

## # KATEGORI MAKANAN

### ## Manisan Pala Basah

Manisan pala basah camilan tradisional yang dibuat dari daging cangkang pala yang melalui proses perendaman larutan gula, menghasilkan tekstur yang kenyal dan rasa manis dengan aroma khas pala yang menyegarkan. Manisan pala basah mewarisi banyak khasiat dari buah pala sendiri seperti kesehatan pencernaan, meningkatkan nafsu makan, mengatasi insomnia, menyegarkan nafas, dan sumber antioksidan.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) 500 gr Buah Pala
- 2) 1 sdm garam
- 3) 700 ml Air Untuk Merebus Pala
- 4) 500 gr Gula Pasir

#### ### Langkah – Langkah :

1. Kupas buah pala, pisahkan bijinya. Iris buah pala
2. Rendam dalam air garam selama 10 menit. Buang airnya dan bilas buah pala pada air mengalir
3. Masak dalam air mendidih selama 2 menit. Matikan kompor, untuk memasak pala, tergantung pada palanya. Jika pala muda cukup 2 menit, jika pala matang (bunga dalam bijinya berwarna merah) maka masak 10 menit.
4. Tambahkan gula pasir, aduk rata sampai gula larut
5. Dinginkan dalam suhu ruang, pisahkan air sirup buah pala, dan simpan dalam botol.
6. Simpan manisan buah pala dalam tertutup di kulkas

### ## Manisan Buah Pala Kering

Manisan pala kering adalah produk olahan dari bagian daging cangkang pala yang diawetkan dengan gula dan dikeringkan, berfungsi sebagai camilan dengan manfaat kesehatan tertentu. Manisan pala kering juga mempunyai manfaat seperti membantu mengatasi masalah pencernaan, meningkatkan kualitas tidur, menjaga kesehatan mulut, meningkatkan nafsu makan, dan meningkatkan energi.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) Buah Pala 1 kg
- 2) Gula pasir ½ kg
- 3) Garam 6 sdm
- 4) 2 sdm Kapur Sirih
- 5) 6 buah Daun Jeruk
- 6) Pasta merah + Pasta Kopi
- 7) Air Secukupnya (100 ml untuk rebus gulanya 2x masak)
- 8) Vanili

#### ### Langkah-Langkah :

1. Kupas daging buah pala langsung di rendam dengan air garam selama 1 hari
2. Sebelum di rendam buah pala di sayat-sayat biar mekar seperti sayap
3. Hari ke-2 cuci buah pala dari air rendaman garam sampai bersih dan tiriskan, baru disiapkan air kapur sirih.
4. Masukkan buah pala ke dalam air kapur sirih dan diamkan selama 1 hari agar kalis dan garing ketika diberikan gula

5. Hari ke-3 dicuci buah pala dari air rendaman kapur sirihnya sampai bersih dan tiriskan
6. Sambil menunggu buah pala tiris, masak gula  $\frac{1}{4}$  kg dan air 50 ml dan daun jeruk + pasta (merah + kopi)

## **## Selai Buah Pala**

Selai buah pala merupakan produk olahan dari daging buah pala yang memiliki rasa khas manis dan aroma rempah yang alami. Selai ini dapat digunakan sebagai olesan roti, isian kue, maupun campuran minuman dan dessert.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) Daging buah pala 1 kg
- 2) Gula pasir 1 kg
- 3) Garam secukupnya
- 4) Air secukupnya
- 5) Pisau
- 6) Kain saringan

### **### Langkah – Langkah :**

1. Cuci daging buah pala hingga bersih.
2. Kupas lapirsan terluar daging buah pala, kemudian potong buah pala menjadi bagian kecil-kecil.
3. Rendam potongan daging buah pala dalam larutan air garam selama kurang lebih 1 jam.
4. Setelah proses perendaman selesai, tiriskan daging buah pala.
5. Haluskan daging buah pala menggunakan blender dengan menambahkan sedikit air agar mudah dihaluskan.
6. Campurkan daging buah pala yang telah dihaluskan dengan gula pasir hingga merata.
7. Masak campuran bubur pala dengan api besar hingga mendidih, kemudian kecilkan api agar bubur tetap mendidih perlahan.
8. Aduk terus selama proses pemasakan hingga bubur mengentak dan menyusut.
9. Setelah mencapai kekentalan yang diinginkan, matikan api dan diamka hingga mencapai suhu ruang.
10. Selai pala siap disajikan dan dinikmati.

## **## Dodol Pala**

Dodol pala adalah makanan tradisional semi padat yang dibuat dari bubur daging buah pala yang dicampur dengan santan kelapa, gula, dan tepung ketan. Dodol pala memiliki tekstur kenyal, rasa manis dengan aroma khas pala yang hangat, dan warna coklat tua yang mengkilat. Dodol pala memiliki manfaat sebagai sumber energi, menghangatkan tubuh, membantu pencernaan, dan merupakan camilan tradisional kaya nutrisi yang cocok untuk segala usia.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) 500 gr Bubur buah pala (daging buah pala yang sudah dihaluskan)
- 2) 300 gr Tepung ketan
- 3) 300 gr Gula pasir
- 4) 300 gr Gula merah, iris halus
- 5) 1 liter Santan kental

### ### Langkah – Langkah :

1. Siapkan daging buah pala yang sudah dikupas dan dibersihkan. Rendam dalam air kapur sirih selama 10 jam untuk mengurangi getah dan rasa sepat.
2. Cuci bersih daging pala dengan air mengalir hingga tidak ada sisa kapur sirih. Blanching (rendam dalam air mendidih) selama 10-15 menit untuk melunakkan tekstur.
3. Blender daging buah pala dengan sedikit air hingga menjadi bubur halus. Gunakan perbandingan pala dan air 1:1 agar tidak terlalu encer.
4. Rebus santan hingga mendidih dalam kuali atau panci besar dengan api sedang. Masukkan daun pandan untuk aroma lebih harum.
5. Masukkan gula pasir dan gula merah ke dalam santan yang mendidih. Aduk terus-menerus hingga gula larut sempurna dan adonan mulai mengental.
6. Tambahkan bubur buah pala sebanyak 500 gram dan tepung ketan sebanyak 300 gram ke dalam campuran santan. Aduk hingga tercampur merata tanpa ada gumpalan.
7. Tambahkan vanili dan sedikit garam sebagai penyedap rasa. Aduk rata.
8. Terus aduk adonan dodol tanpa henti dengan api sedang selama kurang lebih 3-4 jam. Jangan biarkan adonan tanpa pengawasan karena akan hangus dan berkerak di bagian bawah panci.
9. Setelah 2 jam pertama, adonan akan berubah warna menjadi cokelat pekat. Terus aduk hingga adonan benar-benar pekat.
10. Dodol matang ditandai dengan warna cokelat tua mengkilat, tekstur pekat dan tidak lengket di spatula pengaduk. Tes kematangan dengan mengambil sedikit adonan dan membentuknya, jika tidak lengket di tangan berarti sudah matang.
11. Angkat dan dinginkan dodol dalam loyang atau periuk hingga suhu ruang.
12. Setelah dingin, potong dodol sesuai selera atau gulung membentuk bulat lonjong.
13. Bungkus dodol pala dengan plastik wrap atau kertas roti, siap dikemas dan disajikan.

### ## Permen Jelly Pala

Permen jelly pala adalah camilan manis berbentuk kecil dengan tekstur kenyal seperti agar-agar yang terbuat dari daging buah pala, gula, dan gelatin atau agar-agar. Permen jelly pala memiliki rasa manis dengan aroma khas pala yang menyegarkan dan tekstur kenyal yang disukai anak-anak maupun dewasa. Permen jelly pala memiliki manfaat sebagai camilan sehat pengganti permen kimia, menghangatkan tubuh, dan mengandung nutrisi dari buah pala.

### ### Alat dan Bahan:

- 1) 300 gr Daging buah pala, haluskan
- 2) 200 gr Gula pasir
- 3) 2 bungkus Agar-agar plain atau nutrijel
- 4) 500 ml Air
- 5) 1 sdm Air jeruk nipis
- 6) Pewarna makanan secukupnya (opsional)
- 7) Gula pasir untuk taburan

### ### Langkah-Langkah:

1. Kupas dan bersihkan daging buah pala. Rendam dalam air garam selama 1 jam untuk menghilangkan getah dan rasa sepat.
2. Cuci bersih buah pala hingga tidak ada sisa garam. Blender atau haluskan daging buah pala dengan sedikit air hingga menjadi bubur halus.
3. Campurkan agar-agar atau nutrijel dengan 100 ml air, aduk rata hingga tidak ada gumpalan.

4. Rebus 400 ml air dalam panci hingga mendidih. Masukkan bubur pala yang sudah dihaluskan.
5. Tambahkan gula pasir, aduk rata hingga gula larut sempurna dan tercampur dengan bubur pala.
6. Masukkan larutan agar-agar ke dalam rebusan pala, aduk terus dengan api sedang hingga mengental dan mendidih.
7. Tambahkan air jeruk nipis untuk memberikan rasa segar. Jika ingin berwarna, tambahkan pewarna makanan sesuai selera.
8. Masak terus sambil diaduk hingga adonan benar-benar kental dan mulai mengkilat.
9. Tuangkan adonan ke dalam loyang datar yang sudah diolesi sedikit minyak. Ratakan permukaannya.
10. Diamkan dalam suhu ruang hingga mengeras sempurna, atau masukkan ke kulkas selama 1-2 jam agar lebih cepat mengeras.
11. Setelah mengeras, keluarkan dari loyang dan potong-potong sesuai bentuk yang diinginkan (kotak, bulat, atau bentuk lainnya).
12. Jemur potongan permen di bawah sinar matahari selama 1-2 hari hingga permukaannya agak kering dan tidak terlalu lengket. Bolak-balik agar kering merata.
13. Setelah kering, gulingkan permen ke dalam gula pasir agar tidak lengket satu sama lain.
14. Permen jelly pala siap dikemas dan disajikan.

### **## Paladang**

Paladang adalah manisan kering khas Jawa Barat yang terbuat dari campuran pepaya muda dan buah pala yang diparut, dicampur gula, lalu dibentuk bulat-bulat dan diberi pewarna makanan yang menyala. Paladang memiliki tekstur kenyal, rasa manis dengan aroma kombinasi pepaya dan pala yang unik. Paladang memiliki manfaat sebagai camilan tradisional yang menyegarkan, sumber serat dari pepaya dan antioksidan dari pala, serta cocok sebagai oleh-oleh khas daerah.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) 2 buah Pepaya muda ukuran sedang (sekitar 1 kg)
- 2) 30 biji Buah pala (atau 500 gr daging buah pala)
- 3) 1 kg Gula pasir
- 4) 250 gr Gula pasir untuk taburan
- 5) Pewarna makanan (merah, kuning, hijau, ungu) secukupnya
- 6) 1 sdt Vanili

### **### Langkah – Langkah :**

1. Kupas pepaya muda dan buah pala hingga bersih. Buang biji pepaya.
2. Parut pepaya dan daging buah pala menggunakan parutan kasar. Campur keduanya dalam satu wadah.
3. Peras parutan pepaya dan pala menggunakan kain bersih untuk mengurangi kadar air. Peras hingga cukup kering tetapi tidak terlalu keras.
4. Masukkan parutan pepaya dan pala yang sudah diperas ke dalam panci.
5. Tambahkan 1 kg gula pasir dan vanili ke dalam panci berisi parutan buah. Aduk rata.
6. Masak campuran dengan api sedang sambil terus diaduk hingga gula larut dan adonan menjadi kental seperti selai. Masak hingga air berkurang dan adonan tidak terlalu basah.
7. Setelah adonan matang dan cukup kental, angkat dan biarkan sedikit dingin hingga bisa dipegang.
8. Bagi adonan menjadi beberapa bagian (3-4 bagian) sesuai jumlah warna yang diinginkan.

9. Beri pewarna makanan pada masing-masing bagian. Aduk rata hingga warna merata (misalnya: merah, kuning, hijau, ungu).
10. Ambil sedikit adonan, bentuk menjadi bulatan kecil seukuran kelereng atau sesuai selera.
11. Gulingkan bulatan paladang ke dalam gula pasir hingga seluruh permukaannya terlapisi gula.
12. Jemur paladang di bawah sinar matahari selama 1-2 hari hingga permukaannya kering dan tidak lengket.
13. Setelah kering, paladang siap dikemas dan disajikan.

## **## Asinan Buah Pala**

Asinan buah pala adalah camilan sehat dari daging buah pala yang memiliki rasa unik dan menyegarkan, memadukan rasa pedas, manis, asam, dan aroma khas buah pala. Memiliki manfaat sebagai penyegar tubuh, sumber vitamin C, dan melancarkan pencernaan.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) 500 gr buah pala muda
- 2) 300 gr gula merah
- 3) 500 ml air
- 4) 1 sdm air asam jawa
- 5) ½ sdt garam
- 6) 1 sdt cabai bubuk
- 7) 2 lembar daun jeruk

### **### Langkah – Langkah :**

1. Kupas buah pala, keluarkan bijinya, dan iris menjadi 4 bagian.
2. Rendam pala tersebut ke dalam air garam selama 12 jam. Bilas pala hingga bersih dan tiriskan.
3. Rebus air dengan gula merah, garam, daun jeruk, dan air asam jawa hingga gula larut.
4. Masukkan pala dan masak hingga air mengental.
5. Tambahkan cabai bubuk, aduk rata, dan dinginkan pada suhu ruang.
6. Simpan manisan di dalam wadah tertutup.

## **## Keripik Pala**

Keripik pala adalah camilan tradisional yang terbuat dari daging buah pala yang diiris tipis dan digoreng hingga renyah. Keripik ini memiliki rasa unik dan khas dengan aroma pala yang harum, tekstur yang renyah, dan rasa yang gurih. Keripik pala memiliki manfaat membantu pencernaan dan cocok sebagai teman ngopi atau teh.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) 500 gr Buah pala segar
- 2) Garam Secukupnya (untuk perendaman)
- 3) Air secukupnya
- 4) Tepung beras secukupnya
- 5) Minyak goreng secukupnya

### **### Langkah – Langkah :**

1. Kupas kulit luar buah pala menggunakan pisau atau alat pengupas buah. Pisahkan biji dari daging buahnya.
2. Iris daging buah pala setipis mungkin menggunakan pisau tajam atau slicer agar hasil keripik lebih renyah dan matang merata.

3. Rendam irisan buah pala di dalam air bersih selama 30 menit untuk mengurangi getah dan rasa sepat.
4. Tiriskan irisan buah pala hingga airnya berkurang. Lalu taburi tebung beras hingga rata ke irisan buah pala.
5. Panaskan minyak goreng dengan api sedang dalam wajan.
6. Goreng irisan buah pala selama kurang lebih 1 jam atau hingga berwarna kecokelatan dan renyah. Gunakan api kecil hingga sedang agar tidak gosong dan matang merata.
7. Angkat dan tiriskan keripik buah pala di atas tissue atau saringan minyak hingga minyak tidak menetes lagi.
8. Setelah dingin, simpan keripik buah pala dalam wadah kedap udara agar tetap renyah dan tidak melempem.

## **## Bolu Aroma Pala**

Bolu aroma pala adalah kudapan lezat, manis, hangat, dan sedikit pedas. Namun manfaat kesehatan yang didapat berasal dari kandungan rempah pala itu sendiri, bukan dari bolunya secara spesifik. Meskipun jumlah pala yang digunakan dalam sepotong bolu kecil, tetapi memiliki manfaat bagi kesehatan seperti aroma yang menenangkan, dan membantu pencernaan.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) 5 butir telur
- 2) 110 gr mentega cair
- 3) 100 gr gula palm
- 4) 30 gr gula pasir
- 5) 110 gr terigu
- 6) 20 gr susu bubuk
- 7) 1 sdt sempra bubuk
- 8) Secukupnya vanili
- 9) Almond slice sebagai taburan

### **### Langkah – Langkah :**

1. Mixer gula dan telur selama 5 menit kemudian masukkan vanili dan pala kemudian mixer lg sampai mengembang
2. Kemudian masukkan terigu bertahap dan terakhir mentega.
3. Siapkan loyang bulat yg berlobang di tengah yg sdh di oles margarin dan di taburi terigu kemudian tuang adonan terakhir taburin almond slice dan panggang adonan.
4. Test tusuk sampai kue masak sempurna.
5. Jika bolu sudah masak sempurna lalu angkat dan siap disajikan.

## **## Cookies Pala**

Cookies pala adalah kue kering berbahan dasar tepung terigu, mentega, dan gula yang ditambahkan bubuk biji pala sebagai pemberi aroma dan rasa khas rempah yang hangat. Cookies pala memiliki tekstur renyah di luar dan sedikit lembut di dalam dengan aroma harum pala yang khas. Cookies pala memiliki manfaat sebagai camilan sehat pengganti snack kemasan, menghangatkan tubuh, dan cocok disajikan bersama teh atau kopi.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) 250 gr Tepung terigu protein sedang
- 2) 150 gr Mentega/margarin, suhu ruang
- 3) 100 gr Gula halus
- 4) 50 gr Gula pasir
- 5) 1 butir Telur
- 6) 2 sdt Bubuk biji pala
- 7) 1 sdt Bubuk kayu manis (opsional)
- 8) ½ sdt Baking powder
- 9) ½ sdt Vanili bubuk
- 10) Sejumput garam

#### ### Langkah – Langkah :

1. Panaskan oven dengan suhu 160-170°C. Siapkan loyang dan alasi dengan kertas roti atau olesi dengan mentega tipis.
2. Kocok mentega, gula halus, dan gula pasir menggunakan mixer dengan kecepatan sedang hingga lembut, mengembang, dan berwarna pucat (kurang lebih 3-5 menit).
3. Masukkan telur, kocok lagi hingga tercampur rata dengan adonan mentega dan gula.
4. Dalam wadah terpisah, ayak tepung terigu, baking powder, bubuk biji pala, bubuk kayu manis, vanili bubuk, dan garam. Aduk rata semua bahan kering.
5. Masukkan campuran bahan kering ke dalam adonan mentega secara bertahap sambil diaduk menggunakan spatula. Aduk hingga tercampur rata dan membentuk adonan yang bisa dipulung.
6. Ambil adonan sekitar 1 sendok teh, bulatkan dengan tangan, lalu pipihkan sedikit. Tata di atas loyang dengan jarak antar cookies sekitar 2-3 cm karena akan mengembang saat dipanggang.
7. Bisa juga dicetak dengan cetakan cookies untuk bentuk yang lebih menarik.
8. Panggang cookies dalam oven selama 15-20 menit atau hingga bagian bawah berwarna keemasan dan cookies terlihat matang. Jangan panggang terlalu lama agar cookies tidak terlalu keras.
9. Keluarkan dari oven dan biarkan cookies dingin di atas loyang selama 5 menit.
10. Pindahkan cookies ke rak pendingin dan biarkan hingga benar-benar dingin sebelum disimpan dalam wadah kedap udara.

### **## Perkedel Kentang Ayam**

Perkedel kentang pala merupakan olahan makanan yang berbahan dasar kentang dan ayam cincang yang dipadukan dengan pala sebagai rempah utama. Memiliki tekstur lembut di dalam dan renyah diluar, serta aroma rempah yang khas. Olahan ini cocok sebagai lauk pendamping maupun camilan, dan berpotensi dikembangkan sebagai produk UMKM siap jual.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) Kentang 500 g
- 2) Ayam cincang 100 g
- 3) Bawang merah 3 siung, iris tipis
- 4) Bawang putih 3 siung, iris tipis
- 5) Daun bawang 2 batang, potong kecil-kecil
- 6) Kuning telur 1 butir
- 7) Pala bubuk ½ sdt

- 8) Garam halus ½ sdt
- 9) Kaldu bubuk 1 sdt
- 10) Merica bubuk ½ sdt
- 11) Minyak goreng secukupnya
- 12) Putih telur 1 butir, kocok lepas
- 13) Wajan/panci penggorengan

#### Langkah – Langkah :

1. Cuci kentang hingga bersih, kemudian potong dengan ketebalan sedang.
2. Panaskan minyak lalu goreng kentang, dan bawang merah putih hingga matang.
3. Angkat kentang dan bawang yang telah digoreng, kemudian haluskan bersama-sama menggunakan ulekan.
4. Tambahkan ayam cincang, bumbu-bumbu, daun bawang, dan kuning telur ke dalam adonan kentang. Aduk hingga tercampur rata dan koreksi rasa.
5. Bagi adonan menjadi beberapa bagian, lalu bentuk bulat pipih.
6. Celupkan adonan ke dalam putih telur yang telah dikocok, kemudian goreng dalam minyak panas hingga matang dan berwarna kuning kecokelatan.
7. Angkat dan tiriskan. Perkedel kentang ayam bumbu pala siap disajikan dan dinikmati.

**## Sop**

Sop bumbu pala adalah hidangan sup bening khas Indonesia yang kaya rasa dan aroma harum rempah, terutama biji pala, yang memberikan rasa hangat dan gurih pada kaldu yang mempunyai manfaat sebagai peningkat nafsu makan.

#### Alat & Bahan :

- 1) Wortel 1 buah
- 2) Buncis 2 buah
- 3) Kubis 2 lembar
- 4) Kentang 1 buah
- 5) Telur puyuh 5 butir
- 6) Bawang daun 1 batang
- 7) Seledri 1 batang
- 8) Bawang putih 2 siung
- 9) Merica 4 biji
- 10) Pala ¼ biji
- 11) Garam secukupnya
- 12) Kaldu bubuk secukupnya
- 13) Panci
- 14) Pisau

#### Langkah – Langkah :

1. Potong-potong sayuran sesuai selera. Haluskan bawang putih, merica, dan pala.
2. Panaskan air lalu masukkan wortel, buncis, dan kentang. Masak hingga mendidih.
3. Setelah itu masukkan kubis, telur puyuh, dan bumbu yang sudah dihaluskan. Lalu tambahkan garam dan kaldu bubuk sesuai selera sambil koreksi rasa.
4. Setelah kubis layu tambahkan daun bawang dan seledri. Aduk hingga merata. Jika sayuran sudah matang sempurna, matikan api dan sop siap disajikan serta dinikmati.



## # KATEGORI MINUMAN

### ## Teh Pala

Teh pala adalah minuman herbal hangat yang dibuat dari seduhan daging buah pala kering atau segar dengan air panas, menghasilkan minuman dengan aroma harum khas pala dan rasa yang menenangkan. Teh pala memiliki manfaat sebagai minuman relaksasi, menghangatkan tubuh, membantu tidur lebih nyenyak, meredakan masuk angin, melancarkan pencernaan, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) Buah pala kering, iris tipis (atau 100 gr buah pala segar)
- 2) 1 liter Air
- 3) 2 sdm Madu atau gula aren (sesuai selera)
- 4) 1 batang Kayu manis (opsional)
- 5) 2 lembar Daun pandan (opsional)
- 6) 1 cm Jahe, memarkan (opsional)

#### ### Langkah-langkah:

1. Kupas dan bersihkan daging buah pala. Iris tipis-tipis.
2. Jemur irisan pala di bawah sinar matahari selama 2-3 hari hingga benar-benar kering. Bolak-balik agar kering merata.
3. Simpan irisan pala kering dalam wadah kedap udara.
4. Rebus 1 liter air dalam panci hingga mendidih.
5. Masukkan 2-3 iris daging buah pala kering (atau sesuai selera, semakin banyak semakin kental).
6. Jika ingin menambah aroma, masukkan kayu manis, daun pandan, atau jahe.
7. Rebus selama 10-15 menit dengan api kecil hingga air berubah warna menjadi kecokelatan dan aroma pala keluar.
8. Matikan api dan biarkan seduhan beberapa menit agar rasa lebih meresap.
9. Saring teh pala ke dalam gelas atau teko.
10. Tambahkan madu atau gula aren sesuai selera sambil masih hangat. Aduk rata.
11. Teh pala siap disajikan selagi hangat.

### ## Es Pala

Es Pala adalah minuman dingin khas Bogor yang dibuat dari irisan daging buah pala segar yang direbus dengan gula dan disajikan dengan es batu. Es pala memiliki cita rasa manis, segar, dengan aroma khas pala yang harum dan menenangkan. Es pala memiliki manfaat seperti menghilangkan dahaga, menyegarkan tubuh, sumber antioksidan, membantu pencernaan, dan cocok dinikmati saat cuaca panas.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) 300 gr Buah pala segar
- 2) 150 gr Gula pasir
- 3) 750 ml Air
- 4) 2 lembar Daun pandan
- 5) Garam secukupnya (untuk perendaman)
- 6) Es batu secukupnya
- 7) Air matang secukupnya (untuk pengenceran saat penyajian)

### ### Langkah – Langkah :

1. Cuci bersih buah pala. Kupas kulit luar buah pala dan pisahkan dari bijinya.
2. Iris daging buah pala tipis-tipis dengan ketebalan sekitar 2-3 mm agar tekstur tetap sedikit renyah setelah direbus.
3. Taburi irisan pala dengan garam secukupnya, aduk rata hingga semua permukaan terlapisi garam.
4. Tuang air secukupnya, rendam irisan pala dalam air garam selama 1 jam untuk menghilangkan getah dan rasa sepat.
5. Bilas bersih buah pala dari air garam dengan air mengalir berulang kali hingga tidak terasa asin lagi.
6. Rebus 750 ml air dalam panci hingga mendidih.
7. Masukkan gula pasir dan daun pandan ke dalam air mendidih, aduk hingga gula larut sempurna.
8. Masukkan irisan buah pala yang sudah bersih ke dalam larutan gula mendidih.
9. Aduk rata dan masak selama 2-3 menit saja. Jangan terlalu lama agar tekstur pala tidak terlalu lembek dan masih ada sensasi renyahnya.
10. Angkat dari kompor dan dinginkan hingga suhu ruang.
11. Setelah dingin, masukkan ke dalam kulkas dan simpan minimal 2-3 jam atau semalaman untuk hasil yang lebih segar dan rasa lebih meresap.
12. Saat penyajian, tuang air sirup dan irisan pala ke dalam gelas secukupnya (sekitar setengah gelas).
13. Tambahkan air matang sesuai selera untuk pengenceran.
14. Tambahkan es batu secukupnya hingga gelas penuh.
15. Es pala siap disajikan dan dinikmati selagi dingin.

### ## Jus Pala

Jus pala adalah minuman segar yang dibuat dari daging buah pala yang dihaluskan dengan blender, menghasilkan minuman dengan cita rasa manis, sedikit asam, dan aroma pala yang khas. Jus pala kaya akan manfaat seperti sumber vitamin C, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, membantu pencernaan, menyegarkan tubuh, dan memberikan energi alami untuk aktivitas sehari-hari.

### ### Alat & Bahan :

- 1) 300 gr Daging buah pala segar, potong-potong
- 2) 400 ml Air dingin (untuk blender)
- 3) 350 ml Air tambahan (untuk merebus)
- 4) 100 gr Gula pasir (sesuai selera)
- 5) Es batu secukupnya
- 6) 1 sdm Air jeruk nipis (opsional)

### ### Langkah – Langkah :

1. Kupas dan bersihkan buah pala, pisahkan dari bijinya dengan hati-hati.
2. Potong daging buah pala menjadi potongan kecil agar mudah diblender.
3. Masukkan potongan buah pala ke dalam blender bersama 400 ml air dingin.
4. Blender hingga halus dan tercampur rata. Jika buah pala sulit dihaluskan, tambahkan sedikit air lagi.
5. Tuang hasil blender ke dalam panci.
6. Tambahkan gula pasir dan 350 ml air lagi ke dalam panci berisi sari pala. Aduk rata.

7. Rebus campuran hingga mendidih sambil terus diaduk.
8. Buang buih yang muncul di permukaan selama proses perebusan agar jus lebih bersih.
9. Setelah mendidih dan gula larut sempurna, matikan api.
10. Saring sari pala ke dalam wadah lain menggunakan saringan halus untuk memisahkan ampas dan mendapatkan jus yang lebih halus.

## **## Sirup Pala**

Sirup pala adalah minuman tradisional yang dibuat dari daging buah pala segar dengan tambahan rempah biji dan fuli pala yang menghasilkan cita rasa khas dan aroma harum yang menyegarkan. Sirup pala kaya akan manfaat seperti meningkatkan sistem kekebalan tubuh, membantu pencernaan, menghangatkan badan, meredakan mual, dan mengandung antioksidan tinggi yang baik untuk Kesehatan.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) 1 kg Buah Pala (gelondong)
- 2) 3 Biji Pala muda
- 3) 3 buah Fuli/Sempura (kulit ari biji pala)
- 4) 1 kg Gula Pasir
- 5) 4-5 liter Air
- 6) Garam secukupnya (digunakan untuk proses perendaman)

### **### Langkah – Langkah :**

1. Belah buah pala menjadi dua bagian, pisahkan biji dari daging buahnya. Kupas kulit daging buah pala.
2. Rendam daging buah pala dengan air garam (gunakan garam dalam jumlah banyak) semalaman untuk menghilangkan getah dan rasa sepat.
3. Cuci bersih buah pala dengan air mengalir hingga rasa asin hilang. Rendam kembali dengan air bersih. Potong daging buah pala tipis-tipis.
4. Ulek halus 3 biji pala dan 3 fuli/sempra. Rebus air dengan biji pala dan fuli yang sudah diulek hingga mendidih.
5. Saring rebusan untuk memisahkan ampas rempah, ambil air rebusannya.
6. Tambahkan air hingga mencapai 4-5 liter. Masukkan 1 kg gula pasir, aduk hingga larut.
7. Setelah gula larut, masukkan potongan daging buah pala. Masak dengan api sedang sambil terus diaduk hingga daging buah pala lembut dan air menjadi mengental seperti sirup dengan warna kecoklatan.
8. Dinginkan dalam suhu ruang. Simpan sirup pala dalam botol steril tertutup. Simpan di kulkas agar lebih tahan lama.

## **## Susu Sirup Pala**

Susu sirup pala adalah minuman hangat atau dingin yang memadukan sirup pala (dari buah pala) dengan susu, menciptakan rasa rempah yang khas, menghangatkan, dan bisa membantu relaksasi serta tidur lebih nyenyak karena kandungan pala yang menenangkan. Susu sirup pala termasuk produk turunan dari sirup pala.

### **### Alat dan Bahan :**

- 1) Sirup pala
- 2) Susu UHT
- 3) Gelas atau botol
- 4) Air secukupnya

## 5) Sendok

### ### Langkah – Langkah :

1. Tuangkan sirup pala secukupnya ke dalam gelas atau botol.
2. Tambahkan sedikit air untuk mencairkan sirup, kemudian aduk hingga tercampur.
3. Masukkan susu UHT sesuai selera ke dalam gelas atau botol, lalu aduk hingga seluruh bahan tercampur rata
4. Susu sirup pala siap disajikan dan dinikmati.

## # KATEGORI WEWANGIAN

### ## Lilin Aromaterapi Pala

Lilin aromaterapi dari pala ini berfungsi sebagai pengharum ruangan yang memberikan aroma hangat dan menenangkan. Aroma pala yang dipadukan dengan essential oil membantu menciptakan suasana rileks, mengurangi stres, serta meningkatkan kenyamanan dan fokus. Lilin ini cocok digunakan di rumah, ruang kerja, maupun ruang istirahat. Selain memberikan manfaat relaksasi, lilin aromaterapi pala juga memiliki nilai estetika dan berpotensi dikembangkan sebagai produk UMKM bernilai jual. Lilin aromaterapi pala ini termasuk produk turunan dari minyak aroma pala.

### ### Alat & Bahan :

- 1) Parafin Wax
- 2) Sumbu lilin
- 3) Cangkang buah pala kering
- 4) Pala muda kering (sudah ditumbuk/dihaluskan)
- 5) Essential oil secukupnya
- 6) Jar kaca
- 7) Panci

### ### Langkah – Langkah :

1. Lelehkan parafin wax menggunakan metode tim (double boiler), hingga benar-benar mencair.
2. Setelah parafin wax meleleh sempurna, tambahkan essential oil secukupnya, kemudian aduk hingga tercampur merata.
3. Pasang sumbu lilin ditengah jar kaca.
4. Masukkan pala muda kering yang telah dihaluskan ke dalam masing-masing jar, lalu tambahkan 2-3 buah cangkang pala kering.
5. Tuangkan parafin wax cair ke dalam jar secara perlahan.
6. Diamkan hingga lilin mengeras dan memadat sempurna.
7. Setelah mengeras, lilin aromaterapi siap digunakan.

### ## Minyak Aroma Pala

Minyak aroma pala adalah minyak esensial kaya manfaat untuk relaksasi, pencernaan, pereda nyeri, dan meningkatkan mood, digunakan dalam aromaterapi, kosmetik, relaksasi & emosi, dan stimulasi saraf. Minyak ini menjadi bahan dasar pembuatan lilin dan sabun.

#### ### Alat & Bahan :

- 1) Cangkang pala kering yang telah dikupas 200 g (hingga tidak berbau tanah)
- 2) Daun pala kering 100 g
- 3) Biji pala muda yang kering 10 biji, dipotong menjadi 4 bagian
- 4) Minyak tropical atau minyak bunga matahari 1 L (minyak sayur; **tidak disarankan menggunakan minyak curah**).
- 5) Panci
- 6) Saringan halus

#### ### Langkah – Langkah :

1. Masukkan seluruh bahan ke dalam panci, kemudian panaskan menggunakan api kecil.
2. Masak selama kurang lebih 2 jam dengan panci dalam kondisi tertutup. Aduk minyak setiap 30 menit sekali dan pastikan minyak tidak sampai mendidih.
3. Setelah warna minyak berubah menjadi kecokelatan dan aroma sudah tercium, matikan api.
4. Dinginkan minyak hingga mencapai suhu ruang, kemudian saring menggunakan saringan halus agar terpisah dari ampas bahan.
5. Minyak sudah siap dikemas dan digunakan.

### # KATEGORI PERAWATAN & KECANTIKAN

#### ## Sabun Batang Eco Enzym

Sabun eco enzym adalah sabun alami yang dibuat dengan menambahkan eco enzym (cairan fermentasi sisa buah, gula, air) sebagai bahan utama atau aditif, menjadikan lebih efektif membersihkan noda membandel berkat enzym proteolitik, amilolitik, dan lipase yang bersifat antibakteri, pelembut, dan ramah lingkungan karena mengurangi limbah organik. Memiliki manfaat meliputi pembersih serbaguna (cuci tangan, badan).

#### ### Alat & Bahan :

- 1) Lemon 3 buah
- 2) Gliserin 3 sdm
- 3) Air Distilasi 2 sdm
- 4) Soap base 300 g
- 5) Eco enzym 1 sdm
- 6) Madu 1 sdt

#### ### Langkah – Langkah :

1. Kupas tipis kulit lemontipis, ambil bagian kuning saja (hindari bagian putih).
2. Masukkan kulit lemon ke wadah, tambahkan 3 sdm gliserin dan 2 sdm air distilasi, lalu aduk hingga rata.
3. Masukkan ke dalam blender, blender hingga hancur kasar.
4. Saring dan peras hasil blender, ambil airnya saja, lalu sisihkan.
5. Lelehkan soap base dengan metode double boiler hingga mencait (jangan sampai mendidih).
6. Campurkan 1 sdm eco enzym dengan 1 sdt madu, aduk hingga rata.
7. Setelah soap base meleleh, matikan api lalu tambahkan 4 sdm jus kulit lemon dan campuran eco enzym + madu, aduk perlahan hingga tercampur rata.
8. Tuangkan adonan ke dalam cetakan.
9. Diamkan pada suhu ruang hingga mengeras (1-3 jam).
10. Setelah mengeras, keluarkan dari cetakan, sabun siap digunakan

## **## Hand Soap**

Sabun tangan cair merupakan sabun pembersih tangan dari kotoran dan kuman, memiliki tekstur lembut, mudah dibilas, serta aroma segar alami yang terdapat dari essential oil dan kulit jeruk. Sabun ini cocok digunakan untuk kebutuhan sehari-hari dan berpotensi dikembangkan sebagai produk UMKM.

### **### Alat & Bahan :**

- 1) Mes 500 g
- 2) Garam 250 g
- 3) Air
- 4) Kulit jeruk kering (dipotong kecil)
- 5) Essential oil secukupnya
- 6) Bak air

### **### Langkah – Langkah :**

1. Potong kecil kulit jeruk menjadi bagian kecil, kemudia jemur dibawah sinar matahari hingga benar-benar kering.
2. Campurkan 500 g Mes dengan 1,5 liter air, lalu aduk hingga rata.
3. Panaskan larutan Mes sambail terus diaduk. Jangan sampai mendidih, panaskan hingga larutan Mes berubah warna menjadi bening.
4. Angkat larutan Mes yang sudah bening, kemudian tambahkan 1,5 liter air dan aduk hingga merata sampai suhu larutan menurun.
5. Larutkan 250 g garam ke dalam 2 liter air, lalu masukkan larutan garam tersebut ke dalam larutan Mes. Aduk hingga tercampur rata.
6. Masukkan potongan kulit jeruk kering dan essential oil secukupnya, kemudian aduk hingga rata
7. Sabun sudah siap dimasukkan ke dalam kemasan yang telah disiapkan dan siap digunakan