

# DODOL PISANG NANGKA

## 1. PENDAHULUAN

Buah-buahan merupakan bahan pangan sumber vitamin. Selain buahnya yang dimakan dalam bentuk segar, daunnya juga dapat dimanfaatkan untuk berbagai keperluan. Misalnya daun pisang untuk makanan ternak, daun pepaya untuk mengempukkan daging dan melancarkan air susu ibu (ASI) terutama daun pepaya jantan.

Warna buah cepat sekali berubah oleh pengaruh fisika misalnya sinar matahari dan pemotongan, serta pengaruh biologis (jamur) sehingga mudah menjadi busuk. Oleh karena itu pengolahan buah untuk memperpanjang masa simpannya sangat penting. Buah dapat diolah menjadi berbagai bentuk minuman seperti anggur, sari buah dan sirup juga makanan lain seperti manisan, dodol, keripik, dan sale.

Pisang dapat dibagi menjadi dua golongan, yaitu :

- 1) Pisang yang dimakan dalam bentuk segar, misalnya : pisang ambon, raja sere, raja bulu, susu, seribu, dan emas.
- 2) Pisang yang dimakan setelah diolah terlebih dahulu, misalnya : pisang kepok, nangka, raja siam, raja bandung, kapas, rotan, gajah, dan tanduk.

Pisang banyak mengandung protein yang kadarnya lebih tinggi daripada buah-buahan lainnya, namun buah pisang mudah busuk. Untuk mencegah pembusukan dapat dilakukan pengawetan, misalnya dalam bentuk keripik, dodol, sale, anggur, dan lain-lain.

Dodol pisang nangka merupakan olahan pisang menjadi satu adonan sehingga membentuk kekenyalan tertentu.

Pisang nangka mempunyai rasa agak masam, sehingga jarang disajikan sebagai pencuci mulut. Rasa asam inilah yang membuat nilai ekonomisnya rendah dibandingkan dengan jenis pisang lainnya, seperti : pisang ambon, pisang raja emas, pisang uli, pisang tanduk, dan lain-lain. Nilai ekonomis pisang nangka dapat ditingkatkan dengan mengolahnya menjadi dodol.

Selain buah pisang, dodol sering juga dibuat dari jenis buah lainnya seperti buah sirsak, durian, dan lain-lain.

## 2. BAHAN

1) Buah pisang jenis pisang nangka	2 kg
2) Gula pasir	1 ons
3) Gula merah	3 ons
4) Tepung ketan	1 ons
5) Kelapa	secukupnya
6) Panili	secukupnya

## 3. ALAT

- 1) Baskom
- 2) Alas pemotong dari kayu
- 3) Pisau
- 4) Cetakan dodol
- 5) Penggorengan (Wajan)
- 6) Alat penumbuk (alu)
- 7) Tungku
- 8) Sendok kayu
- 9) Ayakan halus

## 4. CARA PEMBUATAN

- 1) Kupas buah pisang dan potong kecil-kecil lalu haluskan;
- 2) Kupas kelapa, parut lalu ambil santannya;
- 3) Campur pisang yang telah dihaluskan dengan gula pasir, gula merah, tepung ketan, panili, dan santan hingga rata kemudian panaskan sampai terbentuk adonan kental ( $\pm 3 \frac{1}{2}$  jam);
- 4) Segera tuangkan adonan yang telah jadi pada cetakan, dinginkan, setelah itu potong-potong menurut ukuran (5x3 cm). Kemudian masukkan ke dalam kantong plastik.

### Catatan :

- 1) Penambahan tepung ketan jangan terlalu banyak agar dodol yang didapatkan tidak keras.
- 2) Pembungkus dilakukan setelah dingin dan disimpan di tempat tertutup agar dodol tetap kenyal seperti semula.
- 3) Dodol ini tahan sampai  $\pm 1$  bulan.

## 5. DIAGRAM ALIR PEMBUATAN DODOL PISANG NANGKA



## 6. DAFTAR PUSTAKA

- 1) Kirana, Y. et al. Dodol sirsak. *Buletin Pusbangtepa*, 3 (11), 1981: 13-21.
- 2) *Dodol pisang nangka*. Bogor : Pusat Penelitian dan Pengembangan Teknologi Pangan, IPB, 1981. Hal. 11-21.
- 3) Saraswati. *Membuat sale dan dodol pisang*. Jakarta : Bhratara Karya Aksara, 1987. 43 hal.

## 7. KONTAK HUBUNGAN

Pusat Informasi Wanita dalam Pembangunan, PDII, LIPI, Jl. Jend. Gatot Subroto 10 Jakarta 12910.

---

Jakarta, Maret 2000

Sumber : Tri Margono, Detty Suryati, Sri Hartinah, *Buku Panduan Teknologi Pangan*, Pusat Informasi Wanita dalam Pembangunan PDII-LIPI bekerjasama dengan Swiss Development Cooperation, 1993.

Editor : Esti, Agus Sediadi

[KEMBALI KE MENU](#)