



Soto Ayam Lamongan

Soto Ayam Lamongan merupakan masakan berkuah yang kaya akan rempah-rempah. Masakan khas Jawa Timur ini memiliki banyak penggemar karena rasanya yang segar. Disamping daging ayam, untuk melengkapi Soto Ayam Lamongan ini digunakan bahan lainnya yaitu soon, kol, taoge, seledri, tomat segar, telur rebus, serta bawang merah goreng sebagai taburan.

BAHAN DASAR RESEP SOTO AYAM LAMONGAN

BAHAN UTAMA	JUMLAH
Daging ayam (1/2 ekor ayam)	750 g
Air (untuk merebus)	1500 ml
Bumbu-bumbu	
Batang sereh	3 batang
Daun jeruk purut	5 lembar
Garam	2 sdt
Gula pasir	1 sdt
Merica halus	1 sdt
Bawang putih	5 siung
Bawang merah	5 butir
Kemiri, disangrai	5 butir
Jahe	1 ruas jari
Kunyit, dikupas dan dibakar	1 ruas jari
BAHAN PELENGKAP	
Soon	50 g
Telur, direbus dan dibelah dua	3 butir
Kol, diiris halus	100 g
Taoge	100 g
Daun seledri	2 batang
Daun bawang (prei)	secukupnya
Bawang merah, digoreng	secukupnya

Tomat, diiris	secukupnya
BAHAN SAMBAL	
Cabai rawit merah, direbus	10 buah
Bawang putih	2 siung
Garam	1 sdt
Gula pasir	1 sdt
Irisan Jeruk nipis	secukupnya

CARA MEMBUAT

- Potong daging ayam menjadi 4 bagian kemudian rebus dengan air, tambahkan daun jeruk, sereh, garam, gula, dan penyedap rasa (kalau suka).
- Haluskan semua bumbu, kemudian ditumis.
- Masukkan dalam kuah ayam dan dimasak hingga harum.
- Angkat ayam, tiriskan dan digo-

- reng hingga berwarna kuning keemasan, setelah itu disuwir-suwir. Sihkan.
- Saring kuah soto dan didihkan kembali. Sementara itu siapkan bahan pelengkap lainnya, seduh dan tiriskan soon, jerang iris kol dan taoge dengan air panas dan tiriskan. Rebus telur, kupas dan belah menjadi dua.
- Hidangkan soto secara terpisah dengan nasi/lontong. Atau bisa bersama-sama dengan nasi. Atur bahan pelengkap diatas nasi: soon, kol, taoge, tomat, ayam suwir, dan telur rebus. Tuangkan kuah soto dan taburkan iris seledri, prei dan bawang merah goreng.
- Siapkan sambal dengan menghaluskan cabai rawit rebus dan bawang putih, tambahkan garam dan gula secukupnya.
- Hidangkan soto dengan sambal dan irisan jeruk nipis.



KEAMANAN PANGAN UNTUK SOTO AYAM LAMONGAN

Soto Ayam Lamongan adalah jenis masakan khas Lamongan, Provinsi Jawa Timur. Sangat bercitarasa jika disajikan panas. Penyajian panas dapat menurunkan potensi bahaya mikrobiologi masakan, namun demikian tetap harus diwaspadai kemungkinan munculnya potensi bahaya akibat dari kontaminasi silang pasca pengolahan. Bahan yang ditambahkan mentah seperti seledri, tomat, harus dicuci bersih dan dibilas dengan air matang agar tidak menjadi sumber cemaran bakteri saat ditambahkan pada soto. Soto yang disajikan panas juga harus langsung dikonsumsi. Namun demikian, potensi-potensi bahaya yang muncul dan cara-cara pencegahannya tetap akan dibahas berikut ini.

IDENTIFIKASI BAHAYA YANG MUNGKIN MUNCUL

Potensi bahaya utama adalah bahaya mikrobiologi yang berasal dari cemaran bakteri (patogen) pada bahan dasar, terutama daging ayam kampung dan telur (*Salmonella*). Sedang bahan dasar lain, seperti bumbu (jahe, daun sereh, daun jeruk purut, cabe rawit, bawang putih, dan lainnya) serta soon memiliki potensi bahaya yang rendah. Kontaminasi silang pasca pengolahan atau saat penyajian makanan, penambahan rajangan/irisan seledri dan prei segar juga perlu diperhatikan, karena



bahan segar berpotensi membawa mikroorganisme.

CARA PENCEGAHAN AGAR BAHAYA TIDAK MUNCUL

• PEMILIHAN BAHAN DASAR

Daging ayam dipilih yang segar, dengan warna dan bau normal (tidak berbau menyengat). Telur dipilih yang baru dan utuh/tidak kopyor (bisa dicek dengan diteropong didepan cahaya), cangkang bersih dan tidak retak. Bumbu dan bahan pelengkap juga dipilih yang berkualitas baik. Sayuran (taoge,

seledri, prei, kol, tomat) dipilih yang masih segar, utuh, tidak ada bagian yang busuk.

• PENANGANAN/PERSIAPAN

Sebelum diolah daging ayam harus diperlakukan dengan tepat, daging ayam harus segera dicuci bersih dan diolah; atau apabila ada penundaan pengolahan harus didinginkan, dan tetap dalam kondisi dingin sampai pada saat diolah. Apabila daging ayam dibekukan terlebih dahulu, maka *thawing* (pencairan) harus dilakukan dengan sempurna. Bumbu-bumbu dan bahan pelengkap yang akan diolah harus dicuci dengan bersih. Seledri dan prei dicuci sampai bersih dan dibilas dengan air matang.

• PENGOLAHAN

Perebusan merupakan tahapan penting untuk membunuh bakteri dan toksin yang terdapat pada bahan dasar. Pada pembuatan soto, ayam kampung, telur, soon, sambal soto beserta bumbu-bumbu diolah dengan perebusan, sehingga bakteri yang terbawa oleh bahan ini terbunuh akibat panas. Taoge dan kol (iris) dijerang dengan air panas yang dapat digunakan pula untuk membunuh bakteri. Tomat, seledri, dan prei ditaburkan dalam keadaan mentah, sehingga perlu pencucian sampai bersih sebelum diiris dan dibilas dengan air

matang, dilanjutkan dengan diti-
riskan. Proses penambahan ba-
han-bahan tersebut dikerjakan
oleh tangan karyawan, sehingga
berpotensi terkontaminasi den-
gan bakteri yang berasal dari
tangan. Untuk menghindari hal
ini (kontaminasi silang), sebaiknya
dilakukan menggunakan sarung
tangan plastik atau pastikan
mencuci tangan secara baik dan
benar.

- **PENYAJIAN**

Perlu dijaga agar tidak terjadi kon-
taminasi silang. Kontaminasi silang
dapat dicegah dengan pelak-

sanaan sanitasi dan *higiene* yang
baik. Peralatan memasak, tomat,
seledri dan prei dicuci sampai ber-
sih dan dibilas dengan air matang.
Sebelum disajikan masing-masing
bahan ditempatkan dalam wadah
terpisah dan tertutup, seperti
suwiran ayam, soon, taoge rebus,
sambal, seledri, dan prei. Telur
rebus dikupas setelah siap akan di-
sajikan. Penyajian soto yang panas
(dengan suhu minimal 63°C) dan
langsung dikonsumsi memiliki po-
tensi bahaya mikrobiologi yang
sangat rendah. Penyajian panas
diupayakan tetap dengan suhu
minimal 63°C...



TIPS KEAMANAN PANGAN BAGI KONSUMEN

- Hindari kontaminasi silang dengan menggunakan sarung tangan plastik atau pastikan mencuci tangan secara baik dan benar.
- Sebelum disajikan masing-masing bahan seperti suwiran ayam, soon, taoge rebus, sambal, seledri, dan prei, harus ditempatkan dalam wadah terpisah dan tertutup.