MAKANAN DAN MINUMAN TRADISIONAL

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
2017

Sabang hari kita berurusan dengan makanan untuk memenuhi kebutuhan akan rasa lapar kita. Boleh jadi karena setiap hari kita berurusan dengan makanan maka terasa aneh apabila kita menanyakan apa itu makanan? Padahal jika kita meluangkan waktu sejenak untuk memikirkannya, maka pertanyaan itu menjadi penting. Sebab, faktanya tidak semua bahan atau substansi yang tersedia dan dapat memuaskan rasa lapar dan memenuhi kebutuhan gizi untuk dapat hidup sehatdijadikan sebagai makanan oleh manusia.

Sebagai contoh, jika kita penghayat Agama Islam, maka meskipun kita menderita kekurangan energi proteindan bahkan kelaparan sekalipun kita tidak akan mengonsumsi daging babi, anjing, kucing, dan tikus. Hewan itu haram kita makan. Berbeda halnya dengan sejumlah orang Manado yang bukan penghayat Agama Islam, bahan-bahan itu mereka jadikan sebagai makanan untuk memenuhi kebutuhan mereka akan protein. Contoh lain, di Pulau Jawa kelor tumbuh dengan subur, namun umumnya orang Jawa tidak menganggapnya sebagai makanan. Karena itu mereka tidak memakannya. Padahal menurut ahli gizi, daun kelor memiliki kandungan vitamin C, zat besi dan kandungan gizi lainnya yang sangat

diperlukan oleh manusia untuk dapat hidup sehat.

Berdasarkan atas fakta tersebut maka kita dapat mengatakan bahwa makanan ialah bahan-bahan yang dikategorikan sebagai makanan oleh sekelompok manusia yang dapat memuaskan rasa lapar dan kebutuhan gizi mereka.

Lalu apa itu makanan/minuman tradisional? Makanan/minuman tradisional ialah makanan/minuman yang proses pengolahannya menggunakan cara-cara sederhana dan merupakan identitas kelompok atau identitas etnik tertentu.

Makanan/minuman tradisional di Sulawesi Selatan relatif banyak jenisnya. Jenis makanan/minuman tradisional itu tergambar dari nama masakan yang mencerminkan identitas etnik dan daerah asal. Berikut ini disajikan enam di antara beberapa jenis makanan/minumantradisional di Sulawesi Selatan.

1. SOP SODARA

Sumber: www.google.com

Sop Sodara dikenal pula dengan nama Sop Pangkep – sop yang asal muasalnya dikreasi oleh juru masak yang berasal dari Kabupaten Pangkajenne Kepulauan (Pankep), Propinsi Sulawesi Selatan.

Syahdan, penamaan sop pangkep sebagai sop saudara bermula ketika dua orang bersaudara kandung membuka usaha warung makan. Menu yang mereka jual ialah sop pangkep dan ikan bakar. Oleh karena racikan resep masakannya sesuai dengan selera makan

banyak orang, maka warung itu menjadi laris. Relatif banyak orang yang datang ke warung itu untuk santap siang dan makan malam. Orang-orang yang sering makan di warung itu acapkali menyebut sop pangkep yang dijual oleh kedua orang bersaudara tersebut sebagai sop sodara. Sejak itu, sop pangkep mulai populer dengan nama sop sodara. Saking populernya, maka sejumlah pengusaha warung makan yang menjual sop pangkep mencari keberuntungan dengan menamai warungnya sebagai warung sop saudara. Sop pangkep pun menjadi lebih dikenal dengan nama Sop Sodara.

Fungsi. Sebelum sop sodara atau sop pangkep diperjual belikan di sejumlah warung makan, makanan itu hanya disajikan dan dikonsumsi sewaktu berlangsung upacara akikah, sunatan, perkawinan, idul Fitri, idul Adha, dan acara syukuran (pindah rumah baru, manasik haji dan lainnya). Kini, meskipun telah banyak warung makan yang menjual sop sodara, namun bagi sejumlah orang-orang yang berlatar etnik Makassar Sop Sodara merupakan bagian dari menu makanan yang harus terhidang dikala berlangsung upacara akikah, sunatan, perkawinan, idul Fitri dan idul Adha.

Bahan. Sop sodara menggunakan daging sapi atau daging

kerbau sebagai bahan utama dan sohun/bihun sebagai pelengkap. Bumbu yang digunakan untuk mempertinggi cita rasa masakan atau merangsang selera makan ialahlengkuas, jahe, serei, pala, jintan, ketumbar, kayu manis, berambang, bawang putih, kemiri, bawang goreng, seledri, daun bawang dan jeruk nipis.

Jahe
Serei
Pala
Jintan
Kemiri
Ketumbar

Sumber: Koleksi Yahya

Cara Pembuatan. Daging yang masih dalam bentuk potongan-potongan besar dicuci hingga air cucian tampak tidak lagi bercampur darah. Setelah itu direbus dalam kuali bersama dengan lengkuas, jahe dan serei yang telah dihaluskan dan ditambah dengan garam secukupnya. Setelah matang dan terasa empuk untuk dicerna, daging itu dikeluarkan dari panci dan selanjutnya dipotong-potong kecil yang bentuk dan ukurannya menyerupai dadu. Bersamaan dengan itu, sohun atau bihun direndam dengan air panas.

Bumbu penyedap lainnya berupa: berambang, bawang putih, kemiri, jintan, ketumbar, pala dan kayu manisdiulek secara bersama-sama hingga halus, dan kemudian digoreng hingga mengeluarkan bau sedap yang merangsang selera makan. Bumbu

tersebut dimasukkan ke dalam kuali yang berisi kuah yang tadidigunakan merebus daging. Kuah itu itu diaduk dan direbus hingga mendidih.

Selanjutnya, daging dan sohun dimasukkan ke dalam mangkuk atau piring bersama dengan kuah dan ditambahkan bawang goreng, irisan daun bawang dan seledri, air perasan jeruk nipis, dan kadang-kadang dicampur dengan sebutir telur itik rebus. Bagi yang menyukai rasa pedas mereka menambahkannya dengan sambel goreng. Sop sodara pun siap disantap bersama dengan nasi atau ketupat.

Nilai Budaya. Menu makanan ini dinilai oleh orang Makassar sebagai makanan bergengsi atau makanan istimewa. Oleh karena termasuk dalam kategori makanan istimewa maka selalu diupayakan disajikan untuk menjamu tamu-tamu ketika berlangsung upacara siklus kehidupan, hari raya keagaman dan syukuran.

2. NASU CEMBA

Sumber: www.google.com

Nasu cemba dari Bahasa Enrekang dan merupakan gabungan dari dua kata, yakni: *nasu* (dimasak dengan cara merebus) dan *cemba(asam*). Dengan demikian nasu cemba artinya masakan berkuah yang menggunakan asam dan merupakan masakan khas orang Enrekang.

Fungsi. Di tapak waktu yang lampau masakan ini hanya disajikan dan dikonsumsi ketika berlangsung upacara siklus kehidupan (akikah, sunatan, perkawinan), hari-hari besar keagamaan (idul Fitri dan Idul Adha) dan acara syukuran. Kini, di Kabupaten Enrekang, Propinsi Sulawesi Selatan, terdapat beberapa warung

makan yang menjual nasu cemba. Dengan demikian, masakan ini tidak hanya tersaji dan dikonsumsi pada waktu berlangsung upacara siklus kehidupan, hari-hari besar keagamaan dan upacara syukuran, tetapi juga sudah memungkinkan untuk dikonsumsi setiap hari.

Bahan. Tulang sapi atau kerbau atau kambing yang masih ditempeli oleh daging dengan menggunakan bumbu: asam, lengkuas, jahe, serei, kemiri, berambang,bawang putih, kelapa sangrai, daun jeruk, daun salam, garam dan jeruk nipis.

Sumber: koleksi Yahya

Cara Pembuatan. Tulang yang ditempeli daging dipotong-potong dan selanjutnya dicuci hingga air cucian tampak jernih, tidak lagi tercampur darah daging. Tulang kemudian direbus dalam panci bersama lengkuas, jahe dan serei yang telah dihaluskan ditambah dengan daun salam dan daun jeruk hingga daging yang menempel pada tulang tersebut menjadi matang dan agak lunak.

Setelah itu, tulang tersebut dikeluarkan dari panci.

Bumbu penyedap:berambang, bawang putih, jahe dan kemiri diulek secara bersama-sama hingga halus dan kemudian digoreng sampai mengeluarkan aroma yang merangsang selera makan. Selanjutnya bumbu yang telah digoreng tersebut dimasukkan ke dalam kuah di panci yang sebelumnya digunakan memasak tulang bersama dengan air asam, kelapa sangrai, garam dan dimasak hingga mendidih.

Berikutnya ialah tulang yang ditempeli daging bersama dengan kuah dituang ke mangkuk atau piring lalu ditaburi bawang goreng, irisan daun bawang dan seledrei serta perasan jeruk nipis dan siap disantap bersama dengan nasi atau buras atau ketupat serta ditambahkan dengan sambel goreng bagi yang menyukai rasa pedas.

Nilai budaya. Makanan ini tidak hanya berfungsi untuk memuaskan rasa lapar, tetapi juga termasuk dalam kategori makanan istimewa. Sebagai makanan istimewa maka selalu diupayakan untuk dihidangkan pada hari-hari istimewa dan untuk menjamu tetamu. Bagi Orang Enrekang, seperti halnya dengan masyarakat lainnya, makanan dijadikan sebagai wahana penghargaan kepada tamu. Semakin

istimewa makanan yang dihidangkan kepada tamu semakin tinggi pula penghargaan kepada tamu.

3. KAPURUNG

Sumber: Koleksi Yahya

Dulu, sebelum orang-orang Luwu menjadikan beras sebagai bahan makanan pokok, sagu yang mereka jadijan sebagai bahan makanan pokok. Salah satu jenis makanan yang bahan dasarnya sagu ialah kapurung. Orang Luwu menyebut juga makanan ini sebagai pugalu. Dengan demikian, resep dan keterampilan memasak kapurung berasal dari daerah Luwu.

Di era Orde Baru, wilayah administrasi yang penduduk-

ya mayoritas dihuni oleh orang Luwu ialah Kabupaten Luwu, Propinsi Sulawesi. Kini, di era Orde Reformasi telah dimekarkan menjadi bebearapa wilayah administatif kabupaten/kota, yakni: Kabupaten Malili, Masamba, Luwu dan Kotif Palopo.

Fungsi. Bagi orang Luwu, makanan ini acapkali disajikan pada waktu makan siang atau malam. Sementara bagi warga yang bukan orang Luwu, makanan ini hanya termasuk makanan selingan.

Bahan. Bahan utama masakan ini ialah tepung sagu. Ditambah dengan bahan pelengkap, seperti ikan atau ayam dan aneka sayuran, seperti: rebung, kacang panjang, jantung pisang, bayam, daun kacang hijau, sawi, dan garam.

Sumber: Koleksi Yahya

Cara pembuatan. Tepung sagu direndam air mendidih dan diaduk hingga warnanya tampak agak bening dan kental. Setelah itu, dengan menggunakan sendok atau kayu semacam sumpit sagu tersebut dibentuk menjadi bulatan-bulatan kecil. Bahan lainnya: 1) ikan dimasak kunyit bersama dengan asam dan setelah masak dikeluarkan tulangnya, 2) rebung atau jantung pisang diiris tipis, dan 3) kacang panjang, bayam atau daun kacang hijau atau sawi dicuci bersih lalu dipotong-potong. Bahan-bahan itu kemudian dimasak bersama dengan bulatan-bulatan sagu sampai matang dan siap disantap. Kadang-kadang disantap bersama dengan ikan bakar atau ayam.

Nilai budaya. Bagi orang Luwu makanan ini termasuk menu makanan pokok selingan. Dalam kata lain makanan ini kadang-kadang dijadikan sebagai menu makan siang atau makan malam. Selain itu, makanan ini dihidangkan ketika berlangsung acara makan yang sifatnya informal.

4. JALANGKOTE

Sumber: www.Google.com

Awalnya resep makanan ini diracik oleh orang Makassar. Kini resep makanan ini tidak hanya menjadi milik orang Makassar, tetapi telah dikenal oleh sejumlah ibu rumah tangga di Sulawesi Selatan.

Fungsi. Penganan dan merupakan makanan selingan yang sering disajikan ketika berlangsung acara keluarga, arisan, rapat dan lainnya.

Bahan. Tepung terigu, telur ayam atau itik, santan, mentega, garam, wortel, kentang, tauge, sohun (bihun), merica, bawang putih,

bawang merah, dan seledri.

Sumber: Koleksi Yahya

Cara pembuatan. Tepung terigu dimasukkan ke dalam wadah tertentu lalu dituangkan santan, mentega cair, adonan telur sedikit demi sedikit ditambah dengan garam dan diaduk hingga merata. Bawang merah, bawang putih dan merica diulek hingga halus lalu dicampur dengan tauge, wortel, kentang dan seledri yang telah diiris tipis. Setelah itu ditumis hingga mengeluarkan aroma sedap. Berikutnya ialah tepung terigu yang telah tercampur tersebut dibentuk menyerupai pastel dan bagian dalamnya diisi dengan bahan yang telah ditumis dan kadang-kadang ditambah dengan potongan telur rebus. Setelah itu digoreng hingga matang dan siap dikonsumsi.

5. BARONGKO

Sumber: Koleksi Yahya

Resep makanan diciptakan oleh orang Bugis, namun kini telah dikenal luas di Sulawesi Selatan.

Fungsi. Sebagai penganan yang selalu dihidangkan pada saat berlangsung upacara akikah, sunatan, perkawinan, upacara syukuran dan acara khusus baik yang sifatntya formal maupun tidak formal. Lagi pula sering dikonsumsi pada saat buka puasa.

Bahan. Pisang kepok yang telah ranum, telur ayam atau telur itik, gula pasir, santan, susu kental manis dan vanili serta daun pisang sebagai wadah pembungkus.

Cara pembuatan. Siapkan daun pisang yang telah dipotong-potong dan dicetak. Setelah itu pisang kepok dikupas kulitnya dan dibuang bagian dalamnya yang berwarna agak kehitam-hitaman, lalu dikocok atau di-blender bersama dengan telur, santan, gula pasir dan susu kental manis. Setelah itu ditaburi vanili dan diaduk hingga vanili tercampur secara merata. Berikutnya ialah adonan pisang tersebut dimasukkan ke dalam cetakan daun pisang, lalu dikukus

hingga matang. Setelah matang diangkat dan didinginkan. Barongko siap disantap.

Nilai budaya. makanan ini merupakan penganan yang rasanya sangat manis dan gurih. Perpaduan dari manis dan gurih dinilai oleh orang Bugis sebagai cita rasa makanan yang sangat tinggi. Cita rasa makanan itu kemudian dijadikan sebagai simbolisasi keindahan dan kebaikan. Contoh, perempuan cantik disebutkan perempuan manis. Orang yang meninggal dunia ketika sedang menegakkan atau memperjuangkan kebenaran dan kebaikan disebut sebagai *mate risantangi.*

6. SARABBA

Sumber: www.google.com

Jenis minuman ini tidak dapat diidentifikasi asal usulnya. Pasalnya, minuman ini tersedia dan selalu dikonsumsi oleh setiap kelompok etnik dan kesatuan wilayah aministratif di Sulawesi Selatan.

Fungsi. Dipercayai dapat menambahstamina, mempercepat pemulihan kondisi tubuh yang terasa lemas-lemas dan mempercepat kesembuhan flu.

Bahan, Jahe, gula merah, santan, garam, kadang-kadang ditambah dengan merica dan telur ayam kampung.

Sumber: Koleksi Yahya

Cara pembuatan. Gula merah dimasak terlebih dahulu hingga mencair, dan setelah itu jahe yang telah dimemarkan dimasukkan ke dalam cairan gula merah yang sedang dimasak bersama dengan santan ditambah dengan garam dan merica secukupnya. Supaya santan tidak terapung menjadi minyak, maka

harus diaduk terus hingga mendidih. Setelah itu sarebba siap diminum. Sebaiknya diminum sewaktu masih hangat. Gelas yang berisi sarebba dapat ditambahkan telur ayam kampung yang masih mentah lalu diaduk hingga telur menyatu dengan sarabba dan selanjutnya siap diminum.

TUT WURI HANDAYANI