

SAOS PEPAYA

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.

Saos pepaya adalah sejenis penyedap masakan, berbentuk bubur kental dan berwarna merah, yang terbuat dari buah pepaya segar yang telah matang. Selain dibuat dari pepaya, saos buah dapat juga dibuat dari buah tomat, pisang, cabai, dan lain-lain.

2. BAHAN

1. Buah pepaya matang	12 ½ kg
2. Gula pasir	1 ½ kg
3. Bawang merah (sudah dikupas)	1 ¼ kg
4. Bawang putih (sudah dikupas)	300 gram
5. Asam cuka 25 %	1 ¼ liter
6. Asam sitrat kristal (sari jeruk)	50 gram
7. Cabai merah (tanpa biji)	100 gram
8. Garam dapur	1 kg
9. Sepuluh atau zat pewarna merah (bila diperlukan)	secukupnya

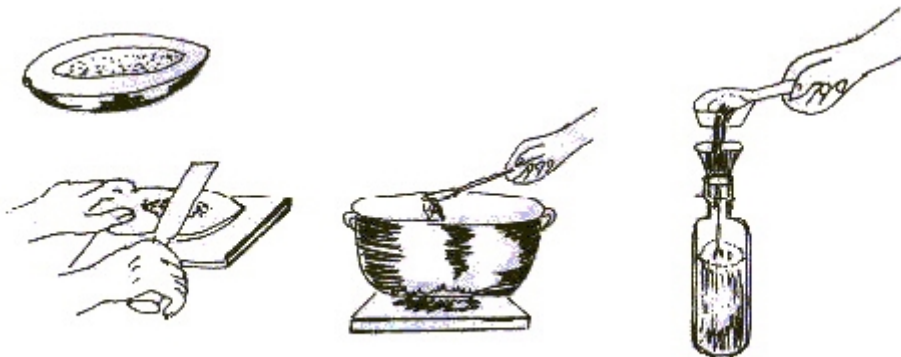
3. ALAT

- 1) Panci
- 2) Tungku atau kompor
- 3) Sendok pengaduk
- 4) Botol yang sudah disterilkan untuk tempat saos
- 5) Pisau
- 6) Kain saring atau kain blacu

- 7) Parutan
- 8) Tali

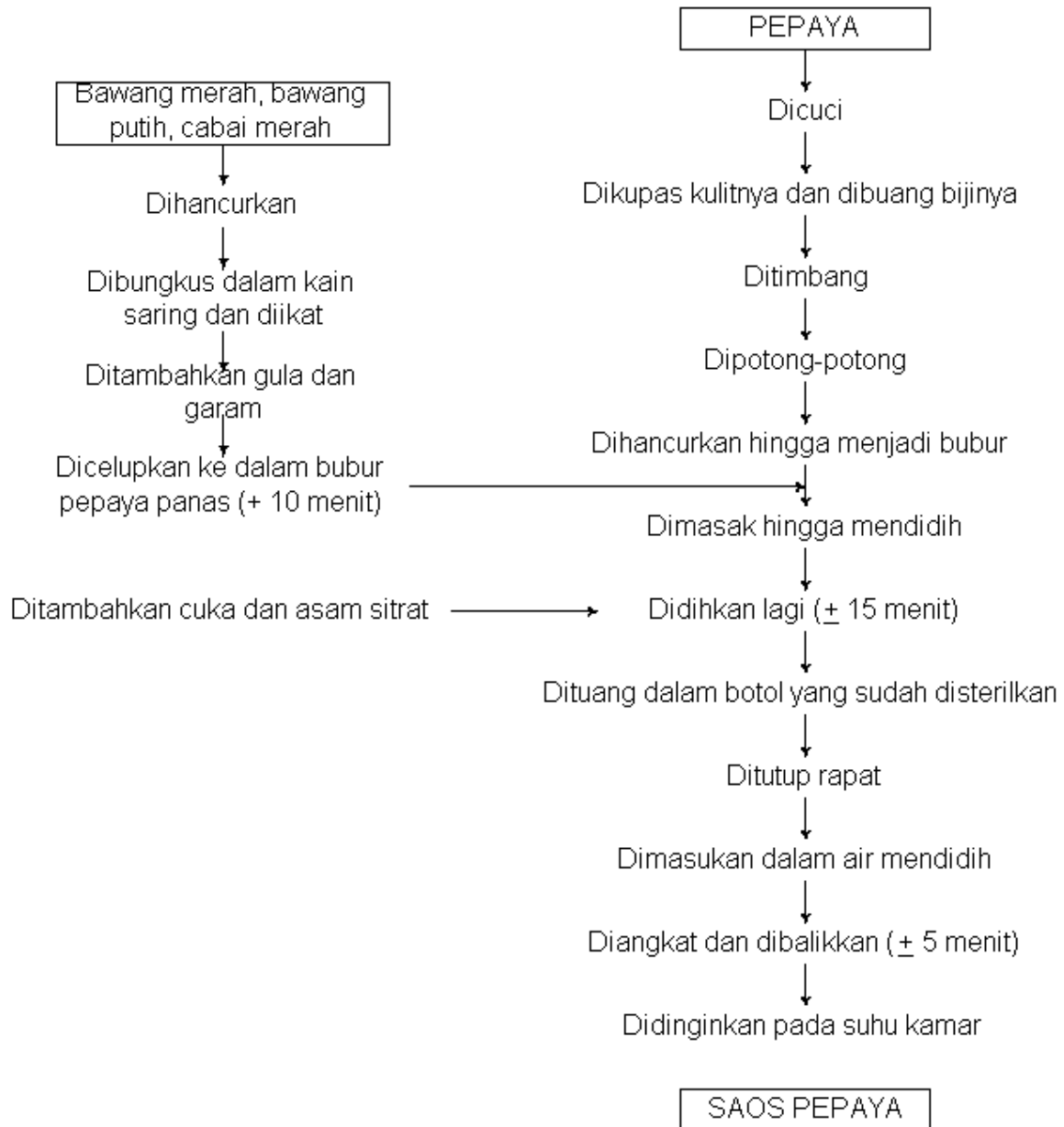
4. CARA PEMBUATAN

- 1) Cuci buah pepaya sampai bersih. Kupas dan buang bijinya, kemudian timbang;
- 2) Potong-potong buah pepaya lalu hancurkan sampai menjadi bubur. Setelah itu masukkan ke dalam panci;
- 3) Tambahkan gula dan garam, aduk hingga rata lalu masak;
- 4) Haluskan bawang merah, bawang putih, cabai. Bungkus dengan kain saring dan ikat dengan tali. Kemudian celupkan ke dalam bubur pepaya yang sedang dimasak dengan memegang tali pengikatnya. Tekan-tekan dengan menggunakan pengaduk agar sarinya keluar sempurna;
- 5) Biarkan mendidih selama 30 menit. Peras bungkusan bumbu lalu angkat dari adonan saos;
- 6) Tambahkan sepuhan warna merah bila dikehendaki warna yang lebih menarik;
- 7) Tambahkan cuka dan asam sitrat kristal ke dalam saos, aduk sampai rata;
- 8) Tuangkan saos yang masih panas ke dalam botol hingga permukaan saos sekitar 1 sampai 1 ½ centimeter di bawah permukaan mulut botol. Segera tutup hingga rapat;



- 9) Masukkan botol yang berisi saos ke dalam air mendidih selama 30 menit. Angkat dan biarkan terbalik selama 5 menit.

5. DIAGRAM ALIR PEMBUATAN SAOS PEPAYA



Catatan:

- 1) Setiap pengaduk harus rata agar bumbu dapat terserap sempurna.
- 2) Pembalikan botol pada proses akhir harus dilihat dengan benar. Jangan sampai ada gelembung udara, agar tidak tumbuh jamur (kapang).

6. DAFTAR PUSTAKA

- 1) Pengolahan buah Jakarta : Pusat Penelitian dan Pengembangan Hortikultura, Balitbang Pertanian, 1989.
- 2) Wiriano, H dan Suryati, A.H. Pengolahan buah. Jakarta : Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Industri, Departemen Perindustrian, 1984. 6 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](#)