



Soto Banjar

Soto Banjar merupakan kuliner khas Kalimantan Selatan tepatnya di kota Banjar. Masakan ini memang sudah sangat terkenal di Nusantara. Rasa yang nikmat dan segar sangat dominan pada soto ini, terlebih jika soto memiliki perpaduan bumbu rempah yang pas maka akan memberikan cita rasa soto yang super lezat. Soto Banjar sekilas tidak jauh berbeda dengan jenis masakan soto lainnya di Indonesia. Sedikit yang membedakan adalah soto ini tidak menggunakan kunyit sebagai bahan bumbunya. Dan yang membuat lebih unik, soto khas Banjar ini disajikan dengan rebusan singkong dan tanpa santan, selain itu juga ada yang menggunakan lontong sebagai pengganti nasi.

BAHAN DASAR RESEP SOTO BANJAR

BAHAN UTAMA	JUMLAH
Ayam kampung	800 g
Air kaldu	1.500 ml
Daun seledri	2 batang
Minyak goreng	2 sdm
Daun bawang	2 batang
Kapulaga	4 buah
Biji pala	½ buah
Kayu manis	4 cm
Cengkih	4 buah
Garam	1 sdt
Gula pasir	1 sdt
Lada putih bubuk	1 sdt
BUMBU HALUS	
Bawang merah	8 butir
Bawang putih	12 butir
BAHAN PELENGKAP	
Sohun, direndam	100 g
Telur, direbus	3 butir
Bawang goreng	2 sdm
Sambal	2 sdm
Perkedel kentang	4 buah
Kecap manis	2 sdm
Jeruk nipis	2 buah

CARA MEMBUAT

- Cuci bersih ayam kampung dan belah menjadi 4 bagian, kemudian rebus dengan jahe dan bawang putih (1½ jam), masak hingga daging ayam lunak. Angkat ayam dan sisihkan. Air kaldu disaring.
- Tumis dengan minyak goreng bumbu halus (bawang merah dan bawang putih) tambahkan kayu manis, biji pala, cengkeh dan kapulaga, masukkan kedalam rebusan air kaldu, kemudian masak dengan api kecil selama 30 menit.
- Tambahkan garam, lada putih bubuk dan gula pasir.
- Ayam yang sudah direbus disuwir-suwir, daun bawang dan seledri diiris halus.

PERKEDEL KENTANG

250 g Kentang dikupas dan cuci bersih, kemudian digoreng dan haluskan, tambahkan kedalamnya 1/2 sdt garam, ¼ sdt lada bubuk putih, 1/8 pala bubuk, dan 1 butir kuning telur. Semua bahan di campur menjadi satu kemudian bentuk menjadi bulatan kecil sesuai selera, kocok putih telur lalu gulingkan perkedel yang sudah dibentuk kedalam kocokan putih telur, lalu goreng hingga kecoklatan dan tiriskan.

SAMBAL

4 buah cabai merah, 12 buah cabai rawit, 4 butir kemiri sangrai, 1 sdt terasi bakar, 1 sdm minyak goreng

untuk menumis, garam, gula sesuai selera. Haluskan cabai merah, cabai rawit dan kemiri lalu tumis dengan minyak goreng, masak hingga harum dan tambahkan terasi bakar beri garam dan gula pasir sesuai selera. Aduk sebentar dan masak sampai cabai matang lalu angkat dan sisihkan.

PENYAJIAN

Siapkan mangkuk masukkan potongan ketupat/ nasi, beri suwiran daging ayam kampung, irisan daun bawang dan seledri, perkedel kentang dan irisan telur. Tuangkan kuah soto panas kedalamnya lalu taburkan bawang goreng. Hidangkan dengan sambal, kecap dan jeruk nipis.

KEAMANAN PANGAN UNTUK SOTO BANJAR

Soto Banjar adalah jenis masakan khas daerah Banjar (Kalimantan Selatan) yang disajikan panas. Penyajian panas dapat menurunkan potensi bahaya mikrobiologis masakan, namun demikian tetap harus diwaspadai kemungkinan munculnya potensi bahaya akibat dari kontaminasi silang pasca pengolahan.

Bahan yang ditambahkan mentah seperti seledri, daun bawang, 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. Na-

mun demikian, potensi-potensi bahaya yang muncul dan cara-cara pencegahannya tetap akan dibahas berikut ini.

IDENTIFIKASI BAHAYA YANG MUNGKIN MUNCUL

Jaminan keamanan pangan Soto Banjar diawali dengan identifikasi potensi bahaya baik yang berasal dari bahan dasar atau yang muncul selama pengolahan. Potensi bahaya yang utama adalah bahaya mikrobiologis berasal dari cemaran bakteri patogen pada bahan dasar, terutama daging ayam kampung dan telur. Daging ayam berpotensi membawa *Salmonella*.

Sedang bahan dasar lain, seperti bumbu (bawang merah, bawang putih, kapulaga, lada, sohun dan lainnya) memiliki potensi bahaya yang rendah. Potensi bahaya lain yang mungkin muncul adalah berasal dari 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**
Pencegahan terhadap potensi bahaya mikrobiologis patogen diawali dengan pemilihan bahan dasar yang berkualitas baik. Daging ayam dipilih yang segar, dengan warna dan bau normal, telur dipilih yang

baru dan utuh (bisa dicek dengan teropong). Bumbu-bumbu dan bahan pelengkap juga dipilih yang berkualitas baik. Sayuran (daun bawang, seledri, prei, kentang, dan cabai) dipilih yang masih segar, utuh, tidak ada bagian yang busuk.

- **PENANGANAN/PERSIAPAN**

Sebelum diolah daging ayam harus diperlakukan dengan tepat. Agar bakteri yang terdapat pada daging ayam tidak berkembang biak serta enzim bawaan daging segar juga tidak aktif, maka 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 harus dilakukan dengan sempurna. Bahan lain (bumbu-bumbu dan bahan pelengkap) yang akan diolah harus dicuci dengan bersih. Seledri dan prei dicuci sampai bersih dan dibilas dengan air matang.

- **PENGOLAHAN**

Pengolahan dengan cara perebusan merupakan tahapan penting untuk membunuh bakteri (termasuk patogen) dan toksin yang terdapat pada bahan dasar. Pada pembuatan Soto Banjar, ayam kampung beserta bumbu-bumbu diolah dengan pengolahan/perebusan, sehingga bakteri yang dibawa oleh bahan ini terbunuh

akibat panas.

Di dalam proses berikutnya, ayam rebus disuwir-suwir biasanya oleh tangan pengolah pangan, sehingga berpotensi terkontaminasi dengan bakteri yang berasal dari tangan. Untuk menghindari kontaminasi silang, sebaiknya suwir ayam dilakukan menggunakan sarung tangan plastik. Penggorengan ayam suwiran juga dapat digunakan untuk membunuh bakteri kontaminan saat penyuwiran, sehingga ayam suwiran lebih aman.

Pengolahan sohun dan telur dengan cara perebusan, menyebabkan seluruh bakteri yang terdapat pada kedua bahan ini terbunuh. Pembuatan sambal soto dengan cara merebus bumbu-bumbu terlebih dahulu juga merupakan usaha untuk membuat sambal soto lebih aman dan awet. Daun seledri, dan daun bawang ditaburkan dalam keadaan mentah, sehingga perlu pencucian sampai bersih sebelum diiris dan dibilas dengan air matang, dilanjutkan dengan ditiriskan.

- **PENYAJIAN**

Setelah pengolahan, tidak ada lagi tahapan yang digunakan untuk membunuh bakteri, sehingga tahapan berikutnya perlu dijaga agar tidak terjadi kontaminasi silang. Kontaminasi silang dapat dicegah dengan pelaksanaan sanitasi dan *higiene* yang baik. Peralatan yang digunakan harus bersih serta dipisahkan peralatan untuk



makanan yang matang dengan bahan mentah, termasuk peralatan dapur yang dipakai untuk keduanya juga harus terpisah. Sebelum disajikan masing-masing bahan ditempatkan pada wadah terpisah dan tertutup, seperti suwiran ayam, sohun, perkedel, sambal, seledri dan prei. Telur rebus dikupas setelah siap akan disajikan. Penyajian dilakukan dengan meletakkan ayam suwir di dalam

mangkok dan disiram dengan kuah panas. Bahan pelengkap seperti irisan seledri, prei, bawang goreng, ditaburkan di atasnya. Penyajian soto yang panas (dengan suhu lebih dari 63°C) dan segera dikonsumsi memiliki potensi bahaya (mikrobiologis) yang sangat rendah. Penyajian panas diupayakan tetap dengan suhu lebih dari 63 °C.***

TIPS KEAMANAN PANGAN BAGI KONSUMEN

- Pilih ayam kampung yang jantan dan masih muda, pastikan ayam harus matang pada saat proses pengolahan.
- Untuk membuat perkedel kentang, sebaiknya kentang digoreng kemudian dihaluskan sehingga menghasilkan perkedel yang lebih awet dan keras di bandingkan dengan menggunakan kentang yang dikukus.