

# BASO IKAN

## 1. PENDAHULUAN

Baso adalah campuran homogen daging, tepung pati dan bumbu yang telah mengalami proses ekstraksi dan pemasak. Cara pembuatan baso tidak sulit. Daging digiling halus dengan *screw extruder*, kemudian dicampur dengan tepung dan bumbu di dalam alat pencampur yang khusus sehingga bahan tercampur menjadi bahan pasta yang sangat rata dan halus. Setelah itu pasta dicetak berbentuk bulat dan direbus sampai matang. Baso yang bermutu bagus dapat dibuat tanpa penambahan bahan kimia apapun.

## 2. BAHAN

- 1) Ikan. Ikan yang digunakan adalah ukuran sedang dan besar, seperti ikan tongkol, tuna (*sisiak*), beledang, tenggiri, dan *gabua*. Ikan harus segar, semakin segar semakin baik. Ikan segar yang baru ditangkap paling baik digunakan. Ikan yang akan dijadikan baso lebih baik dibekukan secara cepat sebelum digiling. Ikan beku akan memberikan rasa dan aroma baso yang lebih gurih.
- 2) Tapioka
- 3) Bumbu-bumbu. Rempah-rempah apa saja dapat dijadikan bumbu. Akan tetapi biasanya pengusaha baso menggunakan bawang merah, bawang putih, merica bubuk dan garam.
- 4) Telur. Telur tidak selalu digunakan. Telur apa saja dapat digunakan.
- 5) Natrium tripoli fosfat. Bahan kimia ini berfungsi sebagai pengemulsi sehingga dihasilkan adonan yang lebih rata (homogen). Adonan yang lebih rata akan memberikan tekstur baso yang lebih baik.

## 3. PERALATAN

- 1) Penggiling dan Pencampur. Alat ini terdiri dari bagian penggiling baso berupa *screw extruder* dan pencampur adonan. Pencampur adonan berupa piring baja yang dilengkapi pengaduk sentrifugal yang dipasang mendatar. Pengaduk tersebut berputar dengan kecepatan tinggi sehingga bahan-bahan yang tidak liat dan tidak keras akan dihancurkan.

- 2) Ketel perebus. Alat ini digunakan untuk merebus baso mentah menjadi matang. Pengusaha baso biasanya menggunakan panci sebagai ketel perebus.

#### 4. CARA PEMBUATAN

##### 1) Proses Pendahuluan

Proses pendahuluan dilakukan untuk penyiangan, dan filleting.

##### a) Penyiangan

- Mula-mula sisik disikat dari ekor mengarah ke kepala dengan sikat ikan tanpa melukai dagingnya. Kemudian ikan dicuci, dan sisik yang tertinggal dibuang.
- Bagian di bawah insang dipotong tanpa menyebabkan kepala ikan terpotong. Kemudian perut ikan dibelah dari anus ke arah insang tanpa melukai jeroannya.
- Perut yang sudah terbelah dibuka. Jeroan dan insang dibuang. Bagian dalam perut disikat dengan ujung pisau untuk membuang sisa-sisa darah.
- Setelah itu, ikan dicuci sampai bersih.

##### b) *Filleting*

- Daging rusuk di sayat dari arah kepala ke ekor sehingga diperoleh *fillet*. Daging yang tersisa pada tulang dikerok dengan pisau dan dicampurkan dengan *fillet*.
- Kulit pada *fillet* dikelupas dan dipisahkan. Kulit ini tidak digunakan untuk membuat baso.

##### c) Pembekuan fillet

- *Fillet* dibekukan secara cepat. Kemudian digiling sampai halus menjadi bubur ikan.
- *Fillet tidak harus dibekukan, dan dapat langsung digiling.*

Tabel 1. Komposisi Bahan-Bahan Penyusun Baso

| BAHAN                | JUMLAH (GRAM)   |                     |                  |
|----------------------|-----------------|---------------------|------------------|
|                      | Baso Kelas Atas | Baso Kelas Menengah | Baso Kelas Bawah |
| Daging               | 3000            | 3000                | 3000             |
| Tapioka              | 300~750         | 750~1200            | 1200~3000        |
| Bawang Merah         | 100~200         | 150~250             | 150~250          |
| Bawang Putih         | 100~200         | 150~250             | 150~250          |
| Merica Bubuk         | 20              | 20                  | 20               |
| Garam                | 30~50           | 40~60               | 50~70            |
| Sodium tripolifosfat | 9               | 12                  | 15               |

- 2) **Penyusunan Bahan Baso**  
Komposisi bahan penyusun baso tergantung kepada rasa baso yang diinginkan. Semakin banyak kandungan ikan, semakin enak rasa basonya.
- 3) **Penggilingan Ikan Menjadi Adonan Baso**  
Bubur ikan diaduk dan lebih dihaluskan di dalam bagian alat pencampur adonan. Setelah bubur ikan benar-benar rata dan halus ditambahkan bumbu, sodium tripolifosfat, dan tepung sedikit demi sedikit sambil terus diaduk dengan kecepatan tinggi. Selama pengadukan, ditambahkan butiran atau bongkahan es. Pengadukan dianggap selesai jika terbentuk adonan yang rata, halus dan dapat dibulatkan bila di remas dengan tangan, kemudian dikeluarkan melalui lobang yang dibentuk oleh telunjuk dan ibu jari.
- 4) **Pembuatan Bulatan Baso Mentah dan Perebusan**  
Adonan diremas-remas dengan telapak tangan, kemudian dibuat bulatan dengan meremas-remas adonan, kemudian dikeluarkan melalui lobang yang dibentuk oleh telunjuk dan ibu jari. Dengan bantuan ujung sendok terbalik, bulatan adonan secara cepat dimasukkan ke dalam air mendidih. Bila sudah matang, baso akan mengapung. Baso ini dibiarkan mengapung selama 5 menit, kemudian diangkat untuk ditiriskan. Hasil yang diperoleh disebut baso ikan.
- 5) **Penyimpanan**  
Baso merupakan bahan basah yang mudah rusak. Agar dapat tahan lama, baso harus disimpan di dalam ruang pembeku (freezer) dalam kemasan plastik tertutup rapat. Suhu freezer hendaknya di bawah  $-18^{\circ}\text{C}$ .

## **PEMBUATAN KUAH BASO**

- 1) Kuah baso merupakan kaldu daging yang dibumbui. Kebanyakan kuah baso berupa kaldu yang sangat encer karena sangat sedikit menggunakan daging. Kuah baso seperti ini biasanya ditambah monosodium glutamat (MSG) dalam jumlah tinggi (sampai 2% atau 20 gram per liter kuah).
- 2) Agar kuah baso terasa enak, daging yang digunakan untuk membuat baso sekurang-kurangnya 10% dari jumlah kuah baso yang dihasilkan. Kuah baso seperti itu tidak perlu ditambah MSG.
- 3) **Bahan**
  - a. Air (4 liter)
  - b. Daging cincang kasar (300 gram)
  - c. Tulang cincang kasar (250 gram)
  - d. Bawang putih digiling halus (150 gram)
  - e. Bawang merah digiling halus (150 gram)
  - f. Merica halus (25 gram)
  - g. Seledri segar (5 tangkai)

- h. Pala cacahan kasar (10 gram)
- i. Kapulaga/gardamungu (4 buah)
- j. Garam (secukupnya)

#### 4) Cara Pengolahan

- a. Daging cincang dan tulang direbus di dalam air mendidih selama 30 menit.
- b. Bawang putih, bawang merah dan merica yang telah digiling halus ditumis dengan sedikit minyak sampai harum.
- c. Semua bumbu, kecuali seledri dimasukkan ke dalam rebusan daging dan tulang yang mendidih. Sepuluh menit kemudian ditambahkan irisan seledri, dan kuah baso tetap dibiarkan mendidih sebentar, kemudian diangkat, hasil yang diperoleh adalah kuah baso yang enak dan gurih tanpa bahan kimia tambahan.

## 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](#)**