

Pindang Patin Palembang



Pindang patin adalah masakan khas Palembang Sumatera Selatan yang terbuat dari ikan patin sebagai bahan baku utama yang dimasak dengan kuah yang berempah dengan sensasi rasa asam yang berasal dari jeruk nipis, belimbing sayur, tomat hijau dan nanas. Hidangan bercitarasa segar ini menjadi masakan kegemaran untuk masyarakat Palembang.

BAHAN DASAR RESEP PINDANG PATIN PALEMBANG

BAHAN UTAMA	JUMLAH
Ikan patin	2 ekor
Jeruk nipis	1 buah
Air	1 ltr
Daun serih	2 buah
BUMBU IRIS	
Bawang merah	6 butir
Bawang putih	2 buah
Belimbing sayur	4 buah
Jahe	1 buah
Cabai merah besar	2 buah
Daun bawang	1 buah
Lengkuas	1 buah
Kunyit	1 buah
PELENGKAP	
Cabai rawit	5 buah
Daun kemangi	1 ikat
Nanas	½ buah
Tomat merah	1 buah

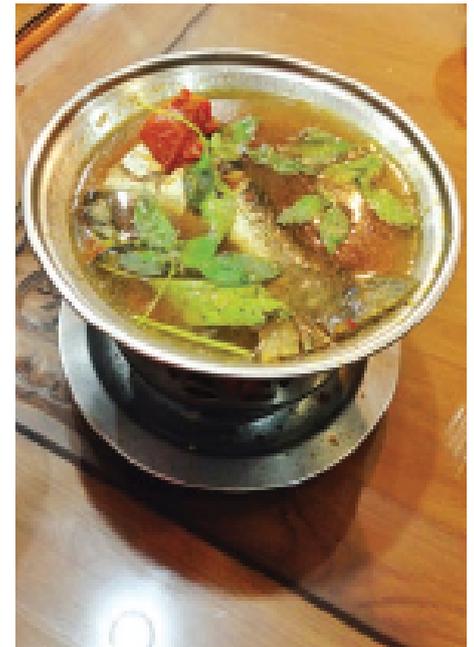
CARA MEMBUAT

- Ikan patin dibuang insang dan isi perutnya, kemudian rendam dengan air asam jawa dan garam selama 10 menit, potong menjadi 4 bagian, kemudian cuci dengan air hingga bersih dan tiriskan.

- Iris bumbu-bumbu seperti bawang merah, bawang putih, jahe, lengkuas, kunyit, cabai merah, daun bawang, daun serai dan belimbing sayur.
- Masak air biarkan hingga mendidih.
- Masukkan bumbu yang telah diiris tadi kedalam air mendidih.
- Masukkan nanas, tomat, cabai rawit utuh kedalam air rebusan tadi dan tambahkan garam serta gula pasir untuk memberi rasa.
- Masukkan ikan patin yang sudah dipotong kedalam rebusan.
- Masukkan daun kemangi kedalamnya, tunggu hingga layu lalu angkat.
- Masakan siap disajikan, nikmat dimakan bersama nasi putih hangat dan taburan bawang goreng.

KEAMANAN PANGAN UNTUK PINDANG PATIN PALEMBANG

Pindang Patin Palembang diolah dengan cara pengolahan ikan patin dengan cara pengolahan ikan patin yang telah dibersihkan dan dipotong-potong bersama bumbu yang telah disiapkan sampai matang. Pengolahan dapat membunuh seluruh bakteri termasuk patogen yang terbawa oleh bahan dasar, khususnya ikan. Kondisi masakan Pindang Patin yang berasa asam ini juga kurang disukai oleh bakteri, karena bakteri tidak mampu tumbuh dengan baik pada kondisi asam. Namun demikian, apabila penanganan masakan ini tidak tepat, dan terjadi kontaminasi silang maka



masakan asam khas Palembang inipun juga dapat berubah menjadi tidak aman.

IDENTIFIKASI BAHAYA YANG MUNGKIN MUNCUL

Potensi bahaya yang mungkin muncul pada Pindang Patin adalah bahaya mikrobiologis dengan sumber cemaran bakteri (patogen) utama berasal dari ikan patin. Contoh patogen yang dibawa oleh ikan yaitu *Vibrio*. Namun patogen ini mati saat ikan dipanaskan sempurna sampai masak. Sumber cemaran mikrobiologis berikutnya adalah dari kontaminasi silang pasca pengolahan. Sumber cemaran bisa dari mana saja seperti dari peralatan atau lingkungan yang kurang bersih dan pengolah pangan yang tidak mengindahkan kebersihan dan kesehatan diri. Walaupun masakan ini asam, tetapi

ikan patin 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 ikan yang bernutrisi tinggi. Apabila cemaran merupakan patogen maka bisa jadi masakan ini menjadi tidak aman untuk dikonsumsi.

CARA PENCEGAHAN AGAR BAHAYA TIDAK MUNCUL

• PEMILIHAN BAHAN DASAR

Untuk menjaga keamanan pangan Pindang Patin Palembang diawali dengan pemilihan bahan dasar yang baik, terutama ikan patin. Ikan harus dipilih yang masih segar, ditandai dengan bau, warna dan tekstur yang normal. Bahan dasar lainnya, seperti bumbu-bumbu juga harus dipilih yang berkualitas baik.

• PENANGANAN DAN PERSIAPAN

Penanganan ikan saat sampai di dapur (setelah dari pasar) juga harus benar, segera dibersihkan dan dimasak, apabila terjadi penundaan proses memasak, maka ikan harus disimpan dingin (setelah isi perut dan insang dibersihkan). Ikan merupakan sumber cemaran bakteri, termasuk patogen *Vibrio*, 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 ikan patin matang.

• PENYAJIAN

Penyajian Pindang Patin agar tetap aman dikonsumsi, harus mengikuti kaidah-kaidah keamanan pangan. Persyaratan sanitasi dan hygiene, serta pengolahan pangan yang baik harus diikuti. Hindari 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, dipanaskan terlebih dahulu.***

TIPS KEAMANAN PANGAN BAGI KONSUMEN

- Untuk menghilangkan lendir, ikan patin dapat digunakan air asam jawa atau garam yang diremas-remas 3 menit lalu bilas dengan air bersih.
- Untuk menambah rasa asam dapat menggunakan belimbing sayur atau jeruk nipis karena rasanya lebih segar dibandingkan dengan cuka.