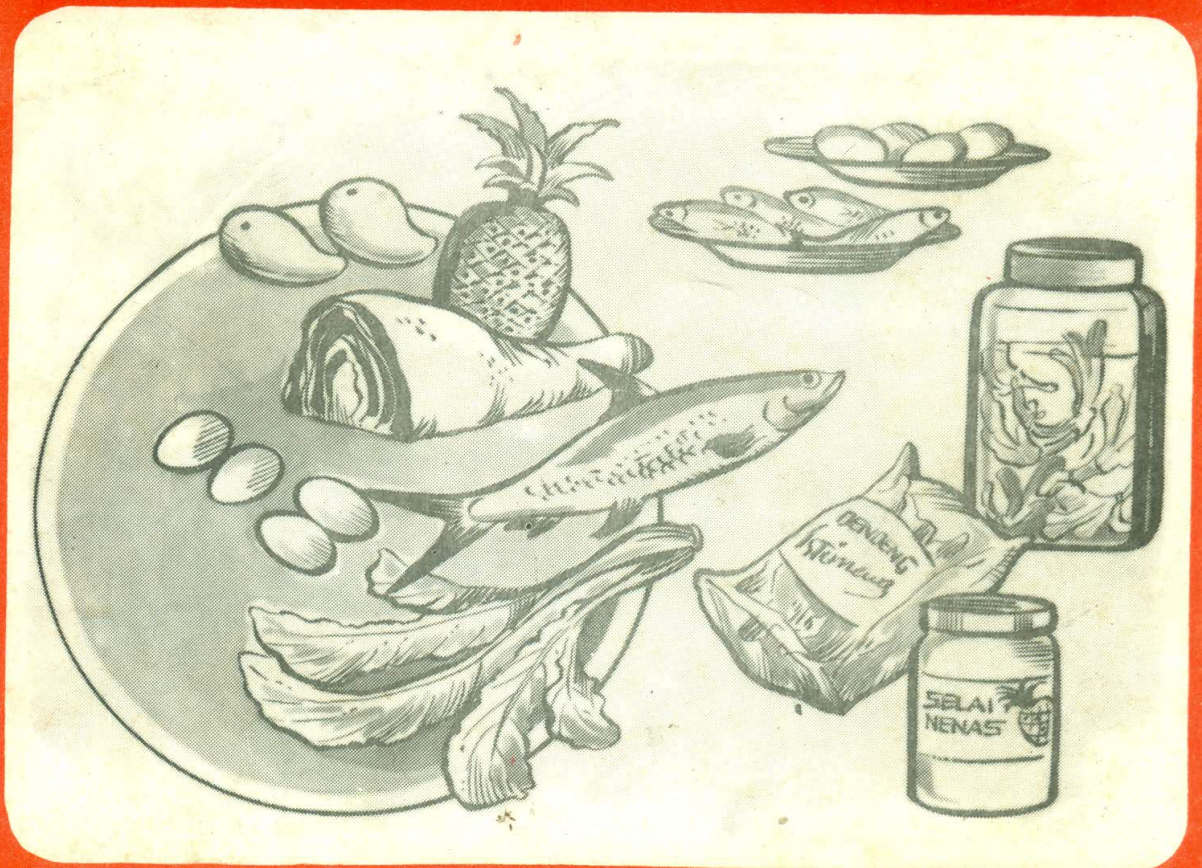


Pengawetan

Makanan



DEPARTEMEN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN

1979

A₄₀



DAFTAR ISI

| | halaman. |
|---|-----------|
| Pendahuluan | 1 |
| Petunjuk Belajar | 2 |
| Tujuan Belajar | 2 |
| Alat-alat Belajar | 3 |
| Bab I Sedikit demi Sedikit Lama-lama menjadi Bukit . . . | 4 |
| Pertanyaan | 8 |
| Kunci Jawaban | 9 |
| Bab II Cara Mengawetkan Makanan dari Daging | 11 |
| Pertanyaan | 14 |
| Kunci Jawaban | 16 |
| Bab III Cara Mengawetkan Makanan dari Telur dan Ikan .. | 17 |
| Pertanyaan | 21 |
| Kunci Jawaban | 23 |
| Bab IV Cara Mengawetkan Makanan dari Sayur dan buah . | 24 |
| Pertanyaan | 29 |
| Kunci Jawaban | 31 |
| Rangkuman | 34 |
| Tindak Lanjut | 32 |
| Kata-kata Inti | 34 |

PENDAHULUAN

Mengawetkan makanan ialah suatu cara mengolah makanan supaya dapat tahan lama. Banyak macam bahan makanan di tanah air kita ini yang dapat diawetkan, seperti daging, ikan, sayuran, dan buah-buahan. Umpamanya nanas, dapat diolah menjadi selai. Berbagai macam buah-buahan dapat dibuat manisan yang enak rasanya. Daging dapat dibuat abon ataupun dendeng.

Ada bermacam-macam cara untuk mengawetkan bahan makanan. Dapat dilakukan secara besar-besaran seperti : "pengalengan". Yang hasilnya berupa makanan kaleng.

Tetapi yang akan diuraikan dalam buku ini adalah cara mengawetkan bahan makanan secara mudah dan sederhana, yang dapat dikerjakan oleh setiap ibu rumah tangga.

Buku ini terdiri dari 4 Bab :

- Bab I Adalah bab yang menjelaskan bahwa ketrampilan itu dapat diperoleh sedikit demi sedikit dari belajar. Kemudian dapat digunakan untuk menambah pencaharian.
- Bab II Menjelaskan cara mengawetkan makanan dari daging.
- Bab III Menjelaskan cara mengawetkan makanan dari telur dan ikan.
- Bab IV Menjelaskan cara mengawetkan makanan dari sayuran dan buah.

Harapan kami setelah membaca buku ini, Saudara dapat mempraktekkannya.

PETUNJUK BELAJAR

- a. Sebelum Saudara membaca pelajaran ini, Saudara harus membaca tujuan belajar pada halaman 2 !
- b. Bacalah tiap bab baik-baik sampai selesai !
- c. Perhatikanlah baik-baik tiap gambar !
- d. Jawablah pertanyaan pada kertas lain !
- e. Samakan jawaban Saudara dengan kunci jawaban pada halaman berikut !
- f. Kalau ada jawaban Saudara yang salah betulkan lebih dahulu baru Saudara boleh melanjutkan ke pelajaran berikut !
- g. Sediakan alat-alat belajar yang diperlukan !
- h. Sebelum Saudara melanjutkan ke pelajaran berikutnya, ulangilah pelajaran yang sudah Saudara pelajari !
- i. Setelah Saudara mempelajari buku ini, lakukanlah apa yang dianjurkan dalam "Tindak Lanjut !"

TUJUAN BELAJAR

Setelah Saudara mempelajari buku ini, Saudara akan dapat :

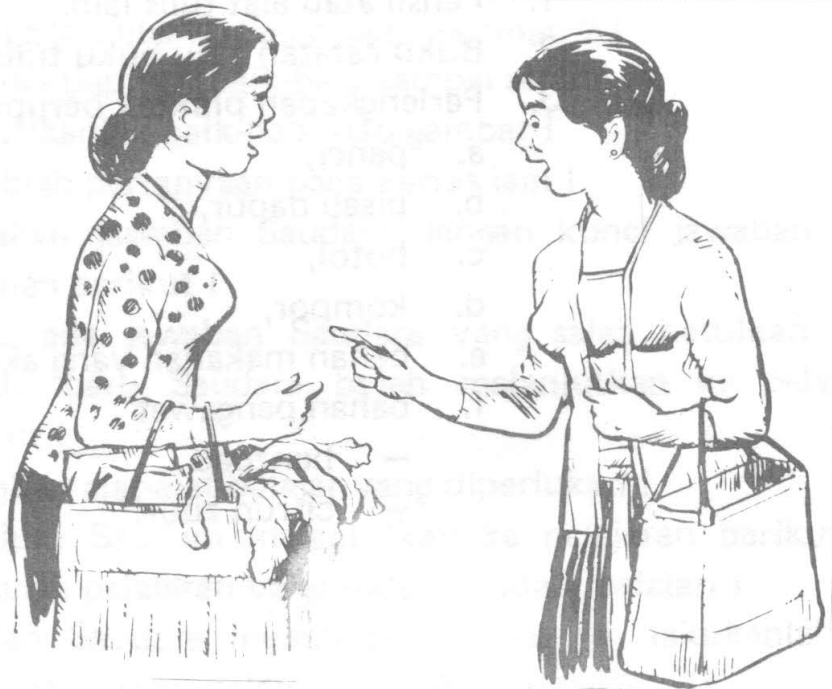
1. Menjelaskan gunanya pengawetan bahan makanan.
2. Memilih bahan makanan yang baik untuk diawetkan.
3. Membuat 2 macam pengawetan makanan dari daging.
4. Membuat 1 macam pengawetan makanan dari telur, ikan.
5. Membuat 1 macam pengawetan makanan dari sayuran dan buah-buahan.
6. Mempergunakan ketrampilan tersebut sebagai usaha untuk menambah penghasilan keluarga.

ALAT-ALAT BELAJAR

1. Pencil atau alat tulis lain.
2. Buku catatan atau buku tulis.
3. Perlengkapan praktek berupa :
 - a. panci,
 - b. pisau dapur,
 - c. botol,
 - d. kompor,
 - e. bahan makanan yang akan diolah,
 - f. bahan pengawet :
 - benzoad
 - citrun zuur.

* * * * *

SEDIKIT DEMI SEDIKIT LAMA-LAMA MENJADI BUKIT



Pada suatu hari Bu Siti yang sedang pergi ke pasar bertemu dengan teman lamanya.

Bu Siti : "Selamat pagi Bu Nani"

Bu Nani : "Selamat pagi Bu, mau ke pasar Bu".

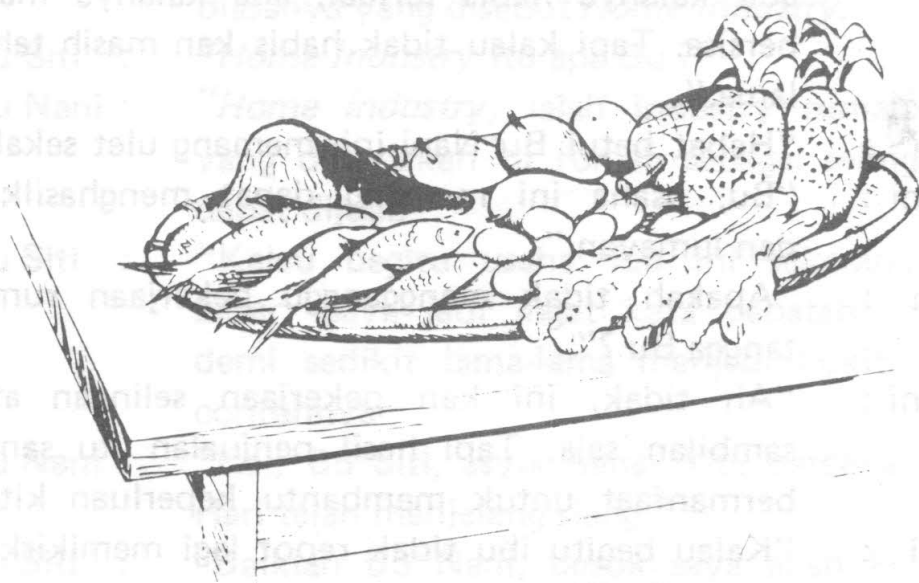
Bu Siti : "Ya Bu Nani, Bu Nani dari mana ? Masih pagi sudah pulang."

Bu Nani : "Saya kan tiap pagi mengantar titipan dagangan ke pasar".

Bu Siti : "Wah rajin benar ibu sekarang, sudah pandai berdagang."

Bu Nani : "Lumayan saja Bu, sekedar penambah belanja sehari-hari."

Bu Siti : "Dagangan apa yang ibu titipkan itu ?"



Bu Nani : "Makanan yang tahan lama Bu, artinya kalau tidak laku tidak segera busuk."

Bu Siti : "Jadi ada makanan yang dapat tahan lama Bu?"

Bu Nani : "Terang saja Bu, yaitu abon, dendeng, telur asin, pindang, selei nenas, manisan mangga, sawi asin."

Bu Siti : "Ibu membuatnya sendiri?"

Bu Nani : "Betul Bu, sebenarnya pada mulanya saya hanya coba-coba bukan untuk dijual.

Hanya sekedar untuk keperluan keluarga. Tapi setelah tetangga-tetangga melihat hasilnya, mereka memesan pada saya. Setelah itu saya coba titipkan di warung dan di pasar."

- Bu Siti : "Apakah makanan itu dapat dijual dengan cepat?"
- Bu Nani : "Tidak tentu Bu, kan namanya juga berdagang, ada kalanya habis terjual, ada kalanya masih bersisa. Tapi kalau tidak habis kan masih tahan lama."
- Bu Siti : "Hebat betul Bu Nani ini, memang ulet sekali."
- Bu Nani : "Bu, usaha ini memang dapat menghasilkan, dan lumayan."
- Bu Siti : "Apakah tidak mengganggu pekerjaan rumah tangga Bu?"
- Bu Nani : "Ah tidak, ini kan pekerjaan selingan atau sambilan saja. Tapi hasil penjualan itu sangat bermanfaat untuk membantu keperluan kita."
- Bu Siti : "Kalau begitu ibu tidak repot lagi memikirkannya ya Bu?"
- Bu Nani : "Ya begitulah, kita dapat membantu suami menambah penghasilan keluarga. Di samping itu kita mempunyai cadangan persediaan makanan untuk esok hari."
- Bu Siti : "Saya tertarik sekali dengan pandangan Bu Nani ini."
- Bu Nani : "Hasilnyapun tidak kalah dengan industri pabrik. Dapat menghasilkan makanan yang tetap segar, tidak hilang vitaminnya."
- Bu Siti : "Memang Bu, usaha ini sangat baik bagi kita semua."
- Bu Nani : "Nah, kalau begitu, ajarilah saya dulu ketrampilan ini; saya ingin mencoba."

Bu Nani : "Kalau Ibu ingin, datanglah ke rumah saya. Ibu akan melihat bagaimana cara-cara mengawetkan makanan, usaha yang saya lakukan ini biasanya yang disebut *Home Industry*."

Bu Siti : "*Home Industry* itu apa Bu ?"

Bu Nani : "*Home industry*, ialah industry rumah tangga yang dikerjakan di rumah sebagai selingan tapi dapat dijual."

Bu Siti : "Kalau begitu usaha ibu ini sekarang sudah besar. Saya jadi ingat kata pepatah : Sedikit demi sedikit lama-lama menjadi bukit." Inilah contohnya .

Bu Nani : "Hai, Bu Siti, asyik benar kita bercakap-cakap. Hari telah menjelang siang."

Bu Siti : "Baiklah Bu Nani, besok saya akan ke rumah Ibu."

Bu Nani : "Selamat siang, sampai bertemu lagi besok."

* * * * *

PERTANYAAN

Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang Saudara anggap benar, dan tuliskan di kertas lain.

1. Bu Nani pagi-pagi sudah pergi ke pasar untuk :
 - a. membeli makanan
 - b. menitipkan dagangan
 - c. berjualan
2. Barang dagangan yang dititipkan Bu Nani ke warung dan pasar adalah :
 - a. nasi dan lauk-pauk
 - b. sayur-sayuran
 - c. makanan yang diawetkan
3. Makanan yang diawetkan itu dapat :
 - a. tahan lama
 - b. cepat busuk
 - c. tidak enak rasanya
4. Industri rumah tangga adalah kegiatan untuk :
 - a. menambah pengetahuan
 - b. menambah penghasilan keluarga
 - c. mendirikan pabrik

Jawablah pertanyaan di bawah ini pada kertas lain.

1. Bagaimana mulanya Bu Nani berdagang ?
2. Apakah ketrampilan ini bermanfaat bagi ibu-ibu rumah tangga ?

Samakan jawaban Saudara dengan kunci jawaban pada halaman berikut.

KUNCI JAWABAN

1. b. menitipkan dagangan
 2. c. makanan yang diawetkan untuk tahan lama
 3. a. tahan lama
 4. b. menambah penghasilan keluarga
-
1. Pada mulanya untuk kebutuhan keluarga saja. Setelah tetangga melihatnya mereka memesan. Setelah itu Bu Nani mencoba berdagang.
 2. Ketrampilan ini memang sangat bermanfaat bagi ibu-ibu. Di samping untuk keluarga, juga dapat dimanfaatkan sebagai pekerjaan selingan penambah penghasilan.

Apabila jawaban Saudara masih ada yang salah, betulkan terlebih dahulu, baru kemudian melanjutkan ke pelajaran berikutnya.

Bab II

CARA MENGAWETKAN MAKANAN DARI DAGING

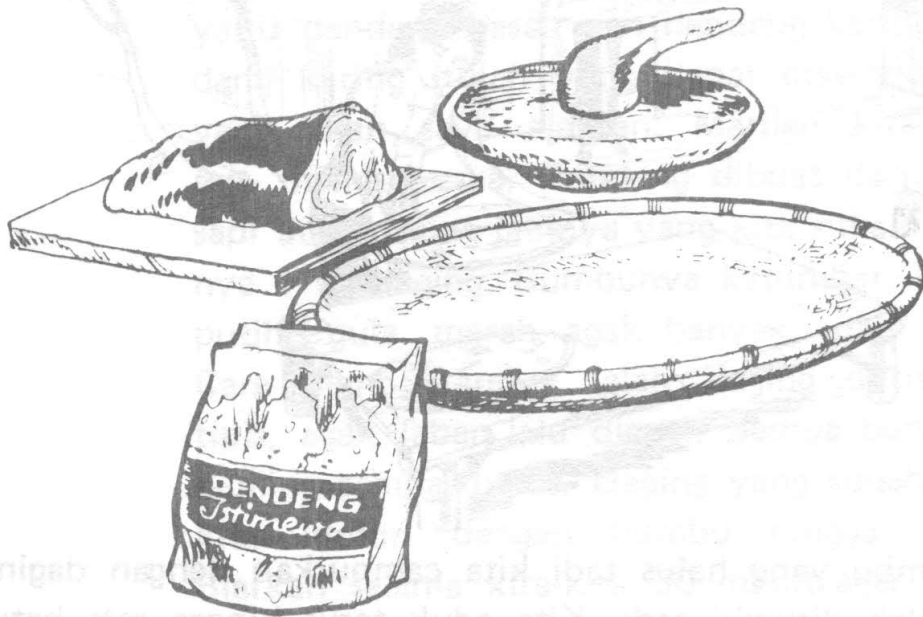


1. *Cara membuat Abon*

Pada esok harinya kira-kira jam 11.00 siang Bu Siti datang ke rumah Bu Nani. Ia ingin sekali mengetahui cara-cara mengawetkan makanan itu. Bu Nani menerangkan cara pembuatannya sambil ia mengerjakan. Sedang Bu Siti kelihatan tekun memperhatikan Bu Nani.

Abon baik untuk anak-anak, karena gurih dan bergizi. Anak-anak biasanya susah makan tapi dengan abon tentu anak-anak menyukai.

Kita sediakan dulu bumbu-bumbunya. Yaitu daging sapi atau daging lainnya 1 kg. Abon dapat juga dibuat dari nangka atau buah timbul. Tapi sekarang kita buat saja dulu dari



daging, dengan bumbu secukupnya. Yaitu ketumbar, gula merah, bawang putih, asam, bawang merah, 1 butir kelapa, bumbu penyedap, dan garam.

Cara membuatnya adalah sebagai berikut:

Pertama-tama daging diiris-iris menjadi 4 atau 5 potongan besar. Daging tadi direbus sampai empuk. Apabila daging tadi telah empuk diangkat lalu didinginkan sebentar.

Kalau daging sudah dingin, kita tumbuk pakai pengulekan agar menjadi pipih. Kemudian daging kita sobek kecil-kecil dengan tangan atau disuwiri (bahasa Jawa).

Bumbunya ketumbar, bawang putih, garam, asam, gula merah secukupnya, kita giling halus. Kelapa diparut buatlah pati santan (kental sekali). Buatlah pula bawang goreng.



Bumbu yang halus tadi kita campurkan dengan daging yang telah disuwiri tadi. Kita aduk terus hingga rata betul bumbunya, tuangkan santan kental dan vetsin bumbu penyedap.

Daging digoreng hingga matang betul, hingga warnanya kecoklat-coklatan (coklat muda). Kalau sudah angkatlah, dan bubuhi bawang goreng. Apabila telah dingin dapat disimpan di kaleng biskuit atau stoples.

Abon tahan lama, dan selalu siap dihidangkan. Bila abon akan dijual, sebaiknya kita masukkan ke dalam kantong plastik.

2. Membuat Dendeng

Pada hari-hari berikutnya Bu Siti tekun belajar di rumah Ibu Nani

Bu Nani : "Bu Siti hari ini saya masih akan mengajarkan pengawetan daging."

Bu Siti : "Baiklah Bu, apa yang akan Ibu ajarkan ?"
Bu Nani : "Cara membuat dendeng. Dendeng ada 2 macam yaitu dendeng basah dan dendeng kering. Dendeng kering itulah yang dapat diawetkan dan yang akan saya ajarkan. Marilah kita mulai saja membuatnya. Dendeng dibuat dari daging sapi atau daging lainnya yang kita sukai. Bahan-bahannya 1 kg daging. Bumbunya ketumbar, bawang putih, gula merah agak banyak, dan garam. Cara pembuatannya ialah daging diiris tipis-tipis, agak lebar lalu dicuci. Semua bumbunya digiling sampai halus. Daging yang sudah bersih kita lumuri dengan bumbu hingga merata. Biarkan selama kira-kira 30 menit agar bumbu dapat meresap ke dalam daging. Setelah bumbu meresap, susunlah pada nyiru atau nampan. Jemur 3 atau 4 hari hingga kering betul; dibolak-balik agar merata keringnya.

PERTANYAAN

Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang Saudara anggap benar, tuliskan di kertas lain.

- A. 1. Bahan untuk membuat abon ialah :
- buah-buahan.
 - daging, nangka, buah timbul.
 - kelapa.
2. Bumbu-bumbu untuk membuat abon yaitu :
- ketumbar, bawang merah, bawang putih, bahan pengawet.
 - garam, bumbu penyedap, asam.
 - ketumbar, bawang merah, bawang putih, gula merah, santan kental, bumbu penyedap, asam.
3. Untuk membuat abon, maka bawang putih, ketumbar, garam.
- digiling halus
 - diiris
 - diadukan pada daging
4. Bumbu untuk membuat dendeng yaitu :
- ketumbar, garam.
 - garam, bawang putih.
 - bawang putih, ketumbar, gula merah, garam.

5. Dendeng kering dijemur selama

- a. seminggu
- b. 3 atau 4 hari
- c. tidak usah dijemur

B. Jawablah pertanyaan di bawah ini pada kertas lain !

1. Sukar atau mudahkah menurut Saudara membuat abon ?
2. Jelaskan bagaimana cara membuat dendeng kering.

Samakan jawaban Saudara dengan kunci jawaban pada halaman berikut.

* * * * *

KUNCI JAWABAN

1. b. daging, nangka, buah timbul.
2. c. ketumbar, bawang merah, bawang putih, gula merah, santan kental, bumbu penyedap, asam.
3. a. digiling halus.
4. c. bawang putih, ketumbar, gula merah dan garam.
5. b. 3 atau 4 hari.

1. Mudah mengerjakannya, dan bahannya mudah didapat.
2. Daging diiris tipis dan lebar, diberi bumbu, lalu dijemur selama 3 atau 4 hari.

Apabila jawaban Saudara masih ada yang salah, betulkan terlebih dahulu, baru kemudian lanjutkan ke pelajaran berikutnya.



Bab III

CARA MENGAWETKAN MAKANAN DARI TELUR DAN IKAN



1. *Membuat telur asin*

Setelah Bu Siti menyiapkan pekerjaan di rumah, ia pergi ke rumah Bu Nani lagi. Hari ini Bu Nani akan membuat telur asin.

Bu Siti : "Bu, jangan bosan ya, saya datang lagi."

Bu Nani : "Ah tidak, kan ilmu itu harus diajarkan. Baiklah, hari ini saya ingin membuat telur asin yang praktis sekali."

Bu Siti : "Praktis bagaimana maksudnya?"

Bu Nani : "Begini Bu, membuat telur asin yang tidak sulit, tapi hasilnya memuaskan."

Bu Siti : "Mulailah Bu, saya ingin sekali cepat mengetahuinya."

Bu Nani : "Sudah siap Bu Siti, baiklah kita mulai saja." Telur yang diasinkan lebih mahal harganya. Bahannya 10 butir telur itik. Bumbunya air garam secukupnya. Adapun cara membuatnya sangat mudah sekali; yaitu sebagai berikut : Mula-mula telur kita test (periksa) dahulu, masukkan ke dalam panci berisi air. Telur yang tidak bagus akan melayang di atas air, jadi tidak dapat diasinkan. Masaklah air dalam panci, setelah mendidih masukkan garam ke dalamnya terus didinginkan. Bila telah dingin betul, masukkan telur-telur yang telah ditest tadi. Setelah direndam 3 atau 4 hari telur tadi telah asin, boleh dimasak. Dan proteinnya tidak hilang.

2 Membuat Pindang Ikan

Sudah banyak pelajaran yang diberikan Bu Nani kepada Bu Siti, dan Bu Siti pun telah mencoba mempraktekannya.

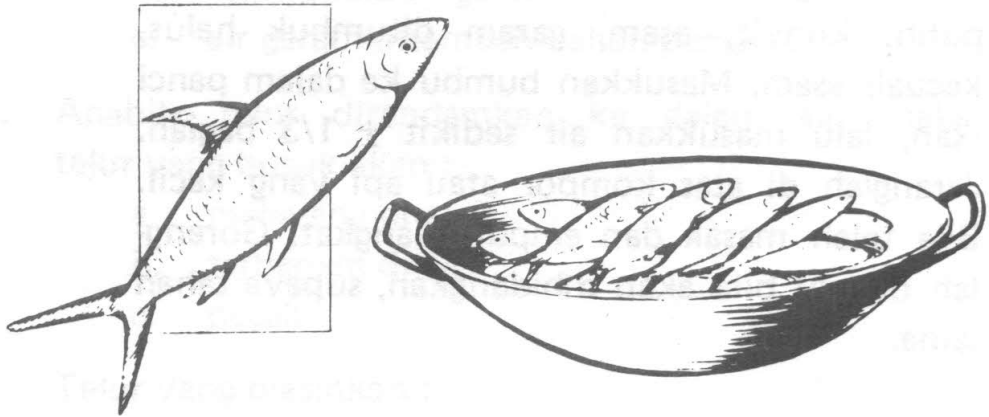
Bu Siti : "Bu Nani, tadi Bu Amin datang ke rumah."

Bu Nani : "Mengapa dia datang?"

Bu Siti : "Dia juga ingin belajar pengawetan ini, tapi repot, anaknya banyak dan masih kecil-kecil."

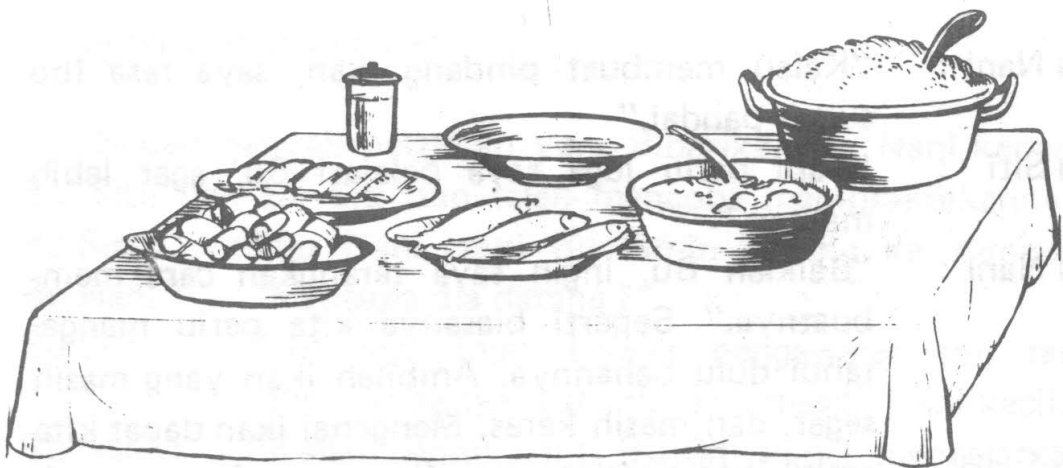
Bu Nani : "Kalau begitu nanti Bu Siti dapat mengajarkan kembali kepada Bu Amin."

Bu Siti : "Memang begitu maksud kami."



- Bu Nani : "Kalau membuat pindang ikan, saya rasa Ibu sudah pandai."
- Bu Siti : "Tapi perlu juga saya pelajari Bu, agar lebih mantap."
- Bu Nani : "Baiklah Bu, ingin saya terangkan cara membuatnya." Seperti biasanya kita perlu mengetahui dulu bahannya. Ambilah ikan yang masih segar, dan masih keras. Mengenai ikan dapat kita ambil ikan bandeng atau ikan apa saja yang enak menurut selera kita.

Ikan 1 kg dan bumbunya, garam, bawang merah dan bawang putih, asam, kunyit, daun salam, serai, lengkuas secukupnya. Cara membuatnya : Ikan dibersihkan, dibuang isi perut dan sisiknya. Setelah dicuci bersih, disusun dalam kuali atau panci yang dialasi dengan daun pisang. Dapat juga dialasi dengan bumbunya, yaitu daun salam, serai, lengkuas. Bumbu, bawang merah dan putih, kunyit, asam, garam ditumbuk halus, kecuali asam. Masukkan bumbu ke dalam panci ikan, lalu masukkan air sedikit \pm 1/3 bagian. Jeranglah di atas kompor atau api yang kecil. Bila telah masak dan empuk diangkat. Gorenglah dahulu bila akan dihidangkan, supaya tahan lama.



PERTANYAAN

A. Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang Saudara anggap benar, dan tuliskan pada kertas lain.

1. Bahan yang diperlukan untuk membuat telur asin :
 - a. air yang mendidih dan garam
 - b. telur dilumuri garam
 - c. air garam ditambah bahan pengawet

2. Apabila telur direndamkan ke dalam air, maka telur yang busuk akan :
 - a. melayang di air
 - b. terbenam di air
 - c. pecah

3. Telur yang diasinkan :
 - a. hilang proteinnya
 - b. mudah busuk
 - c. tidak hilang proteinnya

4. Bumbu untuk membuat pindang ikan, yaitu :
 - a. garam, bawang merah, kunyit
 - b. garam, bawang putih, serai, lengkuas
 - c. bawang merah, bawang putih, asam, kunyit, salam, serai, lengkuas.

5. Panci untuk membuat pindang ikan harus :
 - a. dialasi dengan daun pisang, atau bumbu
 - b. dialasi dengan lidi kecil
 - c. dialasi dengan seng

B. Jawablah pertanyaan di bawah ini pada kertas lain.

1. Dapatkan Saudara menjelaskan apa yang disebut ikan kering ?
2. Saudara kenal dengan belut, bukan ?
Apakah belut termasuk jenis ikan ?

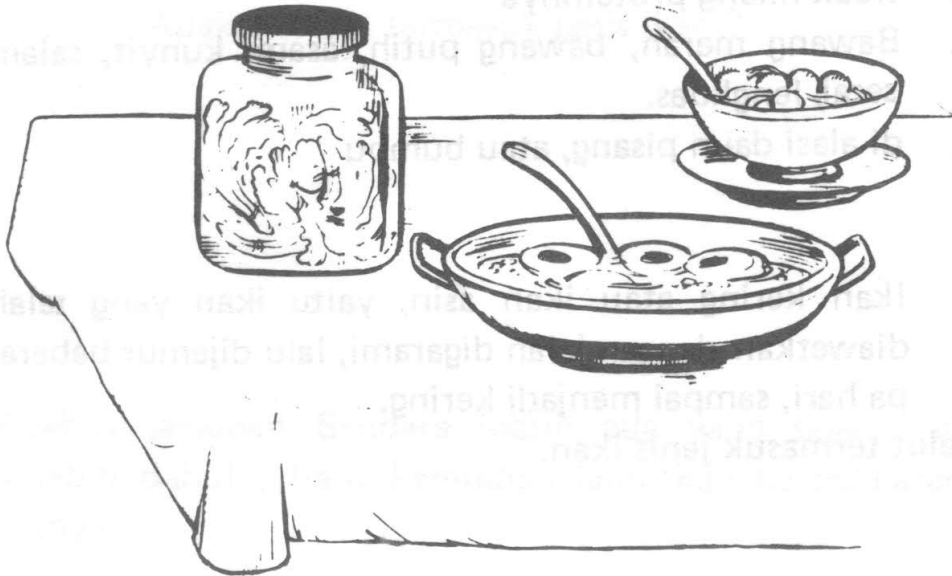
Apabila jawaban Saudara masih ada yang salah, betulkan terlebih dahulu, baru kemudian lanjutkan ke pelajaran berikutnya.

KUNCI JAWABAN

- A. 1. air yang mendidih dan garam
 2. a. melayang di air
 3. c. tidak hilang proteinnya
 4. c. Bawang merah, bawang putih, asam, kunyit, salam, serai, lengkuas.
 5. a. di alasi daun pisang, atau bumbu
-
- B. 1. Ikan kering atau ikan asin, yaitu ikan yang telah diawetkan dengan jalan digarami, lalu dijemur beberapa hari, sampai menjadi kering.
 2. Belut termasuk jenis ikan.

Apabila jawaban Saudara masih ada yang salah betulkan terlebih dahulu, baru kemudian lanjutkan dengan pelajaran berikutnya.

Bab IV
CARA MENGAWETKAN MAKANAN DARI SAYURAN
DAN BUAH



1. *Membuat Sawi Asin*

Cara menghidangkan sawi asin, sebagai lalap dengan sambal kecap. Dapat juga untuk campuran sop-tahu, bakso, atau asinan.

Bu Siti : "Memang, Bu Nani ini gemar sekali memakan makanan yang lezat."

Bu Nani : "Betul Bu, saya senang memasak dan memakan yang lezat-lezat."

Bu Siti : "Pantas saja Bu Nani pandai sekali membuat bermacam-macam masakan."



Bu Nani : “Dengarkan dan perhatikan, kali ini sawi asin yang akan kita coba. Sawi asin juga banyak digemari orang.

Adapun bahannya ialah sawi hijau 1 kg, dan bumbunya yaitu garam dan air tajin. Pembuatannya sangat mudah. Pertama-tama sawi digilas (dilumatkan), agar getah dan airnya keluar. Setelah dicuci dan diperas, kemudian dibuat ikatan yang terdiri dari 2 atau 3 lembar. Setelah itu disusun dalam panci email atau stoples kaca. Masukkan garam dan tajin tadi lalu didinginkan. Bila sudah dingin lalu dijemur 1 atau 2 hari. Sebagai bahan campuran masakan, asinan sawi ini sedap sekali, dan menimbulkan selera makan.



2. Membuat Selai Nenas

Disamping untuk menyedapkan roti, selai dapat juga dipakai untuk bahan pengisi kue kering. Bu Nani sudah biasa membuat kue kering yang diisi selai nenas. Rasanya enak sekali, dan harganya mahal. Tetapi bila kita membuat sendiri tidak perlu lagi membeli yang mahal-mahal.

Bu Siti : "Mulailah Bu, saya ingin sekali belajar membuat selai nenas."

Bu Nani : "Sudah siap semuanya?"



Membuat selai nenas juga tidak susah.

Bahan-bahannya ialah :

- 4 buah nenas dan 1 kg gula pasir;
- 10 gr. (1 sendok makan) citrun zuur dan
- 1 sendok teh *benzoad*.

Cara membuatnya, mula-mula nenas kita kupas sampai bersih lalu dicuci. Bila telah bersih, diparut dengan parutan yang agak kasar.

Gula pasir di *sangrai* hingga berwarna coklat muda. Bila gula telah berwarna coklat muda, masukkanlah nenas tadi, kita aduk terus. Bila adonan tadi sudah larut betul dan



lumat masukkanlah *citrun zuur* dan benzoad. *Citrun zuur* ialah bahan untuk pengawet, *benzoad* untuk mencegah jamur. *Citrun zuur* dan benzoad dapat dibeli di apotik atau toko bahan kimia. Kalau sudah lumat dan kental boleh diangkat dan didinginkan. Bila telah dingin masukan ke dalam botol-botol atau stoples yang telah disterilkan. Caranya cucilah botol-botol sampai bersih, rebus dengan air sampai mendidih, apinya kecil saja. Kemudian angkat dan keringkan. Inilah pelajaran terakhir dari Ibu Nani. Ibu Sitipun mengucapkan terima kasih dan berjanji akan mempraktekkannya di rumah.

PERTANYAAN

A. Pilihlah salah satu jawaban dibawah ini yang Saudara anggap benar, dan tuliskan pada kertas lain.

1. Bahan untuk membuat asinan sawi ialah :
 - a. sawi putih dan garam
 - b. sawi hijau dan garam
 - c. sawi hijau, garam dan air tajin.
2. Sawi itu digilas supaya :
 - a. air dan getahnya keluar
 - b. cepat lunak
 - c. cepat asin
3. Sawi yang telah digilas lalu :
 - a. dijemur di panas matahari
 - b. diikat-ikat
 - c. diikat dan disusun di panci email atau stoples kaca
4. Bahan untuk membuat selai nenas ialah :
 - a. nenas, gula merah
 - b. nenas, citrun zuur, benzoad
 - c. nenas, gula pasir, *citrun zuur* dan *benzoad*
5. *Citrun zuur* dan *benzoad* berguna untuk :
 - a. bahan pengawet dan mencegah terjadinya jamur
 - b. mengenakan
 - c. menambah rasa asam

B. Jawablah pertanyaan di bawah ini pada kertas lain.

1. Dapatkah Saudara menjelaskan bagaimana cara membuat sawi asin ?
2. Tahukah Saudara daerah mana yang terkenal dengan hasil nenasnya ?

Samakan jawaban Saudara dengan kunci jawaban pada halaman berikut.

KUNCI JAWABAN

1. c. Sawi hijau, garam dan air tajin.
2. a. Air dan getahnya keluar.
3. c. Diikat dan disusun di panci email atau stoples kaca.
4. c. nenas, gula pasir, *citrun zuur* dan *benzoad*.
5. a. bahan pengawet dan mencegah terjadinya jamur.

1. Sawi digilas, agar getah dan airnya keluar. Setelah dicuci, diperas, lalu diikat, 2 atau 3 lembar satu ikat. Kemudian disusun dalam panci, diberi garam dan air tajin. Bila telah dingin, dijemur 1 atau 2 hari.

2. Nenas Medan,
Nenas Pakanbaru,
Nenas Palembang,
Nenas Bogor.

RANGKUMAN

Walaupun pada mulanya ketrampilan mengawetkan makanan dipelajari hanya sekedar untuk mengisi waktu terluang, namun akhirnya dapat dimanfaatkan sebagai penambah penghasilan keluarga.

Makanan yang telah diawetkan dapat dijual dengan dititipkan kewarung-warung atau ke pasar. Karena makanan ini tahan lama jadi tidak khawatir akan busuk, apabila tidak habis terjual dalam sehari.

Abon adalah daging yang diawetkan. Pada umumnya abon disenangi oleh anak-anak, karena rasanya yang gurih dan proteinnya tidak hilang.

Apabila kita mempunyai banyak persediaan telur, telur itupun dapat diawetkan menjadi telur asin.

Banyak buah-buahan yang juga dapat diawetkan, dapat dibuat asinan ataupun manisan.

Ketrampilan pengawetan ini mudah dikerjakan, tidak banyak memakan waktu, maka baik sekali dipelajari oleh ibu-ibu rumah tangga.

TINDAK LANJUT

Setelah Saudara mempelajari buku Paket A 40, hendaklah Saudara melanjutkan pengetahuan Saudara dengan jalan :

1. Menghubungi Panti Ketrampilan Wanita yang ada di daerah Saudara untuk mengikuti kegiatan-kegiatan kewanitaan yang diselenggarakan di PKW tersebut.

2. Sering mempraktekkan pengetahuan ketrampilan yang sudah Saudara miliki.

Dari pengalaman itu Saudara akan lebih menemukan cara praktek yang lebih baik dengan hasil yang memuaskan.

3. Hendaklah Saudara membaca buku Paket A29, tentang makanan sehat, Paket A46 tentang Koperasi, Paket A72 tentang kerajinan tangan.

* * * * *

KATA-KATA INTI

| | | |
|--------------------|-----------|-------|
| asinan | ketumbar | tipis |
| abon | lobi-lobi | tahu |
| aduhai | lebot | tajin |
| betul | lambot | |
| <i>benzoad</i> | lalap | |
| bumbu | lengkuas | |
| bakso | nenas | |
| cadangan | nampan | |
| <i>citrun zuur</i> | pindang | |
| dendeng | pabrik | |
| ekonomi | praktis | |
| hidangan | selai | |
| industri | selingan | |
| iris | sangrai | |
| jamur | samben | |
| kantong | steril | |
| kecap | sabar | |
| kaca | stoples | |
| kunyit | salam | |
| kompur | sereh | |
| | sop | |
