

TELUR ASIN

1. PENDAHULUAN

Telur adalah salah satu sumber protein hewani yang memiliki rasa yang lezat, mudah dicerna, dan bergizi tinggi. Selain itu telur mudah diperoleh dan harganya murah. Telur dapat dimanfaatkan sebagai lauk, bahan pencampur berbagai makanan, tepung telur, obat, dan lain sebagainya. Telur terdiri dari protein 13 %, lemak 12 %, serta vitamin, dan mineral. Nilai tertinggi telur terdapat pada bagian kuningnya. Kuning telur mengandung asam amino esensial yang dibutuhkan serta mineral seperti : besi, fosfor, sedikit kalsium, dan vitamin B kompleks. Sebagian protein (50%) dan semua lemak terdapat pada kuning telur. Adapun putih telur yang jumlahnya sekitar 60 % dari seluruh bulatan telur mengandung 5 jenis protein dan sedikit karbohidrat. Kelemahan telur yaitu memiliki sifat mudah rusak, baik kerusakan alami, kimiawi maupun kerusakan akibat serangan mikroorganisme melalui pori-pori telur. Oleh sebab itu usaha pengawetan sangat penting untuk mempertahankan kualitas telur.

Telur akan lebih bermanfaat bila direbus setengah matang dari pada direbus matang atau dimakan mentah. Telur yang digoreng kering juga kurang baik, karena protein telur mengalami denaturasi/rusak, berarti mutu protein akan menurun. Macam-macam telur adalah : telur ayam (kampung dan ras), telur bebek, puyuh dan lain-lain.

Kualitas telur ditentukan oleh : 1) kualitas bagian dalam (kekentalan putih dan kuning telur, posisi kuning telur, dan ada tidaknya noda atau bintik darah pada putih atau kuning telur) dan 2) kualitas bagian luar (bentuk dan warna kulit, permukaan telur, keutuhan, dan kebersihan kulit telur).

Umumnya telur akan mengalami kerusakan setelah disimpan lebih dari 2 minggu di ruang terbuka. Kerusakan tersebut meliputi kerusakan yang nampak dari luar dan kerusakan yang baru dapat diketahui setelah telur pecah. Kerusakan pertama berupa kerusakan alami (pecah, retak). Kerusakan lain adalah akibat udara dalam isi telur keluar sehingga derajat keasaman naik. Sebab lain adalah karena keluarnya uap air dari dalam telur yang membuat berat telur turun serta putih telur encer sehingga kesegaran telur merosot. Kerusakan telur dapat pula disebabkan oleh masuknya mikroba ke dalam telur, yang terjadi ketika telur masih berada dalam tubuh induknya. Kerusakan telur terutama disebabkan oleh kotoran yang menempel pada kulit telur. Cara mengatasi dengan pencucian telur sebenarnya hanya akan mempercepat kerusakan. Jadi pada umumnya telur yang kotor akan lebih awet daripada yang telah dicuci. Penurunan mutu telur sangat dipengaruhi oleh suhu penyimpanan dan kelembaban ruang penyimpanan.

Prinsip pengawetan telur adalah untuk :

- 1) Mencegah masuknya bakteri pembusuk ke dalam telur;
- 2) Mencegah keluarnya air dari dalam telur.

Beberapa proses pengawetan telur utuh yang diawetkan bersama kulitnya antara lain :

- 1) proses pendinginan;
- 2) proses pembungkusan kering;
- 3) proses pelapisan dengan minyak;
- 4) proses pencelupan dalam berbagai cairan.

Untuk menjaga kesegaran dan mutu isi telur, diperlukan teknik penanganan yang tepat, agar nilai gizi telur tetap baik serta tidak berubah rasa, bau, warna, dan isinya.

Telur asin adalah telur utuh yang diawetkan dengan adonan yang dibubuhi garam. Ada 3 cara pembuatan telur asin yaitu :

- 1) Telur asin dengan adonan garam berbentuk padat atau kering;
- 2) Telur asin dengan adonan garam ditambah ekstrak daun teh;
- 3) Telur asin dengan adonan garam, dan kemudian direndam dalam ekstrak atau cairan teh.

2. BAHAN

- | | |
|---|---------------------------|
| 1) Telur bebek yang bermutu baik | 30 butir |
| 2) Abu gosok atau bubuk batu bata merah | 1 ½ liter |
| 3) Garam dapur | ½ kg |
| 4) Larutan daun teh (bila perlu) | 50 gram teh / 3 liter air |
| 5) Air bersih | secukupnya |

3. ALAT

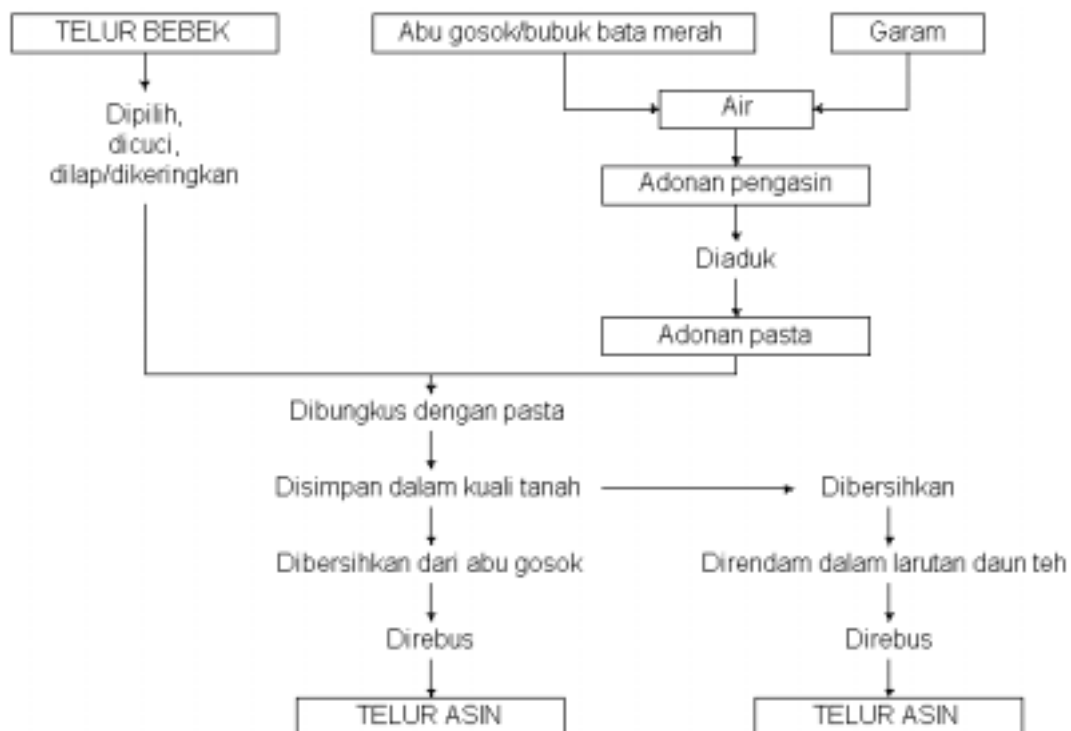
- 1) Ember plastik
- 2) Kualiti tanah atau panci
- 3) Kompor atau alat pemanas
- 4) Alat pengaduk
- 5) Stoples atau alat penyimpan telur

4. CARA PEMBUATAN

- 1) Pilih telur yang bermutu baik (tidak retak atau busuk);
- 2) Bersihkan telur dengan jalan mencuci atau dilap dengan air hangat, kemudian keringkan;

- 3) Amplas seluruh permukaan telur agar pori-porinya terbuka;
- 4) Buat adonan pengasin yang terdiri dari campuran abu gosok dan garam, dengan perbandingan sama (1:1). Dapat pula digunakan adonan yang terdiri dari campuran bubuk bata merah dengan garam;
- 5) Tambahkan sedikit air ke dalam adonan kemudian aduk sampai adonan berbentuk pasta;
- 6) Bungkus telur dengan adonan satu persatu secara merata sekeliling permukaan telur, kira-kira setebal 1~2 mm;
- 7) Simpan telur dalam kualii atanah atau ember plastik selama 15 ~ 20 hari. Usahakan agar telur tidak pecah, simpan di tempat yang bersih dan terbuka;
- 8) Setelah selesai bersihkan telur dari adonan kemudian rendam dalam larutan the selama 8 hari (bila perlu).

5. DIAGRAM ALIR PEMBUATAN TELUR ASIN



6. KEUNTUNGAN

- 1) Telur yang diasinkan bersifat stabil, dapat disimpan tanpa mengalami proses perusakan;
- 2) Dengan pengasinan rasa amis telur akan berkurang tidak berbau busuk, dan rasanya enak.

Catatan:

- 1) Asin tidaknya telur asin dan keawetannya, sangat tergantung pada kadar garam yang diberikan. Semakin tinggi kadar garam, akan semakin awet telur yang diasinkan, tetapi rasanya akan semakin asin.
- 2) Telur asin matang tahan selama 2~3 minggu, sedangkan pembubuhan larutan teh dalam adonan pengasin dapat meningkatkan ketahanan telur asin sampai 6 minggu.
- 3) Penggunaan ekstrak daun teh bertujuan agar zat tanin yang terkandung dalam daun teh dapat menutupi pori-pori kulit telur sertamemberikan warna coklat muda yang menarik dan bau telur asin yang dihasilkan lebih disukai.

4) Komposisi kimia telur segar dan telur asin

Jenis telur	Kalori (kal)	Protein (g)	Lemak (g)	Hidrat arang (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Besi (mg)	Vit. A S.I	Vit. B-1 (mg)	Vit.C (mg)	Air (g)	b.d.d (%)
Telur ayam	162	12,8	11,5	0,7	54	180	2,7	900	0,10	0	74	90
Telur bebek (itik)	189	13,1	14,3	0,8	56	175	2,8	1230	0,18	0	70,8	90
Telur bebek Asin	195	13,6	13,6	1,4	120	157	1,8	841	0,28	0	66,5	83

7. DAFTAR PUSTAKA

- 1) Pengawetan telur. Dalam : Berkas lembaran petunjuk latihan teknologi makanan. Yogyakarta : Pendidikan Guru Pertanian PGP. Kejuruan Teknologi Makanan, 1975. Hal. 59-60.
- 2) Sutrisno, Koswara. Perbaikan proses pengasinan telur. *Ayam dan Telur*, 63, 1991 : 35-36.
- 3) Syamsinan, S.T. dan Soekarta. Penggunaan teh pada proses pengasinan telur bebek (*Muscovy sp.*). *Buletin Pusbangtepa*, Mei 1982 : 9 – 13.
- 4) Sarwono, B; A. Murtidjo dan A. Daryanto. Telur : *Pengawetan dan manfaatnya*. Jakarta : Penebar Swadaya, 1985. 73 hal.
- 5) Telur asin. Dalam : *Paket industri pangan*. Bogor : Pusbangtepa-IPB, s.a. Hal. 4

8. 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](#)