yang unik, sesuai dengan preferensi konsumen lokal yang suka mengeksplorasi cita rasa baru.

the savory flavor of cheese with the sweetness of martabak creates a unique taste blend that suits local consumers' preferences for exploring new flavors.



Olahan keju dengan kuliner nusantara
(Kimball.com)

Selain itu, keju juga digunakan sebagai topping pada berbagai hidangan lain seperti pisang goreng, roti bakar, dan aneka kue tradisional. Keju olahan yang lebih lembut sering kali menjadi pilihan favorit untuk hidangan-hidangan tersebut, karena mudah meleleh dan memberikan tekstur creamy yang disukai. Bahkan, nasi goreng dan sate dengan tambahan keju telah menjadi salah satu inovasi kuliner yang menarik minat banyak orang, terutama di kalangan generasi muda yang gemar bereksperimen dengan rasa.

Cheese is also used as a topping for other dishes, such as banana fritters, toast, and various traditional cakes. Soft processed cheese is often a favorite for these dishes due to its easy melting properties and creamy texture. Even fried rice and satay with cheese have become culinary innovations that capture the interest of many, especially among younger generations who enjoy experimenting with flavors.

Keberhasilan adaptasi keju dalam makanan lokal menunjukkan betapa fleksibel dan serbagunanya produk ini. Baik digunakan sebagai topping, isian, ataupun bahan utama, keju mampu menambah kelezatan dan memberikan sentuhan modern pada hidangan-hidangan tradisional.

The successful adaptation of cheese in local dishes showcases its flexibility and versatility. Cheese adds flavor and a modern twist to traditional dishes, whether as a topping, filling, or main ingredient.

Mana yang Lebih Baik?

Ketika memilih antara keju alami dan keju olahan, pertanyaan yang sering muncul adalah: "Mana yang lebih baik?" Jawabannya tergantung pada preferensi dan kebutuhan konsumen. Keju alami menawarkan rasa yang lebih kaya, kompleksitas tekstur, dan nilai

Which is Better?

When choosing between natural and processed cheese, the question often arises: "Which is better?" The answer depends on consumers' preferences and needs. Natural cheese offers more decadent flavors,

gizi yang lebih tinggi. Proses pembuatannya yang panjang dan menggunakan bahan-bahan murni membuat keju alami menjadi pilihan ideal bagi mereka yang mengutamakan kualitas dan kesehatan. Dengan kandungan protein yang lebih tinggi dan tanpa bahan tambahan kimia, keju alami lebih sehat dan memberikan rasa otentik yang sulit ditandingi.

Namun, bagi konsumen yang mencari kepraktisan dan fleksibilitas, keju olahan bisa menjadi pilihan yang tepat. Keju olahan mudah ditemukan di pasar, lebih tahan lama, dan lebih mudah digunakan dalam berbagai jenis hidangan. Teksturnya yang lembut dan rasanya yang seragam membuatnya sangat cocok untuk masakan sehari-hari, seperti pizza, burger, dan makanan cepat saji lainnya. Di sisi lain, keju olahan biasanya memiliki kandungan garam yang lebih tinggi dan bahan tambahan lainnya yang mungkin kurang ideal untuk konsumsi jangka panjang, terutama bagi mereka yang memperhatikan asupan garam atau bahan pengawet.

Memahami perbedaan ini akan membantu konsumen membuat keputusan yang lebih tepat saat memilih keju yang paling sesuai dengan kebutuhan. Entah itu keju alami dengan rasa autentiknya atau keju olahan yang serbaguna, keju akan selalu menambah kelezatan dalam setiap sajian di meja makan kita, baik dalam masakan tradisional maupun kreasi baru.

complex textures, and higher nutritional value. Its lengthy production process using pure ingredients makes it an ideal choice for those prioritizing quality and health. With higher protein content and no added chemicals, natural cheese is healthier and delivers an unmatched authentic taste.

However, processed cheese can be an excellent option for consumers seeking practicality and flexibility. It is widely available, has a longer shelf life, and is easier to use in various dishes. Its soft texture and uniform flavor make it ideal for everyday cooking, such as pizza, burgers, and other fast foods. On the downside, processed cheese usually contains higher salt levels and other additives, which may not be ideal for long-term consumption, especially for those monitoring their salt intake or preservative consumption.

Understanding these differences helps consumers make better choices when selecting cheese that fits their needs. Whether it's natural cheese with its authentic taste or versatile processed cheese, cheese always enhances the flavors of meals, both traditional and modern.

