

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penulisan

Makanan Jepang adalah makanan yang dimasak dengan cara memasak yang berkembang secara unik, menggunakan teknik yang sangat variatif dan menggunakan bahan makanan yang diambil dari wilayah Jepang dan sekitarnya. Salah satunya adalah *Robatayaki* yang merupakan teknik memasak yang sangat tradisional, yaitu dengan cara memanggang bahan makanan di atas bara api yang berupa berbagai menu mentah sudah dideretkan di sepanjang meja. Pengunjung tinggal duduk dan memilih makanan yang hendak disantap, kemudian koki akan memasak jenis makanan yang dipilih. *Robatayaki* sekarang lebih kenal dengan *teppanyaki*. Sebenarnya *Teppanyaki* yang merupakan cara memasak yang sama tetapi semua menu tidak terletak di atas meja melainkan dapat dipesan terlebih dahulu kemudian juru masak akan memasak pesannya, yang kini telah banyak di tawarkan di restoran-restoran Jepang. Dalam melakukan teknik ini, bahan makanan yang dimasak oleh juru masak ditunjukkan secara langsung di depan umum.

Makanan Jepang pada umumnya dibuat tidak hanya untuk memuaskan lidah melainkan juga mata. Sejarah makanan tradisional Jepang mendapat pengaruh kuat dari Cina. Bermula di abad ke-7 sampai abad ke-9, bangsa Cina memperkenalkan pemakaian sumpit kepada bangsa Jepang. Bangsa Cina yang menganut agama Budha juga menekankan vegetarisme yang ketat melalui aliran

Zen¹. Tradisi memasak Jepang pun berubah, yang semula unggas dan daging disantap secara teratur, berubah menjadi banyak berbahan dasar ikan laut seperti ikan kakap, tuna, udang, cumi dan kerang.

Para juru masak Jepang menganut filosofi Zen yang mengatakan "makan dengan mata dan melihat dengan lidah", yang mengandung arti bahwa makanan tidak hanya enak di lidah tapi juga indah dipandang. Dalam makanan Jepang terdapat tiga unsur yang juga merupakan bagian dari filosofi Zen. Ketiga unsur tersebut meliputi tradisi, seni dan bahan makanan yang alami.

Sebagai seni, terlihat dari penataan sajian makanan yang indah dan tertata rapi dengan susunan teratur. Dalam penyajiannya makanan Jepang sangat memperhatikan estetika, seperti penggunaan wadah yang beraneka ragam dengan menampilkan karya seni tinggi, seperti mangkuk, cawan, cangkir dan alat perlengkapan memasak lainnya.

Begitupun dengan bahan makanan yang digunakan. Bahan dasar makanan khas Jepang diambil dari aneka jenis ikan laut, kacang kedelai dan sayuran yang banyak mengandung protein dan vitamin. Bahan dasar kacang kedelai berperan sangat dominan dalam masakan Jepang, seperti *shouyu*, *tofu*, *miso*. Sedangkan bumbu yang sering digunakan untuk menambah cita rasa pada makanan Jepang, antara lain: bumbu utama, seperti 醤油 *shouyu*, 出汁 *dashi*, 味醂 *mirin*, 砂糖 *satou*, *su* dan 酒 *sake*.

¹ . Aliran zen mengajarkan tentang kesederhanaan, minimalis, kekosongan hati dengan cara makan yang sehat dengan vegetarian tersebut Nilai-nilai Zen yang mengutamakan keseimbangan dan keselarasan dengan alam.

Makanan Jepang mencapai puncak perkembangannya pada periode Edo (1603-1868). Pada masa itu, makanan Jepang bukan saja mendapat pengaruh dari Cina dan Korea, melainkan juga masakan Eropa, terutama Spanyol, Belanda dan Portugis. Pengaruh dari Eropa terlihat dari adanya bahan-bahan makanan seperti minyak dan kecap dan bahan-bahan makanan lain, begitu juga dengan tata cara makan seperti penggunaan sendok dan garpu.

Makanan Jepang dengan rasa dan penampilan yang alami sudah lama dikenal sebagai salah satu makanan populer yang lezat dan sehat. てんぷら 'Tempura', しゃぶしゃぶ 'Shabu-shabu', すき焼き 'Sukiyaki' dan 寿司 'Sushi' merupakan makanan Jepang yang populer di luar Jepang, termasuk di Indonesia, terlihat dari semakin maraknya restoran atau *cafe* yang khusus menyajikan makanan Jepang (*Japanese Food*).

Di antara makanan Jepang yang populer tersebut, penulis tertarik dengan *Sushi*. *Sushi* adalah makanan yang terbuat dari nasi kepal dengan dibumbui cuka, garam dan gula, kemudian dibungkus dengan irisan ikan laut mentah, udang mentah, dan lain sebagainya.

Menurut sejarah, *sushi* berasal dari Asia Tenggara pada abad ke-3 SM. Ikan mentah yang sudah dibersihkan ditekan di antara lapisan-lapisan garam dan diberi pemberat batu. Setelah beberapa minggu, batu diangkat dan diganti dengan tutup yang ringan, dan beberapa bulan sesudah itu, ikan dan nasi yang sudah terfermentasi dianggap sudah siap dimakan.

Sampai sekarang perkembangan *sushi* sangat pesat. Terbukti dari banyaknya perubahan, mulai dari nama sampai bentuk bahkan komposisi bahan

masakannya. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk membahas lebih lanjut mengenai sushi, baik dari aspek sejarah dan perkembangannya.

Selain membahas mengenai *sushi* dari segi sejarah, dan nilai gizinya, penulis pun akan membahas mengenai jenis dan komposisi pembuatan *sushi*.

Dengan banyaknya jenis *sushi* yang ada saat ini, seperti *Nigirizushi*, *Makizushi*, *Gunkan-sushi* dan *Temaki-sushi*, dan jenis *sushi* lainnya, penulis hanya akan membahas satu jenis *sushi*, yakni *Nigirizushi*. Jenis *sushi* ini terbuat dari bahan dasar nasi dan dihiasi oleh daging ikan di atasnya. Dibentuk dengan mengepalkan bahan dengan tangan. Alasan penulis memilih *Nigirizushi* sebagai objek penulisan adalah karena *Nigirizushi* merupakan jenis *sushi* yang sangat populer di Jepang, baik tua maupun muda gemar menyantap makanan ini. Bahkan di luar Jepang pun jenis makanan ini banyak ditemui di restoran yang khusus menyajikan makanan Jepang.

1.2 Tujuan Penulisan

Tujuan dari penulisan tugas akhir ini adalah:

1. Membahas sejarah dan jenis *Sushi* secara umum.
2. Mendeskripsikan nilai gizi *sushi*.
3. Mendeskripsikan jenis, dan bahan-bahan pembuatan *Nigirizushi*.