

# ABON IKAN

## 1. PENDAHULUAN

Abon ikan merupakan makanan kering yang terbuat dari suiran-suiran daging dan bumbu-bumbu. Pembuatannya tidak sulit dan tidak mahal biayanya. Ikan direbus atau dikukus, kemudian disuir, dicampur dengan bumbu dan digoreng sampai matang menjadi abon.

## 2. BAHAN

- 1) Ikan (10 kg)
- 2) Bawang merah (1 kg). Sebanyak 750 gram dari bawang ini dijadikan bawang goreng.
- 3) Bawang putih (400 gram)
- 4) Bubuk ketumbar (50 gram)
- 5) Lengkuas (50 gram)
- 6) Daun salam (15 lembar)
- 7) Sereh (7 potong)
- 8) Gula pasir (750 gram)
- 9) Asam Jawa (50 gram)
- 10) Santan kental (2000 ml)

## 3. PERALATAN

- 1) Pisau dan talenan. Alat ini digunakan untuk menyangi dan memotong ikan.
- 2) Penggiling bumbu. Alat ini digunakan untuk menggiling bumbu sampai halus.
- 3) Wajan. Alat ini digunakan untuk menggoreng abon.
- 4) Pamarut. Alat ini digunakan untuk memarut kelapa.
- 5) Peniris sentrifugal. Alat ini digunakan untuk mengeluarkan minyak dari abon panas yang baru digoreng.
- 6) Alat press. Alat ini digunakan untuk memeras abon panas sehingga minyaknya keluar.

#### 4. CARA PEMBUATAN

- 1) Penyiangan ikan. Ikan disiangi. Jeroan dan kepala dibuang. Setelah itu ikan dipotong-potong dan dicuci bersih.
- 2) Penyiapan suiran ikan. Potongan ikan yang telah dicuci bersih dikukus selama 1 jam. Setelah dingin, tulang ikan dibuang, kemudian disuir-suir dan ditumbuk dengan pelan-pelan sehingga berupa serat-serat halus.
- 3) Penyiapan bumbu dan santan. Lengkuas dan sereh dipukul-pukul sampai memar. Bawang merah (250 gram), bawang putih dan ketumbar digiling halus, kemudian ditumis. Setelah agak harum, ditambahkan santan kental, lengkuas, asam jawa, gula, daun salam dan sereh. Pemanasan diteruskan sampai mendidih dan volume santan tinggal setengahnya.
- 4) Pemasakan abon
  - a) Suiran dimasukkan sedikit demi sedikit ke dalam santan mendidih. Sementara itu, api dikecilkan sekedar menjaga santan tetap mendidih. Pemanasan yang disertai pengadukan dilakukan sampai suiran ikan menjadi setengah kering. Hasil yang diperoleh disebut dengan abon lembab ikan.
  - b) Abon lembab ikan diangkat, kemudian digoreng di dalam minyak panas (suhu 170<sup>0</sup> C) sampai garing (bila diremas berkemersik).
- 5) Penirisan. Abon panas yang baru diangkat dari minyak harus segera ditiriskan. Penirisan dianjurkan dengan menggunakan alat peniris sentrifugal, alat pres ulir, atau pres hidrolis. Setelah ditiriskan dengan alat peniris sentrifugal, atau alat pres, abon dipisah-pisahkan.
- 6) Pencampuran dengan bawang goreng. Abon yang telah ditiriskan dicampur dengan bawang goreng. Hasil yang diperoleh disebut dengan abon ikan.
- 7) Pengemasan. Abon ikan dikemas di dalam kemasan yang tertutup rapat. Kantong plastik merupakan salah satu kemasan yang cukup baik digunakan untuk mengemas abon.

## 5. KONTAK HUBUNGAN

Dewan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Industri Sumatera Barat; Jl. Rasuna Said, Padang Baru, Padang, Telp. 0751 40040, Fax. 0751 40040

---

---

Jakarta, Januari 2001

Sumber : Teknologi Tepat Guna Agroindustri Kecil Sumatera Barat, Hasbullah,  
Dewan Ilmu Pengetahuan, Teknologi dan Industri Sumatera Barat  
Editor : Tarwiyah, Kemal

**[KEMBALI KE MENU](#)**