

BAB 2

LANDASAN TEORI

2.1 Kacang

2.1.1 Pengertian kacang



Gambar 2.1 Kacang

Sumber: <http://mediacenter.malangkota.go.id>

Ditinjau dari aspek gizi, kacang-kacangan merupakan sumber protein, lemak, dan karbohidrat. Kacang-kacangan lokal tidak kalah dalam kandungan protein, begitu pula kualitas protein yang ditentukan oleh susunan asam amino. Secara umum, kacang-kacangan lokal memiliki kelebihan asam amino esensial lisin, tetapi kekurangan asam amino sulfur seperti metionin dan sistin. Namun, kekurangan ini dapat dikompensasi dengan cara mengombinasikannya dengan protein sereal yang mengandung metionin dan sistin. Berdasarkan analisis kandungan zat gizi, tidak ada satu jenis pangan pun yang mengandung zat gizi lengkap yang mampu memenuhi semua zat gizi yang dibutuhkan manusia. Satu bahan pangan mungkin kaya akan zat gizi tertentu, namun kurang mengandung zat gizi lainnya. Padahal untuk dapat hidup sehat, seseorang paling tidak memerlukan 40 jenis zat gizi yang diperoleh dari makanan. Untuk hidup sehat, orang perlu mengonsumsi pangan yang beragam, termasuk pangan pokoknya (Winda Haliza, 2010)

2.1.2 Kacang Tanah

Sumber genetic (germ plasma) kacang tanah berasal dari Brasilia. Penanaman kacang tanah pertama kali dilakukan oleh orang indian. Setelah Benua Amerika ditemukan ,Tanaman ini ditanam oleh pendatang dari

Eropa. Daerah pusat penyebarannya mula-mula terkonsentrasi di India, Cina, Nigeria, Amerika Serikat, dan Gambia, kemudian meluas ke berbagai Negara di dunia. Di Indonesia kacang tanah mulai ditanam pada awal abad ke-17. Masuknya kacang tanah ke wilayah Nusantara dibawa oleh pedagang Cina dan Portugis. Sentrum produksi kacang tanah pada mulanya terpusat di Pulau Jawa, selanjutnya menyebar ke berbagai daerah (provinsi), terutama Sumatera Utara dan Sulawesi Selatan. Kini kacang tanah telah ditanam di seluruh Indonesia. (rukmana, 1998)

Kacang tanah adalah benih dari kacang polong yang dijemur. Memiliki tekstur kulit coklat tipis dan bila kulitnya dilepas maka terlihat kacang yang berwarna putih. Kacang tanah itu sendiri memiliki rasa yang manis. Biasanya kacang tanah tersedia utuh dengan lapisan tipis kulitnya ataupun yang sudah dikupas, dan ada juga yang masih benar-benar utuh berkulit. Untuk kegunaannya, kacang tanah bisa untuk dimakan sebagai cemilan yang sudah dimasak atau dipanggang dan diberi rasa manis ataupun gurih. Bisa digunakan sebagai bahan masak atau sebagai perasa untuk makanan seperti permen dan juga untuk memproduksi selai kacang dan minyak. (Mizer, 1999)

Di Indonesia, areal penanaman kacang tanah yang terluas adalah Jawa Timur, yakni 133 ribu ha/th, diikuti Jawa Tengah 99 ribu ha, Jawa Barat 68 ribu ha, Sulawesi selatan 47 ribu ha, DIY 41 ribu ha, Sumatera Utara 19 ribu ha, Bali 14 ribu ha, Sumatera Selatan 12 ribu ha, Kalimantan Selatan 11 ribu ha dan Sumatera Barat 10 ribu ha/th. (suprpto, 2001).

Di Indonesia impor kacang tanah masih cukup besar, karena kebutuhan kacang tanah nasional masih belum mampu dipenuhi oleh produksi lokal. Rendahnya produksi kacang tanah nasional dikarenakan minimnya ketersediaan lahan. Tanaman kacang tanah masih juga dibudidayakan secara tumpang sari dengan komoditas lain seperti pohon jati serta komoditas sayuran lainnya. Kekurangan pasokan di dalam negeri akan dipenuhi dari pasokan impor seperti dari China dan India. Selama Januari sampai April 2012 realisasi impor kacang tanah telah mencapai 50.378 ton. (Heriawan, 2012)

2.1.3 Klasifikasi Kacang Tanah

Dalam dunia tumbuh-tumbuhan, kacang tanah diklasifikasikan seperti berikut ini.

Table 2.1 Klasifikasi ilmiah kacang tanah

Divisi :	Spermatophyta
Sub-divisi :	Angiospermae
Class :	Dicotyledoneae
Ordo :	Rosales
Family :	Papilionaceae
Genus :	Arachis
Species :	Arachis hypogaea

Secara garis besar kacang tanah dibedakan menjadi dua tipe: tipe tegak (*bunch type*) dan tipe menjalar (*runner type*)

Tipe tegak

Kacang tanah tipe tegak percabangannya kebanyakan lurus atau sedikit miring ke atas. Umumnya petani lebih suka yang bertipe tegak sebab umurnya pendek, 100-200 hari, sehingga lebih cepat panen. Lagi pula, buahnya hanya pada ruas-ruas yang dekat rumpun sehingga masakannya bias bersamaan.

Tipe Menjalar

Kacang tanah tipe menjalar cabang-cabangnya tumbuh ke samping, tetapi ujung-ujungnya mengarah ke atas. Panjang batang utamanya antara 33-66 cm. Tipe ini umumnya antara 6-7 bulan, kira-kira 180-210 hari. Tiap ruas yang berdekatan dengan tanah akan menghasilkan buah sehingga masakannya tidak bersamaan. (suprpto, 2001)

2.1.4 Kandungan dan Manfaat Kacang

Biji tanaman kacang tanah merupakan bahan makanan yang sehat karena mengandung protein nabati dan lemak yang dibutuhkan manusia. Pemanfaatan terbesar kacang tanah sebagai bahan makanan dan industri. Kacang tanah sebagai bahan pangan memang tidak dapat diandalkan sebagai sumber protein, namun sebagai makanan ringan banyak digemari.

Tabel 2.2 Komposisi kimia kacang tanah (per 100 gram bahan kering)

Komposisi	Jumlah
Kadar air (g)	4,0
Protein (g)	25,3
Lemak (g)	42,8
Karbohidrat (g)	21,1
Fosfor (mg)	335,0
Kalori (kal)	425,0
BDD (%)	100,0

Sumber: Departemen Kesehatan RI (1996)

Fungsi kacang tanah dalam komposisi makanan lebih bersifat sebagai makanan sampingan. Biji kacang tanah dapat diolah sebagai kacang goreng, kacang rebus, kacang atom, kacang telur, dan sebagainya. Kacang tanah tersebut juga dapat diolah sebagai bahan bumbu pecel, gado-gado, bahan sayur, serta oncom. Daun kacang tanah dapat dimanfaatkan sebagai bahan pakan ternak dengan cara dikeringkan sebelumnya karena jika daun kacang tanah diberikan kepada ternak dalam keadaan segar akan menyebabkan sakit perut bagi ternak (Tim Bina Karya tani, 2009)

Manfaat kacang tanah untuk kesehatan :

Kacang tanah mengandung bahan-bahan yang sangat dibutuhkan untuk menunjang kesehatan tubuh manusia, antara lain:

Kaya protein.

- Dengan kandungan protein 26-28% konsumsi kacang tanah sekali makan (25 g) dapat memberi sumbangan protein 12% dari angka kecukupan gizi (AKG) per hari. Kadar protein kacang tanah lebih tinggi daripada telur, susu, dan daging.

Menyimpan energi lebih lama.

- Kacang tanah mempunyai indeks glikemik rendah. Tenaga yang dihasilkan dari kacang tanah dilepaskan ke sistem peredaran darah secara berangsur-angsur dan stabil. Oleh karena itu kadar gula darah akan naik secara perlahan, sehingga kita merasa kenyang dan bertenaga lebih lama.

Serat alami tinggi.

- Kacang tanah mengandung serat lebih tinggi. Serat makanan berperan penting dalam mengurangi resiko terserang kanker, pengendalian kolesterol, dan kadar gula darah.

Mencegah serangan kanker dan penyakit jantung.

- Kacang tanah mengandung antioksidan (beta-sitosterol dan reversatrol) yang terbukti mampu menekan pertumbuhan kanker dan mengurangi resiko penyakit jantung

.Meningkatkan kekebalan tubuh.

- Kacang tanah juga mengandung kadar arginin tinggi, yaitu asam amino yang berguna untuk mencegah serangan jantung dan kanker, memperkuat kekebalan tubuh, memperkuat perkembangan otot, mempercepat penyembuhan luka, mengurangi rasa letih dan menyembuhkan impotensi. (Badan Litbang Pertanian,2012).

Selain itu ada dua kendala yang mungkin dihadapi dalam pemasaran produk hasil olahan kacang tanah

1. Kandungan lemak tinggi

Jumlah minyak atau lemak yang cukup tinggi pada kacang tanahakan menyebabkan orang hati hati mengkonsumsinya. Tak jarang kaum wanita menghindari jenis makanan ini.

2. Kandungan aflatoksin tinggi

Aflatoksin dihasilkan oleh *aspergillus flavus* atau jamur kuning. Jamur ini juga menyerang kacang tanah slama penyimpanan terutama bila ruangan berkelembapan tinggi dan tidak bersih. Oleh karena aflatoksin cukup berbahaya.khususnya kacang tanaha.saat ini ekspor kacang tanah Indonesia kerap ditolak karena kandungan aflatoksinnya terlalu tinggi. (supriyono, 1997)

2.2 Kelapa

2.2.1 Pengertian Kelapa



Gambar 2.2 kelapa

Sumber: bisnismakanan.com

Kelapa merupakan salah satu komoditi perkebunana yang penting bagi indonesia di samping kakao,kopi,lada,dan vanili.komoditi ini telah lama dikenal dan sangat berperan bagi kehidupan bangsa Indonesia baik ditinjau dari aspek ekonomi maupun aspek sosial budaya. (palungkun, 2006, p. 1) Buah kelapa merupakan salah satu produk tanaman tropis yang unik karena disamping komponen daging buahnya dapat

langsung dikonsumsi, juga komponen air buahnya dapat langsung diminum tanpa melalui pengolahan. Keunikan ini ditunjang oleh sifat fisik dan komposisi kimia daging dan air kelapa, sehingga produk ini sangat digemari konsumen baik anak-anak maupun orang dewasa.

kelapa telah lama dikenal masyarakat Indonesia, hal ini terlihat dari penyebaran tanaman kelapa di hampir seluruh wilayah Nusantara, yaitu di Sumatera dengan areal 1,20 juta ha (32,90%), Jawa 0,903 juta ha (24,30%), Sulawesi 0,716 juta ha (19,30%), Bali, NTB, dan NTT 0,305 juta ha (8,20%), Maluku dan Papua 0,289 juta ha (7,80%), dan Kalimantan 0,277 juta ha (7,50%). (Zuriah, 2014)

Tanaman kelapa tumbuh subur di semua kepulauan Indonesia. Inilah yang menyebabkan setiap dapur di wilayah nusantara memanfaatkan santan dalam masakannya, sehingga membentuk citra yang khas tentang masakan Indonesia. (Yasa Boga; dapur Indonesia 300 resep masakan Indonesia)

Kelapa sudah sangat terkenal khasiatnya maupun rasanya yang nikmat. Daging dari buah kelapa muda ini biasanya dijadikan es yang segar dan jenis minuman dan makanan lainnya. Selain enak dan menyegarkan, kelapa juga mengandung manfaat yang luar biasa bagi kesehatan, serta sangat baik untuk ibu yang sedang hamil. Daging kelapa tentu saja dapat diperoleh dari pohon kelapa. Batang pohonnya bisa menjulang tinggi dan tumbuh alami di sepanjang pantai. Pohon kelapa diyakini berasal dari pesisir samudra hindia. namun, kini dapat ditemukan di banyak tempat yang memiliki iklim tropis (akbar, 2015, p. 158)

2.2.2 Klasifikasi Kelapa

Tumbuhan kelapa dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

Tabel 2.3 Klasifikasi kelapa

Kingdom :	Plantae (tumbuhan)
Subkingdom :	Tracheobionta (tumbuhan berpembuluh)
Super divisi :	Spermatophyte (menghasilkan biji)
Divisi :	Magnoliophyte (tumbuhan berbunga)
Kelas :	Liliopsida (berkeping satu/monokotil)
Sub kelas :	Arecidae
Ordo :	Arecales
Family :	Arecaceae (suku pinang-pinangan)
Genus :	Cocos
Spesies :	Cocos nucifera L

Sumber: (Plantamaor.com,2012)

Secara garis besar kelapa dapat dibedakan menjadi tiga tipe: Golongan kelapa dalam, golongan kelapa genjah, dan golongan kelapa hibrida.

1. Golongan kelapa dalam

Tanda-tanda kelapa dalam (tall coconut) adalah sebagai berikut.

- a. Umur mulai berbuah relative lebih lama, yaitu sekitar 5-8 tahun setelah tanam.
- b. Ketinggian batang dapat mencapai 25 m atau lebih.
- c. Umur produktif tanaman 50 tahun lebih.
- d. Batang, daun, dan buahnya relatif lebih besar bila dibandingkan dengan kelapa jenis genjah.
- e. Golongan kelapa ini, antara lain meliputi kelapa jepara, kelapa banyumas, dan kelapa bali

2. Golongan kelapa genjah

Tanda-tanda kelapa genjah (dwarf coconut) adalah sebagai berikut.

- a. Umur mulai berbuah relatif pendek, yaitu sekitar 3-4 tahun setelah tanam.
- b. Ketinggian batang ± 5 m atau lebih.
- c. Umur produktif tanaman sekitar 25 tahun lebih.
- d. Batang, daun dan buah relatif lebih kecil bila dibandingkan dengan kelapa jenis dalam
- e. Golongan ini, antara lain meliputi kelapa gading, kelapa raja, dan kelapa puyuh

3. Golongan kelapa hibrida

Kelapa hibrida merupakan hasil persilangan kelapa dalam (tall coconut) dengan kelapa genjah (dwarf coconut). Tanda-tanda dari kelapa hibrida adalah sebagai berikut.

- a. Umur mulai berbuah cukup pendek, yaitu sekitar 3-5 tahun setelah tanam
- b. Ketinggian batang antara 1 m – 5 m atau lebih
- c. Umur produktif tanaman sekitar 15 tahun lebih
- d. Habitus tanaman sedang, antara dalam dan genjah (warisno, 1998, p. 12)

2.2.3 Nilai Gizi Buah Kelapa dan Peranannya

Daging buah merupakan lapisan tebal (8~15 mm) berwarna putih. Bagian ini mengandung berbagai zat gizi. Kandungan zat gizi tersebut beragam sesuai dengan tingkat kematangan buah. Daging buah tua merupakan bahan sumber minyak nabati (kandungan minyak 35 %). Pada tabel 2.3 dapat dilihat komposisi zat gizi daging buah kelapa

Tabel 2.4 Komposisi daging kelapa per 100 gram

Komposisi kimia	Buah muda	Buah setengah tua	Buah tua
Kalori (kal)	68,0	180,0	359,0
Protein (g)	1,0	4,0	3,4
Lemak (g)	0,9	13,0	34,7
Karbohidrat (g)	14,0	10,0	14,0
Kalsium (mg)	17,0	8,0	21,0
Phosphor (mg)	30,0	35,0	21,0
Besi (mg)	1,0	1,3	2,0
Vitamin A (IU)	0,0	10,0	0,0
Thiamin (mg)	0,0	0,5	0,1
Asam askorbut (mg)	4,0	4,0	2,0
Air (g)	83,3	70,0	46,9
Bagian yang dapat dimakana	53,0	53,0	53,0

Sumber : kementerian riset dan teknologi

Pohon kelapa memiliki berbagai manfaat bagi kehidupan manusia. mulai dari buah, daun, batang, sampai akarnya. Bagian pohon kelapa yang banyak memiliki manfaat adalah buahnya. Sejak berabad-abad tahun yang lalu, buah kelapa sudah digunakan sebagai makanan utama. Pada masyarakat Indonesia, kelapa memang sulit dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari, baik di pedesaan maupun perkotaan. Untuk mendapatkan buah kelapa, tidaklah sulit. Apalagi di Indonesia, pohon kelapa sangat berlimpah sehingga tak heran jika Indonesia adalah produsen kelapa terbesar kedua setelah Filipina (sutarmi, 2005)

Kelapa muda sudah sangat terkenal khasiatnya maupun rasanya yang nikmat. Daging dari buah kelapa muda ini biasanya dijadikan es yang segar dan jenis minuman dan makanan lainnya. Selain enak dan menyegarkan, kelapa muda juga mengandung manfaat yang luar biasa bagi kesehatan, serta sangat baik untuk ibu yang sedang hamil. Daging kelapa muda tentu saja dapat diperoleh dari pohon kelapa. Buah dan air kelapa muda juga dapat menyembuhkan infeksi urine, membantu tubuh mengatur tekanan darah dan fungsi organ jantung, mengobati cacangan, melawan

beberapa virus penyebab penyakit,mempercepat naiknya trombosit bagi penderita demam berdarah,dan sangat bermanfaat bagi janin bila dikonsumsi oleh ibu hamil. (akbar, 2015, p. 158)

2.2.4 Parutan Kelapa



Gambar 2.3 Kelapa Parut

Kelapa parut adalah isi dari daging kelapa yang diparut lalu dihaluskan.kelapa kelapa parut ini dapat dibuat menjadi santan hanya dengan cara merendam beberapa menit dalam air,lalu diperas. Kini, kelapa parut segar dapat dibeli dengan mudah ditempat penjual kelapa di pasar tradisional. Daging kelapa dapat diperoleh dalam bentuk kering maupun segar.sebagian besar daging kelapa yang masuk rantai pemasaran *supermarket*, biasanya hanya merupakan jenis kelapa yang dimaniskan (*sweetened variety*). Biasanya di berbagai *supermarket* di Asia sering ditemukan kelapa yang sudah diparut atau *shredded coconut* yang tidak dimaniskan. (Winarno, 2014)

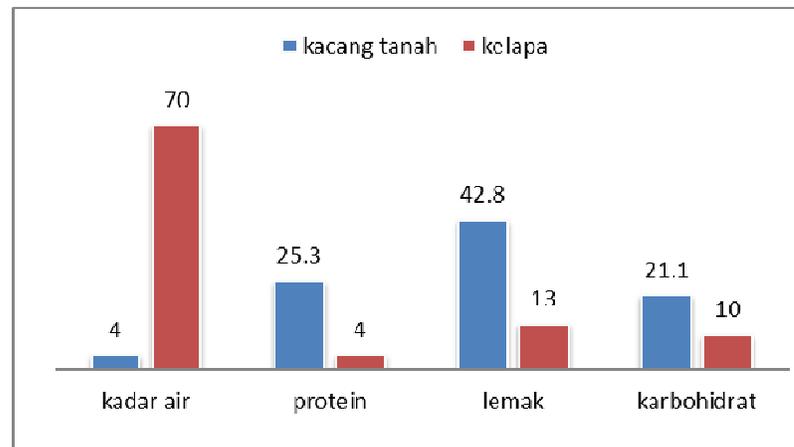
Daging buah kelapa (endosperm) yang sudah masak dapat dijadikan kopra dan makanan.daging buah kelapa merupakan sumber protein yang penting dan mudah dicerna.komposisi kimia daging buah kelapa pada berbagai tingkat kemasakannya seperti terlihat pada tabel berikut. (sukardi, 1995, p. 6)

2.2.5 Perbandingan dan analisis kandungan gizi kacang tanah dan kelapa

Dalam pembuatan saus kelapa penulis menggunakan daging buah kelapa setengah tua sebagai bahan dasar dalam pembuatan saus kelapa. Adapun berikut perbandingan kandungan komposisi gizi pada kacang tanah dan kelapa per 100 gram.

Tabel 2.5 perbandingan komposisi gizi kacang tanah dengan kelapa per 100 gram

Komposisi gizi Kacang Tanah	Jumlah	Komposisi gizi buah kelapa setengah tua	jumlah	keterangan
Kadar air (g)	4,0	Kadar air (g)	70	Kacang tanah > 94,2 %
Protein (g)	25,3	Protein (g)	4	Kacang tanah > 84,2%
Lemak (g)	42,8	Lemak (g)	13	Kacang tanah > 69,6%
Karbohidrat (g)	21,1	Karbohidrat (g)	10	Kacang tanah > 95,2%
Fosfor (mg)	335,0	Fosfor (mg)	35	Kacang tanah > 89,5%
Kalori (kal)	425,0	Kalori (kal)	180	Kacang tanah > 57,6%
		Besi (mg)	1,3	Kelapa > 100%
		Vitamin A (IU)	10	Kelapa > 100 %
		Thiamin (mg)	0,5	Kelapa > 100 %
		Asam askorbut (mg)	4	Kelapa > 100 %
		Kalsium (mg)	8	Kelapa > 100%
Bagian dapat dimakan (%)	100,0	Bagian yang dapat dimakan (%)	53	Kacang tanah > 47%



Gambar 2.4 Grafik perbandingan gizi kacang tanah dan kelapa

Berdasarkan Gambar grafik diatas bisa kita lihat bahwa kadar air lebih unggul kelapa dibandingkan kacang tanah, sedangkan dari komposisi protein, lemak dan karbohidrat lebih unggul kacang tanah dibandingkan kelapa.

Kadar air

Dari tabel diatas bisa kita lihat bahwa kadar air terhadap kacang tanah adalah 4 gram dan kadar air pada kelapa adalah 70 gram. disini bisa kita lihat bahwa kadar air pada kelapa lebih unggul 94,2% dibandingkan dengan kadar air terhadap kacang tanah.

Protein

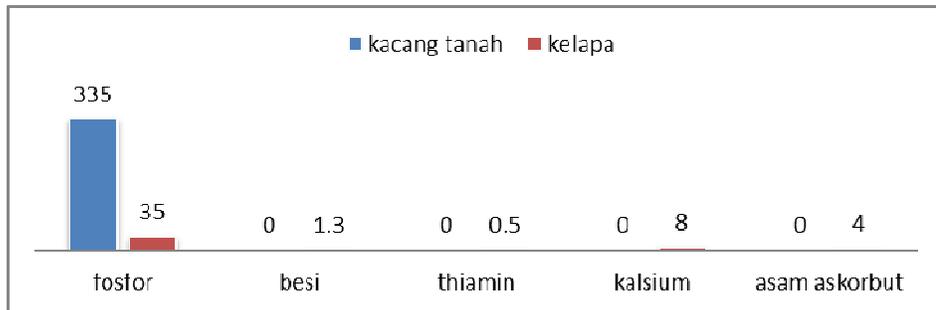
Dari tabel diatas bisa kita lihat bahwa protein terhadap kacang tanah adalah 25,3 gram dan kadar protein pada kelapa adalah 4 gram. Bisa dilihat bahwa kadar protein pada kacang tanah lebih unggul 84,2% dibandingkan dengan kadar protein pada kelapa.

Lemak

Dari tabel diatas bisa kita lihat bahwa kandungan lemak pada kacang tanah yaitu 42,8 gram sedangkan kandungan lemak pada kelapa sebesar 1.3 gram. Ini membuktikan bahwa kandungan lemak pada kacang tanah lebih unggul 69,6% dibandingkan dengan kandungan lemak pada kelapa.

Karbohidrat

Dari tabel diatas bisa kita lihat bahwa kandungan karbohidrat pada kacang tanah adalah 21,1 gram dan kandungan karbohidrat pada kelapa adalah 10 gram. Bisa kita lihat bahwa karbohidrat pada kacang tanah lebih unggul 95,2% dibandingkan karbohidrat pada kelapa



Gambar 2.5 Grafik perbandingan gizi kacang tanah dan kelapa

Berdasarkan gambar grafik diatas bahwa fosfor pada kacang tanah lebih unggul dibandingkan kelapa. sedangkan komposisi besi, thiamin, kalsium dan asam askorbut kelapa lebih unggul dibandingkan kacang tanah

Fosfor

Dari tabel diatas bisa kita lihat bahwa kandungan fosfor pada kacang tanah sebesar 335 mg dan fosfor pada kelapa adalah 35 mg. Maka kandungan fosfor pada kacang tanah lebih unggul 89,5% dibandingkan dengan fosfor pada kelapa

Kalori

Dari tabel diatas bisa kita lihat kandungan kalori pada kacang tanah adalah 425 kal dan pada kelapa adalah 180 kal. ini menyatakan bahwa kalori pada kacang tanah lebih unggul 57,6% dibandingkan dengan kalori pada kelapa.

Namun ada beberapa kandungan gizi pada kelapa yang tidak dimiliki oleh kacang tanah, yaitu besi sebesar 1,3 mg, vitamin A sebesar 10 IU, Thiamin sebesar 0,5 mg, Asam askorbut sebesar 4 mg, dan Kalsium sebesar 8 mg.

2.3. Saus Kacang

Di Indonesia, kacang dikenal dengan banyak hidangan dan juga keberhasilan sausnya. Saus kacang digunakan pada sate sebagai iringan untuk daging panggang (sate), serta pada beberapa jenis salad. Resep ini cukup sederhana namun memerlukan sedikit lebih, dibandingkan dengan saus Indonesia lainnya. Saus ini akan tahan selama berbulan-bulan, bila disimpan dalam wadah kedap udara atau di dalam lemari es. (yuen, 2012)

Bumbu kacang, saus kacang, kuah kacang (jika encer), sambal kacang (jika ditambahi cabai hingga pedas), atau bumbu pecel adalah semacam saus berbumbu berbahan kacang tanah goreng yang digiling dan dihaluskan. Bumbu ini banyak digunakan dalam seni memasak masakan Indonesia, masakan Malaysia, masakan Thailand, masakan Vietnam, masakan Tionghoa, juga beberapa negara Afrika. Juga dikenal secara terbatas di Eropa, terutama masakan Belanda dan Timur Tengah. Bahan utamanya adalah kacang tanah goreng yang digiling hingga lumat dan halus. Selai kacang dapat digunakan sebagai pengganti bumbu kacang yang praktis, meskipun kurang khas citarasanya. Terdapat beberapa resep untuk membuat bumbu kacang, baik ditumbuk kasar sehingga masih berbutir dan renyah, hingga digiling halus seperti selai kacang. Campuran lain misalnya kecap manis, santan, laos, bawang putih, merica, jintan, serai, cabai, gula jawa, air jeruk nipis, daun jeruk, dan lain-lain, serta ditaburi bawang goreng.



Gambar 2.6 Saus Kacang

2.3.1 Resep Baku Pembuatan Saus Kacang

Resep baku *Saus Kacang* diambil dari buku “*100 Mak Nyus Jakarta*” oleh Bondan Winarno, 2015.

Bahan-bahan yang digunakan:

- 300 gram kacang tanah dan/atau kacang mede > digoreng lalu dihaluskan
- 500 ml santan > dari 1 butir kelapa

Bumbu

- 2 cabai merah keriting
- 5 siung bawang merah
- 3 siung bawang putih
- 1 kelingking kencur
- 2 batang serai > dimemarkan
- 2 lembar daun jeruk
- 3 sdm saus tomat
- 3 sdm kecap manis
- 1 blok kaldu ayam
- Garam secukupnya

Cara membuat

- Ulek halus cabai, bawang merah/ bawang putih, dan kencur dengan sedikit garam
- Tumis bumbu halus sampai harum, masukkan santan, kacang, serai, dan daun jeruk
- Masak dengan api kecil sampai mendidih. Bumbui dengan sedikit kecap manis, saus tomat, dan kaldu ayam
- Pilihan sayuran yang dipake adalah : kacang panjang, kangkung bayam, kecipir, buncis, tauge, jantung pisang, labu siam, nangka muda
- Kelengkapan lain adalah tahu/tempe goreng, kentang rebus goreng, telur ayam rebus, taburan bawang goreng, kerupuk udang, emping melinjo.

2.4 Alat dan Bahan Pembuatan Saus kacang

Alat-alat yang digunakan :



Gambar 2.7 Wajan

Sebuah alat untuk memasak; putaran - pan baja dengan dua pegangan lingkaran. digunakan untuk Fryin stir, terutama dalam masakan Cina. Wajan yang terbaik digunakan dengan unit burner spesial yang memiliki output panas yang tinggi dan cincin dukungan berbentuk luas yang memegang wajan stabil selama memasak (Gisslen, 2009)



Gambar 2.8 Kompor

Alat ini adalah bagian paling penting dari peralatan memasak di dapur. Melalui banyak fungsinya, untuk memasak ataupun memanaskan dengan kumparan listrik ataupun api gas. (Gisslen, Wayne, 2009)



Gambar 2.9 Spatula

Spatula merupakan alat yang terbuat dari logam yang digunakan untuk mengambil objek



Gambar 2.10 Pisau

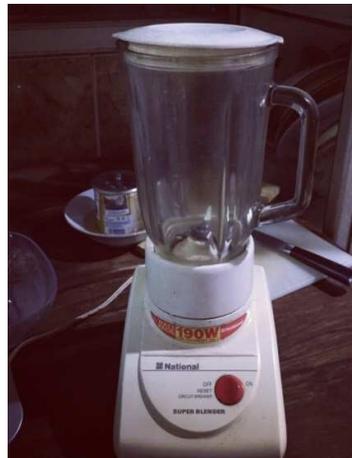
Pisau koki dan pisau lainnya memiliki sejumlah bagian, dan harus terbiasa dengan bagian-bagian pisau tersebut. Tulang belakang adalah bagian belakang pisau, yaitu tepi berlawanan ujung tombak (bagian yang tidak tajam). Ujung pisau adalah ujung runcing pisau tersebut, sementara tumit adalah bagian belakang pisau paling dekat dengan handle atau gagang pisau. Beberapa pisau, memiliki bagian untuk mengangkat, terdapat di ujung tumit tersebut. Gunanya juga sebagai penjaga yang membantu melindungi tangan dari slip dan juga membantu menyeimbangkan berat pisau tersebut.

Tang adalah bagian dari pisau logam yang terletak di dalam pegangan. Pisau paling tahan lama harus memiliki tang penuh dan berkualitas tinggi, yang berarti keseluruhan kekuatan pegangan pisau itu tergantung pada tang nya. (Gisslen, Wayne, 2009)



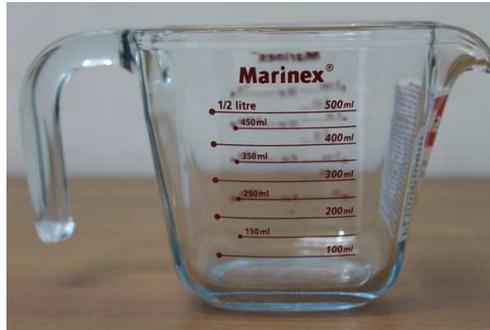
Gambar 2.11 Cutting Board

papan yang biasa digunakan dalam menyiapkan makanan. jenis lainnya ada untuk memotong bahan baku seperti kulit atau plastik . papan yang sering dibuat dari kayu atau plastik dan datang dalam berbagai lebar dan ukuran



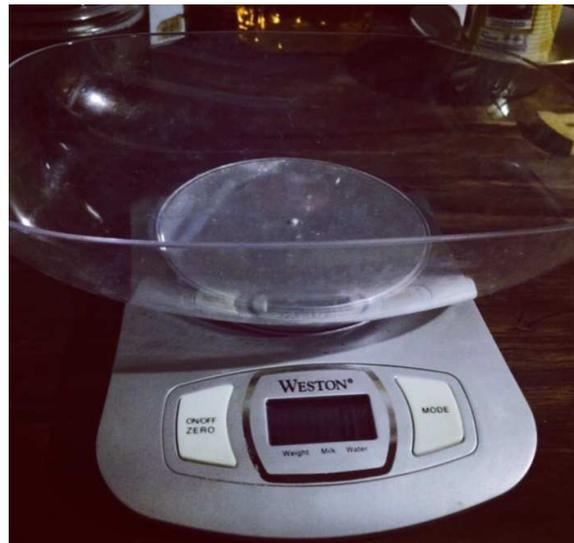
Gambar 2.12 Blender

Blender terdiri dari basis motor, dengan wadah berputar pisau. Namun, karena wadah blender tinggi dan sempit, hal ini lebih cocok untuk mencampur cairan membuat puree daripada memotong makanan padat. dalam komersial, blender digunakan untuk sebagai campuran, penghalusan, dan emulsi cairan seperti saus dan bumbu yang dihaluskan. Blender ini juga biasa digunakan di bar, untuk membuat jus. Motor blender mungkin memiliki 2 sampai 10 kecepatan, atau bahkan lebih. Wadah pada blender terbuat dari stainless steel, kaca atau plastik. (Gisslen, Wayne, 2009)



Gambar 2.13 Gelas Ukur

Gelas ukur digunakan untuk mengukur berupa cairan. Dan memiliki bibir agar mempermudah proses tuang atau pouring. Ukuran yang pint, liter, setengah galon, dan ukuran gallons. (Gisslen, 2009)



Gambar 2.14 Timbangan

Timbangan digunakan untuk mengukur berat yang biasanya menggunakan indikator angka dan timbangan. timbangan digital memiliki tingkat akurasi yang tinggi. Alat ini dioperasikan dengan listrik dan menggunakan system digital. (Gisslen, 2009)



Gambar 2.15 Sendok

Digunakan untuk mengaduk, mencampur, dan menyajikan makanan. (Gisslen, 2009)

Bahan yang digunakan :



Gambar 2.16 Kacang Tanah

Kacang tanah adalah benih dari kacang polong yang dijemur. Memiliki tekstur kulit coklat tipis dan bila kulitnya dilepas maka terlihat kacang yang berwarna putih. Kacang tanah itu sendiri memiliki rasa yang manis. (Mizer, 1999)



Gambar 2.17 Parutan Kelapa

Kelapa sudah sangat terkenal khasiatnya maupun rasanya yang nikmat. Daging dari buah kelapa muda ini biasanya dijadikan es yang segar dan jenis minuman dan makanan lainnya. Selain enak dan menyegarkan, kelapa muda juga

mengandung manfaat yang luar biasa bagi kesehatan,serta sangat baik untuk ibu yang sedang hamil. Daging kelapa muda tentu saja dapat dipeoleh dari pohon kelapa. Batang pohonnya bias menjulang tinggi dan tumbuh alami di sepanjang pantai. Pohon kelapa diyakini berasal dari pesisir samudra hindia.namun, kini dapat ditemukan di banyak tempat yang memiliki iklim tropis (Raditya akbar,2015:158)



Gambar 2.18 Bawang Merah & Bawang Putih

Bawang merah (shallot) dan bawang putih (garlic), termasuk bawang Bombay,sebenarnya bukan umbi akar melainkan pangkal/pelepah daun yang menyatu dan membentuk bonggol. Untuk membuat masakan Indonesia, sebagai bumbu dasar. Takaran bawang merah dan bawang putih umumnya 3:1 (yasa boga,2014:15)



Gambar 2.19 Cabai merah keriting

Cabe merah keriting ,rasanya pedas sekali,dan daging buahnya tipis hamper tak berair, sehingga seluruh sumber rasa pedas berfungsi optimal (yasa boga,2014:13)



Gambar 2.20 Kencur

Kencur - Aromatic Ginger (*kamferia galangal L*) juga memiliki rasa getir, umum digunakan di dapur Sunda, Jawa tengah ,Jawa timur, Madura, dan Bali . orang Aceh menamakan *kencur cauko*, di ranah Sunda *cikur*, di Madura *kencor*, di Bali *cekuh*. (yasa boga,2014:15)



Gambar 2.21 Serai

Serai- Lemongrass (*cymbopogon ciratus*) aroma segar tanaman ini tersimpan dalam pangkal batang, dan akan mucul sempurna bila bagian ini dimemarkan sebelum dipakai. Supaya tidak tercerai berai dalam masakan dan mudah diangkat, setelah dimemarkan tangkai serai sebaiknya disimpulkan. (yasa boga,2014)



Gambar 2.22 Daun Jeruk

Daun jeruk purut juga disebut daun jeruk ganda, daun jeruk purut sangat cirikhas baunya dan kuat rasanya, terutama ketika robek ataupun diparut. Daun jeruk purut biasanya tersedia segar (fresh) atau beku, dan terkadang tersedia masih melekat panjang pendek cabangnya yang memiliki duri yang tajam pada batangnya. Untuk memisahkan daun dari cabang-cabang mereka biasanya menggunakan gunting. Jeruk purut itu sendiri adalah buah yang berukuran kecil biasanya, membulat dengan seukuran bola golf, kulit buah tebal, tonjolan-tonjolan dan permukaan kulitnya kasar yang menyebabkan nama Kanton yang kurang menarik yaitu "leprous lime", yang pada artinya sendiri leprous itu adalah kusta dan lime adalah kapur yang memiliki kulit yang sangat tebal dan memberikan sedikit jus.(Brackman, Agnes de keijzer, 2009)



Gambar 2.23 Saus tomat

Saus tomat merupakan bahan penyedap dan penambah rasa yang biasa ditambahkan pada makanan tertentu seperti bakso, mie ayam dan lain-lain. Saus tomat biasanya dibuat dari campuran pasta tomat dengan bahan tambahan makanan seperti gula, garam, cuka, rempah-rempah (lada, cengkeh, bawang putih dan kayu manis), pati maizena dan Na-Benzoeat. (koswara, 2009)



Gambar 2.24 Kecap Manis

Di Indonesia kecap digunakan sebagai salah satu bahan masakan. Jenis kecap ada kecap manis (sweet soy sauce) dan juga kecap asin (salty soy sauce) atau terkadang disebut dark soy sauce . Ada perbedaan besar antara kedua bahan tersebut. Di Indonesia, masakan menggunakan bahan masak kecap manis adalah mutlak, harus. Jika memasak menggunakan kecap asin chinese, yang sangat asin kemudian ditambahkan dengan garam ke resep, maka akan memiliki bencana kuliner monumental, fatal terhadap rasa. (Brackman, Agnes de Keijzer, 2009)



Gambar 2.25 Garam

Garam; zat kristal ditambang dari bumi atau diekstrak dari air garam(laut). Garam murah dan berlimpah. Garam sangat penting untuk kesehatan, dan kebutuhan untuk itu dikatakan insting alami baik pada manusia maupun hewan. Tapi bagi orang Amerika konsumsi garam untuk kesehatan jauh lebih kecil dibanding kita biasa mengkonsumsi. (Mizer, David A, 1999)



Gambar 2.26 Kaldu Ayam

Kaldu adalah sari dari tulang, daging atau sayuran yang direbus untuk mendapat sari dari bahan tersebut. Contohnya adalah kaldu ayam, kaldu sapi, kaldu ikan, dll.

2.4.1 Teknik Pembuatan Saus kacang dengan Kacang Tanah

1. goreng kacang tanah terlebih dahulu
2. Ulek halus cabai,bawang merah/ bawang putih, dan kencur dengan sedikit garam
3. Tumis bumbu halus sampai harum, masukkan santan,kacang,serai,dan daun jeruk
4. Masak dengan api kecil sampai mendidih. Bumbui dengan sedikit kecap manis,saus tomat,dan kaldu ayam
5. Pilihan sayuran yang dipake adalah : kacang panjang, kangkung bayam, kecipir, buncis, tauge, jantung pisang, labu siam, nangka muda
6. Kelengkapan lain adalah tahu/tempe goreng, kentang rebus goring, telur ayam rebus, taburan bawang goring, kerupuk udang, emping melinjo.

2.4.2 Teknik Pembuatan Alternatif Saus kacang dengan Parutan Kelapa

1. Sangrai parutan kelapa sampai bewarna kecoklatan dengan menggunakan api kecil
2. Ulek halus cabai,bawang merah/ bawang putih, dan kencur dengan sedikit garam
3. Tumis bumbu halus sampai harum, masukkan santan dan parutan kelapa yang telah disangrai ,serai,dan daun jeruk
4. Masak dengan api kecil sampai mendidih. Bumbui dengan sedikit kecap manis,saus tomat,dan kaldu ayam
5. Pilihan sayuran yang dipake adalah : kacang panjang, kangkung bayam, kecipir, buncis, tauge, jantung pisang, labu siam, nangka muda
6. Kelengkapan lain adalah tahu/tempe goreng, kentang rebus goring, telur ayam rebus, taburan bawang goring, kerupuk udang, emping melinjo

2.4.3 Proses Pembuatan Saus Kelapa



Gambar 2.27 Sangrai kelapa dengan menggunakan api kecil



Gambar 2.28 Sangrai kelapa hingga warna kelapa coklat pekat



Gambar 2.29 siapkan bumbu bumbu lalu haluskan bersama parutan kelapa yang telah di sangrai dengan menggunakan ulekan,blender atau *food processor*



Gambar 2.30 Tumis bumbu halus sampai harum, masukkan santan parutan kelapa yang telah disangrai ,serai,dan daun jeruk

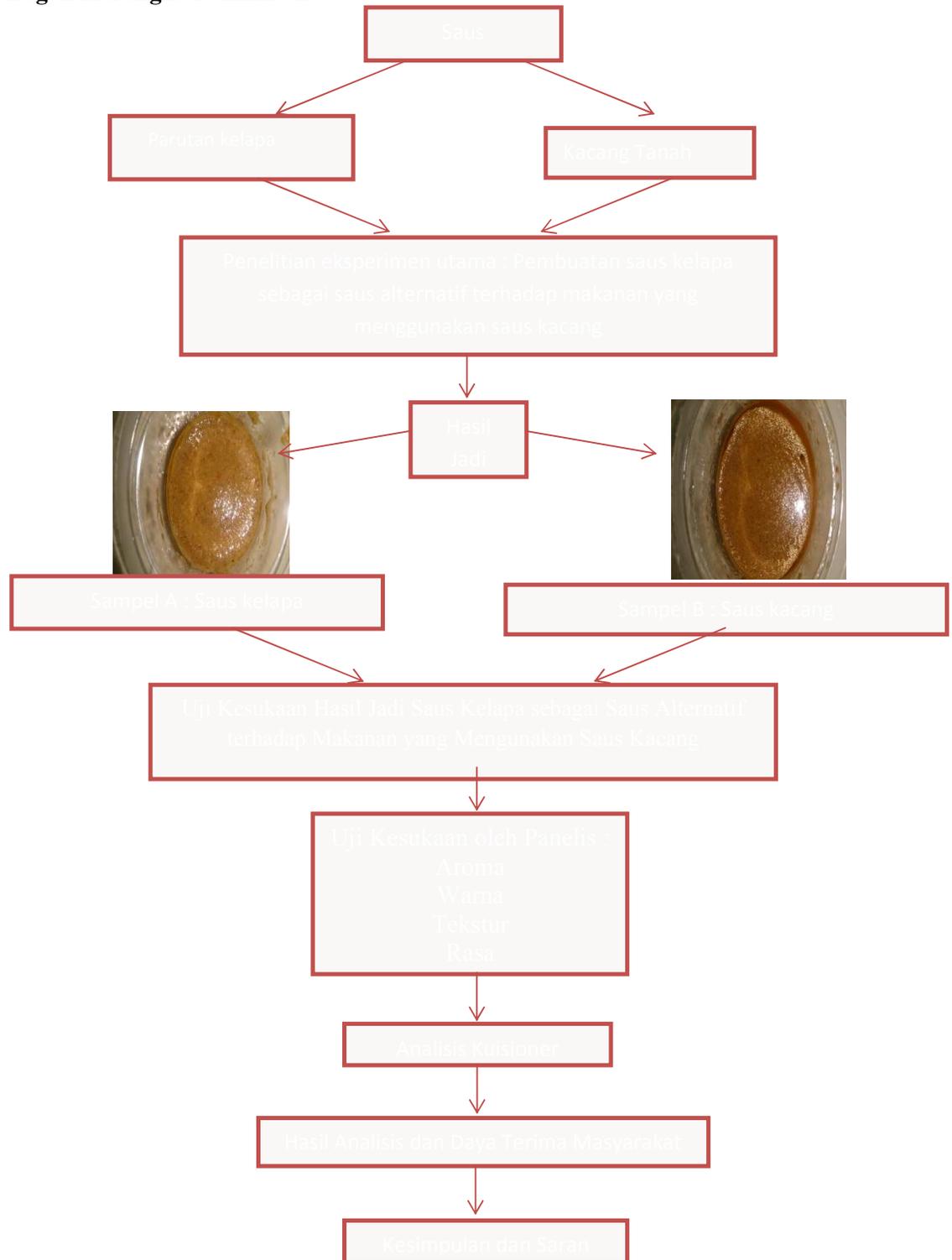


Gambar 2.31 Saus kacang berbahan dasar parutan kelapa telah jadi



Gambar 2.32 Saus kelapa siap disebar

2.5 Bagan Kerangka Pemikiran



Gambar 2.33 Skema Kerangka Pemikiran

