

SELAI DAN JELI BUAH

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.

Selai adalah produk makanan yang kental atau setengah padat dibuat dari campuran 45 bagian berat buah (cacah buah) dan 55 bagian berat gula.

Jelai adalah produk yang hampir sama dengan selai, bedanya jeli dibuat dari campuran 45 bagian sari buah dan 55 bagian berat gula.

Tiga bahan pokok pada proses pembuatan selai atau jeli adalah pektin, asam, dan gula dengan perbandingan tertentu untuk menghasilkan produk yang baik.

Selai atau jeli buah yang baik harus berwarna cerah, jernih, kenyal seperti agar-agar tetapi tidak terlalu keras, serta mempunyai rasa buah asli.

Buah yang dapat digunakan untuk membuat selai atau jeli adalah buah yang masak tetapi tidak terlalu matang dan tidak ada tanda-tanda busuk. Selai yang diperoleh dari buah hasilnya lebih banyak daripada diolah menjadi jeli, sehingga pengolahan jeli lebih banyak menggunakan buah yang murah harganya. Buah yang masih muda tidak dapat digunakan untuk pembuatan selai atau jeli karena masih banyak mengandung zat pati (karbohidrat) dan kandungan pektinnya rendah. Kulit buahpun dapat digunakan untuk menghasilkan selai atau jeli tersebut.

Buah yang sering digunakan untuk pembuatan selai atau jeli antara lain : anggur, apel, murbei, arbei, gowok, jambu biji, jeruk, pala, dan lain-lain. Sedangkan kulit buah yang biasa digunakan untuk membuat selai atau jeli antara lain : kulit durian, kulit nenas, kulit jeruk, dan lain-lain.

2. BAHAN

- | | |
|---|------------------|
| 1) Buah, seperti: pala (putil), mangga, jambu biji, pepaya, nenas, dll, atau kulit buah, seperti: kulit durian, kulit nenas, kulit jeruk, dll | 1 kg |
| 2. Gula pasir | $\frac{3}{4}$ kg |
| 3. Asam sitrat atau sari buah nipis | secukupnya |
| 4. Natrium benzoat (sebagai zat pengawet) | 1 gram |
| 5. Garam dapur | secukupnya |
| 6. Panili | secukupnya |

3. ALAT

- 1) Botol selai yang sudah disterilkan
- 2) Kain saring atau kain blacu
- 3) Mangkok
- 4) Panci
- 5) Parutan
- 6) Pengaduk
- 7) Pisau
- 8) Sendok
- 9) Penggorengan (wajan)
- 10) Baskom

4. CARA PEMBUATAN

- 1) Cuci buah yang sudah tua (belum matang) lalu kupas dan buang bijinya.
- 2) Untuk nenas matanya dibuang tetapi hatinya tak perlu dibuang;
- 3) Khusus buah pala, kukus daging buahnya selama 10 menit;
- 4) Parut daging buah dan tambahkan gula serta panili. Aduk sampai rata kemudian masak selama 1 jam;
- 5) Setelah mengental, masukkan segera dalam botol dan biarkan botol dalam keadaan terbalik selama 5 menit;
- 6) Balik ke posisi semula.

Cara Pembuatan Selai Kulit Buah :

- 1) Cuci kulit buah lalu rebus dalam air panas selama \pm 30~45 menit, kemudian diamkan selama 12 jam;
- 2) Tambahkan gula dan panili serta natrium benzoat. Aduk sampai rata kemudian masak selama 1 jam;
- 3) Setelah mengental, masukkan segera dalam botol dan biarkan botol dalam keadaan terbalik selama 5 menit;
- 4) Balik ke posisi semula.

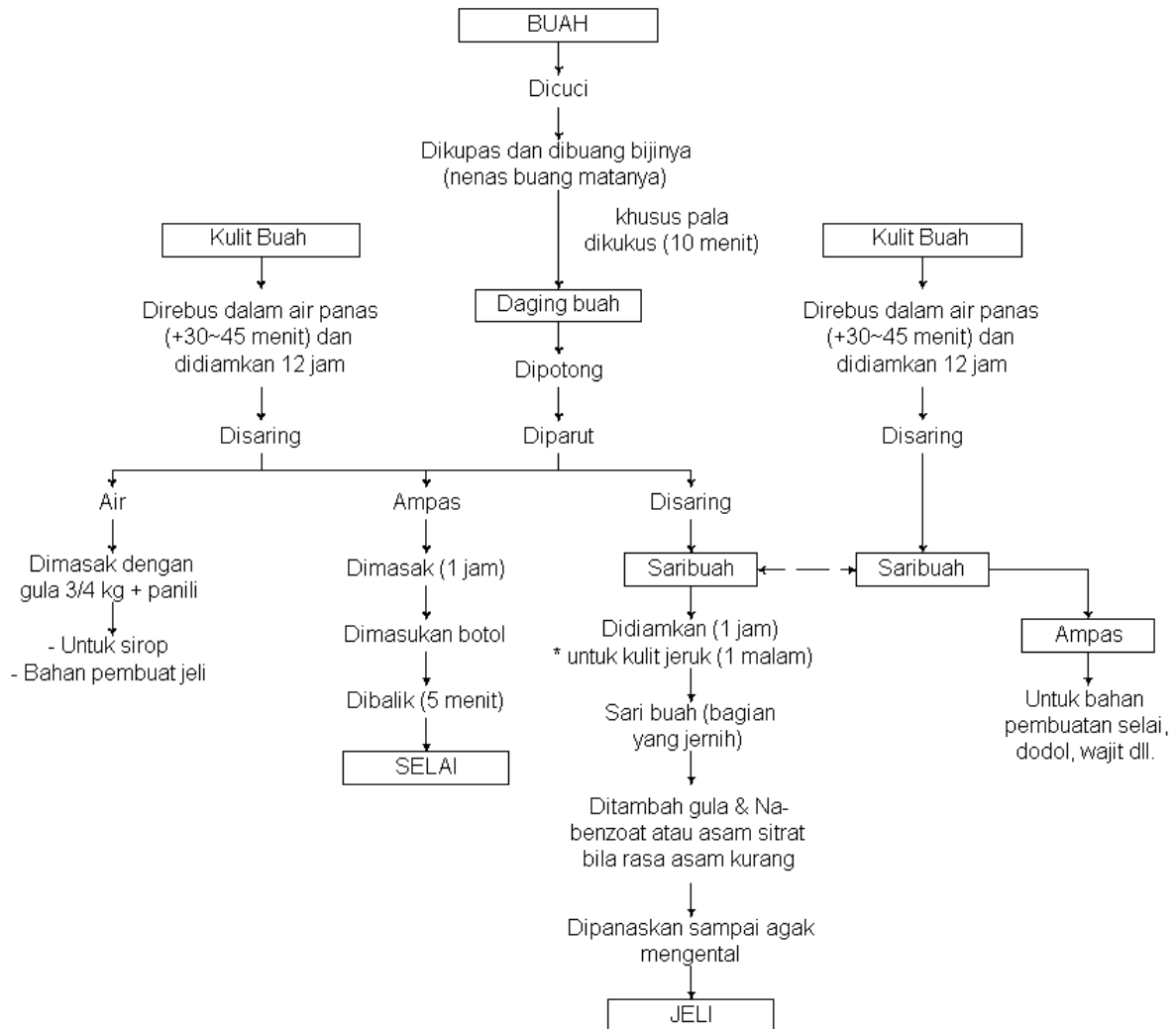
Cara Pembuatan Jeli Buah Segar atau Kulit Buah :

- 1) Cuci buah yang sudah tua (belum matang), kupas dan buang bijinya.
- 2) Untuk nenas matanya dibuang tetapi hatinya tidak perlu dibuang;
- 3) Khusus buah pala, kukus daging buahnya selama 10 menit;
- 4) Potong kecil-kecil, parut kemudian saring;
- 5) Untuk kulit, setelah dicuci bersih rebus dalam air panas \pm 30~45 menit, kemudian diamkan selama 12 jam. Setelah itu saring.
- 6) Diamkan hasil saringan selama 1 jam;
- 7) Khusus untuk kulit jeruk, diamkan hasil saringan selama 1 malam.
- 8) Ambil sari buahnya (bagian yang jernih);
- 9) Tambahkan gula dan natrium benzoat. Bila rasa asam masih kurang, tambahkan asam sitrat sampai rasa asam seimbang, lalu panaskan hingga agak mengental;
- 10) Masukkan segera dalam botol.

Catatan :

- 1) Penambahan gula tidak boleh terlalu banyak atau sedikit karena bisa merubah kekentalan selai atau kekenyalan jeli.
- 2) Pemanasan harus diperhatikan, jangan sampai terlalu kental atau kurang kental. Terlalu kental mengakibatkan sari buah banyak yang menguap sedangkan kurang kental mengakibatkan pembentukan selai atau jeli kurang sempurna.

5. DIAGRAM ALIR PEMBUATAN SELAI ATAU JELI BUAH



6. DAFTAR PUSTAKA

- 1) Cara membuat selai pepaya dan nenas. Jakarta : Butsi. Dirjen Pembinaan dan Pengembangan Tenaga Kerja. Direktorat Bina Padat Karya dan Usaha Mandiri, 1983.
- 2) Marmalade buah jeruk dan biji. Jakarta : Pusat Penelitian dan Pengembangan Hortikultura, Balitbang Pertanian, 1989.
- 3) Muhidin. Mengenal jam (jem) dan jelly (jeli)(berikut pengolahannya. Selera, VI (8), Agustus 1987 : 30-31.
- 4) Purwani, E.Y. Bagaimana membuat jelly nenas. Selera IV (8), Agustus 1985 : 76-77.
- 5) Rita, St. Pemanfaatan kulit durian. Lomba Karya Ilmiah Remaja LIPI-TVRI. Jakarta, 1982. Hal. 135-167.

- 6) Siswoputranto, L.L.D. Mengawetkan buah durian segar. *Trubus*, XV (171), February 1984 : 117-119.
- 7) Wiriano, H. dan M.A. Dachlan. Pembuatan jeli pala. Bogor : Balai Besar Litbang Industri Hasil Pertanian, Balitbang Industri, Departemen Perindustrian, 1984. Hal. 1-9.
- 8) Wiriano, H dan Siti Sofiah. Pembuatan Selai Pala. Bogor : Balai Besar Litbang Industri Departemen Perindustrian, 1984. Hal. 1-10.

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