

Pendampingan Diversifikasi Produk Berbahan Baku Lele Asap Menjadi Lele Asap Masak Mangut Daun Kemangi Di Desa Sampora

Kumala Indriati*, Linda Wijayanti

Program Studi Teknik Elektro, Fakultas Teknik, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya
Jalan Raya Cisauk, Sampora, Cisauk, BSD City, Tangerang, Banten 15345

Article Info	Abstract
<i>Article history:</i> 13 Aug 2022 Accepted 15 Aug 2022	Catfish is a type of freshwater fish that contains protein, omega-3, and omega-6 acids in its body. Catfish also contains vitamins B1, B2, phosphorus, calcium, iron, sodium, and niacin. To prevent excessive levels of calories, fat and cholesterol in the body, it is necessary to avoid processing catfish by frying. Instead, it is necessary to try how to process catfish by smoking. After providing assisting in making smoked catfish for the Sampora Village Community, the Community Service Team of the Faculty of Engineering, Atma Jaya Catholic University of Indonesia introduced various dishes made from smoked catfish, one of which was smoked catfish mangut cooked with basil leaves to PKK women in Sampora village. The benefit of this community service activity is to equip the community to open a processed food business made from smoked catfish which will later become the typical food of the Sampora village. This community service activity also provides practical assistance in the form of marketing through social media.
<i>Keywords:</i> Basil leaves,mangut, smoked catfish	

1. PENDAHULUAN

Banyak penduduk kehilangan pekerjaan karena PHK akibat adanya wabah Covid-19 yang melanda seluruh dunia termasuk Indonesia, tak terkecuali penduduk Desa Sampora. Untuk mengatasi pengangguran ini maka perlu dilakukan pendampingan bagi masyarakat desa Sampora untuk membuka peluang berwirausaha di bidang kuliner dengan bahan baku Lele. Masyarakat desa Sampora yang berlokasi di Tangerang, Propinsi Banten sudah banyak melakukan budidaya lele. Secara financial budidaya lele dumbo lebih menguntungkan sehingga lebih banyak diminati masyarakat Indonesia (Sitio,2017).

Di dalam ikan lele terkandung: Protein, asam omega 3 , asam amino , vitamin A, B1, B2,C, zat besi dan kandungan lainnya (Siyahailatua,2019). Banyak warung makan yang menyediakan lele goreng maupun lele bakar dengan variasi topping, misal lele bakar saos mayo, lele saos keju dan sebagainya. Namun demikian masyarakat di desa sampora hanya mengetahui bahwa lele digoreng saja. Padahal pada kenyataannya banyak variasi yang dapat dilakukan terhadap ikan lele selain digoreng dan dibakar. Karena pada tubuh lele banyak mengandung air sehingga akan menjadi tempat bertumbuhnya bakteri, sehingga perlu dilakukan proses pengawetan (Sulfiani, 2018). Salah satu proses pengawetan ikan lele yaitu pengasapan (Augustina, 2013). Berbagai menu masakan dapat dibuat dari ikan lele segar maupun lele asap (Fatimah, 2011).

Badan Usaha Milik Desa yang dikenal dengan sebutan BUMDES dibawah binaan Tim Pengabdian kepada masyarakat Fakultas Teknik Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

*Corresponding author. Kumala Indriati.
Email address: kumala.indriati@atmajaya.ac.id

memberikan pelatihan kepada ibu-ibu rumah tangga di desa Sampora, yaitu memberikan tutorial cara mengolah masakan siap saji dari lele asap. Salah satu masakan tersebut adalah “Lele Asap Masak Mangut Daun Kemangi”.

Pada jaman dahulu istilah “mangut” dikenal sebagai nama jenis ikan yang dimasak dengan bumbu-bumbu tertentu. Lama kelamaan istilah “mangut” bergeser dari nama jenis ikan menjadi nama jenis masakan. Di masa sekarang “mangut” dikenal sebagai nama masakan yang berbahan baku ikan asap, dimasak dengan berbagai rempah dan berkuah santan kental dengan aroma khas daun kemangi. Di daerah Semarang dan sekitarnya digunakan ikan Pari (panggang pe) , sedangkan di daerah Bantul Jogjakarta digunakan ikan lele. Menu mangut sangat cocok dipadukan dengan nasi hangat

2. METODE PELAKSANAAN

Sebelum kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan, dilakukan survey lapangan terlebih dahulu. Koordinator lapangan dari TIM pengabdian kepada masyarakat Fakultas Teknik Unika Atma Jaya mengadakan pertemuan dengan sekretaris BUMDES yaitu bapak Furkon dan Pak KADES untuk menyampaikan rencana kegiatan, dan mendata berapa ibu-ibu PKK yang akan mengikuti acara tutorial, serta kapan waktu yang disepakati bersama.

Pada tahap pelaksanaan dengan koordinasi dari BUMDES, dibagikan foto copy resep dan dijelaskan bagaimana membuat masakan Lele Asap Masak Mangut Daun Kemangi. Ibu-ibu PKK secara aktif ikut berkontribusi dalam melaksanakan pembuatan Lele Asap Masak Mangut Daun Kemangi. Mereka ikut mencicipi dan memberikan penilaian mengenai rasanya. Untuk pembuatan Lele Asap Daun Kemangi diperlukan 2 Bahan dasar dan 2 golongan Bumbu yaitu bumbu halus dan bumbu ceplung. Secara detail, bahan-bahan dan bumbu-bumbu tersebut adalah:

- Bahan 1: 6 ekor lele asap (tanpa kepala)
- Bahan 2: 65 ml santan kental (pakai sunkara/sejenisnya)
935 ml air
- Bahan 3: 10 buah cabe rawit (uang tangkainya, cuci bersih)
3 cabe merah dan 3 cabe hijau cuci bersih, iris serong
1 papan petai (bila suka, kupas, cuci bersih)
1 buah tomat merah (cuci bersih belah 6)
1 buah tomat hijau/blimbing wuluh (cuci bersih belah 4)
1 sdm gula pasir (sesuai selera)
1 sdm garam (sesuai selera)
1 sdt merica
3 ikat kemangi (ambil daunnya, cuci bersih) digunakan untuk taburan setelah mangut matang

Bumbu A (bumbu digoreng kemudian dihaluskan):

- 3 siung bawang putih (kupas cuci bersih)
 - 6 siung bawang merah (kupas cuci bersih)
 - 2 cabe keriting/cabe merah sesuai selera (cuci bersih)
 - 1 ruas jari kunyit (2cm), kupas cuci bersih
 - 2 biji kemiri
 - 2 cm kencur
 - 1 sdm ketumbar
- Minyak sayur secukupnya untuk menumis bumbu halus



Gambar 1.
Bahan 3



Gambar 2.
Bumbu A (bumbu halus)

Bumbu B (Bumbu cemplung), cuci bersih semuanya

- 3 batang sereh (ambil bagian putihnya, memarkan)
- 6 lembar daun salam
- 6 lembar daun jeruk, buang tulangnya
- 2 cm lengkuas (kupas, memarkan/geprek)
- 2 cm Jahe (kupas, memarkan/ geprek)



Gambar 3.
Bumbu B (bumbu cemplung)

Tahapan memasak:

1. Siapkan lele yang sudah diasap (dalam kondisi bersih)
2. Goreng bumbu A, kemudian gerus sampai halus
3. Tuang bahan nomor 2 (santan dan air) dalam wajan, lalu masukkan:
Bumbu A yang sudah dihaluskan, bumbu B (bumbu cemplung) masak sampai mendidih.
4. Setelah bumbu meresap dalam kuah santan, ambil dengan saringan ampas-ampas bumbu (singkirkan)
5. Masukkan bahan nomor 3, masak kembali hingga bumbu larut dan hampir mendidih
6. Masukkan bahan nomor 1, aduk rata tes rasa, diamkan supaya bumbu meresap ke daging lele
7. Matikan kompor, angkat mangut dan kuahnya sajikan, dengan taburan daun kemangi



Gambar 4.
Bumbu A saat digoreng dan dihaluskan



Gambar 5.
Mangut yang sudah matang



Gambar 6.
Lele Asap Masak Mangut Daun Kemangi siap disantap



Gambar 7.
Ibu-ibu PKK sedang mengikuti tutorial



Gambar 8.
Foto di desa sampora selesai acara tutorial membuat Lele Asap masak Daun Kemangi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta dapat membuat masakan berbahan dasar lele asap menjadi lele asap masak mangut daun kemangi dengan bahan bahan yang sesuai takaran, sehingga mempunyai cita rasa yang konstan. Ibu-ibu PKK baru menyadari bahwa lele tidak hanya digoreng saja, tetapi

dapat pula dibuat menu masakan lainnya. Para peserta tutorial sangat antusias dan berharap tutorial masak ini berkelanjutan tiap semester.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan kegiatan ini, ibu-ibu PKK peserta tutorial, paham bagaimana mengolah lele asap menjadi menu masakan Lele Asap Masak Mangut Daun Kemangi. Pada kesempatan berikutnya akan diperkenalkan menu sambal lele asap, dan berbagai menu lainnya berbahan dasar ikan lele baik lele segar maupun lele asap. Untuk kedepannya ibu-ibu diharapkan tidak hanya mahir memasak menu ikan lele, tetapi juga akan diberikan tutorial mengemas makanan siap saji dan memasarkan via online.

5. DAFTAR PUSTAKA

1. Augustina, Syah, & Ridha. (2013). Kajian Mutu Ikan Lele (*Clarias Batrachus*) Asap Kering. *Jurnal Teknologi dan Industri Pertanian Indonesia*, 5(3), 6-11.
2. Fatimah.(2011). *Masakan Serba Lele*. Kriya Pustaka.
3. Sitio, M. H. F., Jubaedah, D., & Syaifudin, M.(2017). Kelangsungan Hidup Dan Pertumbuhan Benih Lele (*Clarias Sp.*) Pada Salinitas Media Yang Berbeda. *Jurnal Akuatur Rawa Indonesia*, 5(1), 83-96.
4. Siyahailatua, S. E.D. (2019, Maret 13). 4 Manfaat Konsumsi Ikan Lele, Proteinnya Lebih Tinggi Dari Susu. Diambil dari <https://gaya.tempo.co/read/1184678/4-manfaat-konsumsi-ikan-lele-proteinnya-lebih-tinggi-dari-susu/full&view=ok>. Diakses tanggal 20 Juni 2022.
5. Sulfiani, Sukainah A., & Mustarin, A. (2018). Pengaruh Lama Dan Suhu Pengasapan Dengan Menggunakan Metode Pengasapan Panas Terhadap Mutu Ikan Lele Asap. *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 3, 93-101.