



Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa

Kuliner Indonesia yang Mendunia

Siti Maryam



Bacaan untuk Anak
Setingkat SD Kelas 4, 5, dan 6



MILIK NEGARA

TIDAK DIPERDAGANGKAN



Bacaan Anak-Anak

Kuliner Indonesia yang Mendunia

Siti Maryam

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa

Kuliner Indonesia yang Mendunia

Penulis : Siti Maryam
Penyunting : Sulastri
Ilustrator : Sultoni Rijalur R.
Penata Letak : Nyoman Argawa

Diterbitkan pada tahun 2017 oleh
Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa
Jalan Daksinapati Barat IV
Rawamangun
Jakarta Timur

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Isi buku ini, baik sebagian maupun seluruhnya, dilarang diperbanyak dalam bentuk apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit, kecuali dalam hal pengutipan untuk keperluan penulisan artikel atau karangan ilmiah.

PB
641.595 98
MAR
k

Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Maryam, Siti
Kuliner Indonesia yang Mendunia/Siti Maryam; Sulastri
(Penyunting). Jakarta: Badan Pengembangan dan Pembinaan
Bahasa, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017.
ix, 77 hlm.; 21 cm.

ISBN; 978-602-437-240-8

MASAKAN INDONESIA

SAMBUTAN

Sikap hidup pragmatis pada sebagian besar masyarakat Indonesia dewasa ini mengakibatkan terkikisnya nilai-nilai luhur budaya bangsa. Demikian halnya dengan budaya kekerasan dan anarkisme sosial turut memperparah kondisi sosial budaya bangsa Indonesia. Nilai kearifan lokal yang santun, ramah, saling menghormati, arif, bijaksana, dan religius seakan terkikis dan tereduksi gaya hidup instan dan modern. Masyarakat sangat mudah tersulut emosinya, pemarah, brutal, dan kasar tanpa mampu mengendalikan diri. Fenomena itu dapat menjadi representasi melemahnya karakter bangsa yang terkenal ramah, santun, toleran, serta berbudi pekerti luhur dan mulia.

Sebagai bangsa yang beradab dan bermartabat, situasi yang demikian itu jelas tidak menguntungkan bagi masa depan bangsa, khususnya dalam melahirkan generasi masa depan bangsa yang cerdas cendekia, bijak bestari, terampil, berbudi pekerti luhur, berderajat mulia, berperadaban tinggi, dan senantiasa berbakti kepada Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu, dibutuhkan paradigma pendidikan karakter bangsa yang tidak sekadar memburu kepentingan kognitif (pikir, nalar, dan logika), tetapi juga memperhatikan dan mengintegrasikan persoalan moral dan keluhuran

budi pekerti. Hal itu sejalan dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yaitu fungsi pendidikan adalah mengembangkan kemampuan dan membangun watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa dan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Penguatan pendidikan karakter bangsa dapat diwujudkan melalui pengoptimalan peran Gerakan Literasi Nasional (GLN) yang memumpunkan ketersediaan bahan bacaan berkualitas bagi masyarakat Indonesia. Bahan bacaan berkualitas itu dapat digali dari lanskap dan perubahan sosial masyarakat perdesaan dan perkotaan, kekayaan bahasa daerah, pelajaran penting dari tokoh-tokoh Indonesia, kuliner Indonesia, dan arsitektur tradisional Indonesia. Bahan bacaan yang digali dari sumber-sumber tersebut mengandung nilai-nilai karakter bangsa, seperti nilai religius, jujur, toleransi, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab. Nilai-nilai karakter bangsa itu berkaitan erat dengan hajat hidup dan kehidupan

manusia Indonesia yang tidak hanya mengejar kepentingan diri sendiri, tetapi juga berkaitan dengan keseimbangan alam semesta, kesejahteraan sosial masyarakat, dan ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Apabila jalinan ketiga hal itu terwujud secara harmonis, terlahirlah bangsa Indonesia yang beradab dan bermartabat mulia.

Akhirnya, kami menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada Kepala Pusat Pembinaan, Kepala Bidang Pembelajaran, Kepala Subbidang Modul dan Bahan Ajar beserta staf, penulis buku, juri sayembara penulisan bahan bacaan Gerakan Literasi Nasional 2017, ilustrator, penyunting, dan penyelaras akhir atas segala upaya dan kerja keras yang dilakukan sampai dengan terwujudnya buku ini. Semoga buku ini dapat bermanfaat bagi khalayak untuk menumbuhkan budaya literasi melalui program Gerakan Literasi Nasional dalam menghadapi era globalisasi, pasar bebas, dan keberagaman hidup manusia.

Jakarta, Juli 2017

Salam kami,

Prof. Dr. Dadang Sunendar, M.Hum.

Kepala Badan Pengembangan
dan Pembinaan Bahasa

PENGANTAR

Sejak tahun 2016, Pusat Pembinaan, Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa (Badan Bahasa), Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, melaksanakan kegiatan penyediaan buku bacaan. Ada tiga tujuan penting kegiatan ini, yaitu meningkatkan budaya literasi baca-tulis, meningkatkan kemahiran berbahasa Indonesia, dan mengenalkan kebinekaan Indonesia kepada peserta didik di sekolah dan warga masyarakat Indonesia.

Untuk tahun 2016, kegiatan penyediaan buku ini dilakukan dengan menulis ulang dan menerbitkan cerita rakyat dari berbagai daerah di Indonesia yang pernah ditulis oleh sejumlah peneliti dan penyuluh bahasa di Badan Bahasa. Tulis-ulang dan penerbitan kembali buku-buku cerita rakyat ini melalui dua tahap penting. Pertama, penilaian kualitas bahasa dan cerita, penyuntingan, ilustrasi, dan pengatakan. Ini dilakukan oleh satu tim yang dibentuk oleh Badan Bahasa yang terdiri atas ahli bahasa, sastrawan, ilustrator buku, dan tenaga pengatak. Kedua, setelah selesai dinilai dan disunting, cerita rakyat tersebut disampaikan ke Pusat Kurikulum dan Perbukuan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, untuk dinilai kelaikannya sebagai bahan bacaan bagi siswa berdasarkan usia dan tingkat pendidikan. Dari dua tahap penilaian tersebut, didapatkan 165 buku cerita rakyat.

Naskah siap cetak dari 165 buku yang disediakan tahun 2016 telah diserahkan ke Sekretariat Jenderal Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan untuk selanjutnya diharapkan bisa dicetak dan dibagikan ke sekolah-sekolah di seluruh Indonesia. Selain itu, 28 dari 165 buku cerita rakyat tersebut juga telah dipilih oleh Sekretariat Presiden, Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia, untuk diterbitkan dalam Edisi Khusus Presiden dan dibagikan kepada siswa dan masyarakat pegiat literasi.

Untuk tahun 2017, penyediaan buku—dengan tiga tujuan di atas dilakukan melalui sayembara dengan mengundang para penulis dari berbagai latar belakang. Buku hasil sayembara tersebut adalah cerita rakyat, budaya kuliner, arsitektur tradisional, lanskap perubahan sosial masyarakat desa dan kota, serta tokoh lokal dan nasional. Setelah melalui dua tahap penilaian, baik dari Badan Bahasa maupun dari Pusat Kurikulum dan Perbukuan, ada 117 buku yang layak digunakan sebagai bahan bacaan untuk peserta didik di sekolah dan di komunitas pegiat literasi. Jadi, total bacaan yang telah disediakan dalam tahun ini adalah 282 buku.

Penyediaan buku yang mengusung tiga tujuan di atas diharapkan menjadi pemantik bagi anak sekolah, pegiat literasi, dan warga masyarakat untuk meningkatkan kemampuan literasi baca-tulis dan kemahiran berbahasa Indonesia. Selain itu, dengan membaca buku ini, siswa dan pegiat literasi diharapkan mengenali dan mengapresiasi kebinekaan sebagai kekayaan kebudayaan bangsa kita yang perlu dan harus dirawat untuk kemajuan Indonesia. Selamat berliterasi baca-tulis!

Jakarta, Desember 2017

Prof. Dr. Gufran Ali Ibrahim, M.S.

Kepala Pusat Pembinaan

Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa

SEKAPUR SIRIH

Keragaman daerah serta kebudayaan menghasilkan berbagai kuliner nusantara yang sangat lezat. Kuliner nusantara adalah sebutan yang sering digunakan untuk menggambarkan berbagai macam kekayaan makanan dan minuman yang ada di Indonesia. Tak saja di negeri sendiri, kuliner Indonesia terkenal, bahkan digemari hingga di mancanegara.

Rempah-rempah yang melimpah di negeri ini memberikan banyak pilihan makanan dan minuman khas nusantara yang bisa menjadi pilihan untuk disantap. Nah, tahukah kamu ada beberapa di antara kuliner khas Indonesia yang ternyata sudah mendunia, *lho!* Apa sajakah kuliner yang mendunia tersebut? Semua terangkum dalam cerita yang berjudul *Kuliner Indonesia yang Mendunia*.

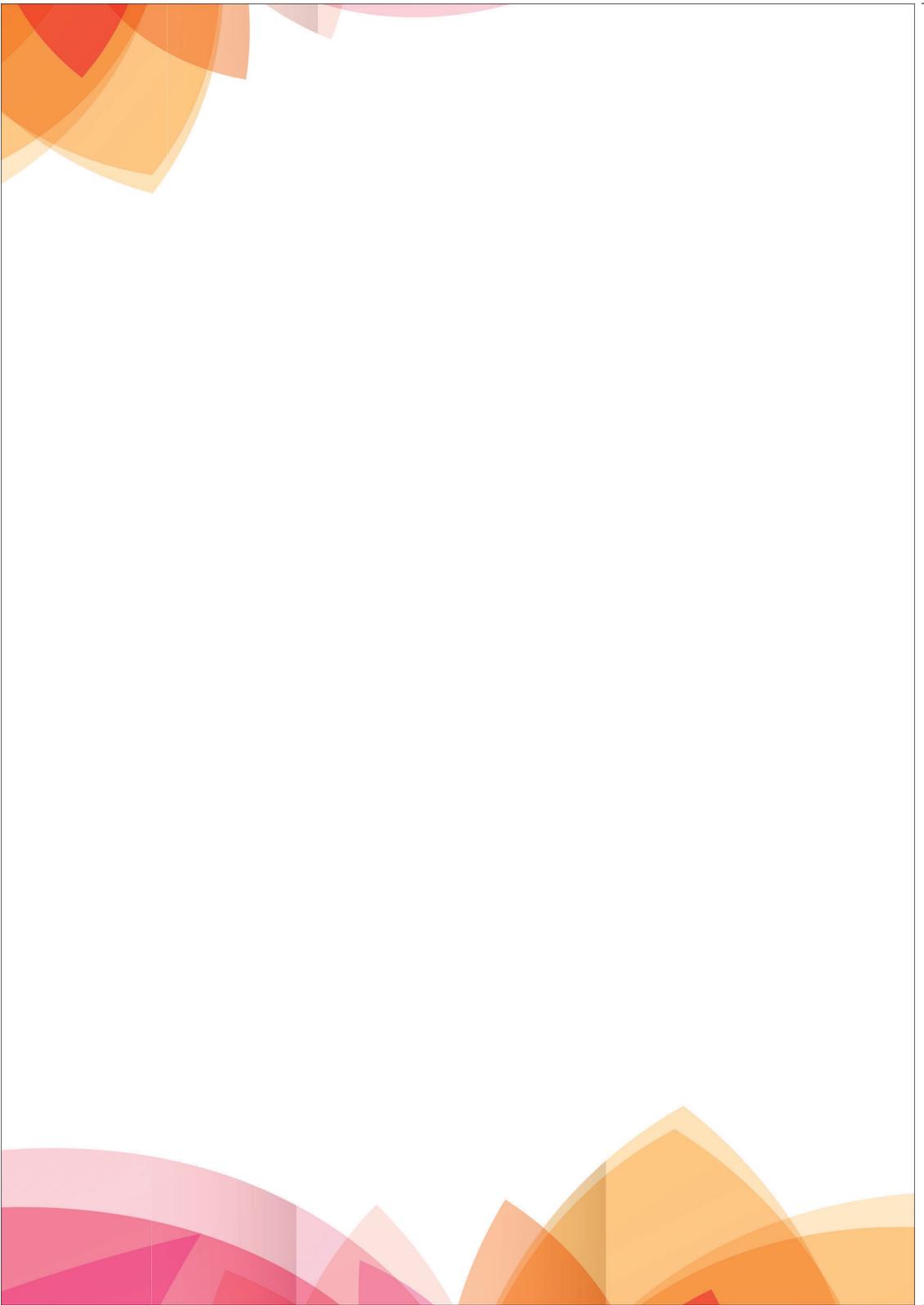
Buku yang sederhana ini penulis tujukan untuk semua kalangan, khususnya anak-anak di sekolah pendidikan dasar. Penulis berharap semoga buku cerita ini dapat menambah khazanah pengetahuan dan wawasan mengenai kuliner khas Indonesia yang telah mendunia.

Jember, Juni 2017

Siti Maryam

DAFTAR ISI

Sambutan	iii
Kata Pengantar	vi
Sekapur Sirih	viii
Daftar Isi	ix
Inilah Kuliner Khas Indonesia yang Sudah Mendunia	1
1. Rendang, Makanan Indonesia yang Mendunia ...	3
2. Bakso, Si Bulat Seperti Bola Pingpong	13
3. Rawon, Si Hitam yang Menggugah Selera	17
4. Soto, Si Kuning yang Memikat	21
5. Gudeg, Si Manis dari Yogyakarta	25
6. Gado-Gado, Si Kaya Nutrisi	31
7. Sate, Si Panjang yang Menggiurkan	35
8. Nasi Goreng, Si Merah yang Menggoda	39
9. Sop Buntut yang Menggoda Lidah	43
10. Ayam Taliwang, Jajanan Kaki Lima yang Kini Mendunia	47
11. Olahan Tempe, Menu Favorit di Jepang dan Korea	51
12. Es Cendol, Si Lonjong Kenyal yang Memikat	55
13. Es Kelapa Muda, Si Pelepas Dahaga yang Mendunia	59
14. Bir Pletok, Minuman 100% Tanpa Alkohol	63
15. Es Teler, Koktail ala Indonesia	67
Penutup	70
Daftar Pustaka	71
Biodata Penulis	72
Biodata Penyunting	76
Biodata Ilustrator	77





Taukah kamu?

Inilah Kuliner Khas Indonesia yang Sudah Mendunia

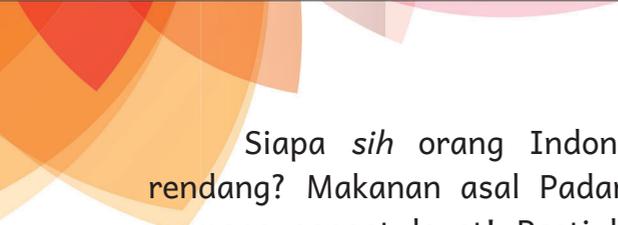
Sobat, Indonesia cukup terkenal dengan kulinernya yang nikmat dan lezat. Rempah-rempah yang melimpah di negeri ini memberikan banyak pilihan makanan khas nusantara yang dapat menjadi pilihan untuk disantap. Olahan bumbu-bumbu itulah yang kemudian membuat kuliner asli dari Tanah Air begitu menggoda. Nah, beberapa di antara kuliner khas Indonesia ternyata juga sudah mendunia. Masyarakat luar negeri pun ikut menikmatinya. Di era modern ini masyarakat mampu membuat kreasi makanan yang lebih unik dan nikmat, tanpa harus menghilangkan cita rasa khas masakan Indonesia. Lezatnya masakan Indonesia pun tidak diragukan lagi oleh masyarakat mancanegara. Selamat membaca dan merasakan sensasi lidah bergoyang untuk mencicipi menu kuliner di setiap sajian berikut ini!



sumber foto: <http://www.exciteindonesia.com/2016/06/mau-coba-memasak-rendang>



Rendang, **Makanan** Indonesia **yang Mendunia**



Siapa *sih* orang Indonesia yang tidak tahu rendang? Makanan asal Padang, Sumatra Barat itu memang sangat lezat! Pasti banyak yang menyukai rendang. *Eits*, tetapi tidak bagiku. Aku sangat tidak suka rendang karena satu hal, rendang itu pedas. Aku sangat tidak suka pedas!

Nah, semua orang mempunyai makanan kesukaan? Aku juga punya. Lasagna dari Italia adalah makanan kesukaanku. Hmm ... mungkin kalian akan berpikir aku adalah anak yang tidak mencintai makanan negara sendiri. Oh ... itu tidak benar! Aku tetap mencintai makanan Indonesia. Aku juga menyukai satai dan nasi goreng, tetapi tetap tidak menyukai rendang!

Namun, kini aku menyukai rendang. Mengapa aku mulai menyukai rendang? Karena aku mencicipinya secara kebetulan!

Dua minggu lagi sekolah mengadakan lomba memasak makanan kesukaan. Aku ingin memasak nasi goreng, tetapi terlalu biasa menurutku. Jadi, aku memilih membuat lasagna. Apa *enggak* susah? Ah, tinggal cari resep di internet!

Pulang sekolah, aku membuka internet. Aku membuka *Google*, lalu mencari resep lasagna.

Delapan lembar pasta lasagna kering? Beli di mana, ya? Aku berpikir. Aku tak pernah menemukan pasta lasagna. Kutahu ya hanya pasta makaroni atau pasta spageti.

“Eh, iya. Ada toko pasta di dekat rumah! Aku dapat beli di situ!” kataku senang.

Aku mencatat resepnya, lalu mematikan internet. Aku berlari ke luar sambil memegang uang ribuan.

Dua minggu telah berlalu. Hari ini lomba memasak! Aku sudah tahu cara membuat lasagna. Bersama bunda, aku pernah melakukan percobaan membuat lasagna. Bahan-bahan sudah terkumpul dan ... “Waktu memasak dimulai dari ... sekarang!” kata Bu Narya, kepala sekolah, sambil bertepuk tangan.

Dengan sigap aku mengambil bahan, ini dan itu. Bagaimana rasanya, ya? Duh, aku tidak mau kalah! Aku harus menang.

Oh, iya, aku belum memberi tahu kalian. Hadiahnya sebuah piala dan akan diikutsertakan untuk mengikuti lomba memasak tingkat nasional. Hadiah untuk lomba memasak tingkat nasional adalah piala, jalan-jalan ke luar negeri, dan uang jutaan rupiah! *Wuih* ... tak terbayang asyiknya!

Makanan buatanku sudah dicicipi dan dinilai oleh juri. Sekarang tinggal menunggu pengumuman pemenang. Aku menunggu di kursi peserta dengan perasaan *deg-degan*. Aku belum pernah memenangkan lomba masak. Lagipula ada Kak Layla yang jago masak. Ha ... sudahlah. Impian mengikuti lomba memasak tingkat nasional tak akan tercapai.

“Pemenang Lomba Memasak Makanan Kesukaan adalah ...,” sebuah suara dari atas panggung mengagetkanku yang sedang melamun. Bu Narya yang berbicara.

“Satu-satunya yang membuat makanan Italia, Natasha Adelia Zahra! Tepuk tangan untuk Tasha!” Bu Narya berkata lagi.

“Sha, kamu menang, *tuh!*” kata Yasmin, teman yang duduk di sebelahku, sambil mendorongku.

Eh, iya! Natasha Adelia Zahra ‘kan namaku! Kok aku bisa lupa ya?

Aku menerima piala sambil tersenyum lebar. Duh, seperti mimpi! Aku dapat ikut lomba memasak tingkat nasional! Hore!

Hai, apakah cerita ini berakhir sampai di sini? Tentu tidak! Masih ada lagi kelanjutan ceritanya. Ayo, dibaca lagi!

Hari ini aku mengikuti lomba memasak! Di antara seluruh murid sekolah, aku yang terpilih.

“*Dah*, Bunda! Aku berangkat, ya!” kataku sambil melambaikan tangan, lalu membuka pintu. Dengan baju batik sekolah dan tas besar berisi perlengkapan memasak, aku siap berlomba.

Aku tak tahu pasti di mana tempat lombanya. Yang jelas, aku pergi ke tempat lomba memasak dengan menggunakan mobil sekolah, ditemani Bu Narya dan Bu Billa, wali kelasku.

Sesampainya di tempat lomba, mulutku terasa tidak dapat tertutup. Aku takjub melihat tempat aku akan berlomba. Sebuah bangunan kecil dengan cat putih dan merah berdiri di rumput-rumput hijau, luas sekali. Ada banyak tenda terbuka di sana. Oh, pasti menyenangkan memasak di sini.

Aku berlarian untuk melihat-lihat. Sudah banyak anak lain yang datang. Aku mendekati salah satu tenda. Ada dua buah meja kecil di sana, sebuah oven dan kompor, sebuah kursi kecil, serta sebuah ember berwarna biru yang cukup besar dan bersih. Ada sabun untuk mencuci, spons, dan ada juga sapu lidi! Menurutku, sapu lidi itu untuk menyapu makanan-makanan yang berserakan.

“Sangat menjaga kebersihan,” pikirku sambil tersenyum.

Eh, aku jadi ingat. Bu Narya dan Bu Billa ke mana, ya?

“Tasha! Tasha!” terdengar suara panggilan. Bu Narya yang memanggil. Aku langsung menghampiri Bu Narya.

“Tasha, untung saja kamu tidak apa-apa. Lain kali *bilang-bilang* dahulu, ya!” kata Bu Narya. Aku manggut-manggut.

Ketika aku membuka mulut untuk berkata, suara dari mikrofon membuat aku harus menutup mulut lagi, “*Kepada seluruh peserta, harap menempati tenda memasak menurut nomor peserta masing-masing.*”

Duh, nomor pesertaku berapa?

“Bu, nomor peserta saya berapa?” tanyaku pada Bu Narya.

“Oh, iya, nomor peserta diambil saat daftar ulang. Bu Billa sedang mendaftar ulang. Nah, itu dia!” jawab Bu Narya sambil menunjuk Bu Billa yang datang sambil membawa kertas.

“Tasha, nomor urut kamu 99. Pegang kertas ini. *Oke*, selamat memasak!” kata Bu Billa.

Aku tersenyum sambil melihat seorang anak laki-laki yang berdiri tak jauh dariku.

“Buat makanan yang lezat! Kalahkan makanan luar negeri! Kamu dapat!” seorang wanita yang entah itu guru atau ibunya berkata.

Anak itu mengangguk.

“Hai, kok melamun? Ayo, ke tenda!” ujar Bu Billa.

Aku berlari sambil membawa peralatan dan bahan memasaku. Waktu memasak sudah dimulai. Waktunya membuat lasagna menjadi terkenal di Indonesia!

Dua jam kemudian, aku selesai tepat saat bel tanda memasak usai berbunyi. Aku sangat puas dengan hasil masakanku. Rasanya pasti lezat. Ah, aku mulai tergoda untuk memakannya.

“Nabila Miran! Nomor peserta satu!” seseorang berkata dengan menggunakan mikrofon.

Oh, aku baru tahu. Semua peserta memberikan makanan buaatannya kepada juri yang berada di sebuah bangunan bernama Rumah Masak. Satu per satu peserta pun dipanggil. Entah berapa lama aku menunggu. Aku sudah mencuci piring dan menyapu. Hhh ... akhirnya namaku dipanggil juga.

Aku membawa piring dengan gemetar. Aku makin gemetar ketika memasuki Rumah Masak dan melihat tiga juri duduk di sebuah kursi. Aku menaruh makananku di atas meja kecil. Tanpa berkata apa-apa, seorang juri, yang tak kuketahui namanya, mencicipi lasagnaku. Juri kedua, satu-satunya juri wanita, juga mencicipi. Disusul juri ketiga. Wah, *deg-degan* rasanya!

“Ini pasti lasagna,” juri wanita berkata pasti.

“Iya,” aku menjawab.

“Kamu adalah satu-satunya peserta yang berhasil membuat makanan memuaskan. Makanan luar negeri yang cukup rumit dibuat anak kecil. Mungkin kamu bisa menang!” seru juri ketiga.

“Kenapa kamu membuat lasagna?” tanya juri pertama.

“Saya ingin membuat makanan luar negeri, seperti Italia, berkembang di Indonesia. Makanan Indonesia, menurut saya, sudah biasa. Nasi goreng dan satai memang lezat, tetapi tak selezat lasagna,” jawabku mantap.

“Oh, hmmm ... *oke*. Kamu boleh kembali,” juri ketiga mempersilakan.

Aku kembali dengan perasaan berbunga-bunga. Senangnya!

“Muhammad Fadel! Nomor peserta seratus!” seseorang memanggil lewat mikrofon. Anak laki-laki yang aku perhatikan sebelum lomba datang sambil membawa makanan.

Aku duduk di kursi peserta. Waktunya pengumuman pemenang. Dari seratus anak yang datang, hanya satu anak yang jadi pemenang.

“*Deg-degan, ya?*” tebak Bu Narya.

Aku tersenyum, lalu mengangguk.

“Sebenarnya *sih*, tidak terlalu *deg-degan*. Saya yakin pasti menang. Kata juri, dari yang lain, makanan buatan saya yang paling enak. Namun, masih ada peserta keseratus.”

“Alhamdulillah, makananmu dikatakan enak dan dapat jadi juara,” kata Bu Billa.

Aku tersenyum lagi.

Terlihat seorang laki-laki menaiki panggung. Dia mengambil mikrofon yang ada di panggung, lalu mulai berbicara. Awal pembicaraannya sangat membosankan. Sambutan dahulu dan ucapan terima kasih kepada para peserta.

“Sekarang saya akan mengumumkan pemenang lomba memasak ini,” kata laki-laki itu.

Aku merasa *deg-degan*.

“Pemenangnya adalah ... peserta dengan nomor peserta seratus! Muhammad Fadel!”

Mulutku menganga. Bukan aku yang menang? Padahal, makananku dikatakan enak! Pasti ada kesalahan!

Namun, ternyata tidak ada kesalahan. Fadel, begitu panggilanmu untuknya, menerima piala dari juri wanita.

Aku berdiri kesal, lalu berlari naik ke panggung. Masa lasagna buatanku kalah dengan makanan

buatannya? Ya ... walaupun aku sendiri tidak tahu dia buat apa.

“Pak, memang benar dia yang menang? Tidak ada kesalahan apa pun?” tanyaku di atas panggung.

“Iya, dia yang menang. *Chef Amanda* sudah memberikan piala kepadanya,” jawab pembawa acara sambil menunjuk juri wanita yang ternyata bernama *Chef Amanda*, “Memangnya kenapa?”

“Karena saya tidak setuju, Pak. Masa lasagna buatan saya kalah dengan makanan buatannya? Apa sih makanan buatannya?” kataku sambil melirik Fadel yang tampak kebingungan.

“Dia membuat ini,” *Chef Amanda* tiba-tiba muncul sambil membawakan piring berisi makanan dan garpu serta pisau, “Silakan dicicipi.”

Aku mengambil garpu dan pisau. Aku potong makanan itu agar menjadi lebih kecil, lalu ... “Mmm ... wow! Lezat! Aku makan lagi, ya! Mm ... apa namanya?” tanyaku.

“Ini rendang,” jawab *Chef Amanda*.

Sejak kejadian itu, aku jadi tahu. Makanan Indonesia tak kalah lezat dari makanan luar negeri. Jadi, kita harus mencintainya. Tidak boleh mengejeknya.

Rendang ternyata sangat lezat, Sobat! Tidak terlalu pedas seperti yang aku bayangkan selama ini. Ditambah lagi, rendang ternyata memiliki nilai-nilai filosofi yang cukup menarik. Dalam kebudayaan

masyarakat Minangkabau, rendang memiliki posisi yang sangat terhormat. Tidak mengherankan jika makanan ini menjadi hidangan utama bagi orang Minang ketika menjamu tamu istimewa. Apakah kalian sudah tahu? Bagi masyarakat Minang, bahan-bahan yang digunakan untuk membuat rendang seperti daging sapi (*dagiang*), kelapa (*karambia*), cabai (*lado*), dan aneka bumbu lainnya (*pemasak*) merupakan simbol budaya musyawarah dalam masyarakat Minang yang melibatkan empat unsur pokok, yakni *niniak mamak* (para pemimpin suku adat) yang dilambangkan dengan daging sapi, *cadiak pandai* (cerdik pandai) yang dilambangkan dengan kelapa, alim ulama yang tegas dalam mengajarkan agama dilambangkan dengan cabai yang pedas, serta seluruh masyarakat Minang yang dilambangkan oleh bumbu lainnya. Itulah rendang, salah satu makanan terenak di dunia yang tidak hanya lezat di lidah, tetapi juga kaya akan nilai-nilai budaya. Filosofi tersebut mengajarkan

Humm...ternyata rendang lezat dan gurih ya!
Aku makin suka dengan kuliner khas Padang ini.
Bagaimana dengan kamu?

kepada kita bahwa dengan musyawarah akan lahir keterpaduan rasa yang nikmat meskipun dalam keberagaman. Sesuatu yang kian hilang di negeri ini.





sumber foto: <http://www.kursusbakso.com/artikel/aneka-bakso>

Bakso, Si Bulat Seperti Bola Ping-Pong



Ayo
Mencoba



Hai, Kawan, kamu pasti sudah tidak asing lagi dengan makanan khas Indonesia yang satu ini? *Yups* ... bakso termasuk jajanan yang digemari oleh hampir seluruh masyarakat Indonesia. Si bulat yang berbahan dasar daging disajikan dengan kuah segar dan segala sayuran pelengkapannya. Rasanya yang lezat dan gurih membuat orang ketagihan untuk menikmati bakso. Makanan sepinggan yang selalu disajikan hangat ini sebenarnya sudah lama dikenal oleh masyarakat.

Tidak heran hampir di setiap sudut tempat makan pasti ada yang menjual bakso. Eh ... tetapi tunggu dahulu, pernah tidak kalian perhatikan apa yang dimakan lebih dahulu dari semangkuk bakso? Hmm ... coba perhatikan mulai sekarang.

Sebagian besar orang makan tahu atau mi terlebih dahulu, bukan baksonya. Mengapa? Karena baksonya yang paling enak. Setuju? Hal yang sama diungkapkan Professor Walter Mischel dari Stanford University, orang yang bahagia adalah orang yang dapat mengendalikan keinginan (*will power*) dan mempunyai motivasi untuk mencapai tujuan yang lebih baik (*bigger goal*), istilahnya *delaying gratification*.

Jadi, kalau ingin bahagia kita harus dapat menunda kesenangan terlebih dahulu. Hmm ... ternyata menunda kesenangan adalah sikap yang perlu kita miliki untuk lebih sukses di masa depan *Iho, Kawan!*

Nah, bagaimanakah cara membuat bakso yang benar-benar lezat? Ayo, kita lihat tahapan-tahapan pembuatan bakso berikut ini. Pertama, daging sapi dipotong-potong agar mudah dihaluskan, dimasukkan ke dalam mesin penggiling. Selanjutnya, masukkan bawang putih, bawang merah, merica, sagu, dan es batu secara bersamaan hingga daging halus dan adonan rata. Masukkan bumbu bakso ke dalam panci yang berisi air panas. Tahapan yang terakhir adalah mengambil segenggam adonan daging, lalu tekan menggunakan kepalan tangan hingga terbentuk bulatan bakso. Lihatlah apakah bakso sudah mengapung atau belum? Kalau sudah mengapung, Sobat dapat mengambil dengan menggunakan sendok. Selanjutnya, bakso dapat diangkat dan ditiriskan.

Sobat, tahukah kamu? Untuk menunjang kelezatan semangkok bakso, perlu kuah bakso yang mendukung cita rasa semangkok bakso yang lezat. Bumbu-bumbu dasar dalam membuat kuah bakso adalah bawang putih 15 siung, bawang merah 10 siung, merica 1 sendok teh (sdt), pala 1/4 sdt, minyak goreng 2 sdm (sendok makan), garam secukupnya, daging sapi tetelan 500 gr yang dipotong kecil-kecil, dan yang terakhir, yaitu air kaldu bekas rebusan bakso.

Bagaimana *sih* caranya membuat kuah bakso? Apa ada di antara kalian yang tahu? Yuk, kita simak

tata cara pembuatan kuah bakso berikut ini. Pertama, haluskan bawang putih, bawang merah, merica, dan pala. Kedua, panaskan minyak, lalu tumis bumbu hingga harum, *kecokelatan*, dan mengering, lalu ngkat dan tiriskan. *Ketiga*, rebus air kaldu dan tetelan hingga mendidih dan daging menjadi empuk. Selanjutnya, yang terakhir, tambahkan bumbu yang sudah ditumis. Kuah atau kaldu bakso siap digunakan.

Semangkuk bakso tanpa adanya pelengkap pasti rasanya kurang sedap, iya 'kan, Teman? Jadi, perlu ada beberapa tambahan pelengkap bakso, misalnya bawang goreng, seledri dan daun bawang, sambal rawit, kecap, sambal botolan, saus tomat, cuka atau jeruk nipis, mi telur atau mi basah, bihun, sohun, atau sawi.

Sobat, sekarang pastinya sudah tidak sabar untuk membuat bakso dan segera menikmatinya 'kan?

“Bakso bulat seperti bola ping-pong,
Kalau lewat membuat perut kosong.
Jadi anak janganlah suka bohong
Kalau bohong digigit sapi ompong.”
Lirik lagu “Abang Tukang Bakso”





sumber foto: <http://www.resepnasional.com/cara-membuat-rawon-istimewa-sedap-nikmat>



Rawon, Si Hitam yang Menggugah Selera

Ayo
Mencoba



Tahukah kamu asal makanan khas Indonesia yang akan dibahas pada bagian ini? Makanan khas Indonesia yang satu ini berasal dari Jawa Timur. Jenis makanan ini berbahan dasar daging sapi dan keluak. Apakah kamu tahu keluak? Keluak adalah buah pohon kepayang, bijinya biasanya direbus hingga masak dan diperam dalam abu selama satu bulan.

Kawan, banyak acara pernikahan yang menyajikan makanan khas Indonesia bernama rawon ini sebagai sajian untuk para tamu undangan. Masakan ini juga cocok sekali kita santap saat udara dingin karena kuahnya yang dihasilkan dari racikan bumbu alami membuat badan kita hangat dan kembali bertenaga lho!

Saya dengan keluarga selalu menyempatkan waktu memakan rawon seusai kami berolah raga pada pagi hari. Masakan ini, jika ditambahi sambal, jadi super-*maknyuss deh*. Baiklah, agar teman-teman tidak penasaran bagaimana membuat rawon daging, berikut adalah resepnya. Selamat mencoba, Teman!

Bahan-bahan rawon yang perlu disiapkan adalah 500 gram daging rawon (biasanya daging sapi), 5 daun bawang diiris/cincang halus, 6 siung bawang merah yang diiris halus, 2 liter air, 5 lembar daun jeruk, 2 batang serai, 1 sendok teh garam, $\frac{1}{2}$ sendok teh gula, dan minyak goreng secukupnya.

Langkah pertama yang perlu Sobat lakukan adalah siapkan terlebih dahulu bumbu-bumbu yang akan dihaluskan, meliputi $1\frac{1}{2}$ sendok teh merica bulat, 2 sendok teh ketumbar, 3 siung bawang putih, 3 cm jahe,

4 cm kunyit, 3 cm lengkuas, 2 buah asam jawa, dan 5 buah keluak hitam yang manis dan gurih.

Langkah kedua yang paling penting dan perlu diketahui oleh Sobat sekalian adalah cara membuat rawon yang lezat. Yuk, kita cermati bersama-sama cara membuat rawon daging sapi berikut ini. Pertama, Sobat terlebih dahulu harus merebus daging hingga empuk, lalu angkat dan potong-potong.

Langkah berikutnya adalah masukkan kembali daging yang sudah dipotong-potong ke dalam kaldu, masukkan pula serai, daun bawang, daun jeruk, gula, serta garam. Kecilkan apinya. Tumislah bawang merah hingga harum. Masukkan bumbu yang telah dihaluskan sebelumnya, lalu tumislah hingga harum dan matang. Kemudian, masukkan tumisan bumbu ke dalam rebusan daging. Masaklah hingga bumbu meresap dan matang. Langkah terakhir, Sobat dapat menghidangkan rawon bersama sambal taoge, empal daging goreng, telur asin, dan kerupuk udang.

!WOW...! Kita sudah selesai dengan kegiatan ini. Selamat! Semoga kalian dapat menikmati hidangan yang lezat ini. Jangan lupa untuk mencuci tangan kalian dengan sabun dan air mengalir setelah selesai. Selamat!





sumber foto: <http://www.resepmasakan Kreatif.com/resep-masakan-blitar/resep-soto-ayam-khas-blitar>

Soto, Si Kuning yang Memikat



Sobat, tahukah kamu? Soto adalah kuliner khas Indonesia yang paling melegenda. Hampir di setiap daerah di Indonesia memiliki cita rasa khas soto yang perlu untuk dicoba. Ada banyak variasi soto di Indonesia lho! Misalnya, soto berdasarkan asal daerahnya, yaitu soto Kudus, soto Betawi, soto Medan, soto Padang, soto Makassar, dan soto Lamongan. Ada juga soto berdasarkan bahan dasar pembuatannya, yakni soto ayam, soto daging sapi, dan soto babat.

“Walaupun berbeda-beda, tetap soto jua.”

Ya! Itulah semboyan kekayaan kuliner soto nusantara. Walaupun berbeda tempat dan racikannya, soto tetaplah soto. Setiap variasi soto memang punya ciri khas masing-masing, tetapi tetap menunjukkan keaslian kuliner Indonesia yang kaya rempah-rempah dan begitu sedap saat disantap. *Hayo ... ada yang tahu nggak* bahwa masyarakat di kawasan Ibaraki, Jepang sudah terbiasa menikmati soto yang diperkenalkan oleh para pelajar Indonesia di sana.

Aku pernah mendapat cerita dari ibuku bahwa masakan soto merupakan cara nenek moyang kita berhemat daging atau bahan protein lainnya. Itu berkaca pada sistem budaya Indonesia yang berbasis keluarga

besar. Apa kalian tahu? Disebut satu keluarga itu bukan hanya terdiri dari ayah, ibu, dan anak-anak, melainkan seluruh kerabat yang berhubungan dua tingkat ke atas dan ke samping dengan kakek-nenek sebagai pusatnya. Dahulu mereka tinggal dalam satu rumah. Kondisi itu memaksa penanggung jawab menu keluarga harus pandai mengelola sumber makanan yang terbatas agar seluruh anggota keluarga kebagian. Dengan demikian, jika hanya punya seekor ayam, sementara banyak orang yang harus makan, misalnya, menu apa lagi yang pantas diketengahkan kalau bukan soto? Intinya, makna semangkuk soto adalah kekeluargaan, bagi *roso* bagi *roto*.

Soto mie soto babat
Enak dimakan pakai cuka
Ingatlah arti seorang sahabat
Ia ada dalam suka dan duka





sumber foto: <http://www.cumibunting.com/6-tempat-kuliner-gudeg-jogja>



Gudeg, Si Manis dari Jogja

Sobat, kuliner khas Indonesia selanjutnya apakah ada yang tahu? Kuliner ini berasal dari Yogyakarta. Bahan dasarnya adalah nangka muda yang kemudian dimasak dengan gula merah dan santan. Rasa masakan ini adalah legit dan manis. Sudah ada yang dapat menebak? Bagi para pecinta kuliner di seluruh nusantara tentu tahu. *Yups ... gudeg sebutannya.*

Gudeg sendiri memiliki beberapa variasi dalam penyajiannya, seperti gudeg kering dengan areh kental, gudeg basah dengan areh encer, dan gudeg solo yang memiliki ciri khas warna putih pada arehnya. Kalian tertarik untuk mencoba salah satu kuliner tradisional nusantara ini? Pada dasarnya, mengolah gudeg tidaklah sulit, tetapi membutuhkan kesabaran dan ketelatenan karena membutuhkan waktu cukup lama untuk memasaknya. Kalian dapat mencoba mempraktikkan resep gudeg kering yang kompilt dan lezat berikut ini. Sebelum mulai memasak, ada sedikit tips untuk kalian. Karena untuk memasak gudeg membutuhkan waktu yang lama, kalian sebaiknya menggunakan panci dengan alas tebal.

Sobat, bahan-bahan yang digunakan untuk membuat gudeg mudah didapatkan *kok*. Selain itu, harganya cukup terjangkau. Berikut ini bahan yang digunakan untuk membuat gudeg kering. Pertama, siapkan nangka muda sebanyak satu kilogram yang dipotong kecil-kecil. Kedua, siapkan lengkuas satu ruas, lalu memarkan. Ketiga, siapkan daun salam sebanyak dua lembar. Kalian juga harus mempersiapkan bumbu halus, yaitu bawang merah 10 siung, bawang putih 3

siung, kemiri sangrai 4 butir, ketumbar bubuk setengah sendok teh, garam secukupnya, dan gula merah sebanyak 250 gram. Nah ... bahan-bahan tersebut mudah didapat 'kan?

Selain bahan-bahan yang diperlukan mudah didapat, cara membuat gudeg kering *gak* kalah mudah, Sobat. Setelah semua bahan dan bumbu disiapkan, saatnya kalian mencoba membuat gudeg kering. Berikut ini adalah cara membuat gudeg kering. Pertama, kalian rebusangka muda dengan bumbu halus dan air secukupnya dalam panci atau kualikali. Kedua, tunggu hinggaangka berwarna merah dan empuk, kemudian angkat. Ketiga, diamkanangka muda tersebut dalam kualikali sampai satu malam. Terakhir, keempat, hidangkan bersama siraman areh atau kuah opor ayam di atasnya.

Sobat, untuk mendapatkan gudeg kering yang istimewa, kalian cukup siapkan opor ayam sebagai pelengkap. Bahan yang dibutuhkan untuk membuat opor ayam gudeg adalah ayam kampung 2 ekor yang dipotong-potong sesuai selera, bawang goreng, dan santan 1½ gelas. Selanjutnya, kalian siapkan bumbu-bumbu yang dihaluskan, yaitu 6 siung bawang merah, 5 siung bawang putih, 1 sendok teh ketumbar, 5 butir kemiri, ½ sendok teh jinten, 1 kerat lengkuas, 1 sendok teh merica, satu batang serai, gula merah secukupnya, 3 lembar daun jeruk purut, dan garam secukupnya.

Cara memasak opor ayam untuk pelengkap gudeg juga sangat sederhana. Pertama, kalian tumis terlebih dahulu bumbu yang dihaluskan hingga harum, kemudian tambahkan ayam yang telah dipotong-potong, aduk hingga merata. Kedua, tutup wadah dan biarkan hingga

ayam berubah warna. Ketiga, tambahkan santan, lalu masak hingga ayam menjadi empuk dan matang. Terakhir, hidangkan dengan taburan bawang goreng.

Pelengkap lain untuk menghidangkan gudeng kering komplit yang nikmat dan lezat adalah sambal goreng krecek. Bahan yang dibutuhkan cukup sederhana, yaitu krecek sapi basah sebanyak 250 gram, cabai rawit merah secukupnya, tempe 500 gram yang diiris tipis, dan air. Selain itu, siapkan bumbu-bumbu yang dihaluskan, yaitu bawang putih 4 siung, bawang merah 7 siung, kemiri halus sebanyak 2 sendok makan, kencur 1 ruas besar, serai tangkai yang dimemarkan dan diikat, daun salam 5 lembar, lengkuas iris, gula merah secukupnya, daun jeruk 7 lembar, dan garam secukupnya.

Sobat, cara memasak sambal goreng krecek sangat mudah. Pertama, masukkan semua bahan dan bumbu halus ke dalam wajan. Masak hingga bumbu meresap dan airnya mengering. Setelah semua bahan dipersiapkan dan masak, kini saatnya kalian untuk menyajikan hidangan gudeg kering komplit yang nikmat dan lezat untuk keluarga tercinta. Mengolah gudeg kering komplit ternyata tidak sulit bukan? Kuliner nusantara memang memiliki keunikan yang sangat bervariasi. Dengan menikmati dan belajar membuatnya sendiri di rumah sebagai hidangan untuk keluarga, kita dapat membantu menjaga kelestarian kuliner tradisional khas Indonesia.

Pembuatan sayur gudeg yang membutuhkan waktu cukup lama mengandung suatu filosofi. Filosofi yang dapat kita ambil adalah adanya proses yang

panjang untuk membentuk satu produk dengan kualitas super dan mantap, sebagaimana kehidupan dengan berbagai hal yang harus kita lewati akan membentuk pribadi dan mental kita serta menjadikan diri kita lebih baik dan mempunyai kepribadian yang berkualitas.

Sayur gudeg yang dapat disajikan sampai sehari-hari sehingga dapat disajikan untuk beberapa hari kedepan pun mengandung filosofi mengenai prinsip hemat yang dapat kita aplikasikan dalam kehidupan. Selain itu, filosofi keberagaman dalam komposisi penyajian gudeg juga menjadi pembelajaran bagi kita untuk tetap menjunjung tinggi kebinekaan.

Oh, iya, Sob! Gudeg adalah salah satu kuliner Indonesia yang sudah mendunia. Cukup banyak negara yang ingin mengimpor gudeg dalam bentuk makanan kaleng. Keren 'kan? Menariknya lagi, di Melbourne, Australia ternyata ada salah satu restoran yang menyediakan gudeg asli Indonesia, tepatnya di kawasan Clayton Road. Luar biasa bukan?

Jalan-jalan sambil berlayar
Makan gudeg di taman sari
Mari kita rajin belajar
Kelak besar banyak yang cari





sumber foto: <http://www.satujam.com/membuat-gado-gado/>



Gado-Gado, Si Kaya Nutrisi

Ayo
Mencoba



Tahukah kamu gambar makanan yang disajikan itu? Kok isinya banyak sayurannya, ya? Apakah kamu *doyan* sayuran? Pasti banyak yang *nggak* suka sayuran, iya 'kan? He he Kata keponakan saya yang masih duduk di bangku SD, sayuran itu rasanya pahit, membuat mau muntah.

Semasa kecil saya juga tidak *doyan* sayur. Saya coba mengingat-ingat alasannya, tetapi saya tetap tidak ingat. Pokoknya, waktu itu saya paling benci jika ibu masak sayur bayam. Barangkali lidah anak-anak punya struktur yang agak beda dengan orang dewasa, ya? Maksudnya, saraf pengecapnya berbeda. Saya paling suka makan makanan yang gurih dahulu, pokoknya yang ada rasa-rasa vetsinnya. Ibu memang kadang memakai bahan ini, tetapi pelan-pelan berhenti dan diganti dengan bawang putih yang banyak. Hal itu dilakukan ibu sejak bapak berkolesterol tinggi dan harus berhenti mengonsumsi makanan yang mengandung penyedap buatan.

Menurut para ahli gizi, sebaiknya ibu-ibu kita harus membiasakan anaknya untuk makan sayur sejak bayi sehingga ketika agak besar dia menggemarinya. Menurut mereka juga, sayuran itu banyak mengandung vitamin *Iho*, Sobat! Vitamin pun penting untuk pertumbuhan kita.

Sebenarnya, di dalam sajian gado-gado banyak gizi yang terkandung, Sob! Bahan utamanya yang berupa sayur-sayuran itu memiliki kandungan vitamin A, C, D, dan E. Kandungan protein juga terdapat pada bumbu kacang dan irisan telur. Masih banyak kandungan

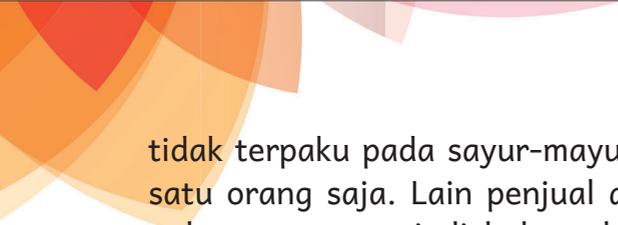
nutrisi yang lainnya. Jadi tunggu apa lagi, mari mencoba lezatnya gado-gado.

Tahu tidak, Sobat? Resep gado-gado termasuk makanan yang sering kita dengar di TV saat ada film yang bercerita tentang ibu kota, Jakarta. Tidak tahu asal mula gado-gado dari mana, tetapi konon makanan ini adalah makanan khas Tanah Betawi. Bahan dasar gado-gado adalah sayur mayur yang sangat variatif. Terdapat beberapa sayuran yang biasa kita masak sebagai sayur kuah dan juga biasa kita sajikan sebagai lalapan saat memakan ikan panggang atau ayam panggang, yang biasa kita temukan di warung pecel lele atau tempe penyet. Rasa gado-gado biasanya pedas karena penyajiannya dilumuri banyak sambal kacang yang kental dengan rasa gurih-gurih mantap. Saat membuatnya, kacang tanah akan digoreng atau disangrai dahulu agar rasanya tidak sengir.

Bahan-bahan sayur yang digunakan biasanya tergolong sayuran yang dapat kalian temukan di sekitar kalian, yaitu kacang panjang, kol, taoge, tomat, dan mentimun atau ada lagi lainnya karena makanan ini

Hmm...ternyata Gado-Gado itu lezat ya!
Banyak gizinya pula, aku jadi mulai suka sayur-sayuran. Bagaimana dengan kamu?





tidak terpaku pada sayur-mayur yang ditentukan oleh satu orang saja. Lain penjual atau lain pembuat, lain pula sayur yang jadi bahan dalam pembuatan gado-gado.

Bahan gado-gado cukup banyak seperti yang saya sebutkan di atas. Maka itu, dalam bahasa gaul jika ada orang yang memiliki keinginan atau selera yang banyak, mereka disebut seperti gado-gado. Apakah kalian juga seperti itu, Sob?



sumber foto: <http://www.perutgendut.com/sate-ayam-madura>



Sate,
Si Panjang
yang Menggiurkan

Sobat, beberapa dari kalian pasti tidak percaya bahwa satai ayam sudah sangat populer di beberapa negara Asia, seperti Malaysia dan Tiongkok, bahkan menu kuliner manis pedas ini juga begitu diminati di New York. Tak hanya di bazar saja, Sob! Sebuah restoran masakan Indonesia mampu bersaing di tengah restoran termahal di New York, Amerika. Dengan menu andalannya satai ayam, Restaurant Satay Junction mampu menarik warga Amerika. Satai ayam terjual habis disantap masyarakat setempat. Itulah sedikit bukti bahwa makanan satai Indonesia ini tidak hanya diminati warga lokal, tetapi juga warga di mancanegara.

Oh, ya, Sob, perlu kalian ketahui. Sebagai salah satu makanan khas negeri kita yang sudah populer di dunia, satai sepertinya sudah menjadi “sahabat dekat” masyarakat di seluruh pelosok negeri *lho*. Buktinya, satai selalu hadir dalam beberapa acara atau kegiatan yang dilaksanakan oleh masyarakat Indonesia. Hampir pada setiap kegiatan yang dilangsungkan di beberapa wilayah Tanah Air, satai menjadi salah satu menu favorit yang disajikan, bahkan unggulan. Dengan bentuknya yang khas dan cita rasa yang sudah mendunia, satai selalu menjadi buruan utama bagi tamu-tamu undangan yang menghadiri suatu acara, misalnya resepsi pernikahan, acara adat, pertemuan pejabat, dan festival kuliner di beberapa daerah.

Tahukah kalian, Sobat, daerah mana yang terkenal dengan makananyang satu ini? Iya, tepat sekali, Madura. Hampir seluruh masyarakat Indonesia mengidentikkan Madura sebagai daerah di Indonesia yang memiliki ciri

khas sebagai penghasil satai yang berkualitas “*maknyus*” dan mengundang selera. Satai, sebagai bagian dari ciri khas daerah Madura, telah dianggap sebagai makanan yang berkelas bagi masyarakat Madura, bahkan masyarakat Indonesia dan dunia. Hal tersebut tidaklah mengherankan sebab hampir di seluruh penjuru Tanah Air kita sering menemukan atau melihat para penjual satai yang berasal dari Jawa Timur, terutama Madura. Oleh sebab itu, ciri khas yang diberikan terhadap Pulau Madura sebagai daerah “lambung *sate*” makin diterima di tengah masyarakat Indonesia. Namun, bukan hanya Madura *Iho*, Kawan, yang dikenal memiliki kekhasan pada makanan bernama satai. Setidaknya, hampir seluruh wilayah Indonesia juga menjadi penghasil atau memiliki ciri khas tersendiri terkait dengan makanan yang satu ini. Di Sumatra kita mengenal adanya satai Padang. Kemudian, di Jawa sangat banyak kita mengenal daerah penghasil satai, seperti satai khas Betawi (Jakarta), satai khas Solo, satai khas Bandung, dan satai khas Malang. Selain itu, di wilayah timur kita juga mengenal satai khas Makassar dan satai khas Lombok (satai rembiga dan satai bulayak). Semua daerah tersebut memiliki kekhasan tersendiri dalam sajian satai yang dihasilkan, baik dari segi bahan pendamping (nasi, lontong, bulayak, ketupat) maupun cita rasa yang dihasilkan melalui bumbu rempah khas daerah masing-masing.

Nah, setelah kita mengenal makanan khas Indonesia, yaitu satai yang telah mendunia, kemudian

mengetahui daerah Madura sebagai salah satu penghasil satai yang berkualitas, hingga mengetahui pula berbagai daerah yang memiliki ciri khas pada makanan yang identik dengan tusuknya tersebut, kita dapat mengambil pelajaran bahwa kekayaan alam dan sumber daya yang dimiliki oleh bangsa Indonesia merupakan salah satu anugerah yang luar biasa yang diberikan Tuhan. Oleh karena itu, kita harus mampu menjadi generasi penerus yang menjaga kekayaan tersebut, khususnya jenis makanan khas yang dihasilkan dari kekayaan alam Indonesia, seperti satai. Satai dengan tusuknya yang khas dan bumbu-bumbu yang selalu menggugah selera telah mengajarkan kita bahwa jika kita ingin meraih suatu kesuksesan yang maksimal, prinsip persatuan (bekerja sama dalam satu wadah yang kuat) adalah salah satu caranya dengan tetap berpegang teguh pada tujuan yang lurus. Itulah salah satu wujud nilai filosofis yang tertuang dalam satai tusuk di seluruh wilayah Indonesia.

Jalan-jalan ke kota Sampit
Ingin membeli sate Madura
Jika ingin menjadi sehat
Kita harus berolahraga





sumber foto: <http://www.royco.co.id/resep/nasi-goreng>

Nasi Goreng, Si Merah yang Menggoda



Dapat dikatakan, tak ada orang Indonesia yang tidak kenal nasi goreng. Masakan yang satu ini memang sudah biasa ditemukan di mana-mana, mulai dari warung makan kaki lima hingga di restoran bintang lima. Yuk, kita intip, bagaimana *sih* cara membuat nasi goreng?

Pertama kali yang perlu dipersiapkan adalah bahan-bahan yang digunakan, meliputi 1 piring nasi putih, 3 cabai merah, 4 cabai rawit (dapat ditambah jika suka pedas), 2 siung bawang putih, 3 buah bawang merah, garam secukupnya, penyedap rasa ayam, dan 1 butir telur. Ambil cobek, lalu masukkan bahan yang akan dihaluskan. Ulek bumbu sampai dirasa cukup, tidak terlalu halus maupun kasar. Ambil penggorengan, lalu panaskan minyak, masukkan bumbu yang sudah diulek, dan tumis hingga harum. Masukkan telur dan orek sebentar. Setelah itu, baru kita memasukkan nasi putihnya.

Selanjutnya, aduk hingga bumbu tercampur rata dengan nasi, kemudian cicipi. Jika rasanya sudah pas, angkat dan sajikan. Untuk penyajiannya kita dapat menambahkan irisan tomat dan mentimun. Selamat menikmati, Sobat!

Nah, setelah mengetahui dengan jelas bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat nasi goreng hingga proses pembuatannya, sekarang waktunya kita untuk memahami apa *sih* makna yang terdapat dalam sajian makanan khas bernama nasi goreng itu? Hal tersebut perlu kita ketahui bersama agar dalam menyantap nasi goreng, tidak hanya rasanya yang lezat

yang kita nikmati, tetapi kita juga perlu mengetahui dan memahami makna yang terdapat dalam makanan tersebut *Iho!* Mengapa demikian? Agar dalam menikmati suatu makanan, kita juga memperoleh manfaat lainnya, yaitu nilai filosofis makanan yang kita santap. Dengan begitu, semakin lengkaplah sesuatu yang kita peroleh dalam menyantap suatu masakan, termasuk nasi goreng.

Seperti yang sudah kita ketahui, nasi goreng merupakan salah satu makanan lezat yang juga kaya nutrisi dan telah menjadi makanan favorit masyarakat Indonesia. Tidak hanya tentang memvariasikan makanan, tetapi nasi goreng juga telah menjadi identitas yang diterima oleh berbagai kalangan di seluruh pelosok negeri ini, tidak mengenal usia, jabatan, maupun perbedaan-perbedaan lainnya. Sebagai makanan lezat yang kaya nutrisi, nasi goreng merupakan salah satu makanan khas yang tergolong mudah dan sederhana dalam pembuatannya sehingga hampir setiap keluarga di Indonesia memilih nasi goreng sebagai menu masakan mereka sesekali waktu. Dengan demikian, nasi goreng sekarang telah menjadi makanan yang populer di seluruh lapisan masyarakat di Indonesia, bahkan dunia.

Terkait dengan nilai filosofis yang akan kita pelajari bersama, mungkin kita perlu mengingat kembali peribahasa “tak ada rotan, akar pun jadi” yang bermakna “jika dalam melakukan suatu hal kita belum mampu menggapai kesempurnaan, sesuatu yang belum sempurna tersebut tetaplah harus disyukuri sebagai

hasil usaha yang telah kita lakukan secara maksimal”. Lalu, apa hubungannya dengan nasi goreng? Nasi goreng adalah variasi masakan yang menggunakan nasi sebagai bahan utamanya. Seperti yang kita ketahui, nasi merupakan makanan pokok hampir seluruh masyarakat di Indonesia sehingga keberadaan nasi dalam suatu keluarga juga dianggap menjadi penanda bahwa keluarga tersebut mapan dalam hal ekonomi. Kemudian, muncul variasi masakan bernama nasi goreng yang secara filosofis bermakna “sesuatu yang telah kita miliki akan menjadi semakin bernilai ketika kita mampu mengombinasikannya dengan berbagai hal dalam wujud yang berbeda, tetapi tidak menghilangkan unsur pokok dari hal tersebut”. Selain itu, sajian masakan nasi goreng bermakna “kreativitas atau kreasi yang dimiliki, walaupun sederhana, akan sangat bermanfaat jika diterapkan dengan baik” dan nasi goreng juga mengajarkan persatuan dan kesatuan yang harus dimiliki oleh komponen masyarakat dalam mewujudkan cita-cita kehidupan.

Makanan favorit aku adalah nasi goreng.
Ibuku sering membuatkan nasi goreng
untukku di pagi hari untuk sarapan.
Sarapan itu penting bagi kesehatan.
Bagaimana dengan kamu?





sumber foto: <http://www.makanmakan.com/sop-buntut-ayam-goreng-cokro-santap-ayam-goreng-spesial/>



Sop Buntut yang Menggoda Lidah

Pasti Sobat sekalian tahu sop buntut *dong*? Makanan olahan sop buntut sapi yang disajikan bersama kuah bening yang rasanya segar ini memang superenak. Sop buntut terbuat dari potongan ekor sapi yang telah dibumbui dengan rempah-rempah dan dibakar, kemudian dimasukkan dalam kuah kaldu sapi dengan irisan kentang dan wortel, daun bawang, tomat, seledri, dan bawang goreng. Kedutaan Besar Republik Indonesia di Madrid, Spanyol pernah menyajikannya dan membuat sekitar 300 orang di Negeri Matador itu jatuh hati pada kenikmatan sop buntut.

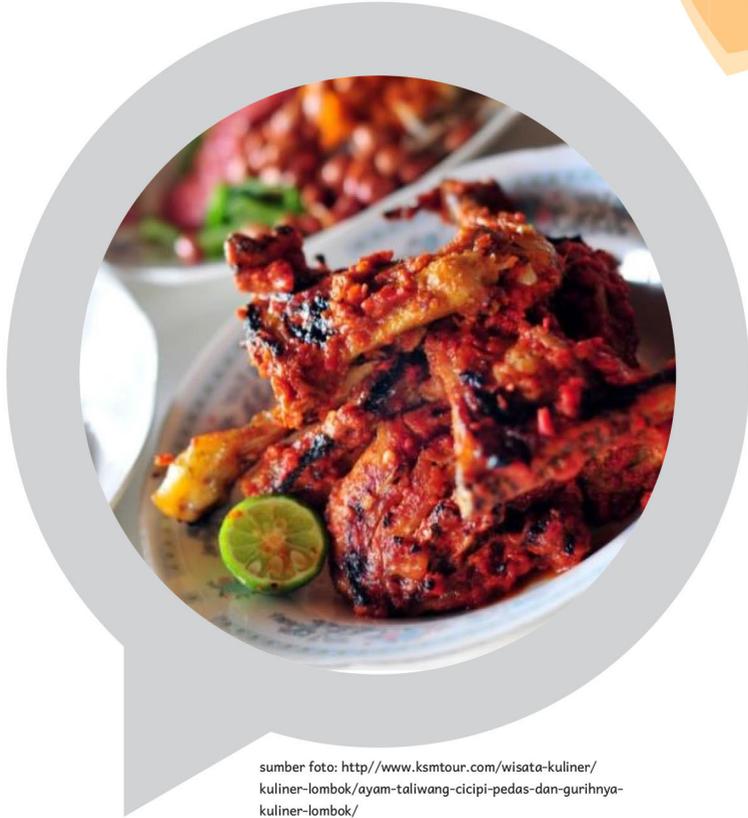
Tahukah kamu, Sobat? Sedikitnya, ada lima versi sop buntut yang populer di seluruh dunia, yaitu makanan tradisional Korea, makanan Cina yang lebih mirip semur ekor sapi goreng/panggang dicampur dengan berbagai variasi sop yang merupakan makanan populer di Indonesia, makanan etnis Amerika Serikat bagian selatan yang sudah ada sejak periode sebelum perang revolusi, serta sop kuah tebal dan gurih yang populer di Britania Raya sejak abad ke-18. Tiap negara punya ciri khasnya masing-masing. Kalau keunikan sop buntut Indonesia jelas terdapat pada kuahnya yang kaya akan rempah-rempah.

Oh, ya, Teman, bahan dan bumbu serta proses pembuatan sop buntut sudah kita ketahui bersama, lalu apakah masih ada hal yang dipertanyakan tentang kuliner khas yang satu ini? Tentu, ada satu pertanyaan yang mungkin terdapat dalam benak kita semua terkait dengan makanan yang telah mendunia ini. Apa pertanyaan yang dimaksud? Pertanyaannya adalah apakah ada nilai filosofis sehingga buntut (potongan ekor sapi) digunakan sebagai bahan makanan tersebut. Nah, menurut teman-teman yang telah mempelajari atau pernah menyantap sop buntut kira-kira ada atau tidak ya nilai filosofis dalam pemilihan bahan untuk sop buntut tersebut? *Hayo*

Baiklah, agar pertanyaan tersebut dapat terjawab, mari kita bahas bersama. Pembahasan itu kita mulai dengan mengingat kembali salah satu dari tiga konsep pendidikan yang dikemukakan oleh Bapak Pendidikan Indonesia, Ki Hajar Dewantara, di Taman Siswa pada masa lampau. Konsep yang dimaksud adalah *tut wuri handayani* yang bermakna “pihak yang berada di belakang harus mampu memberikan dorongan atau motivasi”. Lalu, mengapa konsep tersebut dijadikan sebagai pembuka jawaban mengenai makna buntut pada sop buntut? Jawabannya adalah pemilihan buntut (potongan ekor sapi) sebagai bahan utama bermakna “letak atau posisi dari buntut tersebut berada di belakang, tetapi memiliki manfaat juga bagi masyarakat, salah satunya dalam wujud makanan sop buntut”. Artinya, sesuatu yang kecil dan berada di belakang atau tersembunyi belum tentu tidak memiliki manfaat dalam kehidupan kita. Oleh karena itu, kita tidak boleh meremehkan atau menganggap tidak penting sesuatu karena sesuatu itu dapat menjadi bagian penting yang jika dimanfaatkan secara baik, akan menghasilkan hal yang luar biasa, termasuk menjadi pemberi motivasi bagi pihak lain yang berada di depannya. Dengan demikian, pemilihan buntut sebagai bahan utama sop buntut ternyata memiliki makna yang baik untuk dijadikan pelajaran bagi kita semua.

Maknyuss....rasanya Sop Buntut buatan Mamaku. Aku suka kuah kaldu sapinya yang segar dan lezat. Bagaimana denganmu?





sumber foto: <http://www.ksmtour.com/wisata-kuliner/kuliner-lombok/ayam-taliwang-cicipi-pedas-dan-gurihnya-kuliner-lombok/>



Ayam Taliwang, Jajanan Kaki Lima yang kini Mendunia

Hai, Kawan, saat ini sajian ayam taliwang banyak tersedia di berbagai restoran. Namun, perlu diketahui, ayam taliwang awalnya merupakan kuliner kaki lima khas Lombok, Nusa Tenggara Barat (NTB). Nah, seiring dengan populernya Lombok sebagai destinasi wisata, makin banyak pula pengunjung dari luar daerah yang datang ke Lombok untuk mencari makanan yang khas ini.

Karena itu, ayam taliwang perlahan mulai diminati. Rasanya yang lezat seakan membius para pendatang untuk menikmati ayam taliwang. Semenjak itu, banyak restoran dan gerai kaki lima yang menyuguhkan ayam taliwang sebagai kuliner andalan.

Tahukah kamu? Dahulu ayam taliwang itu hanya ada dua, namanya mutira dan irama. Ayam taliwang menjadi salah satu kuliner yang diboyong ke World Street Food Congress (WSFC) 2016 di Manila, Filipina, pada 20--24 April 2016. Ini adalah kali kedua ayam taliwang bersaudara mendapat kesempatan terlibat bersama dengan kuliner kaki lima dunia lainnya dalam ajang berskala internasional itu.

Nah, sudah tampak menggoda selera bukan salah satu makanan khas asal Lombok tersebut? Segera datang ke Lombok untuk menikmati langsung sensasi sajian masakan yang memiliki sejarah panjang di Tanah Seribu Masjid tersebut. Berbicara soal ayam taliwang, tentu akan makin lengkap jika kita mengetahui juga sejarah masakan tersebut muncul di Pulau Lombok sehingga akan kita ketahui pula makna filosofis yang terkandung di dalamnya.

Ayam taliwang merupakan salah satu bentuk kuliner yang menggunakan ayam kampung sebagai

bahan utamanya. Pemilihan ayam sebagai masakan khas tersebut telah terjadi sejak berdirinya Kerajaan Selaparang (kerajaan terbesar di Lombok yang dekat dengan Majapahit dan Mataram), saat masuknya pengaruh Kerajaan Karangasem, Bali hingga kedatangan Islam di Pulau Lombok. Mengapa ayam? Sebab pada zaman tersebut daerah Lombok, khususnya Karang Taliwang di Cakranegara, menjadi daerah penghasil ayam yang luar biasa sehingga dalam perjamuan makanan di setiap rumah rakyat, makanan bagi prajurit perang, hingga makanan di dalam istana kerajaan dipilihlah olahan ayam dengan bumbu yang khas, dengan kuah pedas sebagai menu utama. Ayam yang digunakan pun ayam kampung muda yang disajikan secara utuh dengan siraman bumbu kuah pedas karena sebagian besar leluhur suku Sasak (suku di Pulau Lombok) menyukai makanan yang pedas sebagai bagian dari cara mereka memotivasi diri agar tetap siaga dan semangat dalam beraktivitas. Ayam tersebut disajikan bersama peleceng kangkung (salah satu makanan khas Lombok), terung bakar, mentimun, *beberoq* terung (salah satu makanan khas Lombok), dan nasi hangat. Sajian ayam tersebut terus disajikan secara turun-temurun oleh generasi Sasak Lombok, khususnya masyarakat daerah Karang Taliwang. Berdasarkan hal tersebut, sajian ayam yang berasal dari daerah Karang Taliwang itu dinamai ayam taliwang seperti yang sobat sekalian kenal saat ini.

Wah, ternyata ayam taliwang punya sejarah panjang dan makin menambah pengetahuan kita ya, Teman-Teman? *Eits*, supaya makin lengkap, kita perlu memahami makna filosofis masakan tersebut. Pemilihan ayam kampung yang masih muda menunjukkan

masyarakat Sasak Lombok sangat menghargai para pemuda sebagai bagian yang penting dalam mewujudkan kesuksesan pembangunan di daerah mereka. Kemudian, kuah pedas dianggap sebagai alat penambah motivasi dan semangat dalam menjalani kehidupan berkat dari rasa pedas yang dihasilkan tersebut. Selanjutnya, ayam taliwang perlu disajikan dengan beraneka ragam sayuran karena masyarakat Sasak Lombok merupakan masyarakat yang sangat menjunjung tinggi kedekatan dengan lingkungan alam sehingga hasil-hasil alam tersebut dimanfaatkan sebagai bahan makanan berkualitas tinggi.

Selain itu, sajian ayam taliwang bersama dengan aneka sayuran tersebut bermakna bahwa masyarakat Sasak Lombok adalah masyarakat yang harus mampu mempertahankan kesederhanaan dan kebersamaan sebab tiga hal yang menjadi prinsip hidup utama orang Lombok ialah kebersamaan, kesederhanaan, dan persaudaraan. Dalam kebersamaan, kesederhanaan harus tetap dijunjung sehingga akan terwujud rasa persaudaraan antarsesama masyarakat.

Di mana-mana masakan olahan Ayam pasti enak di lidahku. Apalagi Ayam Taliwang yang khas Lombok ini. Menurutmu bagaimana?





sumber foto: <http://www.vemale.com/kuliner/resep-masakan/>

Olahan Tempe, Menu Favorit di Jepang dan Korea



Sobat, apakah kamu tahu? Ternyata tak hanya orang Indonesia saja yang menyukai tempe. Seorang juru masak asal Korea, Eduard Quad adalah salah satu dari ribuan orang yang jatuh hati dengan tempe. Perhelatan Jakarta Kuliner Festival yang dihelat pada Oktober 2012 menjadi perkumpulan koki dari berbagai mancanegara. Adakah yang dapat memasak tempe goreng? Berikut ini disajikan bagaimana memasak tempe goreng yang renyah dan lezat.

Pertama, persiapkan bahan-bahannya terlebih dahulu, Sobat, yaitu 250 gram tempe, 500 ml minyak sayur untuk menggoreng, dan 100 ml air panas. Selanjutnya, siapkan bumbu untuk dihaluskan, yaitu 1 sendok makan ketumbar, 3 siung bawang putih, dan 1 sendok teh garam secukupnya.

Sobat, langkah pertama dalam membuat tempe goreng yang lezat, yaitu potong-potong tempe kira-kira setebal 1,5 cm, lalu kerat pada kedua permukaannya. Langkah kedua, campurkan air panas dengan bumbu halus yang telah disediakan. Kemudian, masukkan tempe dan rendam kira-kira 15 menit. Terakhir, panaskan minyak dalam wajan dan goreng tempe dengan api sedang sampai tempe terlihat kuning *kecokelatan*, lalu angkat. Tempe goreng buatanmu pun siap untuk disajikan.

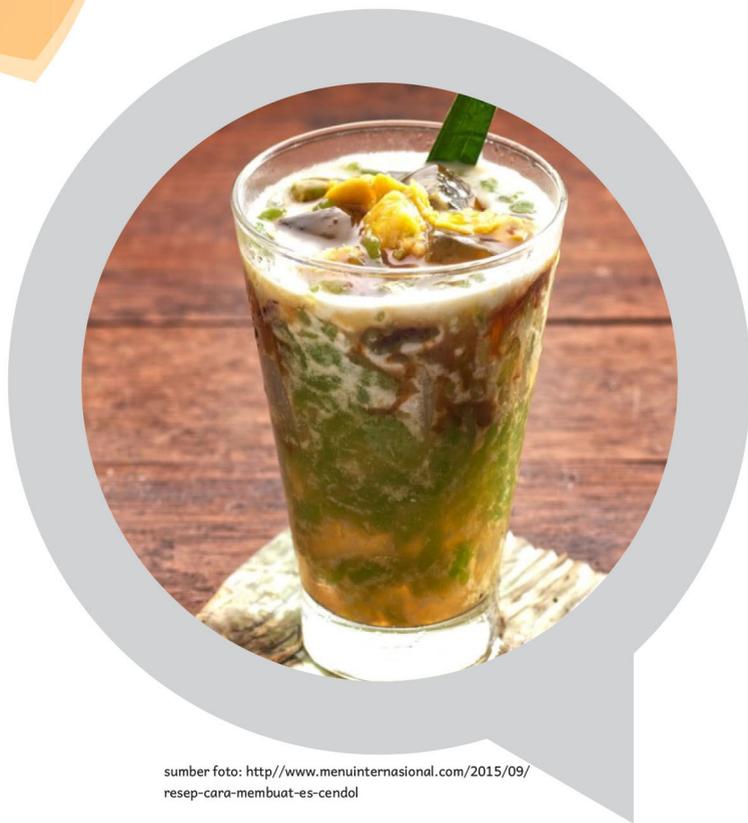
Setelah kita memahami proses pembuatan olahan tempe dan uraian tentang tempe yang telah menjadi makanan favorit masyarakat, tidak ada salahnya kita mengetahui juga makna filosofis yang terdapat dalam makanan bernama tempe tersebut. Adapun salah satu makanan yang telah identik dengan sebutan “makanan rakyat” tersebut merupakan jenis makanan yang dibuat dari bahan kedelai dengan proses yang baik sehingga menghasilkan cita rasa yang khas. Tempe dengan cita rasanya yang khas tersebut pun dapat diolah dalam

berbagai bentuk, mulai dengan yang lazim digoreng, direbus sebagai sayur, sampai dibakar atau dipanggang.

Nah, ternyata proses pembuatan dan berbagai olahan tempe tersebut memberikan, setidaknya, tiga makna filosofis bagi kehidupan masyarakat. Pertama, sebagai makanan sederhana yang telah mendunia, tempe dapat dijadikan sebagai pelajaran bahwa kesederhanaan yang kita miliki dapat menjadi sesuatu yang berharga dan hebat dalam kehidupan kita. Kedua, tempe telah menjadi makanan yang disukai oleh seluruh lapisan masyarakat. Artinya, dengan memegang teguh prinsip kesederhanaan dalam hidup, kita akan mudah diterima dan disukai oleh berbagai kalangan. Ketiga, tempe yang dapat diolah dalam berbagai bentuk seperti, digoreng, direbus, dan dipanggang, berarti bahwa sebagai anggota masyarakat yang memegang teguh prinsip kesederhanaan, kita harus dapat berkontribusi dalam berbagai hal atau bidang kehidupan sehingga kita akan menjadi orang yang senantiasa bermanfaat bagi orang lain.

Aku dan adikku sukaaa sekali makan tempe mendoan. Apalagi jika dimakan dengan kecap. Lezzaaatt... kamu juga suka olahan tempe kan?





sumber foto: <http://www.menuinternasional.com/2015/09/resep-cara-membuat-es-cendol>

Es Cendol, Si Lonjong Kenyal yang Memikat



Siapa tak kenal es cendol, Kawan? Es cendol terbuat dari tepung beras dan berwarna hijau, yang lumrah tersaji dengan santan, gula merah, dan es batu. Minuman ini dapat kamu dapatkan dengan mudah di mana saja karena minuman khas nusantara ini telah menjamur di sejumlah pasar tradisional atau lapak kaki lima.

Di Jawa minuman yang juga akrab dengan sebutan dawet ini bahkan turut menandai prosesi pernikahan adat lewat tradisi *dodol dawet*. Cendol melambangkan kebulatan kehendak orang tua untuk menikahkan anaknya. Cita rasa tradisional yang masih bertahan tampaknya turut menambah keeksotisan es cendol di mancanegara. Menyusul jejak rendang, es cendol masuk dalam daftar 50 minuman terlezat di dunia yang dipublikasikan CNN Go.

Wah, makin bangga menjadi anak Indonesia karena tidak hanya makanannya yang mendunia, tetapi kuliner berupa minuman pun telah diakui oleh masyarakat internasional sebagai minuman yang lezat dan bergizi. Salah satunya, ya es cendol tersebut, yang dengan berbagai kelezatan dan kenikmatan yang dimilikinya juga dapat dikatakan sebagai minuman favorit hampir seluruh masyarakat Indonesia. Es cendol yang identik dengan masyarakat Jawa tersebut pun terdapat di berbagai wilayah Indonesia karena telah menjadi minuman nusantara dengan

ciri khasnya masing-masing. Daerah Sumatra tentu memiliki kekhasan yang berbeda dengan daerah Jawa, Kalimantan, Nusa Tenggara, hingga Papua dalam hal sajian es cendol. Kekhasan yang dimaksud berkaitan dengan cara pembuatan, bahan-bahan, dan namanya walaupun secara umum diketahui sebagai bagian dari es cendol yang berasal dari Pulau Jawa.

Nah, sobat yang berbahagia, keragaman es cendol pada tiap-tiap daerah di nusantara tentu mengandung berbagai makna filosofis dalam masyarakat pemiliknya. Akan tetapi, karena es cendol telah menjadi minuman umum masyarakat, makna filosofisnya pun dapat disimpulkan secara umum sesuai dengan falsafah nusantara.

Sobat sekalian, mau tahu makna filosofis dalam es cendol 'kan? He he ... baiklah, secara umum bahan yang digunakan dalam es cendol tidak memiliki banyak perbedaan di setiap daerah. Bahan-bahan yang lumrah tersaji, seperti tepung beras yang diberi pewarna hijau (pewarna makanan), santan, gula merah, dan es batu masih menjadi hal yang utama. Oleh sebab itu, makna filosofis yang terdapat di dalamnya pun dapat diketahui secara umum melalui bahan-bahan tersebut. Secara umum, dalam falsafah nusantara, tepung beras yang diberi warna hijau melambangkan unsur kealaman yang merupakan bagian penting dalam kehidupan masyarakat. Santan kelapa berwarna putih

melambangkan kebersihan dan kesucian hati. Gula merah melambangkan unsur ketegasan dalam kasih sayang. Kemudian, es batu, sebagai pelengkap, melambangkan sikap yang senantiasa memberikan kedamaian dalam berkehidupan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa makna yang terkandung dalam es cendol tersebut merupakan pelambangan sifat dan sikap yang harus dimiliki manusia dalam kehidupan bermasyarakat. Begitu pula dengan saya dan sobat sekalian, dalam kehidupan ini kita harus mampu bersahabat dengan alam, memiliki hati dan jiwa yang bersih, dapat bersikap tegas, tetapi tetap menjunjung tinggi kasih sayang, dan tentunya harus menjadi sosok yang memberikan rasa aman dan damai bagi pihak lain sehingga dalam kehidupan bermasyarakat akan tercipta kondisi yang harmonis dan tenteram.

Es cendol gula jawa manis
Dijual di pinggir Jalan Duku
Kalau ingin jadi anak cerdas
Rajin-rajinlah baca buku





sumber foto: <http://www.tandapagar.com/es-kelapa/>

Es Kelapa Muda, Si Pelepas Dahaga yang Mendunia



Ayo
Mencoba



Pada 9 Desember 2011 CNN Go secara resmi mengumumkan dua minuman khas Indonesia, yaitu es kelapa muda dan cendol, sebagai minuman terenak di dunia. Kelapa muda menyandang peringkat ke-19 minuman terpopuler dan paling disukai. Sungguh keren kan, Sobat? Kita patut berbangga dengan kuliner Indonesia yang satu ini. Minuman yang terbuat dari buah kelapa segar ini dikatakan sebagai minuman tradisional asal Indonesia yang alami dan juga berasal dari bahan terbaik alam. *Ngomong-ngomong*, adakah yang dapat meracik es kelapa muda sendiri di rumah, Sob? Berikut ini dipaparkan tips meracik es kelapa muda yang sederhana, tetapi rasanya luar biasa.

Sobat, bahan-bahan yang digunakan untuk membuat es kelapa muda mudah didapat, bahkan terkadang kalian akan mendapatkan bahan-bahan tersebut di sekitar rumah kalian. Bahan-bahan yang harus kalian siapkan adalah satu buah kelapa muda segar, satu kaleng susu kental manis, satu atau dua buah jeruk lemon, sirop gula, dan es batu serut.

Cara membuat es kelapa muda tidak kalah mudah loh. Kalian cukup siapkan mangkuk atau gelas saji, lantas masukkan beberapa sendok makan buah kelapa segar dan tambahkan dengan beberapa sendok makan sirop gula (sesuaikan saja dengan selera). Setelah itu, masukkan perasan air jeruk lemon untuk rasa es kelapa muda yang jauh lebih istimewa dan segar. Air lemon ini akan memberikan rasa asam yang alami, yang cocok dikonsumsi saat cuaca panas karena bermanfaat untuk melembabkan bibir dan melegakan tenggorokan.

Terakhir, masukkan air kelapa muda yang tersedia dan tambahkan susu kental manis serta es batu secukupnya.

Sobat sekalian, begitu sederhana dan mudah bukan proses yang dilakukan dalam membuat es kelapa muda yang nikmat? Nah, sudah waktunya mencoba sendiri di rumah bersama saudara, keluarga, atau bersama teman-teman lainnya. Namun, Teman-Teman juga perlu tahu *lho* mengapa es kelapa muda tersebut dapat mudah diterima oleh masyarakat Indonesia, baik cita rasa maupun makna penting yang terdapat di dalamnya.

Dalam hal rasa, seperti yang telah diuraikan sebelumnya, tentu kalian sudah mengetahui bahwa es kelapa muda merupakan salah satu minuman yang dapat menyegarkan, apalagi jika dinikmati kala haus atau pada siang hari. Rasa nikmat yang berasal dari kombinasi jeruk lemon, susu cair, dan air kelapa muda tersebut semakin menambah kelezatan minuman yang juga telah mendunia ini.

Nah, selain itu, es kelapa muda tidak hanya nikmat pada aspek rasa *lho!* Es kelapa muda ternyata menyimpan makna yang penting untuk diketahui oleh kita. Makna itu kita mulai dari pemaparan bahwa buah kelapa merupakan jenis buah yang telah umum dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia, bahkan dunia sehingga dapat dikatakan bahwa tidaklah sulit bagi kita semua di mana pun berada untuk segera membuat dan menikmati es kelapa muda yang lezat dan nikmat. Artinya, dalam kehidupan ini kita harus dapat beradaptasi dalam kondisi apa pun dan di wilayah mana

pun agar dapat menjalani aktivitas dengan baik dan maksimal bersama masyarakat lainnya, sebagaimana pohon kelapa yang dapat tumbuh dan berbuah dalam kondisi apa pun dan di daerah mana pun.

Kemudian, makna yang terkandung dalam sajian es kelapa muda adalah kolaborasi yang tepat antarberbagai komponen di dalamnya, yaitu daging kelapa muda, air kelapa muda, susu cair, jeruk lemon, sirup gula, dan es batu yang akan menghasilkan es kelapa muda yang nikmat dan lezat. Begitu pula dengan kita, Sob, dengan mengedepankan sikap kerja sama, gotong royong, dan persatuan, segala aktivitas yang kita jalani dalam kehidupan bermasyarakat ini akan berjalan dengan mudah dan mendapatkan hasil yang sesuai dengan harapan. Oleh sebab itu, kita sebagai makhluk sosial harus menjunjung tinggi prinsip kerja sama, gotong royong, dan persatuan dalam menjalani kehidupan di masyarakat.

Siang-siang pasti nikmat sekali minum Es Kelapa Muda. Segeerrrr...apalagi minumnya di bawah pohon yang rindang. Kamu juga suka kan?





sumber foto: <http://www.t4resepku.blogspot.co.id/2014/02/resep-bir-pletok>

Bir Pletok, Minuman 100% Tanpa Alkohol



Sobat, tahukah kamu? Banyak yang mengira bahwa bir pletok adalah minuman beralkohol yang berupa bir dicampur sejumlah *liquor*. Hmm, baiklah, tidak salah juga *sih* karena memang di sejumlah bar nama inilah yang digunakan untuk sejumlah koktail berbahan dasar bir. Nah, kalau bicara tentang bir pletok Betawi, lain lagi ceritanya, Sobat!

Bir pletok Betawi merupakan minuman tradisional Indonesia yang umumnya berbahan dasar jahe, kayu secang, kayu manis, cengkeh, pala, serai, kapulaga, dan gula jawa. Lantas, mengapa disebut bir? Simak cerita menarik nan lucu di baliknya ya, Sob.

Konon, pada zaman Belanda dahulu masyarakat Betawi melihat orang-orang Belanda mengonsumsi minuman dingin dengan busa di atasnya, yang berfungsi menghangatkan tubuh, namanya bir. Oleh karena itu, masyarakat Betawi pun mencoba membuat versinya sendiri. Bermodalkan bahan-bahan yang sudah disebutkan tadi, minuman itu ditambahkan es batu, kemudian dimasukkan ke dalam bambu, ditutup, dan dikocok, sampai akhirnya dituangkan ke gelas. Nah, saat minuman dengan es batu ini dikocok di dalam bambu, terdengar suara “pletak pletok pletak pletok”. *Tara ...* ini dia akhirnya diberi nama bir pletok. Dari hasil pengocokan itu pula ada buih yang dianggap serupa dengan busa sebagai *crown* pada bir. Ternyata ada ya bir yang tidak beralkohol?

Bir pletok sangat disukai oleh para turis luar negeri yang berkunjung ke Indonesia, terutama turis dari negara Eropa, Sobat. “*I like this drink!*” komentar

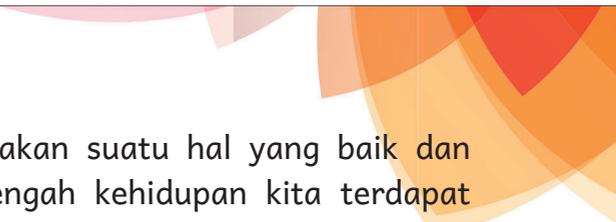
mereka setelah minum bir pletok. Minuman ini cocok diminum saat musim dingin di negaranya.

Luar biasa bukan? Sejarah yang tersaji tersebut telah membuktikan kreativitas yang dimiliki oleh masyarakat Indonesia, khususnya masyarakat Betawi pada saat itu. Berbekal alat dan bahan sederhana, masyarakat Betawi telah berupaya menyaingi minuman yang dibawa oleh para penjajah Belanda pada zaman dahulu hingga akhirnya menghasilkan jenis minuman yang tidak kalah baik dan nikmatnya. Kini minuman yang berawal dari rasa ingin tahu tersebut telah dinikmati oleh berbagai kalangan di Indonesia, bahkan dunia internasional.

Nah, berdasarkan uraian sejarah munculnya minuman tersebut, ada beberapa hal yang dapat kita jadikan pelajaran dalam hidup ini, Sob. Apa sajakah itu? Iya, pelajaran yang dapat dipetik melalui minuman khas Betawi ini adalah “banyak hal positif yang terjadi di dunia ini berawal dari rasa keingintahuan kita terhadap sesuatu maka tugas kita selanjutnya adalah mengarahkan rasa ingin tahu tersebut ke arah yang baik sehingga akan membentuk kreativitas yang baik dan menghasilkan sesuatu yang dapat bermanfaat bagi masyarakat.” Selain itu, bir pletok secara tersirat (tidak langsung) mengajarkan kita

Bir Pletok dijual di pinggir pasar
Cocoknya diminum saat hujan
Mari jaga lingkungan sekitar
Udara segar hati pun nyaman





untuk mampu menciptakan suatu hal yang baik dan positif walaupun di tengah kehidupan kita terdapat beberapa hal negatif yang tentunya harus dihindari, salah satunya dengan cara menciptakan dan melakukan berbagai kebaikan.

Terakhir, Sobat, bir pletok merupakan salah satu minuman yang bahan-bahan utamanya berasal dari alam. Hal tersebut menjelaskan kepada kita bahwa saya dan sobat sekalian harus tetap menjaga kelestarian alam agar kehidupan manusia yang juga bergantung pada alam dapat terus berlangsung secara baik.



sumber foto: <http://www.resepqu.com/ara-membuat-es-teler-segar-dan-nikmat/>

Es Teler, “Koktail” Ala Indonesia



Sobat, di luar negeri es teler sering dijuluki “koktail ala Indonesia”. Asal es teler sebenarnya masih menjadi perbincangan karena banyak yang berdebat soal es campur berasal dari Jawa Barat atau Jawa Timur. Es teler terdiri dari alpukat, kelapa muda, cincau, potongan nangka, dan buah-buahan lainnya yang disiram dengan kuah santan dan susu kental manis, ditambah dengan daun *pandanus amaryllifolius* (biasanya dalam bentuk sirop cocopandan), gula, dan sedikit garam.

Dinamakan es teler karena minuman ini akan membuat kamu “teler” alias ketagihan. Ramuan ini diciptakan oleh Murniati Widjaja yang memenangkan kompetisi pada tahun 1982 untuk menghasilkan minuman nasional bagi Indonesia. Selanjutnya, diteruskan oleh menantunya yang bernama Sukyatno. Beliau membuka gerai es teler yang dinamai Es Teler 77 Juara Indonesia, pertama kali dibuka pada 7 Juli 1982. Selain mudah diingat, 77 adalah angka keberuntungan menurut Sukyatno. Bermula dari tenda-tenda di emperan pertokoan, ia pindah ke Jalan Lombok I serta Jalan Pembangunan, keduanya terletak di Jakarta Pusat. Keduanya berkonsep kaki lima.

Beberapa tahun berjalan, Sukyatno sukses dengan Es Teler 77 yang memiliki cabang di Malaysia, Australia, dan Singapura, dengan total pekerja sekitar tiga ribu orang. Luar biasa ‘kan, Sobat? Wow ... es teler khas kuliner Indonesia mampu bersaing dengan minuman-minuman di luar negeri sana.

Oh, ya, Kawan, kalian tentu pernah atau sering menikmati sajian es teler (es campur) di daerah masing-masing. Es teler yang kalian nikmati tentu terdiri dari

beberapa jenis buah-buahan sebagai bahan utamanya yang makin menambah kesegarannya. Pemilihan dan penggunaan buah-buahan sebagai bahan utama dalam es teler tersebut tidak hanya dianggap sebagai hal yang lazim untuk memberikan efek nikmat pada es teler *lho*. Lebih dari itu, pemilihan dan penggunaan buah-buahan juga memiliki makna filosofis bagi kehidupan kita. Makna yang dimaksud adalah buah-buahan dengan berbagai jenis rasa dan warna tersebut disatukan untuk menghasilkan rasa nikmat dan lezat dalam es teler. Artinya, sebagai masyarakat yang majemuk atau beragam seperti di Indonesia, sudah selayaknya kita saling menjaga persatuan dan kesatuan dengan meneguhkan sikap toleransi dan kebersamaan dalam berkehidupan. Dengan begitu, keberagaman yang kita miliki tidak menjadi hal yang dapat memecah belah bangsa, tetapi dapat menjadi alat perekat antarsuku, antaragama, antarras, dan antargolongan di nusantara, sebagaimana kombinasi berbagai rasa dan warna buah dalam nikmat dan lezatnya es teler.

Sebelum kita pamitan
Alangkah baiknya minum Es Teler
Siapa yang suka jaga kebersihan
Pasti dia sholeh dan pintar



Selamat
Tinggal

Penutup

Sobat, itulah beberapa kuliner khas Indonesia yang telah dipaparkan. Rempah-rempah yang melimpah di negeri ini memberikan banyak pilihan makanan dan minuman khas nusantara yang dapat menjadi pilihan untuk disantap. Teman-teman pasti banyak belajar bahwa di negara kita dari Sabang sampai dengan Merauke banyak sekali kuliner yang lezat dan patut diacungi jempol. Mulai dari kuliner yang berasa manis, pedas, asin, asam, sampai pahit, semua itu membuat kita belajar untuk saling menghargai, bertoleransi, cinta tanah air, dan memanfaatkan sumber daya alam dengan sebaik-baiknya. Semangat dan maju terus perkulineran Indonesia! Saya cinta Indonesia. Kamu juga 'kan?

Daftar Pustaka

Gardjinto, Murdijati, dkk. 2017. *Profil Struktur, Bumbu, dan Bahan dalam Kuliner Indonesia*. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada Press.

Kompasiana. 2015. “Filosofi di Balik Rendang, Salah Satu Makanan Terenak di Dunia”. Diperoleh 3 Juni 2017, dari <https://www.kompasiana.com/kadirsaja/filosofi-di-balik-rendang-salah-satu-makanan-terenak-di-dunia>.

Nyonya Melly. 2016. “Rawon Surabaya by Nyonya Melly”. Diperoleh 3 Juni 2017, dari <https://www.nyonyamelly.com/blogs/news/rawon-sup-hitam-dari-jawa-timur>.

<http://www.kursusbakso.com/artikel/aneka-bakso>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

<http://www.resepmasakankreatif.com/resep-soto-khas-blitar>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

<http://www.cumibunting.com/6-tempat-kuliner-gudeg-jogja>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

<http://www.perutgendut.com/sate-ayam-madura>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

<http://www.royco.co.id/resep/nasi-goreng>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

<http://www.makanmakan.com/sop-buntut-spesial>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

<http://www.vemale.com/kuliner/resep/masakan>. Diakses pada tanggal 3 Juni 2017.

Biodata Penulis



Nama lengkap : Siti Maryam
Ponsel : 085729260068
Pos-el : sitimaryam1402@gmail.com
Akun Facebook : Siti Maryam
Alamat kantor : Universitas Muhammadiyah
Jember Jl. Karimata No. 49
Sumpersari, Jember, Jawa Timur
Bidang keahlian: Bahasa dan sastra Indonesia

Riwayat pekerjaan/profesi (10 tahun terakhir):

1. Agustus 2015–kini : Staf Pengajar di Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Muhammadiyah Jember
2. 2012–Juli 2015 : Staf Pengajar Mata Kuliah Bahasa Indonesia dan Jurnalistik di STAIT Yogyakarta

3. 2014 – Agustus 2015 : Sekretaris Lembaga Ombudsman DIY
4. 2013 – Juni 2015 : Guru Bahasa Indonesia di SMK Dirgantara Putra Bangsa Yogyakarta
5. 2012 – 2014 : Guru Bahasa Indonesia di SMA BIAS Yogyakarta

Riwayat pendidikan tinggi dan tahun belajar:

1. S-1: Sastra Indonesia Universitas Negeri Yogyakarta (2007--2011)
2. S-2: Ilmu Linguistik Universitas Gadjah Mada (2012--2014)

Judul buku dan tahun terbit (10 tahun terakhir):

1. Antologi Puisi *Sajak-Sajak Sang Pemimpi* (2016)

Judul penelitian dan tahun terbit (10 tahun terakhir):

1. “Keefektifan Penulisan Karya Ilmiah Mahasiswa dengan Menggunakan Pendekatan Berbasis Aktitas (*Activity-Based Approach*)” dalam Penelitian Internal LPPM Universitas Muhammadiyah Jember 2017)
2. “*Workshop Classroom Action Research* bagi Guru-Guru SMP Muhammadiyah 2 Kalisat Jember”, dalam Penelitian Pengabdian Masyarakat LPPM Universitas Muhammadiyah Jember (2017)

3. “Analisis Morfologi Bentuk Pasif Bahasa Jawa Banyumas” dalam Jurnal Belajar Bahasa, Vol. 1. No. 1 Edisi Februari 2016, E-ISSN 2503-0329, ISSN 2502-5864 (2016)
4. “Menjaga Kelestarian Alam Melalui Novel Rahasia Pelangi Karya: Riawani Elyta dan Shabrina WS: Sebuah Kajian Ekokritisisme” dalam Prosiding Konferensi Internasional Kesusastraan XXV-ICOLATE III “Dari Sastra untuk Bumi” di FBS UNY-HISKI Komisariat UNY, ISBN 978-602-74047-9-3 (2016)
5. “*Learning Method Self Directed Learning Based of ICT: Used Game Android Character for Indonesian Language Learning*” dalam Prosiding The International Education Conference (IECO) at University of Muhammadiyah Jember (2016)
6. “Sikap Berbahasa Mahasiswa dalam Era Globaliasi” dalam Prosiding Seminar Nasional Bahasa dan Sastra VIII di Universitas Trunojoyo Madura, ISBN: 978-602-18506-1-9 (2016)
7. “Kesetiaan Berbahasa Etnik Madura di DI Yogyakarta: Upaya Pemertahanan Bahasa” dalam Prosiding Seminar Nasional Bahasa Ibu (SNBI) IX di Fakultas Ilmu Budaya Universitas Udayana, ISBN: 978-602-294-095-1 (2016)
8. “Fungsi Satuan Ekspresi Eufemisme pada Wacana Lingkungan: Sebuah Kajian Ekolinguistik Kritis dalam Media Massa di Indonesia” dalam Prosiding



Seminar Nasional “Bahasa dan Sastra dalam
Perspektif Ekologi dan Multikulturalisme” di
Fakultas Bahasa dan Seni UNY, ISBN: 978-602-
1487-09-9 (2014)

Informasi Lain:

Lahir di Kota Pelajar Yogyakarta, 14 Februari 1989.
Sekarang berdomisili di Kota Suwar-Suwir Jember,
Jawa Timur. Belum berkeluarga. Kesehariannya selain
menjadi tenaga pengajar di Universitas Muhammadiyah
Jember, juga sebagai pendamping asrama mahasiswa di
bawah naungan Muhammadiyah di Jl. Mastrip II No. 75
Sumpersari, Jember.

Biodata Penyunting

Nama : Sulastri
Pos-el : sulastri.az@gmail.com
Bidang Keahlian : Penyuntingan

Riwayat Pekerjaan

Staf Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa,
Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2005—
Sekarang)

Riwayat Pendidikan

S-1 Fakultas Sastra, Universitas Padjadjaran, Bandung

Informasi Lain

Aktivitas penyuntingan yang pernah diikuti selama sepuluh tahun terakhir, antara lain penyuntingan naskah pedoman, peraturan kerja, dan notula sidang pilkada.

Biodata Ilustrator

Nama lengkap : Sultoni Rijalur Rachman
Ponsel : 085749768748
Pos-el : sultonrizman9@gmail.com
Akun Facebook : Sulton Rizman
Bidang keahlian : Sastra dan ilustrasi

Riwayat Pendidikan
SMA Negeri 1 Tapen

Informasi Lain:

Lahir di Bondowoso, 18 September 1994. Sekarang masih berkuliah di Universitas Muhammadiyah Jember, Jurusan Bahasa dan Sastra Indonesia. Kesehariannya selain menggambar, juga menulis karya sastra.

Buku nonteks pelajaran ini telah ditetapkan berdasarkan Keputusan Kepala Pusat Kurikulum dan Perbukuan Balitbang, Kemendikbud Nomor: 9722/H3.3/PB/2017 tanggal 3 Oktober 2017 tentang Penetapan Buku Pengayaan Pengetahuan dan Buku Pengayaan Kepribadian sebagai Buku Nonteks Pelajaran yang Memenuhi Syarat Kelayakan untuk Digunakan sebagai Sumber Belajar pada Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah.