PRAWIRA SMAMA 2.0

Teknik Pengolahan

Ervina Yuni

Persiapan Pengolahan

- Menimbang
- Menyiangi
- Mencuci
- Memotong
- Mengaduk
- Mengocok
- Mengisi

Ragam Istilah Memasak

FILLETING

Menyayat daging ayam/ikan dengan sedemikian rupa agar daging yang hendak dimakan tidak bertulang/berduri lagi.

LARDING

Menambahkan lemak pada potongan daging, dengan cara menyisipkan potongan lemak pada serat daging.

BARDING

Membungkus daging yang akan diolah dengan lembaran lemak.

THICKENING

Menambahkan bahan pengental pada bahan cair. Bahan yang biasa digunakan untuk thickening adalah pati, telur, gelatin, dan agar-agar.

GLAZING

Memberikan lapisan pengilap pada makanan dengan glasir air atau putih telur yang dicampur ke bahan-bahan seperti gula atau air jeruk.

CLARIFYNG

menjernihkan bahan cair untuk kaldu, sirup, selai, dan lain-lain.

MARINATING

Merendam bahan makanan dalam air jeruk, cuka, ataupun anggur sambil ditambahi bumbu.

COATING

Memanir berarti memberikan lapisan telur dan tepung kepada makanan yang akan digoreng.

Basah

Kering

Dengan Minyak

Teknik Memasak

Ervina Yuni

Teknik Memasak Basah

BOILING

Merebus, menunggu panas sampai ke titik didih tertentu (biasanya sampai 100 derajat Celcius), teknik ini sering dianggap kurang baik. Soalnya kalau kamu merebus sayur dengan air yang terlalu panas, beberapa kandungan nutrisi dan vitaminnya malah akan hilang.

SIMMERING

Simmering butuh waktu yang lebih lama dibanding boiling. Hasilnya akan membuat kuahnya jadi lebih wangi dan mantap karena bumbu serta bahan-bahan yang direbus lebih lama.

POACHING

Hampir mirip boiling, tapi teknik poaching dimasak dengan api sedang dan perlahan. Kalau kamu biasa lihat di video resep-resep, teknik poaching biasa dipakai untuk bikin poached egg, yakni telur setengah matang.

Teknik Memasak Basah

STEWING

Menyetup atau menyemur. Cairan yang biasa dipakai bukanlah air, melainkan kaldu, santan, susu, atau mungkin bumbu kental yang sebelumnya sudah ditumis dulu.

BRAISING

Daging yang mau disetup biasanya di-marinated atau direndam dulu. Proses rendaman ini bisa 12-24 jam, tergantung dari jenis dagingnya.

STEAMING

Menggunakan panci kukusan yang diisi air mendidih di bawahnya, lalu letakkan panci yang lebih kecil atau dandang untuk meletakkan makanan yang mau dikukus.

Teknik Memasak Basah

AU BAIN MARIE

Caranya mirip dengan steaming, sama-sama menggunakan panci kukusan yang diisi air mendidih di bawahnya. Bedanya, di dalam panci nanti diletakkan lagi panci berisi air.

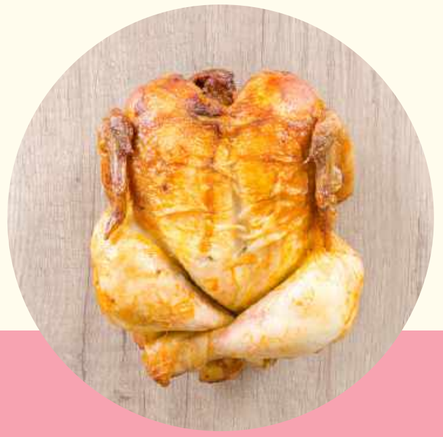
BLANCHING

Merebus sebentar bahan makanan dalam air mendidih untuk mengurangi rasa dan bau. Juga untuk mengawetkan warna bahan makanan seperti sayuran hijau dan cabe merah.

Teknik Memasak Kering

GRIDDLING

Membakar atau memanggang dengan api langsung. Perbedaannya dengan baking adalah, grilling menggunakan panas api langsung dan lebih tinggi.



ROASTING

Teknik memasak dengan cara memanggang bahan makanan yang hendak dimatangkan dengan menggunakan lemak atau minyak yang berasal dari bahan makanan itu sendiri.

Teknik Memasak Kering

BAKING

Memanggang, proses memasak ini menggunakan oven listrik ataupun oven kompor sebagai sumber panas dalam mematangkan hidangan.

MENYANGAN

Menyangan atau menggongseng ialah memasak bahan makanan tanpa minyak. selain membuat bahan makanan masak, juga membuat aroma yang sedap.

Teknik Memasak Kering

BARBECUING

Kalau grilling adalah proses fast cooking–nya, barbecuing ini adalah proses slow cooking-nya. Caranya sama, makanan akan dimasak dengan panas yang berasal dari bawah.

SMOKING

Makanan yang dimasak akan dipanaskan dengan asap atau udara panas sampai matang.

Teknik Memasak dengan Minyak

SAUTE & SHALLOW FRYING

- Saute merupakan metode memasak dengan mencoklatkan atau menumis makanan dengan minyak sedikit untuk meningkatkan cita rasa bahan.
- Shallow fry merupakan teknik menggoreng dengan menggunakan minyak dangkal yang tingginya hanya sepertiga hingga setengah makanan.

DEEP FRYING

Teknik deep fry membutuhkan minyak sangat banyak karena bahan makanan harus terendam sepenuhnya. Pastikan juga minyak sudah panas sebelum memasukan bahan makanan. Teknik deep fry akan menghasilkan makanan yang renyah diluar namun juicy didalam. Teknik ini juga memungkinkan makanan dimasak dengan cepat dan merata.