



# Penanganan Bahan Seafood and shellfish

Oleh :  
Andreas Suwandi, M.Pd



# Bagian 5

**MENYIAPKAN, MENGOLAH DAN MENYAJIKAN  
HASIL LAUT (*SEAFOOD*)**

**FISH**

**SHELL  
FISH**



# Fish

Ikan atau biasa disebut *fish* diartikan semua binatang berdarah dingin yang hidup di air dan bernafas dengan insang.

Penggolongan Ikan berdasarkan kandungan lemak

Lean Fish

Medium Fat Fish

Fat Fish

Penggolongan Ikan berdasarkan bentuk tubuh

Flat Fish

Round Fish

# Struktur Ikan

Ikan sedikit memiliki jaringan pengikat

Dalam keadaan mentah struktur daging ikan sangat lunak dan halus

mempunyai kandungan protein yang cukup tinggi

Nilai gizi pada ikan segar terdiri dari protein 17%, lemak 4,5%, air: 76%. mineral dan vitamin 2,5% sampai 4,5%.



Memilih Ikan

Penglihatan

Penciuman

Perasa



# Penyimpanan Ikan

## Teknik penyimpanan basah dan dingin

Penyimpanan dalam pecahan es

Penyimpanan dalam alat pendingin

1°C

## Teknik Pengawetan

pengaturan suhu, pendinginan, pembekuan, pengeringan, pengasapan, dan pengalengan.

Pengawetan dengan menggunakan bahan

# Penanganan Ikan

## Cara Membersihkan Bersihkan

Cuci ikan yang akan dibersihkan untuk melepaskan semua kotoran dan pasir yang mungkin melekat pada badan.

Potong semua sirip dan insang, kemudian keluarkan insangnya.

Buat torehan dari lubang dubur menuju bagian kepala.

Keluarkan semua bagian isi perut dan bagian dalam lainnya.

Keluarkan kantong darah yang melekat pada

# TUJUAN PEMILIHAN IKAN SEGAR

Untuk mengetahui:

- ✘ Sifat2 ikan segar
- ✘ Jenis2 ikan segar
- ✘ Kelemhan2 ikan
- ✘ Cara-cara memilih ikan segar
- ✘ Cara2 mempertahankann kesegaran ikan





# PRODUK IKAN DIBEDAKAN MJD:

- × Ikan segar bersirip( fin fish)
- × Ikan segar tak bersirip (shell fish)
- × Ikan olahan tradisional
- × Ikan olahan modern

# KELEMAHAN IKAN

---

- ✘ Ikan mempunyai kandungan air tinggi 80% dan kadar PH mendekati normal
- ✘ Daging ikan sedikit sekali mengandung jaringan ikat → mudah dicerna enzim autolisis
- ✘ Ikan mengandung asam lemak tak jenuh tinggi → mudah teroksidasi → tengik

# CIRI-CIRI IKAN SEGAR

---

- ✘ Kulit berwarna terang dan jernih, masih kua membungkus, tidak mudah sobek
- ✘ Sisik berkilat, tidak mudah lepas
- ✘ Sirip elastis
- ✘ Mata tampak terang, jernih, menonjol, dan cembung
- ✘ Insang berwarna merah tua, terang dan

# CIRI-CIRI IKAN SEGAR

---

- ✘ Daging masih melekat kuat pada tulang, warna putih cemerlang
- ✘ Bila ditekan dengan jari, tidak tampak bekas lekukan. Daging terasa kenyal (fase pre rigor) atau tegang (fase rigor)
- ✘ Daging perut masih utuh
- ✘ Bau segar khas bau ikan

# CIRI IKAN BUSUK

---

- ✘ Kulit warna suram, pucat, berlendir
- ✘ Sisik kurang mengkilap dan mudah lepas dr tubuh
- ✘ Sirip kaku, bila dikembangkan akan koyak
- ✘ Mata tampak suram, tenggelam, dan berkerut
- ✘ Insang berwarna cokelat suram atau abu

# CIRI IKAN BUSUK

---

- ✘ Isi perut sering keluar
- ✘ Bau tak enak, lama- kelamaan menjadi anyir
- ✘ Bila ditaruh didalam air maka ikan akan mengapung

# CARA MEMPERTAHANKAN KESEGARAN IKAN

- ✘ Membuat ikan tetap hidup
- ✘ Menurunkan suhu ikan
  - a. Pembasahan dgn air/menutup ikan dgn kain basah/rumput kering yg dibasahi
  - b. Menutup ikan dengan terpal/kain basah
  - c. Pembekuan → - 10<sup>o</sup>c sampai -12<sup>o</sup>c

# FASE IKAN MATI (PASCA MORTEM)

- ✘ Fase Pre Rigor Mortis → fase ikan sedang mengalami kematian sampai mati
- ✘ Fase Rigor mortis → fase setelah ikan mati, mengembangnya ikan/menandakan ikan masih segar, terjadi penurunan PH daging, PH= 7 menjadi 5,8



# LAMA FASE RIGOR MORTIS TERGANTUNG

- × Jenis ikan
- × Kondisi ikan saat didaratkan
- × Cara kematian
- × Suhu lingkungan
- × Dan kondisi penyimpanan

# Penanganan Ikan

## Jenis Potongan Ikan



A. Paupiette - B. Troncon - C. Goujonettes - D. Pave - E. Fillet - F. Darne or cutlet





## Portioning Fish

No	Jenis	Ukuran
1	Ikan utuh ( <i>white</i> )	275- 350 gr
2	Ikan utuh ( <i>white</i> ) tanpa kepala	225 -275 gr
3	Ikan utuh berlemak ( <i>oily fish</i> )	200- 225 gr
4	Ikan utuh berlemak ( <i>oily fish</i> ) tanpa	175 - 200 gr

<b>No</b>	<b>Macam Potongan</b>	<b>Tehnik Olah</b>
<b>1</b>	<b>Darne</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Boiling</b></li><li>- <b>Braising</b></li><li>- <b>Grilling</b></li></ul>
<b>2</b>	<b>Troncom, Supreme/ fillet</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Grilling</b></li><li>- <b>Deep frying</b></li></ul>



# Fish Dishes Variety



*Grilled Sesame Trout:* Marinade ikan dengan lemon juice, garam dan merica selama 30 menit. Susun dalam *grill pan*, tuangkan biji wijen yang telah dimasak dengan *butter* yang kental, *grill* sambil di terus *dibasting* dengan prosesnya.

*Deep Fried Fish Fillet :* Fish fillet, celupkan pada adonan (*batter*), goreng dengan minyak banyak, sampai coklat dan krispi.

*Poach Salmon :* Ikan salmon di poach dalam air, kemudian dinginkan, sebelum disajikan dengan kulitnya, garnis dengan irisan jeruk, bawang, parsley dan aspic jelly yang dipotong dadu.

*Fried Fish a'la Margherita:* Fish fillet digoreng sebentar (2-3 menit) supaya lunak, tambahkan

# SHELLFISH

Shellfish atau kerang-kerangan berbeda dengan *finfish*. Kerang-kerangan mempunyai kulit luar yang keras. Kerangkerangan tidak mempunyai tulang belakang atau rangka internal.

Crustacea

Mollusca

Chelicerata

# Shellfish Dishes Variety

*Crab Gratin* : Kepiting dimasak, keluarkan dagingnya campur dengan *breadcrumbs*, keju parut, mustard, bumbu garam merica. Masukkan kembali dalam cangkangnya. Selesaikan dengan di *au gratin*. Sajikan dengan *Fried Banana*.

*Paela*: Campuran *shellfish*, ayam, dan sosis dengan cabe, tomat dan bawang putih, masak dengan *saffron rice*.

*Steamed Clams*: Kerang dikukus sampai kulitnya terbuka, sajikan dengan mentega dan

