

KECAP IKAN ATAU UDANG

1. PENDAHULUAN

Ikan merupakan bahan makanan yang banyak dikonsumsi masyarakat selain sebagai komoditi ekspor. Ikan cepat mengalami proses pembusukan dibandingkan dengan bahan makanan lain. Bakteri dan perubahan kimiawi pada ikan mati menyebabkan pembusukan. Mutu olahan ikan sangat tergantung pada mutu bahan mentahnya.

Tanda ikan yang sudah busuk:

- mata suram dan tenggelam;
- sisik suram dan mudah lepas;
- warna kulit suram dengan lendir tebal;
- insang berwarna kelabu dengan lendir tebal;
- dinding perut lembek;
- warna keseluruhan suram dan berbau busuk.

Tanda ikan yang masih segar:

- daging kenyal;
- mata jernih menonjol;
- sisik kuat dan mengkilat;
- sirip kuat;
- warna keseluruhan termasuk kulit cemerlang;
- insang berwarna merah;
- dinding perut kuat;
- bau ikan segar.

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang banyak dikonsumsi masyarakat, mudah didapat, dan harganya murah. Namun ikan cepat mengalami proses pembusukan. Oleh sebab itu pengawetan ikan perlu diketahui semua lapisan masyarakat. Pengawetan ikan secara tradisional bertujuan untuk mengurangi kadar air dalam tubuh ikan, sehingga tidak memberikan kesempatan bagi bakteri untuk berkembang biak. Untuk mendapatkan hasil awetan yang bermutu tinggi diperlukan perlakuan yang baik selama proses pengawetan seperti : menjaga kebersihan bahan dan alat yang digunakan, menggunakan ikan yang masih segar, serta garam yang bersih. Ada bermacam-macam pengawetan ikan, antara lain dengan cara: penggaraman, pengeringan, pemindangan, perasapan, peragian, dan pendinginan ikan.

Tabel 1. Komposisi Ikan Segar per 100 gram Bahan

KOMPONEN	KADAR (%)
Kandungan air	76,00
Protein	17,00
Lemak	4,50
Mineral dan vitamin	2,52-4,50

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa ikan mempunyai nilai protein tinggi, dan kandungan lemaknya rendah sehingga banyak memberikan manfaat kesehatan bagi tubuh manusia.

Manfaat makan ikan sudah banyak diketahui orang, seperti di negara Jepang dan Taiwan merupakan makanan utama dalam lauk sehari-hari yang memberikan efek awet muda dan harapan hidup lebih tinggi dari negara lainnya. Pengolahan ikan dengan berbagai cara dan rasa menyebabkan orang mengkonsumsi ikan lebih banyak.

Kecap ikan atau udang adalah kecap yang diolah dengan proses peragian yang berjalan lambat. Warnanya bening kekuningan sampai coklat muda, dan rasanya relatif asin.

2. BAHAN

- | | |
|---|------------|
| 1) Ikan-ikan kecil (teri) atau udang atau cumi-cumi | 10 kg |
| 2) Garam | secukupnya |

3. ALAT

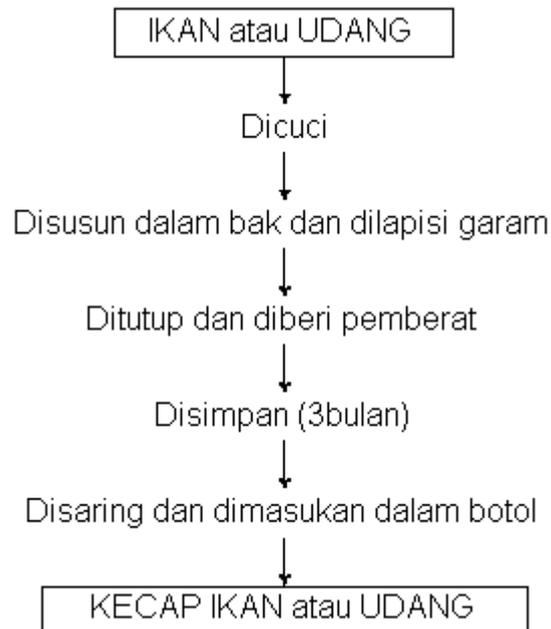
- 1) Bak kayu atau semen yang berlubang dasarnya, pada lubang tersebut dipasang pansuran dengan saringan untuk menyaring kecap yang dihasilkan.
- 2) Pemberat.
- 3) Botol

4. CARA PEMBUATAN

- 1) Cuci ikan atau udang dan tiriskan;
- 2) Susun dalam bak (tong kayu) yang diselang-seling dengan lapisan garam. Lapisan garam paling atas harus tebal;
- 3) Tutup bak dengan anyaman bambu dan beri pemberat;
- 4) Simpan selama 3 bulan untuk berlangsungnya proses peragian;

- 5) Setelah penyimpanan menghasilkan cairan, saring, dan masukkan ke dalam botol.

5. DIAGRAM ALIR PEMBUATAN KECAP IKAN ATAU UDANG



6. DAFTAR PUSTAKA

Berbagai cara pengolahan dan pengawetan ikan. Yogyakarta : Proyek Pengembangan Penyuluhan Pertanian Pusat, Departemen Pertanian, 1987. Hal. 27-28.

7. KONTAK HUBUNGAN

Pusat Informasi Wanita dalam Pembangunan, PDII, LIPI, Jl. Jend. Gatot Subroto 10 Jakarta 12910.

Jakarta, Maret 2000

Sumber : Tri Margono, Detty Suryati, Sri Hartinah, *Buku Panduan Teknologi Pangan*, Pusat Informasi Wanita dalam Pembangunan PDII-LIPI bekerjasama dengan Swiss Development Cooperation, 1993.
Editor : Esti, Haryanto