

# KERUPUK TERUNG

## 1. PENDAHULUAN

Sayuran, terutama yang berdaun hijau, merupakan salah satu bahan pangan yang baik karena mengandung vitamin dan mineral, antara lain vitamin C, provitamin A, zat besi, dan kalsium. Sayuran yang paling banyak di Indonesia adalah kangkung, bayam, katuk, daun mlinjo, dan petsai (Oomen, dkk, 1984). Sayuran dapat tumbuh pada berbagai kondisi lingkungan dan suhu yang berbeda, sehingga beragam jenisnya.

Berbagai sayuran dapat ditanam di sekitar pekarangan dalam upaya untuk menggalakkan usaha penganekaragaman pangan yang disebut lumbung hidup. Dengan adanya program pemerintah tersebut diharapkan hasil panen sayuran akan berlimpah.

Ada beberapa jenis sayuran yang dapat dimanfaatkan misalnya yang berbentuk buah seperti tomat, terung, dan labu; biji seperti kecipir, kelapa, dan kentang; umbi seperti wortel, bawang, dan bit; tunas (asparagus), bunga (kubis), dan daun seperti petsai, kangkung, bayam, dan lain-lain.

Salah satu sifat sayuran adalah cepat layu dan busuk akibat kurang cermatnya penanganan lepas panen. Untuk memperpanjang masa simpannya dapat dilakukan dengan berbagai pengolahan, misalnya acar, sauerkraut, sayuran asin, kerupuk, dan lain-lain.

Terung yang diolah menjadi kerupuk ternyata memiliki rasa yang tidak kalah dengan kerupuk yang terbuat dari umbi-umbian lainnya.

## 2. BAHAN

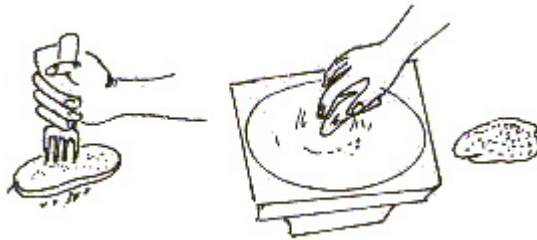
- |                             |            |
|-----------------------------|------------|
| 1) Terung besar             | 5 kg       |
| 2) Air                      | secukupnya |
| 3) Pasir (untuk menyangrai) | secukupnya |

### 3. ALAT

- 1) Pisau dan garpu
- 2) Alat penumbuk (lumpang dan alu)
- 3) Keranjang
- 4) Rak penjemuran
- 5) Penggorengan (wajan)
- 6) Kompor atau tungku

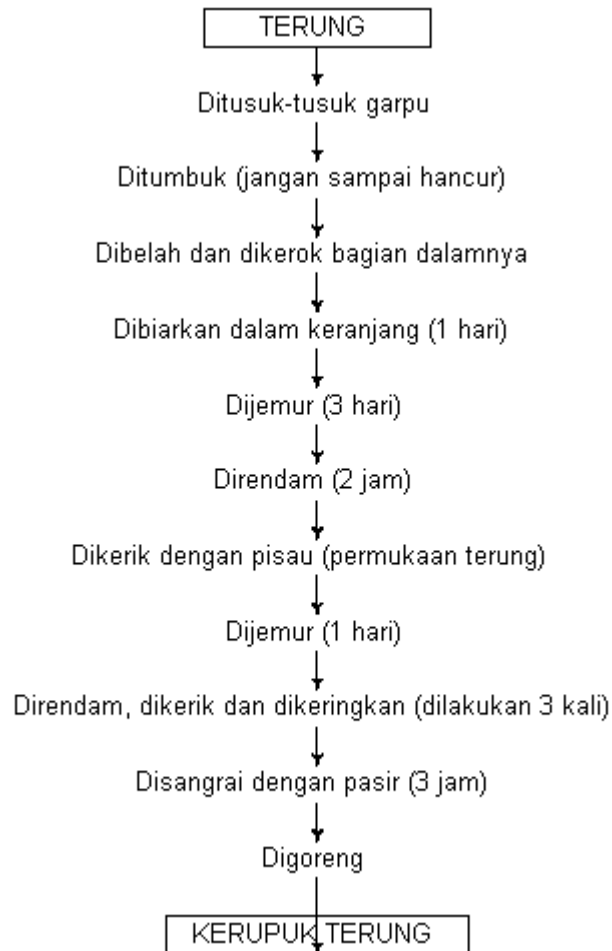
### 4. CARA PEMBUATAN

- 1) Tusuk-tusuk terung utuh dengan garpu supaya airnya keluar. Masukkan ke dalam lumpang dan tumbuk dengan alu sampai bentuknya menjadi kecil dan padat, tetapi jangan sampai hancur;



- 2) Belah terung dan kerok bagian dalamnya. Biarkan selama 1 hari dalam keranjang;
- 3) Jemur selama 3 hari sampai kulitnya kering;
- 4) Rendam terung kering dalam air kira-kira 2 jam sampai lembek. Kemudian kerik permukaan terung dengan pisau dan jemur lagi selama 1 hari;
- 5) Lakukan kembali proses perendaman, pengerikan, dan pengeringan sampai 3 kali. Setelah kering, sangrai terung dengan pasir di atas api selama 3 jam;
- 6) Terung harus digoreng dahulu dengan minyak sebelum dihidangkan.

## 5. DIAGRAM ALIR PEMBUATAN KERUPUK TERUNG



## 6. DAFTAR PUSTAKA

Tri Radiyati et.al. *Kerupuk keripik*. Subang : BPTTG Puslitbang Fisika Terapan – LIPI, 1990. Hal. 41

## 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, Sarwedi

[KEMBALI KE MENU](#)