



Rosyda Dianah, SKM, MKM

Sekolah Vokasi Institut Pertanian Bogor BOGOR Pelatihan Pangan Sehat Modul 2

Definisi Pengolahan Makanan

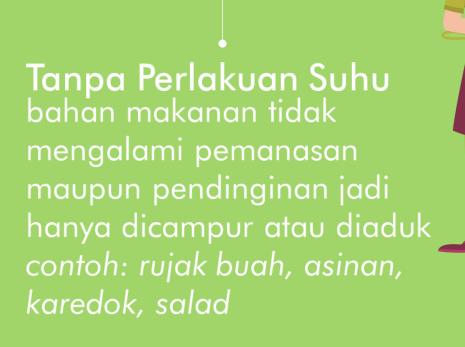
Proses atau teknik mengubah bahan makanan mentah menjadi makanan/hidangan ataupun mengubah makanan/hidangan menjadi bentuk lain untuk konsumsi oleh manusia atau oleh industri pengolahan makanan. Perubahan tersebut dalam hal rasa, bentuk maupun penampilan.



Tujuan Pengolahan Makanan

- ✓ makanan/hidangan
 aman
- ✓ lebih enak
- ✓ mudah dicerna
- ✓ menarik serta bergizi

Jenis-Jenis Pengolahan Makanan



Dengan Perlakuan Suhu dibedakan menjadi teknik pengolahan dengan pemanasan dan teknik pengolahan dengan pendinginan

Jenis-Jenis Pengolahan Makanan

Dengan Perlakuan Suhu

Teknik Pengolahan dengan Pendinginan

- Pendinginan biasa (> 0° C) contohnya agar-agar, fruit yellow
- Pendinginan kuat (< 0° C) contohnya ice cream, ice praline



- Panas basah (moist heat)
- Panas kering (dry heat)



Alat: panci

Cara memasak dalam cairan (air, kaldu, susu dan cairan lain-lain) dengan suhu pemanasan mencapai 100° C atau sampai muncul gelembung-gelembung air Tekstur makanan lembek, empuk dan mudah dicerna Hidangan bisa berkuah ataupun tidak berkuah



Alat: Kukusan

Tehnik memasak dengan memanfaatkan uap air, Tidak menghasilkan kaldu, Air dari bahan yang dimasak akan ikut menguap



Alat: Wajan

Memasak secara perlahan-lahan dengan api kecil dan cairan sedikit Dalam pelaksanaannya ditutup agar aroma tidak hilang



Teknik merebus perlahan digunakan untuk menghasilkan kaldu atau mengeluarkan ekstrak dari daging

Tehnik mengolah makanan dengan memasukkan bahan makanan ke dalam minyak panas dalam jumlah banyak Alat: Wajan, Sutil

Menggoreng (Deep Frying)

> Pinterest.com/friedfood Contoh Hidangan: Kue Ali, Ayam Crispy



Teknik mengolah makanan diatas lempengan besi panas (gridle) atau diatas pan dadar (teflon) yang diletakkan diatas perapian atau dilakukan diatas bara langsung dengan jeruji panggang atau alat bantu lainnya. Alat: Teflon, Gridl

> Sumber Gambar: pixabay.com/Grilledfood

Contoh Hidangan: Sate, Steak

Teknik pengolahan bahan makanan didalam oven dengan panas dari segala arah Alat: Oven

Sumber Gambar: Id.pngtree.com/Baking

Contoh Hidangan: Pizza, Roti

Alat: Oven

Teknik Pengolahan Panas Kering

Teknik memanggang bahan makanan dalam bentuk besar didalam ovens, sumber panasnya berasal dari kayu bakar, arang, gas, listrik, atau microwave oven. Sumber panas berasal dari seluruh arah oven

Roasting Sumber Gambar: Pinterest.com/Roastedchickenandduck Contoh Hidangan: Bebek Peking, Kalkun **Panggang**

Daftar Pustaka

Bartono dan Ruffino. 2005. Food Product Management di Hotel dan Restoran. Yogyakarta: Andi.

Gisslen, Wayne, et al. 2007. Professional Cooking for Canadian Chefs. New Jersey: John Wiley&Sons, Inc

Minantyo, H. 2011. Dasar-dasar Pengolahan Makanan. Graha Ilmu. Jakarta.

Pelatihan Pangan Sehat Modul 2



lerimakasin