



Gulai Belacan

Kepulauan Riau memiliki hidangan kuliner yang khas yaitu Gulai Belacan. Gulai Belacan berbahan dasar udang yang dicampur dengan rempah-rempah seperti lada, kemiri, asam jawa, santan kelapa dll. Ciri utama dalam masakan tradisional Melayu adalah penggunaan rempah-rempah yang cukup banyak. Santan juga merupakan bagian penting dalam hidangan Melayu yang akan memperkaya rasa dan karakter dari hidangan mereka.

Bahan dasar lainnya adalah belacan/terasi yang digunakan sebagai salah satu bahan saus sehingga membuat masakan ini terasa lebih nikmat, bumbu lain yang digunakan adalah cabai, bawang merah dan bawang putih serta serai dan lengkuas.

BAHAN DASAR RESEP GULAI BELACAN

BAHAN UTAMA	JUMLAH
Udang jerbung	500 g
Minyak goreng	2 sdm
Garam	1 sdt
Lada bubuk	½ sdt
Tomat merah, dipotong kotak	2 buah
Daun salam	4 lembar
Jeruk nipis	3 buah
Bumbu penyedap	1 sdt
Daun jeruk	5 lembar
Daun sereh	2 batang
BUMBU HALUS	
Bawang merah	8 butir
Bawang putih	4 buah
Jahe	1 buah
Lengkuas	1 buah
Terasi goreng	4 sdt
Gula merah, dihaluskan	2 sdt
Cabai merah besar	2 buah
Cabai merah kriting	10 buah
BAHAN PELENGKAP	
Daun bawang iris	1 buah

CARA MEMBUAT

- Bersihkan udang jerbung, gunting belalai udang dan belah punggungnya untuk membuang kotorannya, beri garam dan baluri



- dengan air jeruk nipis kemudian diamkan selama 15 menit untuk menghilangkan aroma amisnya.
- Goreng udang didalam minyak panas selama 2 menit hingga berwarna merah, angkat dan tiriskan.
- Haluskan bawang merah, bawang putih, cabai merah, jahe, lengkuas, cabai merah, cabai merah kriting dan terasi.
- Panaskan wajan, tambahkan minyak kemudian tumis bumbu halus dan tambahkan daun sereh, daun jeruk dan daun salam serta tomat yang sudah dipotong, aduk rata dan masak hingga harum, kemudian tambahkan air sebanyak 200 ml agar saus tidak kering.
- Masukkan udang yang sudah

digoreng, aduk sebentar kemudian masukkan gula merah yang telah dihancurkan aduk hingga gula merah mencair lalu tambahkan garam, lada dan bumbu penyedap.

- Masukkan irisan daun bawang dan angkat dari wajan.
- Masakan siap disajikan, nikmat dimakan dengan nasi hangat.

KEAMANAN PANGAN UNTUK GULAI BELACAN

Gulai Belacan diolah dengan cara mengolah udang yang telah dibersihkan dan digoreng kemudian dimasak dengan bumbu cabai sampai matang. Proses pengolahan dapat membunuh seluruh bakteri termasuk patogen yang terbawa oleh bahan dasar, khususnya udang. Namun demikian, apabila penanganan masakan ini tidak tepat, dan terjadi kontaminasi silang maka masakan khas Melayu inipun juga bisa berubah menjadi tidak aman.

IDENTIFIKASI BAHAYA YANG MUNGKIN MUNCUL

Potensi bahaya yang mungkin muncul pada Gulai Belacan adalah bahaya mikrobiologis dengan sumber cemaran bakteri (patogen) utama berasal dari udang. Contoh patogen yang dibawa oleh udang yaitu *Vibrio*. Namun patogen ini mati saat udang dipanaskan sempurna sampai masak. Sumber cemaran mikrobiologis berikutnya adalah dari kontaminasi silang pasca pengolahan. Sumber cemaran bisa dari

peralatan atau lingkungan yang kurang bersih dan pengolah pangan yang tidak mengindahkan kebersihan dan kesehatan diri. Sumber cemaran bisa dari mana saja. Udang yang berprotein tinggi tetap merupakan sumber nutrisi yang cocok untuk bakteri. Sehingga apabila terjadi kontaminasi silang, dan masakan ini dibiarkan saja berjam-jam di meja makan, maka bakteri (patogen) dapat tumbuh dengan baik, khususnya pada udang yang bernutrisi tinggi. Apabila cemaran merupakan bakteri patogen maka bisa jadi masakan ini menjadi tidak aman untuk dikonsumsi.

CARA PENCEGAHAN AGAR BAHAYA TIDAK MUNCUL

- **PEMILIHAN BAHAN DASAR**
Untuk menjaga keamanan pangan Gulai Belacan diawali dengan pemilihan bahan dasar yang baik, terutama udang. Udang harus dipilih yang masih segar, ditandai dengan bau, warna, tekstur yang normal. Bahan dasar lainnya, seperti bumbu-bumbu juga harus dipilih yang berkualitas baik.
- **PENANGANAN DAN PERSIAPAN**
Penanganan udang saat sampai di dapur (setelah dari pasar) juga harus benar, segera dibersihkan dan dimasak, apabila terjadi penundaan proses memasak, maka udang harus disimpan dingin. Udang merupakan sumber cemaran bakteri, termasuk patogen *Escherichia coli*, sehingga

harus ditangani dengan tepat dan cepat.

- **PENGOLAHAN**
Proses pengolahan dapat mematikan seluruh bakteri termasuk patogen yang ada pada ikan maupun bahan lainnya (bumbu-bumbu). Tahapan ini disebut sebagai tahapan yang paling penting untuk membunuh bakteri yang ada, sehingga harus dilakukan dengan tepat. Perlu dipastikan bahwa seluruh daging udang matang.
- **PENYAJIAN**
Penyajian Gulai Belacan agar tetap aman dikonsumsi, harus mengikuti kaidah-kaidah keamanan pangan. Persyaratan sanitasi dan hygiene, serta pengolahan pangan yang baik harus diikuti. Harus dihindari terjadinya kontaminasi silang pasca pengolahan. Peralatan saji dan lingkungan harus bersih. Sebaiknya masakan segera dikonsumsi. Jangan meninggalkan makanan berjam-jam (lebih dari 4 jam) di meja makan. Namun apabila hal ini terjadi, untuk memastikan bahwa makanan tetap aman, maka sebelum dikonsumsi masakan dipanaskan terlebih dahulu, atau apabila ragu-ragu sebaiknya tidak dikonsumsi. Apabila makanan belum segera dikonsumsi, sebaiknya disimpan dingin, dan sebelum disajikan harus dipanaskan terlebih dahulu....

TIPS KEAMANAN PANGAN BAGI KONSUMEN

Pilih udang jerbung yang benar-benar segar, caranya adalah lihat kelengkapan tubuhnya (kepala, kulitnya serta organ lain) dan berat yang sesuai. Serta cium untuk mengetahui kondisi udang segar.