

101 ALASAN

FOOD SAFETY

MENAIKKAN KEUNTUNGAN



**Dari Mana Ancaman
Kerugian Berawal?**

www.ufs.com



101 ALASAN
FOOD SAFETY
MENAIKKAN KEUNTUNGAN



DAFTAR ISI

101 ALASAN FOOD SAFETY MENAIKKAN KEUNTUNGAN

4 Meningkatnya Keuntungan, Saat *Food Safety* Diperhatikan

- 6 Penilaian pelanggan dimulai dari -- kondisi restoran
- 8 Kerugian jika *food safety* diremehkan
- 9 Data risiko jika mengabaikan -- *food safety*
- 10 Bahaya di seputar dapur
- 12 Bahaya saat menyimpan bahan, -- memasak, menyajikan, hingga -- membersihkan alat masak di dapur
- 14 Aman berkat FATTOM
- 17 HACCP untuk cegah masalah
- 18 Audit 5S

20 Dari Mana Ancaman Kerugian Berawal?

- 22 Prosedur pemilihan bahan dari penjual
- 24 Hal penting saat menerima barang
- 26 Bahaya bahan makanan pemicu alergi
- 28 Tahap penyimpanan yang aman
- 29 First In First Out (FIFO)
- 30 Aman dengan kode makanan
- 33 Penerapan 7 prinsip dasar HACCP pada masa penyimpanan

34 Benarkah Chef Sudah Siap Memasak?

- 38 Keselamatan dan keamanan, -- bagian tak terpisahkan
- 40 Prinsip dasar menjaga keselamatan di dapur
- 41 Standar kebersihan dan kerapian diri
- 42 Prinsip cuci tangan yang -- baik dan benar
- 44 Menjauhkan makanan dari kontaminasi
- 45 Jangan anggap remeh kontaminasi
- 47 Hal penting lainnya yang perlu diingat -- agar tidak mudah terjadi kontaminasi
- 48 Pentingnya memasak yang -- baik dan benar
- 49 Cara memotong yang baik
- 50 Cara mencuci sayuran yang benar
- 52 Proses memanaskan
- 53 Cara menggoreng yang benar
- 54 Memasak saat jam sibuk
- 55 Menjaga keamanan masakan -- siap hidang
- 56 Memanaskan masakan siap hidang
- 57 Penyajian yang tepat untuk pelanggan

60 Bersih-bersih yang Menaikkan Keuntungan

- 62 Membersihkan piring dan peralatan makan --
- 63 Mengelola sampah
- 64 Apa yang harus selalu dibersihkan?
- 66 Solusi praktis jika ada kasus keracunan
- 67 Mengatasi tantangan *food safety*, agar usaha makin profit

DARI MANA ANCAMAN KERUGIAN BERAWAL?

Tantangan utama dan pertama untuk keamanan makanan (*food safety*) bagi chef sebenarnya dimulai dari pembelian dan pemilihan bahan. Untuk kelas pengusaha besar, *supplier* atau vendor bahan masakan adalah sumber pertama yang harus diperhatikan. Bagi pengusaha yang lebih kecil seperti warung atau kaki lima yang terbiasa belanja ke pasar, memilih penjual yang peduli *food safety* adalah hal mutlak.



Prosedur pemilihan bahan dari penjual



Tahap 1.

Tentukan bahaya apa saja yang mungkin ditemukan pada bahan yang hendak dibeli. Misalnya, sisa bahan kimiawi dari pestisida yang mungkin ada pada sayuran segar. Minta penjual makanan untuk menyediakan standar kualitas kesegaran dan keamanan makanan dari sayuran yang Anda beli.

Tahap 2.

Tentukan langkah apa yang bisa dilakukan untuk mencegah risiko bahaya makanan dan bagaimana antisipasinya. Kontrol apa yang bisa Anda lakukan untuk mengetahui, mencegah, atau meminimalisir bahaya. Misalnya, saat belanja di pasar atau supermarket, Anda bisa coba pilih sayuran dengan keterangan organik.

Tahap 3.

Buat perjanjian tertulis dengan penjual atau vendor bahan masakan Anda. Ini akan menguatkan posisi Anda jika suatu saat terjadi sesuatu yang berhubungan dengan kualitas bahan yang dikirimkan.

Tahap 4.

Lakukan kontrol yang ketat terhadap kualitas bahan yang dikirimkan sejak dari hari pertama. Lalu, lakukan pengecekan rutin. Jika dalam masa dua hingga tiga tahun kualitasnya tetap sama, Anda bisa berkesimpulan bahwa vendor tersebut bisa dipercaya.

Untuk Anda yang rutin belanja ke pasar, pengecekan harus rutin Anda lakukan saat memilih bahan. Pastikan juga bahan yang dikirim adalah bahan yang telah Anda pilih.

Tips memilih penjual bahan masakan terpercaya

- Buat standar yang ketat saat menerima barang.
- Selalu cek kondisi barang saat diterima.
- Pastikan penyedia bahan punya sertifikasi keamanan makanan yang ditentukan.
- Selalu cek kualitas barang yang dikirimkan. Jika yang terbaik yang selalu dikirim, maka Anda bisa menjadikan mereka sebagai langganan penyedia bahan.

Pentingnya tahu siapa penyedia bahan masakan

- Sesekali lakukan kunjungan ke pabrik atau lokasi penyimpanan penyedia bahan makanan Anda.
- Kunjungan selain bisa menjalin hubungan lebih baik, kadang juga bisa membuat Anda punya ide baru untuk masakan Anda.
- Kunjungan ke kebun, peternakan, atau ruang penyimpanan penjual bahan tersebut bisa meyakinkan Anda tentang kualitas mereka sesungguhnya.

Hal yang Perlu Anda waspadai

- Perubahan bau pada bahan yang dikirim
- Perubahan warna
- Perubahan tekstur
- Tanggal kedaluwarsa
- Kebersihan si pengirim



Hal penting saat menerima barang

- 1 Untuk bahan beku siap olah dan bahan segar yang perlu pendinginan, segera pindahkan ke gudang pendingin. Jangan biarkan produk berada pada suhu ruangan terlalu lama. Maksimal berada dalam suhu ruang adalah empat jam (ikuti prosedur FATTOM)
- 2 Lakukan pengecekan kualitas barang yang dikirim:
 - dari suhu pengiriman apakah sudah sesuai,
 - dari warna apakah tidak ada yang berubah,
 - dari bau apakah tidak ada yang menyengat (busuk),
 - dari bentuk apakah tidak ada yang berubah jadi berair (lembek),
 - dari kesegaran apakah tidak ada yang berjamur atau berulat.
- 3 Jika ada yang tidak sesuai (kurang baik), kembalikan atau minta ganti pada penjual bahan.
- 4 Pastikan untuk memisahkan bahan yang mudah mengundang alergi dengan bahan yang lain.



Aturan suhu bahan saat dikirim (kecuali ada petunjuk lain di kemasannya)

- Daging merah mentah, produk dengan pendingin, dan minuman (bahan cair) ==> suhu 7°C atau lebih dingin.
- Bahan mentah (ayam dan unggas), ikan mentah, dan *seafood* mentah ==> suhu 4°C atau lebih dingin.
- Bahan beku dan produk es krim disimpan pada suhu minus 15°C atau lebih dingin.

Suhu terbaik penyimpanan

Jenis makanan	Tipe makanan	Suhu (°C)	Suhu (°F)
Daging	Daging beku Daging yang dilunakkan	<-12°C 0°C-4°C	<10°F 32°F-39°F
Ikan dan <i>seafood</i>	<i>Seafood</i> beku <i>Seafood</i> yang dilunakkan	-18°C 0°C-4°C	0°F 32°F-39°F
Sayuran	Sayuran	0°C-4°C	32°F-39°F
Produk susu	Susu	2°C-4°C	35°F-39°F
Telur	Telur	3°C-4°C	37°F-39°F

Sumber: The Environmental Public Health (Kesehatan Makanan) 2005, Singapura.



Bahaya bahan makanan pemicu alergi

8 Bahan pemicu alergi yang harus disampaikan kepada pelanggan

1. Kacang
2. Kacang-kacangan pohon (seperti almond, mete, kenari, pistachio)
3. Kedelai
4. Susu
5. Telur
6. Ikan
7. Krustasea (binatang air yang berkulit keras seperti udang, kerang, atau kepiting)
8. Sereal yang mengandung gluten



Pengecekan dasar saat penerimaan barang

- Berhati-hatilah saat menerima bahan yang mengandung pemicu alergi.
- Pastikan semua bahan itu dipisahkan dari aneka bahan lain.
- Pastikan juga tidak ada kebocoran kemasan atau hal lain yang bisa mengontaminasi bahan lain.

Menentukan titik kritis bahan pemicu alergi

- Buat daftar semua jenis pemicu alergi yang ada pada bahan masakan yang Anda miliki. Bahkan, meski itu hanya muncul dari sebagian kecil komposisi bahan, misalnya dari campuran bahan makanan kaleng.
- Buat daftar tindakan yang diperlukan jika terjadi kontaminasi bahan pemicu alergi. Misalnya, dari penginformasian pada pelanggan saat memesan hingga prosedur menarik bahan jika kondisi ekstrem terjadi.

Bagaimana jika harus menggunakan bahan pemicu alergi?

- Tentukan betul, apakah bahan tersebut memang sangat penting untuk dipakai sebagai bahan wajib masak? Atau, jika memang diperlukan, apakah bisa diganti dengan bahan sejenis tapi lebih aman? Misalnya, mengganti tepung mengandung gluten dan mengganti dengan tepung jagung.
- Jangan pernah menggoreng bahan yang mengandung pemicu alergi dengan minyak yang sama untuk memasak bahan lainnya.
- Kontaminasi mudah terjadi pada alat masak. Karena itu, selalu bersihkan alat masak dengan baik dan benar jika sebelumnya sudah dipakai untuk memasak makanan yang bisa memicu alergi.

Tahap penyimpanan yang aman

- 1 Jauhkan bahan kimia dan bahan pembersih yang mengandung racun dari semua jenis makanan. Letakkan semua pembersih di ruangan yang berbeda dari tempat penyimpanan dan pengolahan masakan. Bagaimana jika tak punya tempat lain? Minimal, usahakan untuk tidak pernah meletakkan barang berbahaya tersebut di atas kardus atau bahan masakan.
- 2 Jauhkan bahan yang bisa memicu alergi dari makanan jenis lainnya. Buat tempat khusus. Jika memang tidak mungkin, minimal jauhkan posisinya dari bahan masakan lainnya.
- 3 Jangan meletakkan kardus atau tempat bahan masakan langsung di atas lantai. Usahakan, minimal ada rak kecil atau jarak yang membatasi dengan permukaan lantai. Sebab, lantai adalah ladang subur tempat tumbuh kuman dan bakteri. Selain itu, saat membersihkan lantai, ini akan lebih mudah menjangkau lokasi yang perlu dibersihkan di bawah rak.
- 4 Pastikan tempat penyimpanan bersih dan higienis. Selain itu, tempatnya harus bisa ditutup rapat dan kering atau tergantung kondisi yang dibutuhkan untuk menjaga keamanan suhunya. Selain bisa menghindarkan dari masuknya hewan pengganggu seperti tikus, lalat, dan kecoak, ini juga bisa mencegah makanan berjamur atau busuk sebelum waktunya.
- 5 Pastikan saat memasuki ruang penyimpanan dan mengambil bahan masakan, Anda selalu menjaga kebersihan dan menjaga diri dari sebaran kuman (misalnya saat sering bersin lebih baik gunakan masker).



FACT TIPS

Untuk restoran kelas besar, biasanya sudah ada *freezer* (pembeku) dan *refrigerator* (pendingin). Namun untuk kelas warung kecil, biasanya ini sering kali dijadikan satu dalam kulkas yang punya pendingin dan pembeku sekaligus. Jika ini yang Anda miliki, setidaknya pilih kulkas dua pintu yang punya batas jelas antara bagian pendingin dan pembeku.

FIRST IN FIRST OUT (FIFO)

Tingkatkan efisiensi dengan FIFO

Untuk meningkatkan keuntungan, sebisa mungkin jangan pernah membuang bahan masakan. Anda harus tahu bagaimana proses efisiensi bahan. Salah satunya, dengan menggunakan prinsip *First In First Out* (FIFO) alias bahan pertama masuk (datang) di ruang penyimpanan, adalah bahan yang pertama juga harus dihabiskan.



- Letakkan barang yang lebih baru di bagian lebih dalam. Sepertinya sepele, tapi sering kali demi alasan lebih cepat dan praktis, barang yang baru datang malah diletakkan di bagian depan. Ini akan membuat barang lama jadi terakhir habis.
- Beri tanda tanggal pada kemasan yang sudah dibuka. Dengan mengambil bahan sesuai urutan tanggal, akan lebih mudah untuk memilih bahan yang pertama datang untuk segera dihabiskan.
- Perhatikan betul tanggal kedaluwarsa. Meski menggunakan prinsip FIFO, perhatikan juga tanggal pakai bahan tersebut. Bisa jadi, bahan tertentu tanggal kedaluwarsanya lebih cepat dibanding produk lain. Jika menemukan yang tanggal kedaluwarsanya lebih cepat, letakkan di bagian depan. Dengan begitu, bahan bisa habis sebelum kedaluwarsanya habis.

Aman dengan kode makanan

Ada beberapa ketentuan yang bisa Anda lakukan terhadap aneka jenis bahan yang disimpan.

- Jika ada tanggal kedaluwarsa, pastikan tanggalnya jelas (tidak hilang) setelah dibuka. Utamanya untuk makanan kaleng yang masih tersisa untuk bisa dipakai lagi. Sedangkan untuk makanan beku, biasanya setelah dibuka—meski tanggal kedaluwarsa belum habis—sebaiknya tidak disimpan lagi karena cenderung sudah terkontaminasi karena berada di suhu ruangan cukup lama.
- Jika ada makanan yang bisa diolah lagi setelah dibuka kemasannya, pastikan membuat kode yang dimengerti sesama chef. Misalnya, tuliskan:
 - o Kapan dibuka
 - o Kapan tanggal kedaluwarsa
 - o Kapan pertama dibekukan (disimpan di ruang simpanan)
 - o Kapan dimasukkan lagi ke ruang pembekuan.
- Jika ada makanan yang mengandung pemicu alergi, berikan juga warna atau kode tertentu, sehingga tidak bercampur dengan makanan lain saat kembali disimpan.



FACT TIPS

Untuk daging yang dibeli di pasar ada yang beberapa mencantumkan kode tanggal produksi (tanggal disembelih dan dikemas) namun beberapa ada yang tidak. Ini harus Anda tanyakan lebih pasti agar tahu persis kapan masa maksimal pemrosesan bisa dilakukan.

Apa saja tips dan kebiasaan para chef profesional untuk menjaga keamanan makanannya?

- Jauhkan masakan yang sudah matang dengan bahan yang masih mentah. Sebab, masakan matang itu sudah hangat dan bebas bakteri. Sehingga jika berdekatan dengan bahan mentah, bisa saja terkontaminasi dengan bakteri yang ada.
- Saat menggunakan wadah untuk menyimpan semua bahan yang sudah dibuka pada suhu ruangan, wadah sebelumnya harus benar-benar dibersihkan dan dikeringkan. Jika wadah sebelum yang berisi bahan belum bersih, cenderung mudah jadi sarang bakteri baru.
- Melapisi plastik atau *aluminium foil* untuk bahan masakan yang sudah dibuka namun masih akan dipakai kembali. Dengan penyimpanan menggunakan tutup kedap udara, bisa mencegah bakteri masuk.
- Untuk produk susu dan barang mudah rusak lainnya, jika diletakkan selama satu jam di ruang terbuka berarti mengurangi masa pakai satu hari lebih cepat dari tanggal kedaluwarsanya. Maka agar awet, sesegera mungkin masukkan kembali ke pendingin untuk semua jenis bahan yang mudah rusak.



- Dalam pendingin (*refrigerator*), posisikan makanan siap saji di atas makanan yang mentah. Ini berfungsi untuk mencegah makanan mentah meneteskan bagian tertentu yang akan mengontaminasi.
- Letakkan sayuran segar dalam bagian pendingin yang khusus untuk sayur. Bagian ini biasanya cenderung lebih hangat sehingga sayuran tidak rusak akibat terlalu kedinginan atau basah.
- Letakkan daging dan ikan pada bagian paling dingin. Untuk restoran besar biasanya ini sudah dipisahkan dengan alat pembeku (*freezer*). Tapi, untuk warung kecil yang kebetulan hanya punya kulkas satu pintu, masukkan ikan dan daging dalam *freezer*. Jangan lupa, usahakan memberi nampan atau bak tampung agar jangan sampai bagian basah ikan atau daging itu menetes pada bahan masakan lain di dalam kulkas yang sama.
- Pastikan bahan yang bisa memicu alergi dipisahkan dari bahan yang lain. Jika alat penyimpan terbatas, tutup rapat bahan tersebut agar tidak mengontaminasi bahan masakan, atau bahkan bersentuhan dengan aneka penyebab alergi lain. Dan, jangan lupa untuk memberi catatan apa saja makanan penyebab alergi itu pada bahan yang akan dimasak.



FACT TIPS

Barang dalam kardus biasanya dianggap lebih aman. Padahal, kardus malah bisa jadi sarang kecoak atau semut tanpa Anda sadari. Selain itu, tikus juga biasa melubangi kardus. Jadi, lebih baik buang kardus, dan tempatkan produk yang dikemas kardus ke dalam ruang penyimpanan.

Penerapan 7 prinsip dasar HACCP pada masa penyimpanan

Contoh bahan: AYAM

1 Identifikasi semua potensi bahaya

Potensi bahayanya dilihat dari:

- Kualitas dan kesegaran ayam saat diantar dari *supplier* (dibeli dari pasar)
- Perhatikan suhu, masa kedaluwarsa, bau, warna, bentuk, dan teksturnya.

2 Tentukan titik kontrol yang potensi mengandung bahaya

Tetapkan titik kontrol yang mengandung bahaya. Biasanya ini dilihat dari suhu di tempat penyimpanan. Misalnya saat ayam dibawa apakah suhunya tepat atau ternyata di luar batas aman.

3 Penentuan batasan kritis untuk dievaluasi

Batasan angka bahaya ayam biasanya pada suhu di luar 0°C -4°C. Jadikan selalu angka suhu ini sebagai patokan ketika menerima bahan ayam.

4 Mengembangkan rencana pemantauan (evaluasi) titik kritis

Pemantauan titik kritis pada suhu penyimpanan bisa dicek di ruang pendingin sekitar satu minggu sekali. Saat sudah disimpan, tempat penyimpanan juga harus dicek kembali suhunya.

5 Pembentukan prosedur tindakan untuk melakukan perbaikan

Prosedur perbaikan jika ternyata suhu sudah di atas 4°C saat disimpan, misalnya dengan segera mengganti stok ayam yang lebih segar di hari yang sama.

6 Pembentukan sistem pencatatan yang efektif

Pencatatan suhu di ruang penyimpanan harus selalu dibuat rapi. Berikan tanggal potong ayam, tanggal masuk pendingin, hingga tanggal kapan harus segera dimasak atau dibuang.

7 Penentuan prosedur untuk meninjau ulang proses penilaian

Semua hasil catatan dibuat dalam beberapa periode, misal jangka pendek, menengah, dan panjang. Jika ternyata ada ayam yang kurang segar padahal monitor suhu sudah benar, pasti ada yang perlu segera diperbaiki di termometer atau ruang penyimpanan.



**Unilever
Food
Solutions**

Unilever Food Solutions
PT Unilever Indonesia Tbk
Green Office Park Kav. 3, Jl. BSD Boulevard Barat BSD City
Sampora, Cisauk, Tangerang, Banten 15345
Tel: +62 021 8082 7000
www.ufs.com