26. BAKSO DAGING

Bakso adalah produk pangan yang terbuat dari bahan utama daging yang dilumatkan, dicampur dengan bahan-bahan lainnya, dibentuk bulatan-bulatan, dan selanjutnya direbus. Berbeda dengan sosis, bakso dibuat tanpa mengalami proses kiuring, pembungkusan maupun pengasapan.

Biasanya istilah bakso tersebut diikuti dengan nama jenis dagingnya, seperti bakso ikan, bakso ayam, dan bakso sapi. Berdasarkan bahan bakunya, terutama ditinjau dari jenis daging dan jumlah tepung yang digunakan, bakso dibedakan menjadi 3 jenis yaitu bakso daging, bakso urat dan bakso aci. Bakso daging dibuat dari daging yang sedikit mengandung urat, misalnya daging penutup, pendasar gandik dengan penambahan tapung lebih sedikit daripada berat daging yang digunakan.

Bakso urat adalah bakso yang dibuat dari daging yang banyak mengandung jaringan ikat atau urat, misalnya daging iga. Penambahan tepung pada bakso urat lebih sedikit daripada jumlah daging yang digunakan. Bakso aci adalah bakso yang jumlah penambahan tepungnya lebih banyak dibanding dengan jumlah daging yang digunakan.

Parameter mutu bakso yang diperhatikan para pengolah maupun konsumen adalah tekstur, warna dan rasa. Tekstur yang biasanya disukai adalah yang halus, kompak, kenyal dan empuk. Halus dimana permukaan irisannya rata, seragam dan serta dagingnya tidak tampak. Kekenyalan bakso dapat ditentukan dengan melempar bakso ke permukaan meja dan lantai, dimana bakso yang kenyal akan memantul, sedangkan keempukan diukur dengan cara digigit, dimana bakso yang empuk akan mudah pecah.

Bahan Bakso dan Peranannya

Bahan-bahan baku bakso terdiri dari bahan baku utama dan bahan baku tambahan. Bahan utamanya adalah daging, sedangkan bahan tambahannya adalah bahan pengisi, garam, penyedap dan es atau air es.

Hampir semua bagian daging dapat digunakan untuk membuat bakso. Jenis daging yang sering digunakan antara lain daging penutup, pendasar gandik, lamusir, paha depan dan iga. Umumnya daging yang digunakan untuk membuat bakso adalah daging yang sesegar mungkin, yaitu yang diperoleh segera setelah pemotongan hewan tanpa mengalami proses penyimpanan atau pelayuan.

Komponen daging yang terpenting dalam pembuatan bakso adalah protein. Protein daging berperan dalam pengikatan hancuran daging selama pemasakan dan pengemulsi lemak sehingga produk menjadi empuk, kompak dan kenyal.

Bahan pengisi yang biasa digunakan dalam pembuatan bakso adalah tepung pati, misalnya tepung tapioka dan tepung pati aren. Bahan pengisi mempunyai kandungan karbohidrat yang tinggi, sedangkan kandungan proteinnya rendah. Bahan tersebut tidak dapat mengemulsikan lemak tetapi memiliki kemampuan dalam mengikat air.

Penggunaan tepung pati dalam pembuatan bakso untuk konsumsi rumah tangga biasanya 4 – 5 persen dari berat daging. Sedangkan pada pembuatan komersial, penambahan tepung berkisar antara 50 sampai 100 persen dari berat daging. Hal ini dimaksudkan untuk menekan biaya produksi dan mengurangi harga bakso. Penambahan tepung terlalu tinggi akan menutup rasa daging sehingga rasa bakso kurang disukai konsumen.

Garam dapur dan MSG (monosodium glutamat) sama-sama memiliki fungsi sebagai pemberi rasa pada produk bakso. Perbedaanya, garam dapur selain memberi rasa juga berfungsi sebagai pelarut protein, pengawet dan meningkatkan daya ikat air dari protein daging. Pemakaian garam dalam pembuatan bakso berkisar antara 5 – 10 persen dari berat daging. Sedangkan penambahan MSG umumnya berkisar antara 1 sampai 2.5 persen dari berat daging.

Tekstur dan keempukan produk bakso dipengaruhi oleh kandungan airnya. Penambahan air pada adonan bakso diberikan dalam bentuk es batu atau air es, supaya suhu adonan selama penggilingan tetap rendah. Dalam adonan, air berfungsi untuk melarutkan garam dan menyebarkannya secara merata keseluruh bagian masa daging, memudahkan ekstraksi protein dari daging dan membantu dalam pembentukan emulsi. Air ditambahkan sampai adonan mencapai tekstur yang dikehendaki. Jumlah penambahan air biasanya berkisar antara 20 – 50 persen dari berat daging yang digunakan. Jumlah penambahan ini dipengaruhi oleh jumlah tepung yang ditambahkan. Untuk menghasilkan tekstur adonan yang sama, semakin banyak penambahan tepung semakin banyak air yang harus ditambahkan.

Bahan-bahan lain yang sering digunakan dalam pembuatan bakso adalah bahan pemutih, bahan pengawet, boraks dan tawas. Bahan pemutih yang biasa digunakan adalah Titanium dioksida (TiO_2). Penambahan TiO_2 ke dalam bakso diperkirakan antara 0.5 sampai 1 persen dari berat adonan. Fungsi bahan ini adalah untuk menghindari warna bakso yang gelap.

Bahan pengawet yang biasa digunakan dalam bakso adalah benzoat. Pemakaian benzoat dilakukan dengan cara mencampurkannya ke dalam adonan bakso, sebanyak 0.1 sampai 0.5 persen dari berat adonan. Peraturan Menkes RI membatasi penggunaan benzoat dalam produk pangan maksimum 0.1 persen dari berat produk.

Boraks ($N_{a2}B_4O_7.10H_2O$) berupa serbuk putih sering digunakan oleh pengolah bakso dengan maksud menghasilkan produk yang kering (kasat dan tidak lengket). Tetapi dalam peraturan kesehatan, boraks termasuk salah satu bahan kimia yang dilarang penggunaannya dalam produk pangan.

Tawas (Al_2 $(SO_4)_3$) digunakan dalam air yang digunakan untuk merebus bakso. Jumlah penambangannya sekitar 1 sampai 2 gram per liter air. Tujuan penggunaan tawas adalah untuk mengeraskan permukaan bakso dan memberi warna yang cerah.

Sodium tripolifosfat yang ditambahkan ke dalam adonan bakso dapat mencegah terbentuknya permukaan kasar dan rekahan pada bakso. Penggunaan polifosfat sebanyak 0.75 persen dari berat daging dan penambahan garam dapur sebanyak 2.0 persen memberikan nilai penerimaan konsumen yang sangat baik. Penambahan polifosfat yang lebih tinggi dapat menyebabkan rasa pahit.

Pembuatan Bakso

Pembuatan bakso terdiri dari persiapan bahan, penghancuran daging, pencampuran bahan dan pembuatan adonan, pencetakan dan pemasakan. Persiapan bahan meliputi pemilihan daging dan penyiangan bahan tambahan lainnya. Daging bisa dipilih yang segar, bersih atau dibersihkan dari lemak permukaan dan jaringan ikat atau urat.

Penghancuran daging bertujuan untuk memecah serabut daging, sehingga protein yang larut dalam larutan garam akan mudah keluar. Penghancuran daging untuk bakso dapat dilakukan dengan cara mencacah, menggiling atau mencincang sampai lumat. Alat yang biasa digunakan antara lain pisau, pencincangan (*chopper*), atau penggiling (*grinder*).

Pembentukan adonan dapat dilakukan dengan mencampur seluruh bagian bahan kemudian menghancurkan-nya sehingga membentuk adonan. Atau dengan menghancurkan daging bersama-sama garam dan es batu terlebih dulu, baru kemudian dicampurkan bahan-bahan lain dengan alat yang sama atau menggunakan *mixer*.

Pemasakan bakso biasanya dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama, bakso dipanaskan dalam panci berisi air hangat sekitar 60^{0}C sampai 80^{0}C, sampai bakso mengeras dan mengambang di permukaan air. Pada tahap selanjutnya, bakso dipindahkan ke dalam panci lainnya yang berisi air mendidih, kemudian direbus sampai matang, biasanya sekitar 10 menit. Pemasakan bakso dalam dua tahap tersebut dimaksudkan agar permukaan produk bakso yang dihasilkan tidak keripuk dan tidak pecah akibat perubahan suhu yang terlalu cepat.

Pembuatan bakso dapat diuraikan sebagai berikut :

1. Bersihkan daging dari lemak pada permukaan dan urat.
2. Timbang 1 kg daging bersama 200 gram es batu dan 50 gram garam dapur digiling dalam gilingan daging.
3. Daging giling kemudian dimasukkan ke dalam alat penghancur dan ditambahkan 100 - 1000 gram tapioka (tergantung selera, atau mutu bakso yang dihasilkan), 2.5 gram MSG, 2.5 gram. Titanium dioksida dan 1.5 gram sodium tripolifosfat. Campuran tersebut dihancurkan selama setengah menit lalu dikeluarkan untuk dicetak.
4. Adonan yang sudah jadi, dicetak dengan tangan dan dengan bantuan sendok.
5. Bakso yang telah dicetak segera dimasukkan ke dalam air hangat dengan suhu 60 sampai 80^{0}C dan dibiarkan sampai mengambang. Setelah mengambang bakso dipindahkan ke dalam air mendidih dan dipanaskan sampai bakso matang, yaitu sekitar 10 menit.
6. Bakso yang matang ditiriskan dan warna dan kehalusannya dilihat secara visual, keempukan dengan cara digigit, kekenyalan dengan cara dipijat atau digigit, dan rasa serta aroma dengan cara dicicip. Bakso siap dikonsumsi.