



RESEP OLAHAN LELE

LAWAR LELE

BAHAN :

- Ikan lele yang telah difilet (diambil dagingnya saja)
- Kelapa ½ butir dan dibakar, lalu diparut
- Kelungah, kacang panjang
- Bawang goreng

BUMBU :

- 2 siung bawang putih
- 4 cm kencur
- Terasi secukupnya
- Garam
- Bumbu gulai cap "Bamboo"
- Jeruk limau, cabe besar, cabe kecil, merica, tabie bun/cabe hutan.

CARA MEMBUAT :

- Daging filet lele dicincang sampai halus
- Rebus kacang panjang dan kelungah sampai setengah matang.
- Jika sudah matang dipotong kecil-kecil untuk ramesnya.
- Uleg/haluskan bumbu sampai halus lalu goreng.
- Lele dilumuri bumbu setengah kemudian dibuat pepes dan dipanggang.
- Parutan kelapa dicampur dengan bumbu gulai sampai rata
- Jika rajangan lele sudah matang, campur bumbu, parutan kelapa dan kacang panjang, kelungah hingga rata.
- Isi perasan jeruk limau dan taburi bawang goreng
- Lawar siap dihidangkan.



SATE LILIT LELE

BAHAN :

- 0,5 kg daging lele yang sudah difilet atau diblender
- 0,5 butir kelapa muda yang sudah diparut
- 1 cangkir/gelas santan kental
- Jeruk limau
- Minyak kelapa tandusan
- Tusuk sate dari bambu atau kayu.

BUMBU :

- 3 biji cabe kecil
- 3 biji cabe besar
- Terasi yang sudah dipanggang
- Merica, cabai hitam
- Gula pasir secukupnya
- Garam secukupnya
- Penyedap rasa



CARA MEMBUAT :

- Uleg/haluskan bumbu hingga rata
- Buat adonan bumbu dengan daging
- Tumbuk atau blender adonan sate tersebut
- Angkat dan isi sedikit demi sedikit santan kental
- Tambahkan bawang goreng, penyedap rasa, perasan jeruk limau
- Lilit adonan sate dengan tusuk sate ukuran sedang
- Panggang di atas bara api.
- Sate siap dihidangkan

TUM LELE

BAHAN :

- 0,5 kg daging lele yang sudah difilet/diblender
- 3 batang kecombrang/bongkot
- 1 gelas santan kental
- 3 lembar daun jeruk purut yang dirajang atau buah jeruk limau
- Daun pisang yang sudah dilayukan
- Daun salam
- Bawang goreng

BUMBU :

- 3 biji cabe kecil
- 2 biji cabe besar
- 3 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih
- Terasi secukupnya
- Garam secukupnya
- Penyedap rasa
- Minyak goreng
- Kencur 2 jari
- Kunyit 2 jari
- Jahe 2 jari
- Lengkuas 2 jari
- 1 sdt merica
- 2 biji cabe hitam



CARA MEMBUAT :

- Bumbu diuleg halus dan digoreng
- Kecombrang/bongkot dirajang halus
- Daging yang difilet dicincang halus
- Buat adonan daging cincang, kecombrang dan bumbu halus sambil tuangkan santan perlahan-lahan, ditambah rajangan jeruk purut atau perasan limau dan bawang goreng.
- Bungkus dengan daun pisang yang dialasi daun salam
- Kukus selama setengah jam.
- Tum siap dihidangkan

BAKSO IKAN LELE

BAHAN :

- Daging ikan lele 1 kg
- Tepung kanji 1 ons
- Air 4 liter
- Putih telur 1 butir
- Garam 2 gr
- Es batu 1 kg
- Kuah Bakso : Merica, bawang putih



CARA MEMBUAT :

- Pisahkan daging ikan dari tulang-tulang dan durinya dengan cara menyayat memanjang pada bagian punggung hingga terbelah (fillet)
- Ambil dagingnya dengan cara dikerok menggunakan sendok
- Campur air, garam, es batu, dan daging ikan, rendam selama 15 menit
- Buanglah jika muncul lemak yang mengapung di permukaan air
- Setelah 15 menit angkat daging ikan dan peras menggunakan kain kasa untuk memisahkan air dari daging ikan.
- Kemudian haluskan daging tersebut dengan cara ditumbuk atau digiling
- Haluskan bumbu-bumbu (merica, bawang putih, garam) ke dalam daging, lumat sambil diuleni dan masukkan kanji sedikit demi sedikit
- Aduk adonan sampai tercampur dan tidak lengket di tangan, tambahkan putih telur satu butir untuk setiap 1 kg adonan
- Lakukan pencetakan yaitu dengan membuat bola-bola kecil dengan cara adonan diletakkan pada telapak tangan, dikepal-kepal,

kemudian ditekan, sehingga keluar bola-bola bakso dari sela-sela jari telunjuk dan ibu jari. Bola-bola bakso yang keluar dari kepala itu diangkat dengan sendok dan sedikit ratakan.

- Masukkan dalam air hangat biarkan selama 20 menit, kemudian rebus dalam air mendidih sampai bakso mengapung sebagai tanda telah matang.
- Angkat bakso yang telah matang dan masukkan dalam air dingin (air es) biarkan \pm 15 mnt. Angkat bakso, dan siap dihidangkan.
- Kuah Bakso : rebus sisa-sisa penyiangkan, seperti kepala, tulang, kemudian berikan bumbu yang telah dihaluskan (merica, bawang putih, garam).
Tambahkan bawang goreng saat menghidangkan.

NUGGET LELE

BAHAN :

- Daging ikan : 500 gr
- Bawang putih : 6 siung
- Pala halus : secukupnya
- Merica halus : 1 sdm
- Garam : 2 sdm
- Gula pasir : 2 sdm
- Bawang daun : 2 batang
- Penyedap rasa : secukupnya
- Telur : 2 butir
- Roti tawar : 3 lembar
- Tepung roti/panir : 500 gr
- Minyak goreng : secukupnya



FORMULA BUTTER MIX :

- Terigu : 4 sdm
- Tepung maizena : 2 sdm
- Air es : secukupnya
- Telur : 1 butir
- Garam : secukupnya
- Penyedap rasa : 0,5 bks kecil
- Merica halus : 0,5 bungkus kecil
- Soda kue : secukupnya

- Aduk dengan mixer hingga merata dan kekentalan tertentu, selanjutnya digunakan untuk pencelupan produk (agar hasilnya bagus butter mix disimpan dulu dalam kulkas sebelum digunakan).

CARA MEMBUAT :

- Daging ikan dihaluskan, masukkan bumbu : garam, pala, merica, penyedap rasa, gula, dan daun bawang. Kemudian giling hingga halus.
- Tambahkan telur dan aduk hingga rata
- Tambahkan roti tawar yang telah dipotong-potong dan aduk sebentar
- Adonan diangkat dan aduk dengan solet, masukkan dala cetakan/ loyang.
- Kukus selama 30 menit dari saat air mendidih atau bila ditusuk dengan lidi terasa kalis/tidak lengket.
- Angkat dan dinginkan, setelah dingin potong-potong seperti jari, bulat, pipih, atau menurut selera.
- Potongan nugget dicelupkan dalam butter mix/atau putih telur, kemudian digulingkan atau dibalut dengan tepung roti/panir.
- Selanjutnya digoreng dalam minyak panas, tercelup semua dalam minyak sampai warna kuning kecoklatan
- Dihidangkan dengan saus tomat/sambal tomat

PRESTO LELE

BAHAN :

- Ikan lele : 1 kg
- Sereh : 2 btg digeprak
- Jahe : 3 cm digeprak
- Daun salam : 3 lembar
- Telur untuk menggoreng

BUMBU YANG DIHALUSKAN :

- Bawang putih : 10 siung
- Ketumbar : 1 sdt
- Kemiri : 2 butir
- Kunyit : 5 cm
- Cabe merah : 2 buah



CARA MEMBUAT:

- Ikan lele dibuang bagian insang dan isi perutnya
- Masukkan ikan lele yang telah dicuci ke dalam panci presto, tambahkan sereh dan jahe yang telah digeprak, daun salam dan bumbu yang sudah dihaluskan.
- Kemudian tambahkan air setinggi permukaan ikan yang telah ditata dalam panci presto
- Tutup panci presto dan masak menggunakan api kecil selama 1 jam
- Biarkan panci presto sampai dingin (jangan dibuka tutupnya)
- Setelah dingin angkat ikan dengan hati-hati kemudian celupkan ikan ke dalam telur, lalu goreng dengan api kecil sampai kuning kecoklatan (matang).

PECEL LELE

BAHAN :

- Lele ukuran sedang
- 2 biji tomat
- 2 biji cabe besar
- 2 biji cabe kecil
- Garam secukupnya
- Gula merah
- Terasi yang dibakar terlebih dahulu
- Minyak kelapa
- Daun jeruk purut
- Jeruk limau



CARA MEMBUAT :

- Lele dibersihkan dan dibuang isi perutnya, kemudian dicuci dan direndam dengan sedikit garam dan cuka selama 15 menit.
- Goreng lele hingga matang.
- Haluskan bumbu sampai halus kemudian direbus dan diisi sedikit dengan minyak kelapa dan daun jeruk purut.
- Atur ikan di atas piring dan siramkan bumbu di atas ikan lele dengan diisi perasan jeruk limau
- Siap dihidangkan

PEPES LELE *BASÈ* RAJANG

BAHAN :

Cabe, Merica, Tabia Bun (cabai hutan), Kunyit, Jahe, Lengkuas, Terasi, Serai, Minyak kelapa tandusan (minyak kelapa murni), Garam, Gula pasir, Penyedap, daun pisang untuk membungkus

CARA MEMBUAT:

- Panggang lele kemudian dagingnya disuir-suir.
- Rajang bumbu hingga halus
- Campurkan lele dengan bumbu hingga rata lalu isi dengan minyak kelapa tandusan/minyak kelapa murni
- Bungkus dengan daun pisang buat pepes
- Bakar hingga matang
- Siap dihidangkan



LEMPER LELE

BAHAN ISI LEMPER:

- Daging lele : ¼ kg
- Bawang merah : 5 siung
- Bawang putih : 2 siung
- Merica : secukupnya
- Ketumbar : secukupnya
- Santan Kelapa : 1 gelas (220 ml)
- Minyak Kelapa : ½ gelas
- Jeruk nipis : 1 buah
- Cabe besar : 3 buah
- Cabe kecil : 3 buah
- Garam : secukupnya



BAHAN LEMPER :

- Ketan putih : ½ kg
- Santan kelapa : secukupnya
- Garam : secukupnya

CARA MEMBUAT :

Ketan dikukus sampai matang, angkat.

Untuk isi lempor :

- Bumbu dihaluskan, kemudian dicampur dengan daging lele.
- Setelah tercampur rata, masak/goreng adonan tersebut hingga matang.

- Buat lapisan ketan yang sudah matang setebal $\frac{1}{2}$ cm, kemudian beri di atasnya adonan isi lempur, lalu tutup kembali dengan lapisan ketan setebal $\frac{1}{2}$ cm.
- Potong lempur tersebut sesuai selera, kemudian bungkus dengan daun pisang. Lempur siap dihidangkan

ABON LELE

BAHAN :

- Ikan Lele (10 kg)
- Bawang merah (1 kg). Sebanyak 750 gram dari bawang ini dijadikan bawang goreng.
- Bawangputih (400 gram)
- Bubukketumbar (50 gram)
- Lengkuas (50 gram)
- Daun salam (15 lembar)
- Sereh (7 potong)
- Gulapasis (750 gram)
- Asam Jawa (50 gram)
- Santankental (2000 ml)



CARA PEMBUATAN

- Penyiangan ikan. Ikan lele disiangi. Jeroan dan kepala dibuang. Setelah itu ikan dipotong-potong dan dicuci bersih.
- Penyiapan suiran ikan. Potongan ikan yang telah dicuci bersih dikukus selama 1 jam. Setelah dingin, tulang ikan dibuang, kemudian disuir-suir dan ditumbuk dengan pelan-pelan sehingga berupa serat-serat halus.
- Penyiapan bumbu dan santan. Lengkuas dan sereh dipukul-pukul sampai memar. Bawang merah (250 gram), bawang putih dan ketumbar digiling halus, kemudian ditumis. Setelah agak harum, ditambahkan santan kental, lengkuas, asam jawa, gula, daun salam dan sereh. Pemanasan diteruskan sampai mendidih dan volume santan tinggal setengahnya.

- Pemasakan abon
- Suiran dimasukkan sedikit demi sedikit ke dalam santan mendidih. Sementara itu, api dikecilkan sekedar menjaga santan tetap mendidih. Pemanasan yang disertai pengadukan dilakukan sampai suiran ikan menjadi setengah kering. Hasil yang diperoleh disebut dengan abon lembab ikan.
- Abon lembab ikan lele diangkat, kemudian digoreng di dalam minyak panas (suhu 170° C) sampai garing (bila diremas berkemersik).
- Penirisan. Abon panas yang baru diangkat dari minyak harus segera ditiriskan. Penirisan dianjurkan dengan menggunakan alat peniris sentrifugal, alat pres ulir, atau pres hidrolik. Setelah ditiriskan dengan alat peniris sentrifugal, atau alat pres, abon dipisah-pisahkan.
- Pencampuran dengan bawang goreng. Abon yang telah ditiriskan dicampur dengan bawang goreng. Hasil yang diperoleh disebut dengan abon ikan.
- Abon ikan dikemas di dalam kemasan yang tertutup rapat. Kantong plastik merupakan salah satu kemasan yang cukup baik digunakan untuk mengemas abon.

LADRANG LELE

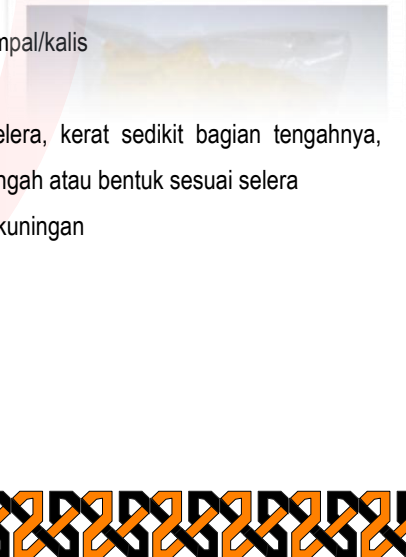
BAHAN :

- 100 gr tepung terigu
- 100 gr daging lele
- 20 gr tepung maizena
- ½ sdt baking powder
- 1 butir telur, diambil kuningnya saja
- 30 gr margarin.
- seledri (potong halus)
- 1 sdt garam
- 25 ml air es
- Bumbu kaldu
- minyak goreng



CARA MEMBUAT :

- Aduk semua bahan sampai menggumpal/kalis
- Giling adonan sampai halus/tipis
- Potong segitiga/ bentuk sesuai selera, kerat sedikit bagian tengahnya, masukkan bagian yang lancip ke tengah atau bentuk sesuai selera
- Goreng dengan api kecil sampai kekuningan



KERIPIK KULIT LELE

BAHAN :

- Kulit lele
- Jeruk nipis
- Tepung BumbuMinyak Kelapa

CARA MEMBUAT :

- Kulit lele yang telah dibersihkan direndam dengan larutan perasan jeruk nipis.
- Kemudian cuci dan tiriskan.
- Kemudian potong kulit lele tersebut sesuai selera
- Lumuri kulit lele tersebut dengan tepung bumbu.
- Goreng dengan api kecil hingga kuning kecoklatan.
- Keripik kulit lele siap disantap



STICK LELE

BAHAN :

- Singkong
- Daging lele yang sudah dibersihkan dari tulang dan duri

BUMBU :

- Cabe besar
- Cabe kecil
- Bawang putih
- Bawang merah
- Ketumbar
- Merica
- Garam
- Penyedap rasa



CARA MEMBUAT :

- Singkong diparut.
- Bumbu dihaluskan, kemudian campur dengan singkong yang telah diparut.
- Kukus adonan tersebut hingga matang
- Setelah matang, giling adonan tersebut tipis-tipis berbentuk mie. Bisa juga dengan menggunakan alat pembuat pasta atau mie.
- Goreng dengan api kecil hingga kuning kecoklatan.
- Angkat dan sajikan

KERIPIK KETELA LELE

BAHAN :

- Singkong
- Daging lele yang sudah dibersihkan dari tulang dan duri

BUMBU :

- Cabe besar
- Cabe kecil
- Bawang putih
- Bawang merah
- Ketumbar
- Merica
- Garam
- Penyedap rasa



CARA MEMBUAT :

- Singkong diparut.
- Bumbu dihaluskan, kemudian campur dengan singkong yang telah diparut.
- Kukus adonan tersebut hingga matang
- Setelah matang, giling adonan tersebut tipis-tipis, potong sesuai selera (segiempat/ segitiga). Bisa juga dengan menggunakan alat pembuat pasta.
- Goreng dengan api kecil hingga kuning kecoklatan.
- Angkat dan sajikan

OPAK LELE

BAHAN :

- Tepung beras
- Tepung tapioka
- Garam
- Bawang putih
- Bawang merah
- Cabe
- Merica
- Daging lele



CARA MEMBUAT :

- Haluskan bumbu.
- Campur tepung beras dan tepung tapioka, kemudian masukkan bumbu yang sudah dihaluskan, tuang air secukupnya sampai kalis.
- Panggang adonan di atas kompor. Potong adonan tersebut tipis-tipis Lalu jemur hingga kering.
- Setelah kering, goreng dengan api kecil hingga matang.

LUMPIA LELE

BAHAN KULIT LUMPIA:

- Tepung terigu: 1 kg
- Tepung tapioka : ¼ kg
- Garam secukupnya

BAHAN ISI LUMPIA : Taoge

- Wortel
- Daging lele

BUMBU ISI LUMPIA :

- Bawang putih : 5 siung
- Cabai merah : 3 buah
- Cabai kecil : 3 buah
- Penyedap rasa
- Garam

CARA MEMBUAT KULIT LUMPIA :

Campur tepung terigu dan tapioka, beri air, garam sampai menjadi adonan sampai encer. Lalu masak adonan tersebut di atas penggorengan anti lengket, dengan takaran 1 sendok sayur untuk 1 buah kulit lumpia.

CARA MEMBUAT ISI LUMPIA :



Haluskan bumbu, kemudian tumis. Setelah harum masukkan daging lele, taoge, wortel. Tumis/ masak sampai matang.

CARA MEMBUAT LUMPIA :

Masukkan isi lumpia ke atas kulit lumpia, kemudian lipat kulit tersebut. Goreng hingga kuning kecoklatan. Siap dihidangkan.



RESEP OLAHAN IKAN

IKAN GULUNG

Ikan gulung merupakan salah satu jenis olahan fish jelly product dengan menggunakan kembang tahu yang berfungsi sebagai pembuat serta memberikan rasa yang kas dari produk yang dihasilkan. Bentuk produk ikan gulung adalah panjang dengan diameter $\frac{1}{2}$ lingkaran. Produk ini sebelum digoreng terlebih dahulu dipotong kecil-kecil

Formulasi :

Bahan-bahan

- Surimi/Mince
- Garam
- Lada
- MSG
- Minyak Goreng
- Tepung Tapioka
- Bawang Bombay
- Wortel
- Jamur Hitam
- Gula Telur
- Kembang Tahu

Komposisi

- 100 gr (1000 gr)
- 2 % (20 gr)
- 0,25 % (2,5 gr)
- 0,5 % (5 gr)
- 3 % (30 gr)
- 15 % (150 gr)
- 22,5 % (225 gr)
- 5 % (50 gr)
- 2 % (20 gr)
- 2 % (20 gr)
- 10 % (100 gr)

Alat-alat :

- Food processor/silent cutter/mixer
- Alat perebusan
- Pisau
- Talenan
- Sendok
- Cetakan ikan Gulung



Cara Pengolahan :

1. Penambahan garam dan bumbu –bumbu lain seperti lada, bawang putih, jahe, gula halus,MSG, telur, tepung terigu dan daun bawang sampai homogen atau adonan sampai lengket.
2. Adonan dibungkus dengan kulit pangsit sampai berbentuk kerucut dan rapi.
3. Produk dikukus selama 15-20 menit, kemudian di angkat.
4. Produk didinginkan kemudian dikemas dan disimpan dalam suhu dingin atau beku.

KEONG MAS

Produk keong mas adalah suatu bentuk olahan udang atau daging ikan dari mince/surimi yang dibungkus dengan kembang tahu dengan bentuk kerucut :

Bahan Baku :

- Mince / surimi 100% 800kg
- Air es

Bahan Tambahan :

- Kulit pangsit secukupnya
- Lada halus 0,5 % 4g
- Gula halus 2,0% 16g
- Bawang putih 8% 64g
- Telur 1 butir
- Garam halus 1,8% 14,4g
- Jahe 0,5 % 4g
- Tepung terigu 15% 120g
- MSG 0,5% 4g
- Daun bawang secukupnya
- Wortel secukupnya
- Cabe rawit secukupnya



Alat-alat :

- Grinder
- Blender
- Food processor
- Sendok dan sodet
- Waskom plastik
- Dandang/pengukus
- Plastik pengemas

Cara Pengolahan :

Lumatan daging ikan atau surimi yang telah dipotong-potong kemudian di lumatkan di dalam *sillent cutter/food processor / mixer*.

KAKI NAGA

Kaki naga merupakan salah satu produk fish jelly yang telah diperdagangkan secara komersial dengan variasi menggunakan bahan baku udang atau ikan.

Bahan Baku :

- Surimi/lumatan daging 100 % 800g

Bahan Tambahan dan Bahan Pembantu :

- Garam 2,1 % 16,8g
- Gula 1,5 % 12g
- Tepung terigu 10 % 80g
- Lada halus 0,2 % 1,6g
- MSG 0,3 % 2,4g
- Bawang putih 5 % 40g
- Bawang bombay 5 % 40g
- Wortel 5 % 40g
- Kembang tahu 3 % 24g
- Putih telur 10 % 80g
- Tusuk sumpit (diameter cukup besar) dibagi 3 bagian

Alat-alat :

- Food processor/silent cutter /mixer
- Pisau
- Talenan
- Baskom/wadah plastik
- Kompor
- Panci pengukusan



Cara pengolahan :

1. Lumatan daging ikan atau surimi yang telah dipotong-potong kemudian dilumatkan didalam silent cutter /food processor/mixer
2. Tambahkan garam sambil terus diaduk hingga terbentuk adonan yang lengket. Selanjutnya tambahkan bahan-bahan lain sambil terus diaduk hingga homogen.
3. Adonan dibentuk lonjong/bulat dan ditusukkan pada tusukan yang telah disiapkan.
4. Selanjutnya bulatan adonan yang telah dibentuk dan ditusuk dengan sumpit kemudian dibalutkan dengan tepung roti.
5. Kukus dalam dandang /pengukus selama 15-20 menit.

NUGGET IKAN

Breded/nugget ikan merupakan salah satu produk fish jelly dimana bentuk olahannya berupa adonan yang dicelupkan ke dalam batter kemudian dilumuri tepung roti (bread crumb) dan digoreng cepat (flash fry). Bahan baku ikan yang digunakan bisa dari dari fillet ikan atau adonan dari lumatan daging ikan (minced fish atau surimi).



Formulasi :

Bahan A.

• Lumatan daging ikan	84 %	800g
• Garam	1,5 %	12g
• Tepung terigu	3,5 %	28g
• Air es	6 %	48g
• Minyak sayur	3 %	24g
• Gula	1 %	8g
• Tepung roti	secukupnya	
• Seasoning (10:8:2)	2 %	
- Bawang merah		8 g
- Bawang putih		6,4g
- MSG		1,6g

Bahan Butter. (1 Liter)

• Tepung Terigu	30 %	300g
• Garam	2 %	20g
• Tepung Maizena	15 %	150g
• Baking Powder	0,5 %	5g
• Lada Halus	1,5 %	15g
• Air es	60 %	600ml

Cara Pengolahan :

1. Lumatan daging ikan atau yang telah dipotong-potong kemudian dilumatkan didalam *silent cutter/food processor /mixer*.
2. Tambahkan garam sambil terus di aduk hingga terbentuk adonan yang lengket. Selanjutnya tambahkan bumbu-bumbu lainnya dan campur hingga benar-benar homogen. Pengadukan dilakukan selama 10-15 menit.
3. Cetak dengan ukuran 4x3x1, celupkan dalam adonan batter dan lumuri dengan tepung roti serta simpan dalam suhu beku.

BAKSO IKAN

Bakso merupakan produk yang berbentuk bulat dengan ukuran sedang atau sesuai selera. Cara penyajian dapat dimasak dengan kuah, digoreng atau sebagai campuran sayur.



Bahan Baku :

Surimi /mince	100%	800g
---------------	------	------

Bahan pembantu dan tambahan :

Garam	2,6 %	20,8g
MSG	0,25 %	2g
Lada	0,25 %	2g
Bawang putih	0,5 %	4g
Bawang merah	1 %	8g
Tepung tapioka	12,5 %	100g
STPP	0,2 %	1,6g
Baking soda	0,1 %	0,8g
Air es	20 % - 40 %	160-32ml

Alat-alat :

- Food processor/silent
- Cutter/mixer
- Water bath/kompur dan panci perebusan
- Pisau
- Talenan
- Sendok
- serokan

Cara pengolahan :

1. Surimi atau yang telah dipotong-potong kemudian dilumatkan didalam silent cutter/food processor/mixer.
2. Tambahkan garam sambil terus di aduk hingga terbentuk adonan yang lengket. Selanjutnya tambahkan bumbu-bumbu lainnya dan capur hingga benar-benar homogen. Pengaduan dilakukan selama 10-15 menit
3. Cetak adonan dengan menggunakan alat pencetak bakso atau cetak secara manual dengan menggunakan tangan dan sendok
4. Tampung bakso hasil cetakan pada wadah yang berisi air hangat dengan suhu 40°C selama \pm 20 menit. Selanjutnya rebus pada suhu 90°C selama \pm selama 20 menit atau sampai bakso mengapung.
5. Kemas bakso yang telah dingin dalam kantong plastik dan ditutup rapat dengan menggunakan sealer (alat penutup plastik). Bakso siap untuk disimpan.

ABON IKAN

Abon merupakan salah satu bentuk olahan tradisional yang sudah banyak dikenal masyarakat. Bahan baku yang digunakan dapat berupa tetelan marlin, dan dapat juga dari semua jenis ikan. Abon dari ikan hasilnya tak kalah dengan abon sapi yang sudah banyak dijual di pasaran.



Bahan baku :

Tetelan daging ikan	100%	5kg
---------------------	------	-----

Bahan tambahan dan bahan pembantu :

Bawang merah	5 %	250gr
Bawang putih	3 %	150gr
Laos	2 %	100gr
Sereh	0,8 %	40gr
Ketumbar	2 %	100gr
Garam	3 %	150gr
Gula	20 %	1kg
Santan pati	1 gelas	
Minyak goreng	1 : 2 (1kg bahan baku : 2 ltr myk)	
MSG	3 sdm	

Daun salam secukupnya

Cara membuat :

1. Silangi ikan, cuci bersih dan kemudian potong-potong
2. Rebus /kukus ikan dalam larutan garam 3% dan sereh yang telah dididihkan terlebih dahulu .rebus 20-30 menit
3. Lakukan pengepresan agar kadar air ikan berkurang.timbang berat daging/rendemen.
4. Timbang bumbu berdasarkan presentasi berat rendemen daging setelah dipres. Haluskan bumbu-bumbu (bawang merah,bawang putih, ketumbar) kemudian campurkan bersama hancuran daging ikan dan tambahkan salam,lengkuas,MSG,gula,santan dan aduk rata, diamkan sebentar agar bumbu meresap ke dalam daging ikan.
5. Panaskan minyak goreng kemudian masukan daging ikan dan goreng sampai masak.
6. Selama penggorengan dilakukan pengadukan secara terus menerus sehingga abon tidak hangus
7. Penggorengan selesai apabila sudah benar-benar kering dan dipegang terasa kemerisik
8. Setelah abon ikan masak lalu dipres kembali agar minyak yang terkandung dalam abon berkurang.
9. Campurkan abon dengan bawang yang telah digoreng agar terasa harum
10. Kemas abon dengan menggunakan plastik

KERUPUK IKAN

Proses pembuatan kerupuk ikan, biasanya daging ikan dicampur dengan tepung dan air. Tepung yang umumnya digunakan adalah tepung sagu atau tepung tapioka dengan ditambahkan bumbu-bumbu seperti garam, vetsin maupun gula yang selanjutnya di aduk rata hingga homogen sampai adonan tidak lengket di tangan sehingga mudah dalam pembentukan. Komposisi bahan-bahan tersebut beraneka ragam tergantung dari selera, namun yang sangat menentukan adalah perbandingan antara tepung dan ikan yang akan menentukan dalam pengembangan kerupuk setelah digoreng.

Formulasi kerupuk ikan

Bahan baku :

Lumatan daging ikan 300g (100 %)

Bahan pembantu dan bahan tambahan :

Tepung tapioka 1000 g (333,3 %)

Telur 1 butir = 50 g (16,7)

Garam 32 g (10,7 %)

MSG 12 g (4 %)

Gula 8 g (2,7 %)

Soda kue 1 g (0,3 %)

Air 500 ml



Proses pengolahan :

1. Pemulatan daging

Daging ikan dilumatkan dengan menggunakan alat pelumat daging (grinder) atau dilumatkan secara manual dengan cara homogen

2. Pembuatan bubur ikan

Daging ikan yang sudah lumat kemudian ditambahkan telur, garam, gula, MSG, soda kue, kemudian diaduk hingga homogen

3. Pembuatan tajin

Perbandingan antara daging ikan dan tepung tapioka dalam pengolahan kerupuk ini adalah 1 : 3. Ambil tepung sebanyak 25 % dari jumlah tepung, kemudian larutkan dalam air dingin (hingga tepung larut dalam air). Kemudian dipanaskan larutan tapioka hingga terbentuk tajin (pasta bewarna putih sus)

4. Pembuatan adonan

Campurkan bubur ikan kedalam tajin aduk, kemudian tambahkan tepung tapioka sedikit demi sedikit serta di aduk samapi homogen. Penambahan tepung dilakukan ampai adonan bila dipegang tidak lengket di tangan (kalis)

5. Pencetakan

Adonan dicetak dengan bentuk silinder.

6. Pengukusan

Adonan yang sudah terbentuk, selanjutnya dikukus hingga matang (bila ditusuk dengan lidi tidak lengket). Setelah matang segera di angkat, kemudian dibiarkan pada suhu ruang selama 24 jam.

7. Pemotongan dan pengeringan

Adonan kerupuk yang sudah matang, kemudian diliris tipis-tipis (sesuai selera). Selanjutnya dilakukan pengeringan dengan penjemuran dibawah sinar matahari dengan menggunakan para-para sampai kering.

8. Pengemasan

Kerupuk yang sudah kering, selanjutnya dikemas dengan plastik PP (polipropilen) dan diseal, (ditutup rapat, dengan sealer)

PERKEDEL IKAN

Bahan yang dibutuhkan :

✓ Surimi/lumatan daging ikan (mince fish)	500gr	100%
✓ Kentang	50 gr	105

Bahan tambahan dan pembantu :

✓ Garam	8 gr	1,6 %
✓ Daun seledri	12,5gr	2,5 %
✓ Bawang goreng	12,5gr	2,5 %
✓ Bawang putih	6 gr	1,2 %
✓ Lada bubuk	6 gr	1,2 %
✓ Pala	0,8 gr	0,12%
✓ Telur	secukupnya	

Peralatan :

- ✓ Food processor
- ✓ Wadah kedap air
- ✓ Wajan
- ✓ Sodet
- ✓ Loyang aluminium/plastik
- ✓ Kompor
- ✓ Pisau
- ✓ Talenan
- ✓ Plastik kemasan
- ✓ Sealer
- ✓ Saringan (alat peniris minyak)
- ✓ Timbangan
- ✓ Freezer



Cara pengolah

- Aduk ikan samapi menyatu sama bumbu
- Lalu cetak ikan berbentuk bulat
- Hasil cetakan ikan balutkan dengan telur yang sudah dikocok
- Pembalutan dalam tepung roti,perkendel dikemas plastik dan dibekukan atau digoreng untuk segera disajikan
- Lalu proses penggorengan
- Selanjutnya perkendel siap dihidangkan

ROLADE IKAN

Bahan :

Surimi/lumatan daging ikan (mince fish) 500gr 100%

Bahan pembantu dan tambahan :

- | | | |
|------------------|------------|------|
| • Garam | 10 gr | 2 % |
| • Tepung tapioka | 50 gr | 10 % |
| • Wortel | 100 gr | 20 % |
| • Bawang putih | 30 gr | 6 % |
| • Lada bubuk | 10 gr | 2 % |
| • Putih telur | secukupnya | |

Peralatan :

- Food processor
- Wadah kedap air
- Panci kukus
- Loyang aluminium/plastik
- Kompor
- Pisau
- Talenan
- Aluminium foil
- Plastik kemasan
- Sealer
- Timbangan
- Freezer



Cara pengolahan

- Surimi/lumatan daging ikan ditambahkan garam, dilumatkan/digiling dengan alat food processor
- Tambahkan bumbu
- Campurkan bahan samapi menyatu/homogen
- Lalu dicetak, adonan ditata diatas dadar telur yang telah diolesi dengan putih telur
- Pembulatan/penggulungan dengan alumunium foil
- Pengukusan selama 20 menit
- Rolade ikan siap dihidangkan

OTAK-OTAK IKAN

Bahan adonan :

Surimi	1 Kg
Garam	20 gr
Gula halus	55 gr
Minyak	30 ml
Putih telur	8 ml
Tepung terigu	22 gr
Bawang putih halus	12 gr
Bawang merah halus	15 gr
Air es	15 ml

Daun bawang dan seledri dicincang halus secukupnya

Alat-alat :

Food processor, mixer atau silent cutter

Pisau

Sendok

Pemanggang dan arang



Cara pengolahan

1. Surimi dipotong-potong lalu dilumatkan dengan food processor, sambil ditambahkan garam samapi adonan tidak lengket
2. Minyak, tepung terigu, gula, putih telur bawang putih, bawang merah air es, daun bawang dan seledri ditambahkan kedalam adonan lalu diaduk hingga homogen
3. Adonan diambil sebanyak 1-2 sdm, dibentuk pipih panjang dan dibungkus dalam daun pisang
4. Otak-otak dipanggang diatas arang hingga matang dan bewarna kecoklatan
5. Otak-otak siap disajikan, dapat ditambah sambal kacang suka

PASTEL IKAN

Produk pastel ikan adalah suatu bentuk olahan daging ikan dari mince/surimi yang dibungkus dengan kulit pangsit dengan bentuk seperti pastel

Bahan baku :

Surimi/lumatan daging 100 % 1000gr

Bahan tambahan dan bahan pembantu :

Garam	1,8 %	18 gr
Gula	2,0 %	20 gr
Tepung terigu	5 %	50 gr
MSG	1 %	10 gr
Lada	0,5 %	5 gr
Daun bawang	3,5 %	5 gr
Air es	10 %	10 ml
Wortel		secukupnya



Alat-alat :

Food processor/silent cutter/mixer
Pisau
Talenan
Wadah plastik

Cara pengolahan

1. Lumatan daging ikan atau surimi yang telah dipotong-potong kemudian dilumatkan didalam silent cutter food processor mixer
2. Tambahkan garam sambil tertus diaduk hingga terbentuk adonan yang lengket, selanjutnya tambahkan bahan-bahan lain seperti

lada,MSG,tepung terigu, gula daun bawang (potong kasar), dan air es sambil terus diaduk hingga homogen. Kontrol suhu selama proses.

3. Kulit pangsit dimasukan ke dalam cetakan dengan diameter 9 cm. kemudian diisi dengan adonan seberat 7 gram dan kemudian lipat sehingga terbentuk setengah lingkaran
4. Produk dikukus selama 15-20 menit kemudian diangkat
5. Produk didinginkan samapi dingin kemudian dikemas dan disimpan dalam suhu dingin atau beku



RESEP OLAHAN RUMPUT LAUT

SIRUP RUMPUT LAUT

Bahan-bahan yang dibutuhkan :

- | | |
|----------------------------|--------|
| 1. Rumput laut tawar basah | 2,5 kg |
| 2. Gula pasir putih | 6 Kg |
| 3. Air bersih | 3,5 gr |
| 4. Glucosa | 250 gr |
| 5. Cmc | 20 gr |
| 6. Asam sitrat | 1 sdm |

Alat-alat yang dibutuhkan :

1. Panci
2. Kompor
3. Blender/pisau
4. Saringan kasar dan halus
5. Teko plastik/tupperwear
6. Baskom

Cara membuat :

- Rumput laut tawar dipotong-potong dicuci bersih lalu ditiriskan
- Kemudian diblender dengan menambahkan air 2 liter agar mudah larut
- Larutkan CMC kedalam sisa air kemudian masak sampai mendidih
- Kemudian masukan gula pasir dan asam sitrat lalu glucosa kedalamnya dan biarkan sampai kembali mendidih
- Setelah larutan gula mendidih masukan larutan rumput laut dan didihkan kembali sembari terus diaduk agar larutan benar-benar tercampur rata
- Setelah benar-benar rata dan mendidih matikan api
- Saring dengan saringan halus dan simpan dalam teko atau tupperwear biarkan sampai suhu 80°C
- Tambahkan perisa dan pewarna menurut selera
- Simpan dalam botol syrup



DODOL RUMPIT LAUT

Bahan-bahan yang dibutuhkan :

1. Rumpuit laut tawar basah 1,5 kg
2. Gula pasir putih 1,2 kg
3. Air bersih 1,5 liter
4. Susu cair 1 sachet
5. Perisa/ pewarna menurut selera

Alat-alat yang dibutuhkan :

1. Teflon
2. Sodet
3. Kompas
4. Pisau
5. Blender
6. Baskom
7. Loyang



Cara membuat :

- Rumpuit laut tawar basah dipotong, dicuci lalu tiriskan
- Setelah tiris lalu diblender dengan menggunakan air agar mudah larut
- Kemudian masukan kedalam teflon dengan api besar
- Aduk-aduk samapi mengental namun jangan sampai mengumpal
- Setelah larutan mengental masukan gula pasir dan aduk terus sampai larut
- Api mulai dkecilkan
- Kemudian tambahkan susu kedalamnya aduk lagi sampai tercampur benar
- Jika adonan sudah mulai menjedal dan tidak lengket lagi api matikan
- Masukan kedalam cetakan loyang dengan cepat karena adonan akan cepat sekali membeku

COCKTAIL RUMPUT LAUT

Bahan-bahan yang dibutuhkan :

1. Rumput laut tawar basah 1 kg
2. Gula pasir putih 1 kg
3. Air bersih 2 liter
4. Perisa dan pewarna makanan secukupnya

Alat-alat yang dibutuhkan :

1. Kompor
2. Panci
3. Pisau
4. Talenan
5. Baskom
6. Teko/tupperwear



Cara membuat :

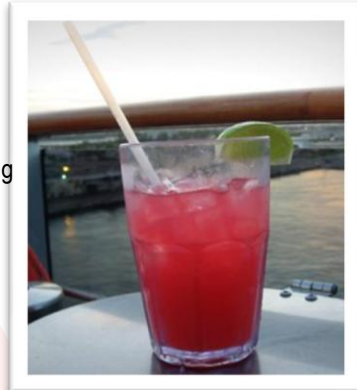
- o Rumput laut dipotong-potong kira-kira 1,5 cm
- o Cuci bersih lalu tiriskan
- o Masak air bersih sampai mendidih
- o Kemudian masukan gula pasir kedalamnya
- o Biarkan samapi benar-benar dingin
- o Tambahkan perisa jika dikehendaki
- o Masukan potongan rumput laut yang sudah tiris kedalam gula dingin

Biarkan menyerap lalu sajikan dengan menambahkan es batu kedalamnya

MINUMAN RUMPUT LAUT

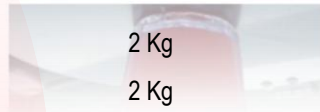
Alat-alat yang dibutuhkan :

- Panci stainless ukuran sedang
- Kompor
- Pengaduk kayu/stainless
- Saringan halus gayung



Bahan-bahan :

- | | |
|---|---------|
| • Rumput laut tawar bersih | 2 Kg |
| • Gula pasir putih | 2 Kg |
| • Air bersih | 8 liter |
| • Perisa dan pewarna makanan (secukupnya) | |



Cara pengolahan :

- 8 liter air bersih sampai masak mendidih, kemudian masukan gula kedalamnya
- Aduk samapi benar-benar larut dan kembalikan mendidih lalu angkat, biarkan samapi benar-benar dingin
- Potong rumput laut sepanjang 2 cm, cuci samapi bersih kemudian tiriskan
- Masukan potongan rumput laut yang sudah bersih dan tiris kedalam gelas aqua, kemudian tambahkan air gula yang sudah disaring dan sudah dibubuhi pewarna dan perisa makanan kemudian tutup dengan lid biarkan selama 1 malam, minuman siap disajikan

SELAI RUMPUT LAUT

Bahan-bahan :

- Rumput laut tawar basah 1 Kg
- Gula pasir
- Buah nenas 1 buah 1 Kg
- Air 500 cc
- Asam sitrat,garam,perisa pewarna secukupnya

Alat-alat yang dibutuhkan :

- Blender
- Pisau
- Kompor
- Pengaduk kayu
- Teflon
- Telanan akrilik



Cara membuat :

- Rumput laut diblender samapi halus,masakan dalam teflon lalu masak dan masukan gula sambil terus diaduk
- Siapkan nenas yang sudah diblender,masakan sedikit demi sedikit dan terus diaduk samapi asat,masakan asam sitrat dan garam aduk samapi rata dan kalis
- Angkat dari kompor dan biarkan dingin,lalu kemas

BAKSO RUMPUT LAUT

Bahan-bahan yang digunakan :

- | | |
|----------------------|--------------|
| - daging ikan/surimi | 500gr |
| - bawang putih | 35 (6 siung) |
| - garam | 8 gr |
| - gula | 12 gr |
| - merica putih | 3 gr |
| - bawang merah | 20 (4 siung) |
| - bubur rumput laut | 100 gr |
| - Tapioka | 100 gr |
| - msg | 5 gr |
| - es batu | |

Alat yang digunakan :

- panci perebusan/wajan teflon
- kompor pemanas
- wadah plastik
- pengaduk
- timbangan
- blender
- cetakan/loyang
- talenan
- pisau



Cara membuat bakso rumput laut :

1. Buat bubur rumput laut dengan memblender 50 gr rumput laut basah dengan 50 gr air, sisihkan.
2. Haluskan bumbu, bawang merah, bawang putih dan merica

3. Blender surimi atau daging ikan lumat,garam,es batu,gula sampai homogen. Tambahkan bumbu halus dan bubur rumput laut, campur hingga rata
4. Didihkan air. Cetak adonan bentuk bulat,langsung dimasukan dalam air mendidih ,begitu mangapung langsung diangkat dan diletakan dalam air es
5. Bakso rumput laut siap dinikmati

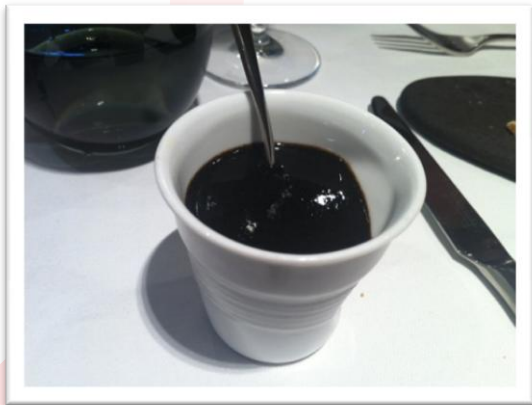
SAOS CABE RUMPUT LAUT

Bahan-bahan yang dibutuhkan :

- Cabe merah 200gr
- Rumput laut 100 gr
- Nanas 50 gr
- Tomat 150 gr
- Bawang merah 40 gr
- Bawang putih 25 gr
- Gula pasir 70 gr
- Garam 15 gr
- Kaldu bubuk 10 gr
- Air 600ml
- Cuka 15 ml
- Natrium benzoat 0,5-1gr
- MSG 7 gr

Peralatan :

- Blender
- Wadah kedap air
- Wajan
- Sodet
- Panci perebusan
- Kompor
- Pisau
- Sealer
- Saringan
- Kemasan botol



Cara pengolahan :

- Rumput laut dihaluskan dengan blender
- Tomat direbus 3mnt samapi kulitnya terkelupas lalu dibuang airnya
- Cabai merah direbus 3 mnt samapi kulitnya terkelupas lalu dikeluarkan bijinya
- Nanas dikupas dan dipotong-potong
- Semua bahan dihaluskan dengan blender dan disaring
- Semua bahan dicampur dengan rumput laut halus sambal diaduk sampai menyatu/ homogen dengan api kecil, tambahkan gula,garam dan bumbu lainya diaduk hingga mengental
- Tambahkan cuka dan natrium bnezoat diaduk hingga rata selama 2 mnt
- Saos dikemas dalam botol yang telah dipanaskan dan ditutup rapat, lakukan *pasteurisasi* dengan merebus botol berisi saos selama 20 menit pada suhu 70-80°C

KOPYOR RUMPUT LAUT

Bahan-bahan yang digunakan :

• Rumput laut	8 %	8 gr
• Gula pasir	60 %	60 gr
• Tepung agar	8 %	8 gr
• Santan	100 %	100 gr
• Garam	0,2 %	0,2 gr
• Air	200 %	200 gr
• Baking soda	0,5 %	0,5 gr
• Es balok		
• Sirup		

Alat yang digunakan :

- Baskom
- Nampan
- Sodet plastik
- Panci perebus



Proses pengolahan :

- Tepung agar, gula pasir, garam, santan, daun pandan dan air
- Lalu direbus dan dituangkan ke permukaan es balok
- Diperoleh lembaran kopyor
- Ditambahkan media sirup
- Setelah itu jadi lah minuman kopyor rumput laut

AMPLANG IKAN RUMPUT LAUT

Bahan :

- eucheuma cottonii	126,67 gr	(33,33 %)
- lumatan daging ikan	253,33 gr	(66,66 %)
- Total rumput laut dan daging ikan	100	%

Peralatan :

- Grinder
- blender
- wadah kedap air
- wajan
- sodet
- loyang aluminium/plastik
- kompor
- pisau
- sealer
- saringan (alat pengiris minyak)



Bahan-bahan :

• Tepung sagu	560 gr	147,4 %
• Kuning telur 2 butir	60 gr	15,8 %
• Bawang putih halus	28 gr	7,4 %
• Garam	14 gr	3,68 %
• Gula	12 gr	3,16 %
• MSG	7 gr	1,8 %
• Soda kue	1,6 gr	0,42 %
• Air untuk rumput laut	100 ml	
• Plastik kemasan		

Cara pengolahan :

- Ikan tenggiri dilumatkan dengan grider atau diiris-iris dengan pisau
- Setelah daging ikan dilumatkan kemudian rumput laut dihaluskan dengan blender
- Pembuatan bubur ikan rumput laut yakni dicampur dan ditambahkan kuning telur dan semua bumbu diaduk,lalu tambahkan tepung sagu/tapioka sedikit demi sedikit, diaduk dan diabnting-banting hingga menyatu,penambahan tepung dilakukan sampai adonan kalis.
- Adonan yang sudah kalis dicetak, dipotong-potong aneka bentuk panjang,bulat atau kotak sesuai selera
- Potongan amplang digoreng dalam minyak dingin dengan api yang besar.terus diaduk hingga mengembang lalu api dikecilkan sambil diaduk hingga amplang berwarna kecoklatan penggorengan selama + 20 menit amplang ditiriskan dan lalu dikemas plastik