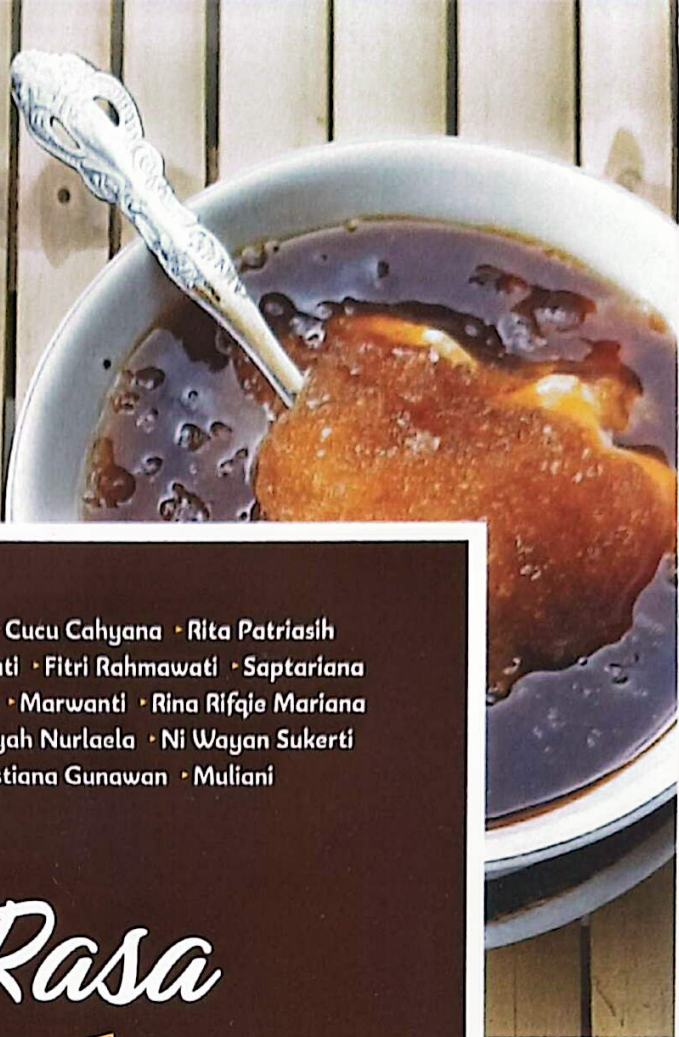




- Anni Faridah • Elida • Sri Subekti • Cucu Cahyana • Rita Patriasih
- Ellis Endang Nikmawati • Ai Nurhayati • Fitri Rahmawati • Saptariana
- Anggri Sekar Sari • Kokom Komariah • Marwanti • Rina Rifqie Mariana
- Susilowati • Diana Evawati • Luthfiyah Nurlaela • Ni Wayan Sukerti
- Risa Panti Ariani • Aditia Gustiana Gunawan • Muliani

Cita Rasa **Nusantara**

Edisi Hidangan Sepinggian

Forum Program Studi
Pendidikan Tata Boga Indonesia (FPS-PTBI)



Cita Rasa
Nusantara

Edisi Hidangan Sepinggan

• Anni Faridah • Elida • Sri Subekti • Cucu Cahyana • Rita Patriasih
• Ellis Endang Nikmawati • Ai Nurhayati • Fitri Rahmawati • Saptariana
• Anggri Sekar Sari • Kokom Komariah • Marwanti • Rina Rifqie Mariana
• Susilowati • Diana Evawati • Luthflyah Nurlaela • Ni Wayan Sukerti
• Risa Panti Ariani • Aditia Gustiana Gunawan • Muliani

Cita Rasa **Nusantara**

Edisi Hidangan Sepingguan

Forum Program Studi
Pendidikan Tata Boga Indonesia (FPS-PTBI)

 Penerbit
BUMI AKSARA

BA. 01.54.4539

Cita Rasa **Nusantara**

Edisi Hidangan Sepinggu

Penulis : Anni Faridah, Asmar Yulastri, Elida, Sri Subekti, Cucu Cahyana, Guspri Devi Artantai, Annis Kandriasari, Rita Patriasih, Ellis Endang Nikmawati, Ai Nurhayati, Fitri Rahmawati, Saptariana, Anggri Sekar Sari, Kokom Komariah, Marwanti, Rina Rifqie Mariana, Susilowati, Diana Evawati, Luthfiah Nurlaela, Ni Wayan Sukerti, Risa Panti Ariani, Aditia Gustiana Gunawan, & Muliani

Editor : Agil Sepviananda Azizah
Tarmizi

Diterbitkan oleh PT Bumi Aksara
Jl. Bawal Raya No. 17
Kel. Jati, Kec. Pulo Gadung
Jakarta Timur - 13220, Indonesia
Telp. : (021) 4700988/4757544
Email : editorial.ptu@bumiaksara.com
penjualan.ptu@bumiaksara.com



Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak buku ini sebagian atau seluruhnya, dalam bentuk dan dengan cara apa pun juga, baik secara mekanis maupun elektronis, termasuk fotokopi, rekaman, dan lain-lain tanpa izin tertulis dari penerbit.

Cetakan pertama, Desember 2025
Perancang kulit, Fahmy Isfahan
Penata letak, Supriyanto
Dicetak oleh Sinar Grafika Offset
Sumber gambar kover: *Dokumentasi penulis*; <https://s.id/GphYZ>; <https://s.id/iRBFS>

ISBN: 978-623-506-144-3

▸ Anni Faridah ▸ Elida ▸ Sri Subekti ▸ Cucu Cahyana ▸ Rita Patriasih
▸ Ellis Endang Nikmawati ▸ Ai Nurhayati ▸ Fitri Rahmawati ▸ Saptariana
▸ Anggri Sekar Sari ▸ Kokom Komariah ▸ Marwanti ▸ Rina Rifqie Mariana
▸ Susilowati ▸ Diana Evawati ▸ Luthfiyah Nurlaela ▸ Ni Wayan Sukerti
▸ Risa Panti Ariani ▸ Aditia Gustiana Gunawan ▸ Muliani

Cita Rasa **Nusantara**

Edisi Hidangan Sepingguan

Forum Program Studi
Pendidikan Tata Boga Indonesia (FPS-PTBI)



Penerbit

BUMI AKSARA

BA. 01.54.4539

Cita Rasa **Nusantara**

Edisi Hidangan Sepinggon

Penulis : Anni Faridah, Asmar Yulastri, Elida, Sri Subekti, Cucu Cahyana, Guspri Devi Artantai, Annis Kandriasari, Rita Patriasih, Ellis Endang Nikmawati, Ai Nurhayati, Fitri Rahmawati, Saptariana, Anggri Sekar Sari, Kokom Komariah, Marwanti, Rina Rifqie Mariana, Susilowati, Diana Evawati, Luthfiyah Nurlaela, Ni Wayan Sukerti, Risa Panti Ariani, Aditia Gustiana Gunawan, & Muliani

Editor : Agil Sepviananda Azizah
Tarmizi

Diterbitkan oleh PT Bumi Aksara
Jl. Bawal Raya No. 17
Kel. Jati, Kec. Pulo Gadung
Jakarta Timur - 13220, Indonesia
Telp. : (021) 4700988/4757544
Email : editorial.ptu@bumiaksara.com
penjualan.ptu@bumiaksara.com



Hak cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak buku ini sebagian atau seluruhnya, dalam bentuk dan dengan cara apa pun juga, baik secara mekanis maupun elektronik, termasuk fotokopi, rekaman, dan lain-lain tanpa izin tertulis dari penerbit.

Cetakan pertama, Desember 2025
Perancang kulit, Fahmy Isfahan
Penata letak, Supriyanto
Dicetak oleh Sinar Grafika Offset
Sumber gambar kover: *Dokumentasi penulis*; <https://s.id/GpbYZ>; <https://s.id/iRBFS>

ISBN: 978-623-506-144-3

Prakata

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, buku *Cita Rasa Nusantara* ini dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini merupakan karya bersama anggota Forum Program Studi Pendidikan Tata Boga Indonesia (FPS-PTBI), yang terdiri atas para dosen tata boga dari berbagai perguruan tinggi di seluruh Indonesia. Kehadiran buku ini tidak hanya menjadi bentuk kontribusi akademisi dalam bidang kuliner, tetapi juga wujud nyata kepedulian untuk melestarikan dan memperkenalkan kekayaan kuliner tanah air, khususnya kepada generasi muda.

Indonesia adalah negeri yang diberkahi keberagaman. Dari Sabang sampai Merauke, dari Miangas sampai Rote, setiap daerah memiliki makanan khas yang tak hanya memanjakan lidah, tetapi juga sarat makna budaya dan sejarah. Setiap suapan dari hidangan tradisional menyimpan cerita: tentang alam yang menyediakan bahan pangan, tentang tradisi yang diwariskan lintas generasi, dan tentang nilai kebersamaan yang terjalin di meja makan. Melalui buku ini, para penulis mengajak pembaca menelusuri jejak rasa yang membentuk identitas bangsa.

Di Yogyakarta, misalnya, kita menemukan bubur gudeg, sajian lembut nan manis yang berpadu gurih areh, mencerminkan kehalusan budaya Jawa. Sementara di Manado ada bubur tinutuan, bubur kaya sayuran tanpa daging yang mencerminkan kearifan masyarakat setempat dalam mengolah hasil bumi. Dari tanah Bugis hadir *rojjo*, makanan berbumbu kaya rempah yang menggambarkan cita rasa kuat khas Sulawesi.

Kita juga tidak bisa melupakan rujak cingur dari Surabaya, hidangan unik dengan perpaduan sayuran, buah, dan cingur sapi yang berpadu petis udang, menghasilkan rasa kompleks yang tiada duanya. Di Bali ada blayag, sejenis lontong berbentuk khas yang dibalut daun pisang, menghadirkan aroma alami yang menambah selera. Dari Jawa Barat tersaji kupat tahu—sederhana, tetapi sarat makna kebersamaan—dan di Lamongan ada *sego boranan* yang lahir dari kreativitas masyarakat pesisir.

Dari Solo hadir timlo, sup berisi aneka lauk yang hangat dan akrab di lidah. Bakso Malang telah menjadi legenda kuliner Indonesia yang dicintai lintas generasi. Di Bali kita mengenal nasi jinggo, porsi kecil berbungkus daun pisang yang kerap menemani aktivitas masyarakat sehari-hari. Dari Jawa Timur ada lontong kikil, gurih kenyal dengan kuah pedas menyegarkan.

Kekayaan rasa makin bertambah dengan nasi uduk Betawi yang harum santan, tahu gimbal Semarang yang renyah berpadu saus kacang gurih manis, dan *dadih* dari Minangkabau, olahan susu kerbau alami yang menyehatkan. Tidak kalah menggoda, ada bakmi Jawa Yogyakarta yang dimasak di atas bara arang, gado-gado Betawi yang sering disebut salad khas Indonesia, nasi jambang Cirebon dengan penyajian unik di atas daun jati, serta karedok Jawa Barat yang segar dengan bumbu kacang mentah.

Buku ini berupaya tidak hanya menampilkan makanan sebagai hidangan, tetapi juga menghadirkan kajian ilmiah mengenai konteks sosial, budaya, dan nilai gizi yang terkandung di dalamnya. Kuliner dipandang sebagai bagian dari kebudayaan bangsa yang harus dijaga, diwariskan, dan dikembangkan sesuai zaman tanpa kehilangan jati diri.

Sebagai karya perdana yang ditulis bersama, buku *Cita Rasa Nusantara* diharapkan tidak berhenti di sini. FPS-PTBI berkomitmen untuk terus melahirkan karya-karya ilmiah maupun populer lain yang membahas berbagai aspek pendidikan,

penelitian, dan pengembangan kuliner Indonesia. Dengan demikian, karya ini hanyalah langkah awal dari perjalanan panjang untuk mendokumentasikan, mengkaji, dan mengangkat kuliner Nusantara ke ranah nasional maupun internasional.

Akhir kata, penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh anggota FPS-PTBI, para penulis buku, dan semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyusunan buku ini. Semoga buku *Cita Rasa Nusantara* memberi manfaat, menambah wawasan, dan menumbuhkan rasa bangga terhadap khazanah kuliner bangsa. Semoga pula buku ini menjadi pengingat bahwa di balik setiap sajian Nusantara, ada cerita panjang tentang identitas, kearifan lokal, dan cinta tanah air.

Surabaya, November 2025

Luthfiyah Nurlaela
Ketua FPS-PTBI
Guru Besar Fakultas Teknik
Universitas Negeri Surabaya

Daftar Isi

1	BAB 1 Dadiah Susu Fermentasi Khas Minangkabau <i>Anni Faridah & Asmar Yulastri</i>
20	BAB 2 Katupek Gulai Paku (Ketupat Gulai Pakis) Khas Daerah Pesisir Sumatra Barat <i>Elida</i>
34	BAB 3 Gado-Gado Khas Betawi (Jakarta) <i>Sri Subekti</i>
56	BAB 4 Nasi Uduk Khas Betawi <i>Cucu Cahyana, Guspri Devi Artantai, & Annis Kandriasari</i>
76	BAB 5 Karedok Hidangan Khas Jawa Barat <i>Rita Patriasih</i>
91	BAB 6 Kupat Tahu Jawa Barat <i>Ellis Endang Nikmawati</i>
121	BAB 7 Nasi Jamblang Warisan Budaya Cirebon <i>Ai Nurhayati</i>

- 137** **BAB 8 | Kupat Tahu Magelang**
Fitri Rahmawati
-
- 148** **BAB 9 | Tahu Gimbal Khas Kota Semarang**
Saptariana
-
- 162** **BAB 10 | Timlo Solo Warisan Kuliner Legendaris yang Menggugah Selera**
Anggri Sekar Sari
-
- 176** **BAB 11 | Bakmi Jawa Hidangan Favorit dari Daerah Istimewa Yogyakarta**
Kokom Komariah
-
- 191** **BAB 12 | Bubur Gudeg Hidangan Khas Yogyakarta**
Marwanti
-
- 209** **BAB 13 | Bakso Khas Malang**
Rina Rifqie Mariana
-
- 226** **BAB 14 | Lontong Kikil Khas Jawa Timur**
Susilowati
-
- 243** **BAB 15 | Rujak Cingur Khas Surabaya**
Diana Evawati
-
- 259** **BAB 16 | Sego Boranan Khas Lamongan**
Luthfiyah Nurlaela
-
- 273** **BAB 17 | Hidangan Sepinggian Pulau Bali**
Ni Wayan Sukerti
-

289

BAB 18 | Nasi Jinggo Hidangan Khas Bali

Risa Panti Arian

304

BAB 19 | Tinutuan Khas Manado

Aditia Gustiana Gunawan

315

BAB 20 | *Rojjo* Warisan Kuliner Suku Bugis

Muliani



Bab 1

Dadiah

Susu Fermentasi Khas Minangkabau

A. SEJARAH, TRADISI, DAN FILOSOFI DADIAH

Dadiah atau bisa disebut dengan dadih merupakan salah satu pangan tradisional yang berasal dari daerah Minangkabau, Provinsi Sumatra Barat. *Dadiah* (Gambar 1.1) terbuat dari susu kerbau yang difermentasi tanpa penambahan *starter* dan tanpa pasteurisasi yang dilakukan secara alami di dalam batang bambu yang ditutup dengan daun pisang selama lebih kurang 24–48 jam (Arnold *et al.*, 2021; Herlina & Setiarto, 2024; Surono, 2016;





Gambar 1.1 Dadih atau *dadih*

Yanti *et al.*, 2022). Proses pembentukan dadih dipengaruhi oleh enzim alami dalam susu kerbau dan bakteri asam laktat (BAL) yang berasal dari susu, bambu, dan daun pisang yang berperan dalam fermentasi (Puniya, 2015).

Dadih, menurut para sejarawan, ditemukan secara tidak sengaja oleh masyarakat Minangkabau ketika mereka menyimpan susu dalam wadah bambu yang terpapar sinar matahari. Akibat terkena panas dan sinar matahari, susu tersebut mengalami fermentasi alami oleh bakteri asam laktat yang terdapat di dalamnya. Proses ini mengubah susu menjadi lebih kental dan memberikan rasa asam yang khas (Permana, 2023). Pada zaman dahulu, dadih banyak dibuat oleh peternak kerbau dengan tujuan untuk menyimpan sebagian hasil perahan susu kerbau supaya tetap awet. Meskipun tidak ada catatan tertulis mengenai asal-usul dadih, diyakini bahwa kebiasaan masyarakat Minangkabau untuk mengonsumsinya telah ada sejak zaman dahulu. Dadih awalnya dikonsumsi tanpa adanya pengolahan. Seiring berjalannya waktu, masyarakat Minangkabau sering menikmati dadih bersama irisan bawang dan nasi. Kebiasaan ini mirip dengan tradisi orang Persia

yang mengonsumsi susu fermentasi dengan bawang merah dan mentimun (Fernaldi & Adikara, 2022).

Bahan baku utama dadih adalah susu kerbau segar. Susu yang digunakan dalam pembuatan dadih tradisional secara khusus berasal dari kerbau domestik atau kerbau rawa (*Bubalus bubalis*) (Gambar 1.2) yang dipelihara di Sumatra Barat. Ciri khas kerbau jenis ini meliputi tubuh berwarna hitam legam dengan kulit tebal, postur tubuh yang besar dan kekar, serta tanduk yang melengkung ke belakang membentuk bulan sabit. Komposisi susu kerbau ini memiliki kandungan lemak yang lebih tinggi dibandingkan susu sapi sehingga menghasilkan dadih dengan tekstur lebih kental dan rasa yang lebih gurih (Prihandini *et al.*, 2023).

Dadih memiliki rasa asam khas seperti yoghurt, tetapi teksturnya lebih padat dan keras dibandingkan dengan yoghurt. Di

Gambar 1.2 Kerbau domestik (*Bubalus bubalis*)



daerah asalnya, dadih jarang dikonsumsi dalam bentuk aslinya. Sebagian masyarakat lebih memilih untuk mengolah dadih menjadi berbagai hidangan. Misalnya, dadih sering digunakan sebagai bahan dasar dalam pembuatan makanan tradisional.

B. RESEP HIDANGAN DADIAH

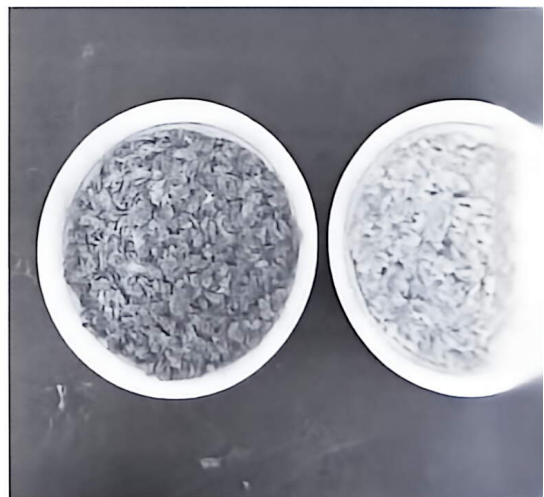
1. *Ampiang Dadiah*

Ampiang dadiah (Gambar 1.3) adalah salah satu olahan dadih yang terkenal kaya akan cita rasa dan budaya, berasal dari Sumatra Barat. Hidangan ini merupakan perpaduan unik antara dadih, sirop gula merah, emping ketan (Gambar 1.4) yang telah direndam dalam air panas, dan parutan kelapa. Proses penyajiannya dilakukan dengan cara mencampurkan semua bahan tersebut sehingga setiap elemen tetap segar dan memberikan rasa yang optimal.

Untuk menyajikan *ampiang dadiah*, pertama-tama, masukkan dua sendok emping ke dalam mangkuk sebagai dasar. Selanjutnya, tambahkan sepuluh sendok dadih untuk memberikan



Gambar 1.3 *Ampiang dadiah*



Gambar 1.4 Emping ketan

rasa asam yang khas dan tekstur lembut. Kemudian, taburkan satu sendok parutan kelapa di atasnya untuk menambah aroma dan rasa gurih yang nikmat. Terakhir, tuangkan lima sendok sirop gula merah untuk memberikan sentuhan manis yang seimbang dengan keasaman dadih.

Variasi lain dari hidangan ini adalah ketan *dadiah*, di mana emping ketan digantikan dengan nasi ketan, memberikan tekstur yang berbeda, tetapi tetap mempertahankan cita rasa yang lezat. Meskipun *ampiang dadiah* merupakan hidangan yang populer, hanya sedikit restoran atau warung minum di Sumatra Barat yang menyajikannya, menjadikannya sebagai salah satu kuliner khas yang patut dicoba bagi para pengunjung yang ingin merasakan keunikan rasa dan tradisi daerah tersebut (Hasbullah, 2012).

2. Anyang Dadiah

Anyang dadiah (Gambar 1.5) merupakan salah satu varian penyajian dadih yang khas dari Sumatra Barat. Hidangan ini dikenal dengan cita rasa unik yang berasal dari perpaduan antara keasaman alami dadih dengan bumbu penyerta yang segar. Untuk membuat *anyang* dadih, pertama-tama, tempatkan dadih dalam keadaan segar ke dalam wadah, kemudian hias dengan irisan tipis bawang merah segar yang memberikan aroma khas dan rasa sedikit pedas (Hasbullah, 2012).

Tambahkan irisan cabai rawit merah atau hijau untuk memberikan sentuhan pedas yang menyegarkan, sementara sobekan daun sirih muda yang masih segar memberikan aroma harum khas dan rasa yang sedikit pahit. Taburkan sejumput garam dapur untuk menyeimbangkan rasa dan memperkuat cita rasa keseluruhan. Komposisi ini menghasilkan perpaduan rasa yang unik antara asam, pedas, gurih, dan segar.

Anyang dadiah umumnya disajikan sebagai lauk pendamping nasi panas. Hidangan ini sering dijumpai dalam jamuan makan



Gambar 1.5 Anyang dadih



Gambar 1.6 Dadih sari buah

keluarga maupun acara adat Minangkabau. Tekstur yang lembut dari dadih berpadu dengan kerenyahan bawang dan rasa pedas cabai sehingga menciptakan pengalaman makan yang kaya akan sensasi. Selain sebagai hidangan sehari-hari, *anyang dadih* juga dipercaya memiliki manfaat kesehatan karena mengandung berbagai probiotik dari dadih dan senyawa aktif dari rempah-rempah pendampingnya.

3. *Dadiah Sari Buah*

Dadiah dapat disajikan sebagai hidangan sehat dan menyegarkan dengan mencampurkannya bersama sari buah atau bubur buah. Untuk membuat *smoothie* buah dadih (Gambar 1.6), siapkan bahan-bahan utama berupa dadih segar, potongan buah pilihan (seperti mangga, stroberi, atau pisang), serta gula atau madu sebagai pemanis alami. Masukkan semua bahan tersebut ke dalam blender dan haluskan hingga mencapai konsistensi yang diinginkan. Proses penghalusan ini memungkinkan cita rasa asam khas dadih menyatu sempurna dengan manisnya buah dan gula, menciptakan minuman yang kaya nutrisi sekaligus menyegarkan. Keunggulan lain dari kreasi ini adalah fleksibilitas dalam pemilihan buah, di mana dapat disesuaikan dengan selera atau

buah musiman yang tersedia. Tekstur *smoothie* yang dihasilkan bisa bervariasi—dari yang kental seperti bubur hingga yang lebih cair seperti jus—tergantung jumlah dadih dan buah yang digunakan. Hidangan ini cocok dikonsumsi sebagai sarapan sehat, camilan siang hari, atau bahkan *dessert* penutup makan malam yang menyegarkan.

4. Es Krim *Dadiah*

Dadiah dapat diolah menjadi es krim dadih (Gambar 1.7) yang lezat dan menyegarkan. Proses pembuatan es krim ini dimulai dengan menyiapkan semua alat dan bahan yang diperlukan, serta menimbang setiap bahan sesuai dengan takaran yang telah ditentukan. Bahan utama yang digunakan meliputi santan, susu kental manis, tepung maizena, gula, air biasa, dan garam. Semua bahan ini dimasak dalam panci hingga mendidih sehingga semua komponen tercampur dengan baik dan gula larut sempurna. Setelah campuran mendidih, adonan dibiarkan mendingin hingga mencapai suhu hangat sebelum menambahkan dadih, memberikan rasa asam yang khas dan meningkatkan kandungan probiotik dalam es krim (Ginting *et al.*, 2025).



Gambar 1.7 Es krim dadih

Setelah penambahan dadih, adonan didinginkan lebih lanjut di dalam lemari es untuk meningkatkan viskositasnya sehingga tekstur es krim yang dihasilkan menjadi lebih halus. Ketika adonan sudah mengeras, langkah selanjutnya adalah mengaduk adonan hingga lembut dan mengembang sambil menambahkan *emulsifier* dan pure mangga untuk memberikan rasa dan aroma yang lebih kaya. Proses ini penting untuk menciptakan tekstur es krim yang lembut dan menghindari pembentukan kristal es yang besar. Setelah semua bahan tercampur dengan baik, adonan es krim disimpan di dalam *freezer* selama 24 jam untuk membekukan es krim. Hasil akhirnya adalah es krim dadih yang *creamy*, lezat, dan menyegarkan, siap dinikmati sebagai hidangan penutup yang unik.

5. *Tanak Dadiah*

Tanak dadiah adalah hidangan khas yang berasal dari Sumatra Barat, terbuat dari *dadiah* atau susu yang telah difermentasi. Makanan ini memiliki bahan utama berupa *dadiah* yang dicampur dengan telur, pati santan, dan rempah-rempah. Adapun menurut Putri (2017), resep untuk membuat *tanak dadiah* adalah sebagai berikut.

Bahan:

<i>Dadiah</i>	120 gram
Telur	240 gram
Santan	250 mililiter
Cabe giling	5 gram
Jahe	4 gram
Kunyit	2 gram
Bawang merah	30 gram (digiling), 50 gram (diiris)
Bawang putih	10 gram
Garam	7 gram

Hiasan:

Cabai merah	5–10 gram
Cabai hijau	5–7 gram

Cara pembuatan:

- 1) Siapkan semua bahan yang digunakan, yaitu *dadiah*, telur, santan, dan bumbu giling (seperti cabai, jahe, kunyit, bawang merah, dan bawang putih). Kemudian, siapkan bawang merah iris, garam, cabai merah, dan cabai hijau iris sebagai bahan hiasan.
- 2) Masukkan *dadiah* ke dalam mangkuk lalu hancurkan.
- 3) Masukkan bumbu yang telah dihaluskan.
- 4) Tambahkan telur lalu kocok.
- 5) Setelah tercampur rata, tambahkan bawang merah yang telah diiris. Lalu aduk kembali.
- 6) Tambahkan santan dan garam.
- 7) Setelah semua bahan tercampur rata, masukkan ke dalam mangkuk.
- 8) Hias permukaan dengan menggunakan cabai yang telah diiris.
- 9) Kukus hingga 20 menit.

Proses penyajiannya dilakukan dengan cara mengambilnya menggunakan tangan atau sendok dan biasanya dinikmati bersama nasi, menjadikannya sebagai lauk yang lezat. Aroma yang dihasilkan dari hidangan ini sangat khas, mengeluarkan wangi telur serta bumbu bawang merah dan bawang putih yang menggugah selera. Teksturnya lembut dan cita rasanya kaya, dengan perpaduan gurih dari *dadiah* dan telur yang memberikan pengalaman makan yang memuaskan.

Meskipun *tanak dadiah* memiliki cita rasa yang menggugah, hidangan ini tidak dikonsumsi setiap hari. Sebaliknya, *tanak dadiah* disajikan dalam berbagai acara adat dan upacara penting,

seperti dalam tradisi samba adat di Kenagarian Pakan Sinayan. Beberapa acara yang sering menyajikan *tanak dadiah* antara lain *alek nan tuo-tuo*, *maimbao makan niniak mamak* dan pemangku adat, *manjapuik anak daro*, serta *batagak gala*. Dengan demikian, *tanak dadiah* bukan hanya sekadar makanan, tetapi juga merupakan bagian dari warisan budaya yang melambangkan kebersamaan dan tradisi masyarakat Minangkabau.

6. Sambalado Tanak Dadiah

Sambalado *tanak dadiah* adalah hidangan khas yang berasal dari Sumatra Barat, terbuat dari telur yang dicampur dengan pati santan dan berbagai bumbu rempah serta dadih. Penambahan *dadiah* pada masakan ini untuk memberikan cita rasa asam segar yang khas dari *dadiah* sendiri. Kualitas sambalado *tanak dadiah* ditandai dengan bentuknya yang bulat rapi dan warna kuning mirip dengan sambalado *tanak* (Gambar 1.8) yang menggoda selera.

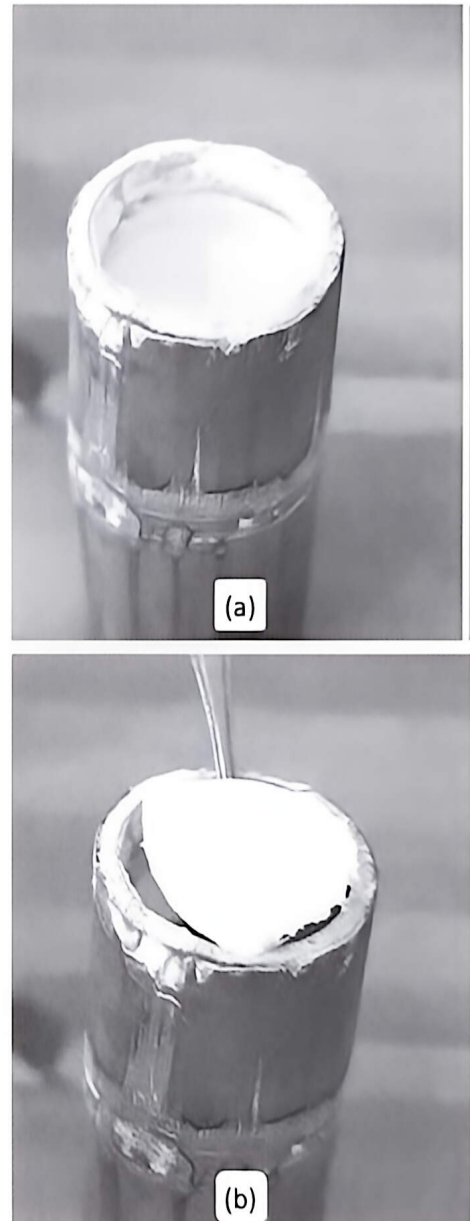


Gambar 1.8 Sambalado *tanak*

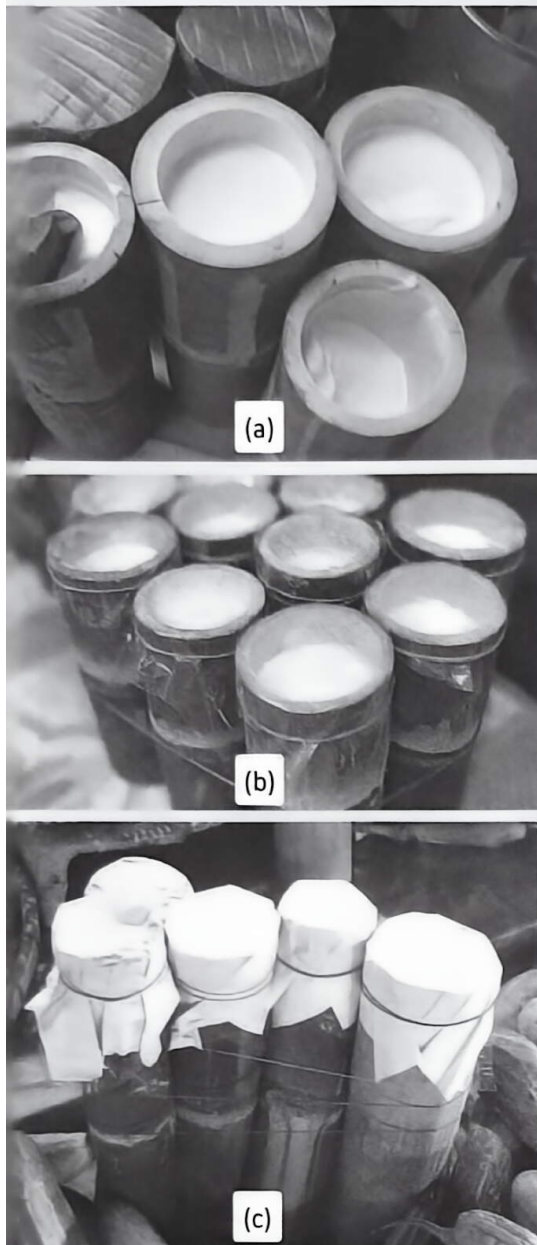
C. CARA PENGOLAHAN DADIAH

Dadih diproduksi secara tradisional melalui tiga langkah utama, yaitu pemerahan, persiapan bambu, dan fermentasi alami. Susu kerbau (yang telah diperah) disaring dan dimasukkan ke dalam bambu. Bambu yang dipilih biasanya adalah bambu tua karena memiliki sifat yang lebih kering dan mampu menyerap air dengan lebih baik. Umumnya, bambu yang digunakan memiliki ukuran satu ruas dengan tinggi 20 cm dan diameter antara 5 hingga 8 cm, diisi dengan volume sekitar sepertiga hingga setengah dari panjang ruas bambu tersebut. Variasi dalam jenis bambu yang digunakan dapat memengaruhi kualitas dadih yang dihasilkan. Dadih yang dibuat dari bambu betung memiliki warna putih seperti susu dan tekstur yang halus (Gambar 1.9a), sementara dadih yang dihasilkan dari bambu buluh berwarna kuning gading dengan tekstur yang lebih kasar (Gambar 1.9b) (Murdijati-Gardjito *et al.*, 2024).

Susu kerbau yang sudah dimasukkan ke bambu, ditutup dengan daun pisang dan diperam dalam suhu kamar (28–30°C) selama dua hingga tiga hari. Daun pisang umumnya digunakan untuk menutupi tabung bambu selama



Gambar 1.9 (a) Dadih yang difermentasi dalam bambu betung; (b) Dadih yang difermentasi dalam bambu buluh



Gambar 1.10 (a) Dadih dengan penutup daun pisang; (b) Dadih dengan penutup plastik; (c) Dadih dengan penutup kertas

proses fermentasi dadih. Tujuan penggunaan daun pisang adalah untuk menciptakan kondisi anaerob fakultatif yang optimal untuk proses fermentasi, serta untuk menghindari kontaminasi yang tidak diinginkan. Namun tergantung pada daerahnya, tidak hanya daun pisang, tetapi daun talas atau plastik juga digunakan untuk menutupi bambu. Untuk mengikat penutupnya, digunakan kulit pisang atau karet gelang (Gambar 1.10) (Arnold *et al.*, 2021).

Secara tradisional, proses fermentasi dadih dilakukan secara spontan tanpa menggunakan *starter* mikroba. Susu mengalami fermentasi oleh BAL yang terdapat dalam susu kerbau. Fermentasi alami ini menghasilkan berbagai strain bakteri asam laktat yang berbeda pada setiap produk. BAL yang berperan dalam fermentasi dadih dapat berasal dari tabung bambu, susu kerbau, atau daun pisang. Kontribusi terbesar berasal dari susu kerbau, sementara tabung bambu, daun pisang, dan tingkat kebersihan selama proses pembuatan juga turut berperan (Murdijati-Gardjito *et al.*, 2024).

D. KANDUNGAN NUTRISI DADIAH

Dadih dikenal sebagai makanan yang mengandung probiotik yang potensial karena memiliki konsentrasi BAL yang tinggi, yaitu berkisar 10^8 cfu/g (Helmizar *et al.*, 2018). Dadih yang terbuat dari susu kerbau memiliki kandungan protein dan lemak yang lebih tinggi. Kandungan gizi yang terdapat pada dadih dipengaruhi oleh susu kerbau yang digunakan (Khomsan *et al.*, 2025).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dadih yang dibuat di berbagai daerah di Sumatra Barat memiliki kandungan nutrisi yang berbeda, terdiri dari protein (5,01–12,40%), lemak (5,80–18,00%), karbohidrat (2,48–15,10%), dan tingkat keasaman (0,51–1,70%) (tabel pada halaman 14). Variasi nutrisi yang terkandung di dalam dadih tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor signifikan yang berkaitan dengan bahan baku dan proses pembuatan dadih. Faktor-faktor tersebut meliputi komposisi awal susu kerbau, jenis (misalnya, ketebalan, porositas) dan ukuran tabung bambu, serta durasi proses fermentasi susu kerbau. Perbedaan regulasi atau standardisasi dalam proses produksi mengakibatkan variasi nutrisi dadih di berbagai daerah (Herlina & Setiarto, 2024).

Dadih mengandung BAL yang berpotensi sebagai probiotik, yaitu mikroba hidup yang melekat pada dinding usus dan memberikan manfaat bagi kesehatan serta kehidupan inangnya. BAL memiliki dampak positif terhadap kesehatan karena metabolit yang dihasilkan dapat menghambat bakteri patogen, menurunkan kolesterol, bersifat antimutagenik, antikarsinogenik, dan antivaginitis, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mencegah sembelit, serta memproduksi vitamin B dan bakteriosin. BAL dan produk-produk turunannya dapat mencegah berbagai penyakit, termasuk menghambat bakteri patogen enterik, menurunkan kadar kolesterol dalam darah, mencegah kanker usus besar, serta memiliki sifat antimutagenik dan antikarsinogenik yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh (Herlina & Setiarto, 2024).