

SAMBAL OEN PEUGAGA

Kuliner Khas Masyarakat Aceh
pada Bulan Ramadan

Selain punya tradisi unik *meugang* dalam menyambut ibadah Ramadan, masyarakat Aceh juga memiliki kuliner khas yang biasa dinikmati setiap berbuka puasa di bulan Ramadan. Makanan khas tradisi Aceh itu merupakan racikan lalapan yang terdiri atas 44 macam dedaunan. Masyarakat Aceh biasa menyebutnya *Sambal Oen Peugaga*. *Sambal Oen Peugaga*, yang berarti sambal daun pegagan, merupakan sajian kuliner khas Aceh warisan nenek moyangnya. Meski berlabel 'sambal', *sajian oen peugaga* pada dasarnya lebih menyerupai penganan urap. Daun pegagan merupakan bahan baku utama yang mendasari sajian makanan tersebut. Sementara sisanya adalah daun-daun campuran dari daun tanaman yang diiris tipis menyerupai benang-benang halus.

Sambal Oen Peugaga digemari masyarakat Aceh bukan hanya karena rasanya yang unik dan khas, melainkan juga karena penganan tradisional itu memiliki banyak khasiat bagi kesehatan. Khasiat dari pegagan dan daun-daun campuran yang ada di dalamnya dapat mengatasi berbagai macam penyakit, seperti darah manis (diabetes), kolesterol, dan masuk angin. Selain pegagan, daun-daun yang diracik dalam resep *Sambal Oen Peugaga* antara lain daun tapak lembar, kemangi, daun jambu, daun mangga, daun ubi-ubian, dan beberapa kelopak bunga seperti bunga kana merah. Pada zaman dahulu meliputi 44 daun tanaman, tetapi sekarang beberapa dari daun tersebut sudah susah didapatkan.



Bahan-Bahan Sambal
Oen Peugaga



Oen Peugaga

Sambal yang terbuat dari aneka dedaunan tersebut tidak hanya sebagai menu santapan saja, melainkan terdapat beberapa khasiat di dalamnya. Hal tersebut disebabkan bahan dari sambal tersebut adalah sebagian besarnya adalah terdiri atas dedaunan yang mengandung khasiat untuk kesehatan. Adapun bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan *sambal oen peugaga*, di antaranya adalah sebagai berikut:

- Daun *Peugaga*
- *Luna* (sirsak), yang berkhasiat untuk obat asam urat
- Daun *Keumangong*, yang berkhasiat untuk obat asam lambung
- Daun Jeruk
- Daun Kenikir
- Daun Mangkok
- Daun Jambu Biji
- Daun Saga, berkhasiat sebagai obat batuk juga untuk membuat suara merdu
- Daun *le Keuboh*
- Daun *Keu Nyet nyet*
- Daun *Si Geunteut*
- Dan beberapa dedaunan lainnya
- Bunga Pepaya



Daun Mangkok



Daun Kenikir

Bahan Bumbu:

- Bawang Merah
- Sere
- Kelapa parut
- Kelapa Gongseng
- Cabe Merah
- Cabe Hijau
- Belimbing Sayur
- Garam



Belimbing Sayur



Daun Sirsak



Cara membuat sambal ini tergolong mudah, karena semua bahannya hanya diiris halus, kecuali bahan bumbu yang sebagian harus ditumbuk kasar. Daun-daun yang ada digabung dan disusun rapi dalam bentuk bulatan dan dapat digenggam dengan baik, hal tersebut dilakukan untuk memudahkan dalam merajangnya. Setelah semua daun tadi dirajang maka selanjutnya irisan daun akan diuapkan sebentar sekitar 5 menit dan penguapan tersebut tidak boleh lama karena akan mengubah aroma dan rasa.



Penjaja Sambal Oen Peugaga

Sambil menunggu penguapan tersebut, selanjutnya bahan-bahan bumbu seperti sere, belimbing, dan cabe dirajang halus sebagai bahan campurannya. Kelapa, cabe, bawang, dan kelapa parut ditumbuk sedikit halus dan tidak terlalu kasar. Setelah semuanya selesai, bumbu halus dan bumbu rajangan beserta kelapa gongseng dicampur dalam irisan daun yang sudah diperas airnya, tetapi ada juga yang tidak melakukan penguapan, disajikan secara mentah. Adakalanya, ditaburi dengan irisan daun jeruk nipis, potongan cabai merah, serai, dan bunga atau daun pepaya.

Sebagaimana dijelaskan sebelumnya, *sambal oen peugaga* ini bukan sambal biasa, tetapi memiliki khasiat atau manfaat yang luar biasa untuk kesehatan, di antaranya adalah sebagai obat beberapa penyakit, seperti obat asam lambung, asam urat, dan obat batuk. Selain itu, *sambal oen peugaga* ini juga memiliki khasiat yang luar biasa yaitu dapat meningkatkan daya ingat, khususnya untuk orang yang lanjut usia dapat menghilangkan sifat fikon/lupa. Oleh karena itu, sambal ini tidak semata-mata dimakan bersama nasi, tetapi juga dapat dimakan begitu saja.

Umumnya sambal identik dengan percobaian yang dihaluskan dengan cita rasa yang pedas dan segar, tetapi berbeda dengan sambal *oen peugaga* ini. Sambal yang identik dengan dedaunan dan rasa yang berbeda-beda menjadi menu andalan bagi masyarakat Aceh, apalagi ketika bulan Ramadan tiba, menjadi incaran masyarakat Aceh sebagai menu berbuka puasa. Sambal ini biasanya dijual oleh masyarakat pada sore hari di pinggir jalan bersama menu berbuka puasa lainnya.



Sambal Oen Peugaga

Keberadaan *sambal oen peugaga* masih dapat dijumpai dalam bulan Ramadan pada masyarakat Aceh. Namun, untuk dedaunannya mungkin tidak selengkap pada zaman dahulu, tetapi tetap dikatakan *sambal oen peugaga*, karena bahan dasar dari sambal tersebut adalah *oen peugaga* (daun pegagan) dengan campuran dedaunan lainnya.

Sambal oen peugaga sebagai salah satu kuliner tradisional masyarakat Aceh yang merupakan warisan dari nenek moyangnya sudah seharusnya dijaga dan dilestarikan warisan tersebut. Sambal tersebut bukan hanya sebagai sambal biasa, tetapi di dalamnya terkandung banyak manfaat, karena daun-daun yang terdapat dalam sambal tersebut adalah daun yang biasa digunakan sebagai obat tradisional untuk beberapa penyakit.

Penanggung Jawab Program
Kepala BPK Wilayah I

Koordinator Program
Kasubag Umum BPK Wilayah I

Penulis
Fariani, S. Sos.

Editor & Reviewer
Essi Hermaliza, M. Pd.

Layout
M. Faiz Basyamfar