

Pengolahan Bahan Pangan Buah Menjadi Makanan dan Minuman

Mata Pelajaran: Prakarya – Kelas VII SMP

I. Pengertian Pengolahan Buah

Pengolahan bahan pangan buah adalah proses mengubah buah segar menjadi berbagai bentuk produk makanan dan minuman, dengan tujuan:

- Meningkatkan **masa simpan**
 - Menambah **nilai jual**
 - Menyesuaikan **selera konsumen**
 - Menciptakan **inovasi produk pangan**
-

II. Tujuan Pengolahan Buah

1. Memanfaatkan buah yang melimpah agar tidak cepat rusak atau busuk.
 2. Meningkatkan nilai gizi dan daya tarik produk.
 3. Membantu pengembangan ekonomi rumah tangga atau industri kecil.
 4. Meningkatkan keterampilan dan kreativitas dalam bidang kuliner.
-

III. Contoh Produk Olahan Buah

A. Makanan dari Buah:

Jenis Produk	Contoh Buah	Teknik Pengolahan
Selai	Nanas, stroberi	Perebusan, pencampuran gula
Manisan	Mangga, kedondong	Perendaman dalam larutan gula
Keripik	Pisang, apel	Penggorengan (vacuum frying)
Dodol	Sirsak, durian	Pemanasan, pengadukan lama

Jenis Produk	Contoh Buah	Teknik Pengolahan
Asinan	Pepaya, mangga	Pengawetan dengan larutan garam/cuka

B. Minuman dari Buah:

Jenis Produk	Contoh Buah	Teknik Pengolahan
Jus	Jeruk, semangka	Blenderisasi
Smoothie	Pisang, stroberi	Blenderisasi + susu/yogurt
Sirup	Markisa, nanas	Perebusan, penyaringan
Sari buah	Jambu, apel	Pengepresan, penyaringan
Minuman fermentasi	Nanas, salak	Fermentasi ringan

IV. Teknik Dasar Pengolahan Buah

1. **Perebusan** – untuk membuat selai, sirup, manisan.
2. **Pengeringan** – untuk membuat keripik atau manisan kering.
3. **Penggorengan** – khususnya untuk buah seperti pisang (keripik).
4. **Pemblenderan (blenderisasi)** – untuk membuat jus, smoothie.
5. **Penyaringan** – untuk sari buah atau sirup.
6. **Perendaman** – dalam larutan gula atau garam (manisan/asinan).
7. **Fermentasi ringan** – sebagai alternatif minuman tradisional.

V. Prinsip Sanitasi dan Keselamatan Kerja

- Cuci tangan sebelum dan sesudah praktik.
- Gunakan alat bersih dan aman.

- Simpan bahan makanan dengan benar.
 - Gunakan celemek dan sarung tangan jika diperlukan.
 - Hindari kontaminasi silang (alat mentah dan matang harus dipisah).
-

VI. Pengemasan Produk

Fungsi pengemasan:

- Melindungi produk dari kerusakan.
- Menjaga kebersihan dan kualitas.
- Menarik perhatian konsumen.
- Memberi informasi (label: nama, tanggal pembuatan, komposisi).

Contoh kemasan:

- Toples plastik atau kaca untuk selai dan manisan
 - Plastik vakum untuk keripik
 - Botol plastik atau kaca untuk jus dan sirup
-

VII. Promosi Produk Olahan Buah

- **Poster atau brosur sederhana**
 - **Slogan menarik**, contoh: *"Sehat dan Segar dari Buah Alami!"*
 - **Presentasi langsung**
 - Pemasaran melalui media sosial sekolah atau komunitas
-

VIII. Nilai Karakter yang Dikembangkan

- **Tanggung jawab**: menjaga kebersihan dan keamanan pangan
- **Kerja sama**: bekerja dalam kelompok praktik
- **Kreativitas**: menciptakan variasi produk dan desain kemasan
- **Kemandirian**: merancang dan melaksanakan proses produksi sendiri

- **Kewirausahaan:** mengenal potensi bisnis dari olahan buah