

DAUR ULANG MAKANAN TRADISIONAL DI TASIKMALAYA DAN INDRAMAYU

¹Mamat Ruhimat, Dian Ekawati, Herdis Hikmatussadis

Fakultas Ilmu Budaya Universitas Padjadjaran

¹mamat.ruhimat@unpad.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengenal jenis-jenis produk olahan dari makanan yang dianggap sudah tidak layak dimakan karena kotor atau basi di wilayah Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya dan Kecamatan Widasari Kabupaten Indramayu. Makanan tersebut diolah kembali menjadi makanan yang bersih dan layak dimakan. Dengan adanya penelitian ini diharapkan: (1) dapat menjelaskan jenis-jenis produk turunan makanan tradisional Sunda; (2) sebagai sumbangan ilmiah bagi peningkatan ketahanan pangan; dan (3) sebagai bahan kajian nutrisi dan teknologi pangan. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Teknik yang digunakan adalah survei lapangan untuk menginventarisasi dan mendokumentasikan data. Sebagian data makanan didapat dengan cara langsung mengolahnya di tempat bila bahan-bahannya tersedia. Sebagian lagi diuji coba dengan mencatat resepnya terlebih dahulu karena proses pengolahannya memerlukan waktu yang cukup lama. Dari hasil penelitian lapangan ditemukan produk turunan dari nasi, singkong rebus, pisang, serabi, martabak, roti, tumis-tumisan, jagung rebus, ampas kelapa, sisa kelapa, *galendo*, talas kukus, dan tape singkong.

Kata kunci: *produk turunan, makanan, ketahanan pangan*

Abstract

This study aims to identify the types of processed products from foods that are considered not to be eaten because they are dirty or stale in the districts of Ciawi, Tasikmalaya and Widasari and Indramayu. The foods are reprocessed into clean and edible foods. This study is expected to: (1) be able to explain the types of traditional Sundanese food products; (2) share the result as a scientific contribution for increasing food security; and (3) as sources for nutrition and food technology studies. The method used in this study is descriptive method. The technique used is a field survey for inventing and documenting the data. Some data about traditional foods are obtained by direct process on the spot if the ingredients are available. Some are tested by recording the recipe first because the processing takes a long time. The results of this field research show that there are many derivative products from rice, boiled cassava, banana, pancake, martabak, bread, stir-fry, boiled corn, coconut pulp, remaining coconut, galendo, steamed taro, and cassava tape.

Keywords: *derivative products, food, food security*

I PENDAHULUAN

Makanan merupakan salah satu kebutuhan primer manusia di samping pakaian dan tempat tinggal. Kemampuan mengolah makanan telah ada sejak zaman prasejarah dengan ditemukannya artefak-artefak alat memasak seperti gerabah.

Dalam perkembangan selanjutnya, seiring dengan proses memasak, makanan menjadi salah satu bagian dari kebudayaan manusia yang selalu ada dalam setiap kehidupan, dari masyarakat yang masih primitif hingga masyarakat yang sudah maju. Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni, memasak telah menjadi cabang ilmu, keterampilan, dan seni yang semakin banyak digali dan dijadikan ajang kompetisi.

Keterampilan memasak juga telah menjadi daya tarik pariwisata suatu kota sehingga kota-kota yang ingin menjadi tujuan wisata seringkali menjadikan masakan menjadi ikon dari kota tersebut. Tidak mengherankan jika perkembangan pariwisata selalu berjalan seiring dengan perkembangan kuliner.

Dalam tradisi masyarakat Sunda terdapat berbagai jenis masakan yang terus berkembang dari masa ke masa. Sebagian nama-nama masakan yang dikenal sekarang ternyata sudah ada sejak zaman dahulu. Naskah *Sanghyang Siksakandang Karesian* yang ditulis pada tahun 1518 Masehi menyebutkan jenis-jenis masakan yang ada dalam kehidupan masyarakat Sunda pada masa itu. Bahkan, nama juru masak, koki, atau *chef* telah memiliki nama yang mandiri dalam bahasa Sunda yaitu *hareup catra*.

Sarwa lwir ning oolahan ma: nyupar-nyapir, rara mandi, nyocobék, nyopong konéng, nyanglarkeun, nyanglarkeun, nyaréngséng, nyeuseungit, nyayang ku pedes, beubeuleuman, papanggangan, kakasian, hahanyangan, rarameusan, diruruum, amis-amis; sing sawatek kaolahan, hareup catra tanya.

Segala macam masakan, seperti *nyupar-nyapir, rara mandi, nyocobék, nyopong konéng, nyanglarkeun, nyanglarkeun, nyaréngséng, nyeuseungit, nyayang ku pedes, beubeuleuman, papanggangan, kakasian, hahanyangan, rarameusan, diruruum, amis-amis*; segala macam masakan, tanyalah *hareup catra* (juru masak) (Danasasmita, 1987).

Selain itu, di dalam naskah *Sanghyang Swawar Cinta*, memasak merupakan keterampilan perempuan yang menjadi ukuran kemuliaan seorang perempuan. Seorang perempuan yang pandai memasak diibaratkan sebagai penjelmaan dari roh suci. Perempuan yang demikian dianggap sebagai inti kemuliaan suami dan keluarganya.

*Beuteung reueus ku sakitu.
Teher pélag olah-olah,
na paray di kembang lwapang:
hurang ta di kembang dadap,
na hitu dipais tutung,
lendi ta dipais bari,
na lélé dicwacwabék,
na deleg dipanjel-panjel,
na hikeu dileuleunjeur,
na kancra dilaksa-laksa,
sisitna dirara mandi,
tulangna dibatu rangu,
pantingna dirokwatway,
hayam bwadas ta dipadamara,
hayam beureum disarengseng,
hayam cangkes diketrik,
hayam hurik dipais bari,*

Hal itu sudah sangat membanggakan.
Kemudian terampil memasak:
ikan *paray* dikembang *lo pang*,
udang dimasak *kembang dadap*,
ikan *hitu* dipepes gosong,
ikan *lendi* dipepes bari,
ikan lele dibumbu *cobek*,
ikan gabus dipanjel-panjel,
ikan *hikeu* dileuleunjeur,
ikan *kancra* dilaksa-laksa,
sisiknya dibuat *rara mandi*,
tulangnnya dibatu *rangu*,
siripnya diroko toy.
Ayam putih dipadamara,
ayam merah disarengseng,
ayam *cangkes* diketrik,
ayam burik dipepes bari,

*hayam danten dipepecel, /19r/
hayambikangdipapanggang,
hayam kurung dikudupung,
hayam kencaran disaratén,
hayam kambeuri ta dikasi,
kacigeuy tuang carogé,
teherna nyanga nyanglarkeun,
ngamumujet ngararamandi,
ngararang geding,
nyasaté raraka hudan,
sasaté usap-usap lambe,
sasaté pawaranglunta,
sasaté ugang-aging,
sakitu guna na ompway,
sakitu kawastwaanana.
(Wartini,dkk. 2011).*

ayam dara dibumbu pecel,
ayam betina dipanggang,
ayam kurung dikudupung,
ayam liar disaraten,
ayam kebiri dikasi,
kesukaan sang suami.
Kemudian *nyanga nyanglarkeun,*
ngamumujet ngararamandi,
membuat rarageding,
membuat sate untuk raraka hudan,
membuat sate usap-usap lambe,
membuat sate pawaranglunta,
membuat sate ugang-aging.
Itulah kepandaian wanita.
Begitulah ketentuannya.

Keterampilan memasak tidak hanya mengolah bahan mentah menjadi masakan siap saji, tetapi juga kepiawaian memanfaatkan sisa-sisa makanan yang sudah kurang layak dimakan menjadi makanan dalam bentuk lain yang layak dimakan. Keterampilan ini bisa menghemat pengeluaran dan mengurangi limbah rumah tangga, serta menghindari kemubaziran. dengan keterampilan, makanan yang hampir basi atau kadaluarsa bisa didaur ulang menjadi makanan yang lebih awet dan tahan lama.

Contoh sisa makanan yang masih dapat diolah kembali menjadi makanan dalam bentuk lain adalah nasi. Nasi sisa yang sudah hampir basi dapat diolah menjadi beberapa jenis makanan dalam bentuk lain melalui pengolahan tertentu. Misalnya, nasi yang sudah hampir basi dicuci dengan air bersih, kemudian ditanak kembali dan ditumbuk bersama bumbu garam, bawang putih, terasi, dan tepung kanji. Setelah lumat dan tercampur rata dibuat bulatan-bulatan sebesar telur puyuh lalu dipipihkan dengan ketebalan 2 milimeter. Selanjutnya dijemur sampai kering. Setelah kering digoreng dengan minyak panas sampai mekar dan berwarna kekuningan. Makanan ini dinamakan *opak gendar*.

Saprianto (2006) menyebutkan, makanan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati dan air, baik yang diolah maupun yang tidak diolah, yang diperuntukkan sebagai makanan atau minuman bagi konsumsi manusia. Termasuk di dalamnya adalah tambahan makanan, bahan baku makanan, dan bahan lain yang digunakan dalam penyiapan, pengolahan, dan atau pembuatan makanan atau minuman. Berdasarkan cara perolehannya, makanan dapat dibedakan menjadi 3, yaitu:

- 1) Makanan segar, yaitu makanan yang belum mengalami pengolahan. Makanan segar dapat dikonsumsi langsung atau tidak langsung, yakni dijadikan bahan baku pengolahan makanan. Contoh: lalapan, sayuran, dan buah yang dimakan mentah.
- 2) Makanan olahan, yaitu makanan atau minuman hasil proses pengolahan dengan cara atau metode tertentu, dengan atau tanpa bahan tambahan. Contoh: tape, teh manis, nasi, pisang goreng dan sebagainya. Makanan olahan bisa dibedakan lagi menjadi makanan olahan siap saji dan tidak siap saji. Makanan olahan siap saji adalah makanan dan minuman yang sudah diolah dan siap disajikan di tempat usaha atau di luar tempat usaha atau atas dasar pesanan.

Makanan olahan tidak siap saji adalah makanan atau minuman yang sudah mengalami proses pengolahan, tetapi masih memerlukan tahapan pengolahan lanjutan untuk dapat dimakan atau diminum.

- 3) Makanan olahan tertentu, yaitu makanan olahan yang diperuntukkan bagi kelompok tertentu dalam upaya memelihara dan meningkatkan kualitas kesehatan. Contoh ekstrak tanaman mahkota dewa untuk diabetes melitus, susu rendah lemak untuk orang yang menjalankan diet rendah lemak, dan sebagainya.

Pengolahan makanan merupakan teknik yang memerlukan keterampilan bagi pengolahnya. Pengolahan makanan dari bahan baru tentu lebih mudah karena tidak memerlukan cara-cara yang khusus dalam pemilihan bahan. Sementara itu, mengolah makanan sisa tentu akan memerlukan keterampilan tersendiri yang mengharuskan pengolahnya mampu memilih dan membuat resep baru supaya hasilnya tidak mengecewakan.

Brigita (2013) menyimpulkan dari hasil penelitian selama bulan April-Juni 2013 di Kota Bandung saja setiap orang menghasilkan 0,23-2 liter sampah makanan per hari. Sampah makanan tersebut sebagian merupakan sisa makanan yang sebenarnya bisa diolah kembali atau didaur ulang menjadi makanan dalam bentuk yang lain. Namun, karena sebagian besar masyarakat tidak begitu mengenal cara pengolahannya, sisa-sisa makanan tersebut hampir semuanya dibuang begitu saja ke tempat sampah sehingga menimbulkan masalah lingkungan jika tidak dikelola dengan baik.

Hotel Copacabana di Rio de Janeiro Brazil, telah melakukan terobosan yang sangat baik yaitu dengan cara melakukan daur ulang sisa-sisa makanan untuk dijadikan produk lain yang lebih bermanfaat. Sisa-sisa makanan tersebut sebagian besar diolah menjadi kompos dan pupuk tanaman. Kegiatan ini dapat mengurangi 80 persen sampah (Sumber: <http://www.dw.de/mendaurlang-sisa-makanan-restoran/a-16486580>).

Penelitian terhadap pengolahan sisa makanan telah banyak dilakukan, tetapi terbatas pada kasus-kasus tertentu yang bersifat negatif, yaitu kasus daur ulang makanan kadaluarsa dengan mengganti kemasan untuk dijual kembali dan bisa menyebabkan gangguan kesehatan pada konsumennya. Sementara itu, yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pengolahan sisa makanan dengan metode tertentu yang hasil olahannya tidak membahayakan bagi kesehatan. Dengan demikian, penelitian ini akan lebih menitikberatkan pada penggalian kearifan lokal masyarakat Sunda dalam memanfaatkan sisa makanan melalui pengetahuan dan keterampilan yang dimilikinya.

II METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian pengolahan sisa makanan ini adalah metode penelitian lapangan dan studi pustaka. Metode penelitian lapangan akan dilakukan di dua tempat yang berbeda yaitu di wilayah Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya dan Kecamatan Widasari Kabupaten Indramayu. Pemilihan kedua tempat ini berdasarkan pertimbangan bahwa wilayah Kecamatan Ciawi merupakan bagian dari Priangan Timur dengan ciri kebudayaan Sunda yang masih kental. Sementara itu, Kecamatan Widasari berada di wilayah pantai utara Jawa Barat dengan percampuran antara kebudayaan Sunda dan Jawa. Dengan demikian, penelitian lapangan dari kedua wilayah tersebut dapat menghasilkan data yang lebih banyak dan bervariasi.

Studi pustaka dilakukan dengan menelaah buku-buku dan karya-karya ilmiah yang berhubungan dengan pengolahan makanan. Studi pustaka juga dilakukan dengan mencari referensi dari tulisan-tulisan pada blog atau buku elektronik dalam jejaring atau media sosial.

Capaian yang dihasilkan dari penelitian ini adalah inventarisasi, dokumentasi, dan deskripsi jenis-jenis makanan olahan dari sisa makanan. Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian yang lain terutama yang menyangkut penelitian kuliner.

Tahapan penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah: (1) studi lapangan, (2) inventarisasi, (3) dokumentasi, (4) studi pustaka, (5) pemilahan data, (4) deskripsi, dan (5) presentasi laporan.

III PRODUK TURUNAN MAKANAN TRADISIONAL

Penelitian terhadap daur ulang sisa makanan di Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya dan Kecamatan Widasari Kabupaten Indramayu menghasilkan penemuan 29 jenis makanan tradisional. Nasi merupakan salah satu makanan pokok yang paling banyak menghasilkan produk turunan. Sebagian besar sisa nasi yang sudah kurang layak dimakan dapat didaur ulang menjadi makanan dalam bentuk yang lain dengan teknik pengolahan yang berbeda-beda. Sisa-sisa makanan berupa pisang dan singkong yang sudah tidak layak dimakan pun dapat didaur ulang menjadi beberapa jenis makanan yang layak dikonsumsi.

3.1. Nasi

Nasi merupakan produk olahan dari beras yang menjadi makanan pokok penduduk Jawa Barat, kecuali di wilayah kampung adat Cireunde Kota Cimahi. Sebagai makanan pokok, nasi seringkali dibuat dalam jumlah banyak terutama pada acara-acara tertentu seperti upacara adat, khitanan, pernikahan, ulang tahun, seminar, dan sebagainya. Ada kalanya nasi tersebut tersisa dalam jumlah yang cukup banyak dan tidak menjadi tidak layak dikonsumsi karena basi. Dalam kondisi ini tentu kita melakukan kemubaziran dengan menyia-nyiakan makanan. Sebenarnya, nasi sisa yang sudah hampir basi masih dapat dijadikan produk olahan yang lebih awet sehingga dapat bertahan lebih lama. Dari hasil penelitian didapat beberapa produk turunan yang berasal dari nasi.

3.1.1 Opak Gendar

Bahan utamanya adalah nasi yang sudah hampir basi atau nasi sisa-sisa makan yang tidak habis. Bahan campurannya adalah tepung kanji. Untuk satu rantang nasi, tepung kanjinya cukup 2-3 sendok makan. Fungsi tepung kanji adalah untuk membuat adonan lebih pekat dan hasilnya lebih renyah. Di beberapa tempat ada juga orang menambahkan garam *bleng* supaya renyah tanpa diberi tepung kanji. Akan tetapi, bahan tambahan ini tidak direkomendasikan untuk digunakan pada makanan karena mengandung senyawa kimia yang berbahaya bagi kesehatan. Bumbu yang disediakan diantaranya: garam secukupnya, bawang putih 2-3 siung, terasi secukupnya, dan penyedap rasa.

Nasi sisa yang sudah hampir basi dicuci dengan air bersih, kemudian ditanak kembali sampai *timus* 'uapnya keluar'. Setelah nasi *timus*, tumbuk garam, bawang putih, kencur, dan terasi pada lumpang. Angkat nasi lalu masukkan

kedalam lumpang bumbu yang telah halus. Tumbuk nasi dengan bumbu hingga tercampur rata. Selagi masih panas, masukkan tepung kanji kedalam adonan nasi hingga lumat dan tercampur rata dan ditumbuk lagi sampai agak lembut. Buat bulatan-bulatan sebesar telur puyuh, lalu pipihkan dengan ketebalan 1-2 milimeter. Jangan terlalu tipis karena rapuh dan mudah terkoyak pada saat dijemur. Jangan terlalu tebal pula supaya ketika digoreng tidak keras. Letakkan di atas tampah atau nyiru, jemur sampai kering. Setelah kering, goreng dengan minyak panas sampai mekar dan berwarna kekuningan.

Selain dijadikan cemilan, opak gendar bisa dijadikan teman nasi dengan sayur atau pecel sebagai pengganti kerupuk. Opak gendar juga bisa dibuat dalam berbagai rasa tergantung selera pembuat atau pemesannya. Rasa terasi bisa diganti dengan kencur, ketumbar, atau keju. Untuk membuat opak gendar rasa manis tentu tinggal mengganti garam dengan gula ditambah perisa makanan seperti stroberi, anggur, durian, pandan, dan sebagainya. Bentuk opak gendar pun bisa dibuat sesuai dengan selera. Tidak hanya bulat, bisa juga berbentuk kotak. Caranya, setelah opak gendar setengah kering, dipotong-potong dengan gunting berbentuk persegi.

Selain dari nasi sisa, opak gendar juga bisa dibuat dari sisa *leupeut*, lontong, atau ketupat yang sudah hampir basi, terutama pada saat hari raya. Cara pengolahannya juga tidak jauh berbeda dengan opak gendar dari bahan nasi sisa. *Leupeut*, lontong, atau ketupat yang sudah hampir basi dan tidak layak dimakan dicuci dulu, dipotong-potong, lalu lalu dikukus sampai lembek seperti nasi. Kemudian, ditumbuk bersama bumbu dan bahan lain seperti cara pembuatan opak gendar dari nasi.

3.1.2 Apem

Bahan dasar apem yang paling utama adalah tepung beras dan gula. Akan tetapi, untuk membuat apem yang mekar dan kenyal harus diberi bahan tambahan hasil fermentasi. Di beberapa tempat, bahan tambahan itu adalah tape singkong atau ragi instan. Akan tetapi, di wilayah kecamatan Ciawi, untuk membuat apem yang mekar dan kenyal bahan tambahan fermentasi tersebut adalah *ura*. *Ura* adalah tape yang dibuat dari nasi sisa yang sudah hampir basi atau kurang layak dimakan. Cara membuat *ura* adalah sebagai berikut.

Nasi dicuci dengan air bersih dan ditiriskan kemudian dikukus lagi sampai *timus* 'keluar uap air'. Angkat nasi dari kukusan lalu dinginkan. Setelah dingin nasi ditaburi ragi tape dan diaduk sampai rata menggunakan pengaduk yang bersih. Nasi yang sudah diberi ragi kemudian dimasukkan ke dalam wadah tertutup yang bersih. Simpan kira-kira dua hari dua malam sampai nasi berubah menjadi tape. Cirinya adalah nasi sudah lembek, berair, dan aromanya menyengat seperti tape ketan.

Siapkan wadah yang agak besar, aduk tepung beras dengan *ura* dan gula merah hingga tercampur rata. Diamkan adonan selama dua jam. Bungkus adonan seperti lontong dengan *kararas* 'daun pisang kering'. Adonan yang sudah dibungkus dikukus sekitar 30 menit hingga matang. Angkat dan dinginkan. Apem yang dibungkus dengan daun pisang kering akan awet disimpan hingga 5 hari. Bila tidak ada daun pisang kering bisa dibungkus dengan daun pisang basah atau dicetak dengan cetakan apem seperti bolu kukus, tetapi tidak bisa disimpan lama seperti apem yang dibungkus dengan daun pisang kering.

Bila adonan apem ini dicampur dengan santan dan mentega cair, apem bisa dicetak seperti serabi atau carabikang. Jika tidak suka gula merah, adonan apem bisa menggunakan gula pasir kemudian diberi pewarna makanan supaya lebih menarik.

3.1.3 Pepes Nasi

Pepes Nasi merupakan produk olahan dari nasi sisa yang tidak habis dimakan tetapi masih dalam keadaan baik. Nasi yang digunakan untuk bahan pepes nasi bukan nasi yang hampir basi tetapi nasi yang sudah tidak pulen lagi karena cuaca panas, atau terlalu lama disimpan dalam penanak nasi listrik.

Selain nasi, bahan yang digunakan untuk membuat pepes nasi adalah usus atau hati ayam, daun pisang untuk membungkus, daun bawang, cabe merah,

Bumbu yang harus disediakan di antaranya: garam, gula pasir, kunyit, bawang putih, kemiri.

3.1.4 Pais Piritan

Piritan atau isi perut ikan dapat diolah bersama nasi sisa menjadi pais piritan. Bagian isi perut ikan biasanya dibuang karena dianggap kotor dan menjijikkan. Akan tetapi, ikan-ikan yang berukuran besar seperti gurame dan ikan mas cukup mudah dibersihkan karena bagian ususnya lebih besar. Setelah empedu ikan dibuang, usus ikan diurai dulu sampai memanjang lalu ditoreh dengan gunting atau ujung pisau yang lancip dan tajam. Kotoran ikan dibuang dengan air mengalir sampai bersih. Siapkan nasi sisa yang masih cukup baik atau belum basi dan daun pisang untuk membungkus.

Bumbu yang dihaluskan untuk membuat pais piritan diantaranya garam, bawang putih, kunyit, jahe, dankemiri. Bumbu kasar sebagai penyedap diantaranya daun salam, serai, daun bawang, dan kemangi.

3.1.5 Pais Peujit Hayam

Peujit hayam atau usus ayam dapat dipais atau dipepes bersama nasi sisa. Olahan ini mirip dengan pepes nasi pada subbab 4.1.3, tetapi dimasak dengan cara dikukus. Bahan yang harus disediakan diantaranya daun pisang untuk membungkus, nasi sisa, usus ayam, daun bawang, kemangi, daun salam, dan serai.

Bumbu yang dihaluskan yaitu kunyit, bawang putih, kemiri, dan garam. Campurkan bahan dengan bumbu halus lalu bungkus dengan daun. Kukus kurang lebih satu jam hingga tercium aromanya.

3.1.6 Tumis Piritan

Piritan atau jeroan ikan bisa juga dimasak dengan cara digoreng dicampur dengan nasi sisa. Bumbu yang diperlukan diantaranya garam, kunyit, jahe, bawang putih, bawang merah, dan pala. Bumbu pelengkapya sediakan daun salam, serai, lengkuas, dan minyak untuk menumis.

Tumis bumbu halus sampai harum lalu masukkan bumbu pelengkap. Masukkan jeroan ikan yang sudah dibersihkan. Aduk-aduk hingga tercampur dengan bumbu, tuangi sedikit air. Masak hingga matang dan airnya habis.

3.1.7 Sega Aking

Sega Aking atau nasi kering adalah nasi sisa yang sudah tidak layak dimakan karena basi atau kotor. Nasi yang kotor atau basi ini dicuci dengan air kemudian dijemur sampai kering. Nasi aking bisa disimpan dalam waktu yang cukup lama dan bisa digunakan lagi pada musim paceklik. Nasi aking bisa dikonsumsi setelah dimasak seperti nasi biasa. Tentu saja rasanya tidak se enak nasi yang ditanak dari beras. Untuk menambah cita rasa, pada saat menanak sega aking bisa ditambah dengan daun pandan atau daun salam.

3.1.8 Sangu Aron

Sangu Aron hampir sama dengan sega aking, terbuat dari nasi sisa yang sudah hampir basi atau kotor. Nasi tersebut dicuci sampai bersih kemudian ditanak lagi sampai timus seperti untuk membuat opak gendar. Nasi yang sudah timus kemudian diangkat dan dijemur sampai kering.

Sangu aron biasanya dimasak dengan cara digoreng dan dijadikan cemilan. Untuk menambah rasa bisa dibubuhi garam halus dan penyedap rasa, lalu diaduk dengan sangu aron yang telah digoreng.

3.1.9 Tengteng

Tengteng merupakan makanan yang terbuat dari ketan. Akan tetapi, tengteng juga bisa dibuat dari sangu aron yang telah digoreng. Bahan pelengkapya yaitu gula pasir. Gula pasir dipanaskan di dalam wajan sampai meleleh dan berwarna kecoklatan atau karamel. Matikan api, masukkan sangu aron yang telah digoreng, lalu aduk dengan gula sampai merata. Tuang ke atas talenan lalu tekan-tekan dengan centong nasi sampai padat dan rata. Selagi masih panas, potong-potong tengteng dengan pisau sebelum gula mengeras.

3.1.10 Goreng Sangu

Goreng Sangu atau nasi goreng tentu sudah tidak asing lagi karena hampir semua daerah memiliki resep nasi goreng dengan ciri khas masing-masing. Di daerah Ciawi Tasikmalaya ada dua macam resep nasi goreng tradisional yang masih menjadi ciri khas.

Goreng sangu yang pertama bahannya adalah nasi sisa, telur, bawang merah, garam, minyak. Bawang merah diiris kasar. Panaskan minyak, tumis bawang sebentar sampai layu. Masukkan nasi dan garam, aduk sampai rata. Masukkan telur, aduk lagi sampai rata dan matang.

Goreng sangu yang kedua bahannya nasi sisa, telur, bawang merah, terasi, kencur, garam, dan minyak. Bawang merah diiris kasar. Garam, terasi, dan kencur dihaluskan. Panaskan minyak, tumis bawang merah dan bumbu halus sampai harum. Masukkan telur, aduk-aduk sampai hancur. Masukkan nasi, aduk-aduk hingga tercampur rata dan matang.

3.1.11 Sangray Sangu

Sangray sangu masih sejenis dengan nasi goreng, tetapi tidak menggunakan minyak alias disangray. Untuk membuat sangray sangu, siapkan nasi yang sudah dingin dan agak keras, irisan daun bawang, dan garam. Bumbu yang dihaluskan adalah kencur dan sedikit terasi matang, encerkan dengan air kira-kira 3 sendok makan. Panaskan wajan dengan api sedang, masukkan nasi, daun bawang dan garam lalu diaduk-aduk sampai nasi agak mengering dan kekuningan. Masukkan bumbu halus yang telah dicairkan. Aduk rata lalu angkat dan hidangkan.

3.2 Seupan Sampeu

Seupan sampeu atau singkong kukus yang tersisa dan tidak habis dimakan rasanya memang kurang enak karena gaaleun atau keras. Supaya bisa dimakan dan rasanya menjadi enak, sisa-sisa singkong kukus dapat diolah menjadi beberapa jenis makanan.

3.2.1 Kolobot

Kolobot adalah keripik singkong yang dibuat dari singkong kukus. Singkong kukus yang sudah tidak layak dikonsumsi diiris tipis-tipis dengan bentuk memanjang kemudian dijemur sampai kering. Singkong kukus yang sudah kering ini dinamakan kolobot. Kolobot ini bisa tahan lama sampai berbulan-bulan. Apabila akan dikonsumsi, kolobot kering bisa dibuat menjadi beberapa olahan seperti keripik kolobot. Caranya cukup digoreng dalam minyak panas sampai matang dan dibubuhi garam untuk penyedapnya.

Jika ingin rasa manis, bisa dibuat keripik kolobot manis. Caranya, panaskan gula pasir dengan sedikit air sampai mengental (*rumamat*). Masukkan kolobot yang telah digoreng ke dalam gula, aduk hingga rata dan gula mengering.

Untuk membuat keripik kolobot rasa manis pedas, buat bumbu halus yang terdiri dari cabai merah, garam, bawang putih, dan asam. Tumis dengan sedikit minyak sampai harum. Tambahkan gula pasir dan sedikit air. Aduk sampai mengental. Masukkan kolobot yang sudah digoreng, aduk sampai bumbu merata.

3.2.2 Gegetuk

Gegetuk atau getuk merupakan makanan olahan dari singkong kukus yang ditumbuk dan dibuat seperti uli. Gegetuk bisa dibuat dengan dua macam rasa, manis dan asin. Selain dibuat dari singkong kukus yang masih segar, egetuk juga bisa dibuat dari singkong kukus yang sudah *gaaleun*. Tentu saja singkong kukus yang sudah *gaaleun* ini harus dikukus lagi supaya empuk. Cara mengolahnya cukup mudah.

Untuk membuat egetuk manis, kukus lagi singkong *gaaleun* sampai empuk. Tumbuk gula merah dalam lumpang, bubuhi vanili. Masukkan singkong yang telah dikukus ke dalam lumpang, lalu tumbuk sampai hulus dan bercampur dengan gula merah. Angkat adonan ke atas talenan yang dilapisi daun pisang atau plastik. Pipihkan seperti uli atau tebal 2 cm, potong-potong. Taburi kelapa parut.

Untuk membuat egetuk asin, kukus singkong *gaaleun* sampai empuk. Haluskan kencur dan garam di dalam lumpang. Masukkan singkong kukus ke dalam lumpang, tumbuk sampai halus dan tercampur dengan bumbu. Angkat adonan ke atas talenan yang dilapisi daun pisang atau plastik, lalu pipihkan seperti uli dan potong-potong. Gegetuk asin ini bisa langsung dimakan selagi hangat. Bila sudah dingin dan *gaaleun*, bisa digoreng dulu sebelum dikonsumsi.

3.2.4 Opak Sampeu

Opak sampeu terbuat dari singkong kukus atau singkong rebus yang *gaaleun* karena tidak habis dimakan. Daripada dibuang, singkong yang sudah tidak layak dimakan ini dapat diolah kembali menjadi opak *sampeu*. Cara membuatnya hampir sama dengan membuat egetuk asin.

Singkong *gaaleun* dikukus lagi supaya empuk. Tumbuk dalam lumpang sampai halus. Tambahkan garam sebagai perisa. Buat bulatan-bulatan sebesar kelereng atau telur puyuh lalu dipipihkan sampai tipis seperti opak ketan. Pindahkan ke atas nyiru, lalu jemur sampai kering. Bila akan dikonsumsi, opak *sampeu* digoreng dalam minyak panas sampai matang.

3.3 Serabi

Serabi goreng dibuat dari serabi sisa yang sudah dingin atau *gaaleun*. Daripada dibuang, serabi yang sudah tidak enak ini dapat diolah kembali menjadi serabi goreng yang lezat. Bahan untuk membuat serabi goreng diantaranya serabi *gaaleun*, tepung terigu, air, garam, daun bawang diiris halus, tempe atau oncom diiris kasar, minyak untuk menggoreng. Potong serabi menjadi dua bagian. Siapkan adonan tepung terigu yang dibubuhi garam. Masukkan serabi kedalam adonan, bubuhi irisan tempe atau oncom dan daun bawang di atasnya, tutup dengan adonan tepung. Goreng serabi dalam minyak panas sampai tepung mengering dan berwarna kekuningan. Angkat dan hidangkan.

3.4 Martabak

Martabak biasanya diujakan orang menjelang malam dan dikonsumsi sebagai camilan malam hari. Jika tidak habis dimakan malam itu, pada keesokan harinya martabak sudah dingin dan mengeras atau *gaaleun*. Tentu saja martabak *gaaleun* tidak begitu enak dimakan.

Supaya dapat dimakan lagi dengan rasa yang lebih enak dan empuk, martabak dapat diolah menjadi martabak goreng. Sebelum digoreng martabak harus dicelupkan dulu kedalam adonan tepung terigu seperti membuat pisang goreng. Goreng martabak dalam minyak dengan api kecil sampai matang. Angkat dan tiriskan. Martabak goreng siap disantap dengan teh hangat.

3.5 Tumis-tumisan

Balendrang adalah makanan yang terbuat dari sisa-sisa masakan. Biasanya makanan ini campuran dari sisa-sisa tumis atau lauk-pauk pada musim lebaran dan hajatan. Lauk-pauk yang dibuat pada musim lebaran atau hajatan di antaranya sambel goreng kentang, tumis bihun, acar, ase cabe, rendang, dan lain-lain.

Lauk-pauk yang dibuat pada musim lebaran atau hajatan biasanya dibuat dalam jumlah banyak dan tersisa sampai beberapa hari. Supaya tidak basi, lauk-pauk tersebut dihangatkan kembali tiap pagi dan sore. Karena makin lama makin berkurang jumlahnya, makanan-makanan tersebut akhirnya dicampurkan menjadi satu. Inilah yang disebut balendrang.

3.6 Jagung Rebus

Jagung rebus bila disimpan lebih dari 12 jam, akan menjadi basi dan tentu saja tidak dapat dikonsumsi lagi karena bisa menyebabkan diare atau keluhan lainnya. Namun, jagung rebus yang sudah basi masih dapat diolah dan dimanfaatkan lagi menjadi bahan makanan lain yang lebih enak yaitu dibuat *eumping jagong* 'emping jagung'.

Membuat *eumping jagong* terbilang mudah. Bila jagung rebus muda masih dalam tongkolnya, pipil dulu sampai bersih dari tongkolnya lalu cuci sebentar untuk menghilangkan basi. Setelah itu rebus lagi dengan air yang telah diberi garam sebagai perisa kira-kira 15 menit sampai garam meresap. Jagung diangkat dan dijemur sampai kering.

Bila jagung rebusnya jagung tua, bisa dibuat *emping jagong*. Caranya, jagung rebus dicuci dan dibersihkan dari sisa-sisa kelapa parut, kemudian pipihkan dengan palu dari kayu dan dijemur sampai kering.

Baik eumping jagong maupun empingjagung bila akan dikonsumsi, cukup digoreng sampai matang. Untuk menambah cita rasa, eumping jagong dan emping jagong yang telah digoreng bisa ditambah dengan bumbu sesuai selera.

3.7 Pisang

Pisang jika sudah matang dan jumlahnya cukup banyak, seringkali tidak habis dikonsumsi lagi sebagai buah segar. Bila terlalu matang, pisang menjadi lembek dan aromanya sedikit busuk. Pisang yang terlewat matang ini tentu saja tidak layak untuk dimakan karena bisa menyebabkan sakit perut.

Bila pisang yang terlewat matang ini dibuang begitu saja, kadang-kadang kita merasa sayang juga karena masih ada sebagian yang dapat dikonsumsi. Sebenarnya, pisang yang terlewat matang atau lembek dan hampir busuk ini masih dapat dikonsumsi melalui beberapa pengolahan. Hasilnya akan berupa makanan olahan yang lebih lezat.

3.7.1 Cimplung

Cimplung merupakan produk olahan berbahan pisang lembek atau hampir busuk yang diaduk dengan tepung dan digoreng. Rasanya mirip dengan pisang goreng.

Bahan yang disediakan untuk membuat cimplung diantaranya pisang lembek, tepung terigu atau tepung beras, sedikit garam dan gula sebagai penyedap, perisa pandan atau vanili, dan minyak untuk menggoreng.

Cara membuatnya, pisang dicincang agak kasar, lalu dicampur dengan tepung terigu atau tepung beras dan garam serta gula sampai kalis dan berbentuk adonan kental. Tambahkan perisa pandan atau vanili, aduk rata.

Tuangkan minyak kedalam wajan dan dipanaskan dengan api kecil. Ambil adonan dengan sendok, lalu goreng dalam wajan sampai matang dan berwarna kecoklatan.

3.7.2 Ciu

Ciu adalah makanan olahan dari pisang sudah lembek atau hampir busuk. Nama ciu berasal dari singkatan dua kata yaitu *aci* dan *cau*. *Aci* adalah tepung sagu dan *cau* adalah pisang. Mengolah pisang lembek atau hampir busuk menjadi ciu cukup mudah, dan dimasak dengan cara dikukus.

Bahan untuk membuat ciu yaitu pisang yang sudah lembek atau hampir busuk, tepung sagu, gula pasir, garam, daun pandan, santan kental atau susu cair, daun pisang untuk pembungkus, tusuk gigi atau lidi untuk semat daun. Bila tidak ada tepung sagu, kita bisa menggantinya dengan tepung terigu atau tepung beras.

Pisang dihancurkan sampai agak lembut, lalu campurkan tepung, gula, garam dan santan atau susu cair sampai berbentuk adonan kental. Bungkus dengan daun pisang menjadi pincuk, semat dengan lidi atau tusuk gigi. Kukus kira-kira 30 menit sampai matang.

3.7.3 Sale

Sale merupakan produk turunan dari pisang yang sudah tidak layak dimakan karena terlalu matang. Cara membuatnya sangat mudah karena pisang yang sudah dikupas kulitnya tinggal dijemur di bawah sinar matahari sampai berwarna kecoklatan dan mengering dengan kadar air kira-kira 20%. Waktu pengeringan tergantung kuatnya sinar matahari. Jika panas terik dan lama bisa

kering dalam waktu 2 hari. Bila cuaca mendung atau hujan dan lembab, prosesnya berlangsung lebih lama, bahkan hasilnya tidak memuaskan karena pisang bisa busuk atau berjamur sehingga tidak layak dikonsumsi. Sale yang sudah kering bisa langsung dimakan atau diolah lagi menjadi sale goreng.

3.8 Kelapa

Produk turunan yang diolah dari kelapa biasanya diambil dari ampas kelapa sisa pembuatan santan. Ampas kelapa ini sebenarnya masih bisa dimanfaatkan untuk dibuat makanan yang layak dikonsumsi menjadi *dage*, di wilayah Ciawi *dage* ampas kelapa ini biasa disebut *dage uwo*. Selain itu, sisa kelapa yang tak terpakai dan berjamur masih dapat digunakan untuk obat serak atau kehilangan suara karena batuk atau terlalu sering berteriak.

3.8.1 Dage Uwo (Dage Kalapa)

Pembuatan dage uwo dari ampas kelapa terbilang mudah karena tidak memerlukan banyak bahan dan peralatan. Akan tetapi, pembuatan dage uwo harus benar-benar memperhatikan kebersihan bahan dan peralatan. Hal ini untuk menghindari terjadinya kontaminasi jamur dan bakteri patogen pada proses fermentasi. Ampas kelapa yang sudah diperas harus bersih dari garam atau sisa makanan lain. Demikian juga wadah atau plastik pembungkus harus bersih. Sebaiknya, gunakan kantong plastik yang masih baru. Ampas kelapa dikukus sampai matang lalu didinginkan. Setelah dingin, masukkan kedalam wadah atau kantong plastik yang bersih, lalu tutup. Letakkan di tempat yang aman dari serangga dan binatang pengerat. Hindarkan dari sinar matahari langsung. Proses fermentasi akan berlangsung kira-kira 2-3 hari. Tanda bahwa dage sudah matang adalah tekstur ampas sudah lembut dan baunya harum.

Sebelum dikonsumsi, dage uwo harus dimasak terlebih dahulu. Biasanya memasak dage uwo cukup disangray dengan bumbu sederhana. Irisan daun bawang, serai dan bawang putih yang dimemarkan digoreng dengan sedikit minyak sampai harum, masukkan dage uwo, bubuhi garam dan penyedap sesuai selera lalu aduk sampai matang.

3.8.2 Bubuy Kalapa

Kelapa yang berjamur bisa digunakan untuk mengobati suara serak atau *peura*, yaitu kehilangan suara karena batuk atau terlalu sering berteriak. Caranya sangat mudah. Kelapa yang sudah berjamur kekuningan dikerik jamurnya lalu *dibubuy* 'dibakar dalam abu panas' sampai matang. Ciri matangnya tercium dari aromanya yang agak sangit. Kelapa yang sudah matang dimakan selagi hangat. Agak pahit memang, tapi cukup berkhasiat mengembalikan kemerduan suara yang pernah hilang.

3.9 Galendo

Galendo adalah ampas pembuatan minyak kelapa yang tertinggal di dasar wajan. Galendo biasa dimakan langsung sebagai camilan atau dibuat sambal galendo. Namun, galendo yang disimpan terlalu lama dapat berbau tengik sehingga tidak layak konsumsi. Daripada dibuang, galendo tengik ini masih bisa dimanfaatkan menjadi dage galendo. Caranya hampir sama dengan membuat dage uwo dari ampas kelapa. Hanya pembungkusnya biasa menggunakan daun pisang. Galendo dikukus

sampai matang, lalu dinginkan. Ambil galendo tersebut kira-kira dua sendok makan, lalu bungkus dengan daun pisang. Simpan selama dua atau tiga hari untuk proses fermentasi. Sebelum dikonsumsi, dage galendo yang telah matang biasanya diolah menjadi sambal. Membuat sambal dage galendo cukup mudah. Sebelum dibuat sambal, dage galendo harus dikukus dulu bersama daun pembungkusnya. Setelah matang, keluarkan dari pembungkusnya lalu ulek bersama garam, gula, dan cabe. Sambal dage galendo ini biasa dimakan dengan lalapan *peuteuy selong* 'petai cina' yang masih muda dengan lauk ikan asin.

3.10 Peuyeum Sampeu

Peuyeum sampeu atau tape singkong yang sudah agak lama disimpan biasanya akan mengeluarkan aroma yang menyengat dan rasanya agak kecut. Daripada dibuang, ada baiknya jika peuyeum sampeu tersebut diolah lagi menjadi makanan yang lain.

3.10.1 Colenak

Colenak adalah tape singkong yang dibakar, dipotong-potong, dan diberi *topping* saus kelapa dan gula merah. Cara membuatnya cukup mudah: tape ditekan-tekan di atas talenan hingga agak pipih dengan ketebalan kira-kira 1 cm. Susun di atas pembakaran lalu bakar di atas bara api sambil dibolak-balik. Setelah agak kecoklatan dan mengeluarkan aroma wangi, angkat dan potong-potong persegi kira-kira 1 cm. Susun di atas piring yang dialasi daun pisang. Untuk membuat sausnya, parut kelapa yang tidak terlalu tua. Rebus gula merah dengan sedikit air, tambahkan daun pandan atau panili. Masukkan kelapa parut ke dalam rebusan gula, beri sedikit garam, aduk-aduk hingga mengental. Angkat lalu bubuhkan ke atas irisan tape bakar.

3.10.2 Randa Royal

Randa royal adalah produk turunan dari tape singkong yang cukup sederhana cara membuatnya. Randa royal asalnya dibuat dari tape singkong yang digoreng dengan balutan tepung. Cara membuatnya sangat mudah. Buat adonan tepung terigu seperti adonan pisang goreng. Potong-potong tape kira-kira 5 cm panjangnya, pipihkan di atas talenan kira-kira 1 cm tebalnya. Masukkan ke dalam adonan tepung. Goreng dengan minyak yang dengan api sedang sambil dibolak-balik supaya tidak gosong. Setelah berwarna kekuningan angkat dan tiriskan.

3.10.3 Bolem/Goldib

Bolem atau goldib merupakan produk turunan tape singkong yang diolah seperti kue odading. Cara membuat bolem terbilang mudah dan sederhana. Ambil tape singkong, lalu hancurkan dengan ulekan. Masukkan tepung terigu lalu diaduk hingga kalis dan mudah dibentuk menjadi bulatan. Tutup dengan serbet, lalu diamkan selama satu jam hingga adonan agak mengembang. Buat bulatan-bulatan sebesar bola pingpong. Goreng dengan minyak di atas api kecil sambil dibolak-balik supaya tidak gosong. Setelah berwarna agak kecoklatan, angkat dan tiriskan. Tata di atas piring saji lalu taburi dengan tepung gula halus.

Kegiatan mengolah sisa makanan yang sudah tidak layak dimakan sebenarnya merupakan upaya pengelolaan sampah yang baik untuk mengurangi pencemaran lingkungan. Selain itu, memanfaatkan sisa-sisa makanan dapat

meningkatkan ketahanan pangan. Daur ulang sisa-sisa makanan yang ditemukan di dua daerah di Jawa Barat ini pada umumnya menggunakan cara-cara tradisional yang masih harus diteliti lebih mendalam dari segi kesehatan dan kandungan gizinya. Namun, jika dilihat dari pengolahannya, sebagian besar produk daur ulang tersebut layak dimakan karena sudah melalui proses pengolahan yang higienis. Perebusan, penggorengan, pengukusan, pengasapan, dan pembakaran merupakan proses pengolahan yang dapat menghambat perkembangbiakan mikroorganisme yang berbahaya bagi kesehatan. Sementara itu, fermentasi dapat mengubah kandungan kimiawi yang berbahaya menjadi zat lain yang bermanfaat, dengan syarat harus dilakukan sesuai prosedur yang tepat dan bersih dari pertumbuhan kapang atau jamur yang berbahaya.

IV PENUTUP

Produk turunan makanan tradisional Sunda yang ditemukan di wilayah Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya dan Kecamatan Widasari Kabupaten Indramayu merupakan bagian dari kearifan lokal masyarakat Sunda terhadap ketahanan pangan. Mereka mengolah kembali makanan yang sudah kurang layak dimakan menjadi makanan yang layak untuk dimakan.

Pengolahan produk turunan dilakukan dengan beberapa cara, yaitu difermentasi, digoreng, dibakar, dikukus, dijemur, dan kombinasi dari kelima cara tersebut. Makanan yang biasa diolah menjadi produk turunan lain diantaranya nasi, singkong, serabi, martabak, tumis-tumisan, jagung rebus, pisang, kelapa, galendo, dan peuyeum sampeu.

DAFTAR SUMBER

- Brigita, Gladys dan Benno Rahardyan. 2013. "Analisa Pengelolaan Sampah Makanan di Kota Bandung" Jurnal Teknik Lingkungan Volume 19 Nomor 1, April 2013, Hal 34-45.
- Danasasmita, Saleh dkk. 1987. *Sewaka Darma, Sanghyang Siksakandang Karesian, dan Amanat Galunggung*. Bandung: Sundanologi.
- Ekadjati, Edi S. dkk. 2004. *Darmajati: Transliterasi Teks dan Terjemahan*. Bandung: Universitas Padjadjaran.
- Noorduyn, J. dan Teeuw. 2000. *Three Old Sundanese Poems*. Leiden: KITLV.
- Ruhimat, Mamat dkk. 2015. *Produk Turunan Makanan Tradisional di Kecamatan Ciawi Kabupaten Tasikmalaya dan Kecamatan Widasari Kabupaten Indramayu*. Laporan Penelitian. Jatinangor: Universitas Padjadjaran.
- Wartini, Tin dkk. 2011. *Sanghyang Swawar Cinta: Suntingan Teks dan Terjemahan*. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI.

Situs

- <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/22500/4/Chapter%20II.pdf> diunduh 17-02-2015 jam 11.42
- <http://www.indosiar.com/fokus/hati-hati-daur-ulang-daging-sisa-hotel-dan-restoran75636.html> diunduh 17-02-15 jam 12.02
- <http://nashrulmillah.blogspot.com/2011/12/dibuang-sayang-aneka-olahan-sisa.html>, diunduh Selasa 17-02-14 jam 11.20
- <http://www.dw.de/mendaur-ulang-sisa-makanan-restoran/a-16486580> diunduh 17-02-15 jam 11:26