

HIPSI

Dosen FKM UNAIR Jelaskan Pengolahan Daging Kurban yang Baik

Achmad Sarjono - SURABAYA.HIPSI.OR.ID

Jun 26, 2023 - 14:04



Foto by ShutterstockHalfpoint

SURABAYA – Perayaan hari idul adha tinggal sebentar lagi. Dalam perayaannya, umat muslim akan mendapatkan daging kurban untuk disantap. Beragam menu biasanya tersaji.

Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), Universitas Airlangga (UNAIR), Lailatul Muniroh SKM MKes, Minggu (25/6/2023) memberikan tanggapan, bahwa Mengolah daging kurban dengan baik adalah penting untuk menghasilkan hidangan yang lezat dan aman untuk dikonsumsi.

“Mencuci daging kurban sebelum memasak adalah langkah penting untuk membersihkan potongan daging dan menghilangkan kotoran yang mungkin masih melekat,” ucapnya.

Dalam proses mencuci, ia menekankan pentingnya kebersihan tempat, seperti ke higienisan wastafel. Ketika mencuci, pastikan seluruh permukaan potongan daging terkena air, gosok secara perlahan untuk menghilangkan kotoran yang menempel. Dan juga tetap menggunakan air mengalir untuk membersihkan.

“Setelah mencuci daging dengan sikat atau tanpa sikat, bilas potongan daging dengan air bersih yang mengalir untuk menghilangkan residu sabun atau kotoran yang mungkin tersisa,” tambahnya.



Dosen Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM), Universitas Airlangga (UNAIR), Lailatul Muniroh SKM MKes. (Foto: Istimewa)

Selepas dicuci, daging pun dapat diolah sesuai dengan keinginan. Ia pun menjelaskan bahwa pengolahan daging harus secara tepat untuk membunuh bakteri yang tersisa. Metode memasak pun dapat sesuai dengan selera masing-masing, seperti seperti memanggang, menggoreng, merebus, atau memasak dalam oven.

“Jika daging kurban memiliki lapisan lemak yang tebal, kita dapat memotongnya terlebih dahulu. Hal ini dapat membantu mengurangi kandungan lemak jenuh dalam hidangan akhir. Potong daging sesuai dengan resep yang akan kita buat dan masak sesuai selera,” pungkasnya. (*)

Penulis: Afrizal Naufal Ghani

Editor: Nuri Hermawan