

Sate



Sate adalah makanan yang terbuat dari daging yang dipotong kecil-kecil dan ditusuki dengan tusukan sate yang biasanya dibuat dari lidi tulang daun kelapa atau bambu, kemudian dibakar menggunakan bara arang kayu, arang batok kelapa atau alat pemanggang lainnya. Daging yang dijadikan sate antara lain daging ayam, kambing, sapi, kerbau, ikan, dan lain-lain.

Daging yang dipilih sebagai bahan baku sebaiknya berasal dari Rumah Potong Hewan (RPH) agar terjamin mutu dan keamanannya seperti terhindar dari penyakit mulut dan kaki, antraks, caceng, dll.

Sate merupakan hidangan yang sangat populer di Indonesia, dengan berbagai suku bangsa dan tradisi seni memasak telah menghasilkan berbagai jenis sate. Di Indonesia, sate dapat diperoleh dari pedagang kaki lima hingga di restoran. Resep dan cara pembuatan sate beraneka ragam bergantung variasi dan resep masing-masing daerah. Biasanya sate diberi saus. Saus dapat berupa bumbu kecap, bumbu kacang, atau yang lainnya, biasanya disertai acar dari irisan bawang merah, mentimun, wortel dan cabai rawit. Sate dimakan dengan nasi hangat atau dapat disajikan dengan lontong atau ketupat.

RESEP PRODUK

Sate Ayam

Bahan :

- 1 ekor Ayam
- 3 siung Bawang putih (haluskan)
- 3 siung Bawang merah
- 5 btr Kemiri
- 5 sdm Kacang tanah (digoreng dan dihaluskan)
- 3 buah Cabe merah (buang bijinya, rebus dan tumbuk halus)
- 4 sdm Air
- Gula merah, kecap manis, garam dan jeruk nipis secukupnya
- Tusukan sate secukupnya

Untuk sate kambing, sapi dan kerbau, bahan dan cara pembuatannya sama dengan sate ayam.

Sate Lilit Ikan Bali

Bahan:

- 300 gram fillet ikan tengiri, haluskan
- 300 gram udang, ambil dagingnya, haluskan
- 5 buah cabai rawit, iris halus
- 5 lembar daun jeruk purut, iris halus
- 250 ml santan dari 1/2 butir kelapa
- 10 batang serai, ambil batang putihnya
- 1 sendok makan minyak untuk menumis

Bumbu (haluskan):

- 5 siung bawang merah
- 2 siung bawang putih
- 3 butir kemiri
- 1 sendok teh lada hitam
- 1/2 sendok teh ketumbar
- 1 sendok makan petis
- 1 sendok makan gula merah
- garam secukupnya

PEMILIHAN BAHAN BAKU

Pemilihan bahan baku sate ayam, kambing, sapi, kerbau dan ikan

1. Pastikan daging segar dengan tidak ada memar, elastis (ketika ditekan maka akan kembali ke bentuk semula)
2. Pastikan *fillet* ikan tenggiri yang segar dengan ciri berbau khas ikan segar, elastis. *Fillet* ikan ini dapat juga dibuat dari ikan segar dengan ciri-ciri insang masih merah, mata masih jernih dan bulat serta dagingnya elastis (ketika ditekan maka akan kembali ke bentuk semula).
3. Pastikan sayuran (Cabe Merah, daun jeruk serta wortel dan mentimun sebagai acar) masih segar.
4. Pastikan kacang tidak berjamur.

PROSES PRODUKSI

Sebelum mulai produksi, pastikan pekerja, peralatan dan ruang pengolahan semua dalam kondisi bersih.

A. *Sate Ayam*

Cara Pembuatan

1. Pembuatan sate :

- a. Cuci semua bahan dengan air bersih yang mengalir.
- b. Potong daging menjadi persegi kecil - kecil seperti dadu.
- c. Tusukkan 5 potong daging dengan tusuk sate,
- d. Buat bumbu dengan mencampurkan bawang putih halus dengan kecap manis, dan air, aduk rata.
- e. Celupkan sate tersebut kedalam campuran bumbu hingga meresap bumbunya.
- f. Bakar sate hingga matang ditandai dengan tidak ada warna kemerahan pada daging.

2. Pembuatan saus:

- a. Cuci semua bahan
- b. Goreng kacang tanah dan kemiri dengan minyak sedikit hingga matang dan haluskan.
- c. Haluskan bawang merah dan cabe.
- d. Campur kacang tanah halus dengan kemiri, bawang merah dan cabe. Aduk rata.
- e. Masukkan air secukupnya dan adonan bumbu di atas kedalam panci dan panaskan.
- f. Angkat dan tambahkan garam secukupnya.

3. Pembuatan Acar

- Cuci semua bahan acar seperti wortel, mentimun, cabe
- Potong persegi (dadu) atau memanjang.
- Masukan sayuran tersebut dalam air yang sudah dimasak dan ditambahkan garam, gula dan cuka secukupnya.

B. *Sate Lilit Ikan Bali*

Cara Pembuatan

- Cuci semua bahan, tumis bumbu halus hingga harum, tambahkan cabai rawit, aduk rata. Angkat.
- Campur ikan, udang, daun jeruk dan bumbu tumis. Tuangkan santan, aduk rata.
- Ambil 1 sendok makan adonan, balutkan ke ujung serai. Panggang hingga matang. Angkat.



PENYAJIAN

Pastikan bahwa wadah dan peralatan makan harus bersih.

Sate Ayam

Sajikan sate dengan bumbu kacang, kecap manis dan perasan jeruk nipis. Sate Ayam dapat disajikan bersama Lontong ataupun Nasi. Secara jelas penyajian dapat terlihat dalam gambar.

Sate Lilit Khas Bali

Sate lilit khas bali disajikan biasanya dengan nasi putih. Secara jelas penyajian dapat seperti yang terlihat pada gambar.



TIPS KEAMANAN PANGAN BAGI KONSUMEN

- Perhatikan kondisi kebersihan:
 - sekitar restoran/kaki lima tersebut.
 - chef/juru masak* restoran/kaki lima tersebut.
 - wadah dan peralatan yang digunakan.
- Cium aroma sate tersebut untuk mengetahui adanya penyimpangan.
- Mintalah sate dibuat matang.
- Belilah sate pada restoran/kaki lima yang pengunjunnya cukup banyak, dimana menandakan bahwa perputaran bahan bakunya cepat.