

ABON DAGING - NANGKA



Info lebih lanjut hubungi :

Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Jawa Tengah

Jl. Soekarno -Hatta KM. 26, Bergas, Kab. Semarang

Telp. (0298) 5200107, 5200108. Fax. (0298) 5200109

<http://jateng.litbang.pertanian.go.id>

E-mail: bptp-jateng@litbang.pertanian.go.id



Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian
Kementerian Pertanian

2015

ABON DAGING- NANGKA

Disusun oleh :
Tri Cahyo Mardiyanto,
Sri Catur. B
Selvia Dewi. A
Dwi Nugraheni



Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian
Kementerian Pertanian
2015

KATA PENGANTAR

Dalam lingkup teknologi pascapanen peternakan, teknologi pangan mempunyai peranan penting dalam pemanfaatan hasil ternak sebagai bahan pangan sejak saat panen hingga menjadi hidangan siap konsumsi. Paradigma pembangunan peternakan di era globalisasi dewasa ini sudah bergeser dari peningkatan produksi ke arah peningkatan nilai tambah melalui pemanfaatan hasilnya.

Balai Pengkajian Teknologi Pertanian (BPTP) selaku unit pelaksana teknis Badan Penelitian dan Pengembangan Pertanian, Kementerian Pertanian melalui sentuhan teknologinya turut serta dalam mengembangkan produk olahan hasil ternak yang inovatif dan berdaya saing. Buklet ini disusun agar dapat memberikan gambaran umum dan dapat digunakan sebagai acuan dalam pengembangan teknologi pangan khususnya pengolahan hasil peternakan.

Ungaran, Juli 2015
Kepala BPTP Jawa Tengah

Dr. Ir. Moh. Ismail Wahab, M.Si

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Kata Pengantar	ii
Daftar Isi	iii
Daftar Tabel	iv
Daftar Gambar	v
Pendahuluan	1
Daging Sapi	3
Nangka	5
Abon	7
Bahan-bahan Yang Diperlukan	9
Peralatan Yang Diperlukan	10
Proses Pembuatan Abon Daging-Nangka .	12
Gambar Alur Pembuatan Abon Daging- Nangka	14
Daftar Pustaka	16

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Komposisi gizi daging sapi setiap 100 gram bahan	4
Tabel 2. Komposisi gizi nangka muda setiap 100 gram bahan	6

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Daging segar sapi lokal	3
Gambar 2. Nangka muda sebagai bahan substitusi daging	5
Gambar 3. Hasil akhir berupa produk a b o n y a n g s i a p dikemas/dikonsumsi	7
Gambar 4. Alur pembuatan Abon Daging-Nangka	8
Gambar 5. Bumbu dan santan sebagai bahan campur abon	9
Gambar 6. Mesin peniris minyak	11
Gambar 7. Sealer, alat pengemas abon dalam kemasan	11
Gambar 8. Alur proses pembuatan Abon Daging-Nangka	14

PENDAHULUAN

Teknologi pangan didefinisikan sebagai ilmu dan rekayasa untuk memproduksi, memproses, mengolah, mengemas, mendistribusikan, menyiapkan, dan memanfaatkan bahan ataupun produk pangan. Pada garis besarnya implementasi teknologi pangan dalam pemanfaatan hasil ternak mencakup tiga aspek utama, yaitu penanganan (*handling*), pengawetan (*preservation*) dan pengolahan (*processing*).

Teknologi pangan harus mampu menghasilkan produk yang kompetitif untuk menjawab tantangan dalam memenuhi kebutuhan pangan nasional dan pasar global. Tren pengembangan produk pangan saat ini antara lain ke arah produk bercitarasa khas, praktis (*simple and convenience*), memiliki fungsi kesehatan, eksotis dan dapat disajikan sesuai gaya hidup. Pengembangan dan diversifikasi produk olahan hasil ternak perlu mendapatkan perhatian saat ini dan dimasa mendatang yaitu: (1) pengembangan produk berbasis

protein, (2) pengembangan produk berbasis komoditas ternak unggulan, (3) pengembangan produk yang menunjang kesehatan seperti makanan fungsional dan produk ternak rendah lemak, serta (4) peningkatan mutu dan keamanan pangan hasil ternak.

Budaya mengkonsumsi daging sudah menyebar di sebagian besar masyarakat dunia. Kalau tidak ada daging mungkin dirasa kurang lengkap kandungan gizinya. Manusia menemukan keseimbangan jumlah dan jenis zat yang diperlukan ada dalam daging daripada dalam bahan pangan nabati.

Meningkatnya harga daging di pasaran menyebabkan masyarakat mulai melirik produk olahan daging yang disubstitusi dengan bahan dari nabati. Nangka muda berpotensi menggantikan sebagian daging pada produk olahan berbasis daging seperti abon dan dendeng. Nangka muda memiliki salah satu kriteria sebagai bahan pembuatan abon karena teksturnya berserat. Susbtitusi dengan nangka muda sebesar $\pm 50\%$

masih menghasilkan abon yang cukup baik, dari segi warna, aroma, rasa, dan tekstur. Selain itu, substitusi ini akan mengurangi biaya produksi sehingga akan menguntungkan produsen abon.

DAGING SAPI



Gambar 1. Daging segar sapi lokal

Daging merupakan bahan pangan yang penting dalam memenuhi kebutuhan gizi, selain mutu proteinnya tinggi, pada daging terdapat pula kandungan asam amino esensial yang lengkap dan seimbang. Bahan pangan ini juga mengandung beberapa jenis mineral dan vitamin.

Pengembangan teknologi dapat melalui antara lain: (1) rekayasa proses, (2) penggunaan bahan

penunjang, (3) teknik pengemasan dan teknik penyajiannya. Rekayasa proses pangan mencakup pengembangan keseluruhan proses sejak bahan mentah sampai produk akhir.

Tabel 1. Komposisi gizi daging sapi setiap 100 gram bahan

Komponen Gizi	Daging Sapi
Energi (Kal)	207
Protein (g)	18,8
Lemak (g)	14
Karbohidrat (g)	0
Kalsium (mg)	11
Fosfor (mg)	170
Besi (mg)	2,8
Vitamin A (SI)	30
Vitamin B1 (mg)	0,08
Vitamin C (mg)	0
Air (g)	66

Sumber : Direktorat Gizi, Depkes (1996)

NANGKA



Gambar 2. Nangka muda sebagai bahan Substitusi daging

Nangka adalah salah satu jenis buah yang paling banyak ditanam di daerah tropis. Di Indonesia, pohon nangka dapat tumbuh hampir di setiap daerah. Bagian dari buah nangka yang umum dikonsumsi adalah nangka muda, nangka masak, dan bijinya. Nangka muda memiliki komposisi mineral yang cukup bagus, terutama kalsium, fosfor, karbohidrat dan vitamin C.

Nangka muda pada umumnya hanya dimasak untuk pembuatan sayur. Selain digunakan sebagai bahan makanan berupa sayuran, nangka muda dapat di jadikan sebagai lauk pauk yang berbentuk dendeng.

Tabel 2. Komposisi gizi nangka muda setiap 100 gram bahan

Komponen Gizi	Daging Sapi
Energi (Kal)	51
Protein (gr)	2
Lemak (gr)	0,4
Karbohidrat (gr)	11,3
Kalsium (mgr)	45
Fosfor (mgr)	29
Besi (mgr)	0,5
Vitamin A (SI)	25
Vitamin B1 (mgr)	0,07
Vitamin C (mgr)	9
Air (gr)	85,4

Sumber : Direktorat Gizi, Depkes (1996)

ABON



Gambar 3. Hasil Akhir berupa produk abon yang siap dikemas/konsumsi

Abon merupakan salah satu jenis makanan awetan berasal dari daging (sapi, kerbau, ikan laut) dengan menggunakan tehnik pengeringan untuk menghilangkan air yang terdapat dalam bahan sehingga produk menjadi renyah.

Abon adalah produk hasil olahan dengan menggunakan tehnik pengeringan untuk menghilangkan air yang terdapat dalam bahan sehingga produk menjadi renyah. Abon dapat dijadikan pilihan sebagai makanan yang siap dikonsumsi karena abon bisa disajikan sebagai lauk, bahan isi utama dalam pangan tradisional atau hanya sebagai taburan dalam berbagai produk pangan atau menu makanan.



Gambar 4. Alur pembuatan abon daging nangka

Bahan-bahan yang diperlukan adalah :

1. Nangka muda 200 g;
2. Daging sapi 300 g;
3. Santan kelapa 150 ml;
4. Air secukupnya (200 – 500 ml);
5. Minyak goreng secukupnya (250 ml);
6. Bumbu-bumbu yaitu :
 - a. Bawang merah 40 g,
 - b. Bawang putih 30 g,
 - c. Kemiri 3 butir,
 - d. Kunyit 1 cm,
 - e. Ketumbar $\frac{1}{4}$ sendok makan,
 - f. Jintan secukupnya,
 - g. Gula merah 50 g,
 - h. Garam 10 g, dan
 - i. Penyedap rasa (kaldu daging sapi) $\frac{1}{2}$ sendok teh.



Gambar 5. Bumbu dan santan sebagai bahan campur

Peralatan yang diperlukan adalah :

1. Kompor dan wajan penggoreng, untuk pengeringan dengan penggorengan;
2. Baskom, untuk pencampuran bahan;
3. Cobek, untuk menghaluskan bumbu-bumbu, menumbuk daging dan nangka agar lebih mudah disuwir-suwir;
4. Panci, untuk merebus daging dan nangka;
5. Timbangan, untuk mengukur berat bahan dan bumbu agar sesuai dengan kebutuhan;
6. Pisau, untuk mengupas, memotong, penyuwiran bahan;
7. Plastik, untuk mengemas abon yang sudah jadi;
8. Sendok, untuk menakar bumbu bubuk/serbuk;
9. Gelas, untuk menakar bumbu cair;
10. Mangkok, untuk tempat bahan dan bumbu;

11. Mesin peniris minyak (*centrifuge/spinner*), untuk mengurangi kandungan minyak pada abon; dan



Gambar 6. Mesin peniris minyak

12. *Sealer*, untuk pengemas abon di dalam plastik agar lebih awet.



Gambar 7. *Sealer*, alat pengemas abon

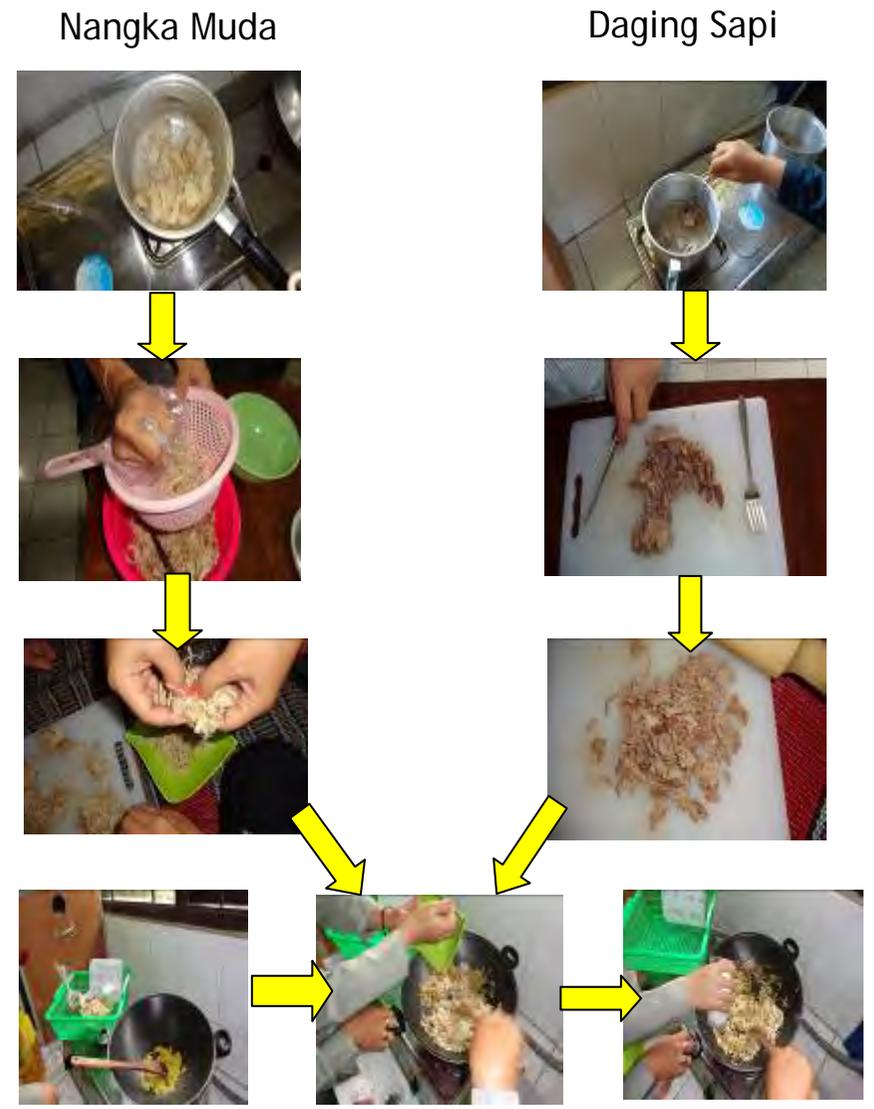
Dalam plastik

Proses Pembuatan Abon Daging – Nangka :

1. Didihkan air, kemudian masukkan nangka muda, masak hingga lunak sekitar 20 – 30 menit, kemudian diangkat dan ditiriskan.
2. Rebus daging sapi hingga matang (lunak dan berubah warna), angkat (jangan buang air rebusnya) dan disuwir-suwir (dengan pisau dan tangan).
3. Geprek/tumbuk nangka muda yang telah direbus dengan cobek (jangan terlalu halus) dan suwir-suwir.
4. Campurkan nangka muda dan daging sapi, aduk hingga rata dan sisihkan.
5. Panaskan 2 sendok makan (20 ml) minyak goreng, tumis bumbu yang telah dihaluskan, garam dan gula merah hingga harum.
6. Masukkan campuran nangka muda, daging sapi, dan santan kelapa. Masak dengan api sedang sambil diaduk hingga kering (sekitar 25 menit).

7. Panaskan minyak goreng secukupnya (sekitar 200 ml), kemudian goreng adonan hingga kering (sekitar 10 menit), kemudian angkat dan tiriskan.
8. Pisahkan minyak yang ada pada adonan abon dengan alat *centrifuge (spinner)*, hingga adonan kering (sekitar 5 menit). Pisahkan adonan abon dengan garpu agar tidak menggumpal.
9. Masukkan/kemas abon ke dalam plastik dan tutup dengan *sealer* (alat perekat plastik).

GAMBAR ALUR PROSES PEMBUATAN ABON DAGING-NANGKA



Gambar 8. Alur proses pembuatan abon daging-nangka



DAFTAR PUSTAKA

Adnan, S .A. 1977 . Tinjauan Umum Tentang Daging dan Masalahnya. LPP. Bogor .

Legowo, Anang. M, 2007. Peranan Teknologi Pangan dalam Pengembangan Produk Olahan Hasil Ternak di Tengah Kompetisi Global, Pidato Pengukuhan Guru Besar, Fakultas Peternakan, Universitas Diponegoro, Semarang.

Daftar Komposisi Bahan Makanan. 1996. Direktorat Gizi Departemen Kesehatan RI. Penerbit Bhratara, Jakarta.

Mardiyanto. T. C, dkk. 2015. Diversifikasi Teknologi Pengolahan Abon dan Dendeng Daging Sapi – Nangka. Makalah yang disampaikan pada Pembekalan Mahasiswa Magang Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro, tanggal 5 – 6 Februari 2015. Balai Pengkajian Teknologi Pertanian Jawa Tengah. Ungaran.

Winarno, F.G., 2002. Kimia Pangan dan Gizi. PT. Gramedia, Jakarta



Lanjutan Gambar 8. Alur proses pembuatan abon daging-nangka