

IKAN PINDANG DURI LUNAK

1. PENDAHULUAN

Ikan pindang adalah ikan setengah basah yang mengandung garam pada konsentrasi agak tinggi (10~20%) melalui proses perebusan. Tingginya kadar garam memungkinkan ikan pindang disimpan dalam waktu yang agak lama (4~8 minggu).

Pengolahan ikan pindang mudah dilakukan. Ikan digarami, kemudian direbus sampai matang. Setelah perebusan, ikan tetap dibiarkan di dalam wadah perebus. Ikan pindang lunak dibuat dengan merebus ikan pada suhu dan tekanan tinggi, yaitu 121⁰C selama 1,5~2,0 jam. Proses ini menyebabkan duri menjadi lunak dan rapuh.

2. BAHAN

- 1) Ikan
- 2) Garam

3. PERALATAN

Retort. Alat ini digunakan untuk memasak ikan pada suhu dan tekanan tinggi dengan menggunakan uap panas dari air. Untuk usaha rumah tangga, dapat digunakan *pressure cooker*.

4. CARA PEMBUATAN

- 1) Proses pendahuluan. Sisik ikan dibuang, kemudian perut dibelah, insang dan jeroan dibuang. Setelah itu ikan dibelah dan atau mengalami *filleting* seperti proses pendahuluan yang diberikan terhadap ikan yang akan dikeringkan.

Proses pendahuluan dapat juga hanya berupa pembuangan sisik, jeroan dan insang.

- 2) Penggaraman. Ikan direndam di dalam larutan garam 30% (untuk membuat 1 liter larutan garam 30%: garam 300 g ditambah dengan air sambil diaduk sampai volumenya 1 liter). Ke dalam larutan garam ditambahkan natrium ribonat dan kalium sorbat, masing-masing 5 dan 10 g untuk setiap 1 liter larutan garam. Lama perendaman adalah 1,5~2,0 jam. Setelah perendaman, ikan ditiriskan.

- 3) Pemasakan. Ikan dimasak di dalam *retort*, atau di dalam *press cooker* pada suhu 121⁰C selama 1,5~2,0 jam.
- 4) Pengeringan. Setelah dimasak, ikan yang masih panas segera dikeringkan di dalam alat pengering bersikulasi udara pada suhu 65~70⁰C selama 6 jam. Setiap 1 jam, dilakukan pembalikan.
- 5) Pengemasan. Ikan dikemas di dalam kantong plastik. Paling baik, jika pengemasan dilakukan secara vakum.

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](#)