

Bab 1: Mengenal Rasa dan Budaya Masakan Jawa Tengah

Sebelum kita memegang cobek, menyalakan kompor, atau menakar santan, kita perlu mengenal terlebih dahulu “bahasa rasa” masakan Jawa Tengah. Setiap tradisi masak memiliki pola. Pola itu tidak selalu tertulis, tetapi terasa ketika kita makan: ada rasa manis yang hangat dari gula jawa, gurih dari santan atau kelapa, aroma daun salam dan lengkuas, serta bumbu yang dimasak pelan sampai menyatu.

Bab ini bukan berisi resep lengkap. Bab ini adalah peta awal. Tujuannya agar ketika nanti kita memasak gudeg, bacem, opor, sayur lodeh, soto, tempe, atau jajanan pasar, kita tidak sekadar meniru langkah. Kita mulai memahami mengapa bahan tertentu dipakai, mengapa bumbu harus ditumis sampai matang, mengapa beberapa hidangan dimasak lama, dan mengapa makanan sering hadir dalam acara keluarga, pasar, hajatan, dan upacara adat.

Masakan Jawa Tengah tidak tunggal. Hidangan pesisir utara, daerah pedalaman, kota keraton seperti Surakarta dan Yogyakarta, serta dapur rumah di desa-desa dapat memiliki penekanan rasa yang berbeda. Namun ada beberapa ciri yang sering muncul: rasa manis-gurih, penggunaan kelapa dan santan, gula jawa, bumbu halus, teknik masak perlahan, serta kebiasaan menyajikan makanan sebagai bagian dari kehidupan sosial. Sri Owen, dalam pembahasannya tentang makanan Indonesia, menunjukkan bahwa masakan Jawa banyak memakai bahan seperti kelapa, gula aren atau gula kelapa, rempah, dan teknik memasak yang membuat rasa bumbu meresap ke bahan utama (Owen, 2008).

Rasa sebagai dasar belajar memasak

Rasa adalah kesan yang kita tangkap ketika makanan masuk ke mulut. Dalam bahasa sehari-hari, kita sering berkata makanan itu “enak”, “kurang garam”, “terlalu manis”, atau “gurih”. Secara lebih teliti, rasa dapat kita uraikan menjadi beberapa unsur: manis, asin, asam, pahit, gurih, pedas, aroma, tekstur, dan suhu.

Beberapa unsur berasal dari lidah. Misalnya, manis dari gula, asin dari garam, asam dari belimbing wuluh atau asam jawa, pahit dari daun pepaya, dan gurih dari bahan kaya glutamat atau lemak. Sebagian besar pengalaman makan juga dipengaruhi oleh aroma yang masuk melalui hidung. Karena itu, bawang merah yang ditumis sampai harum terasa berbeda dari bawang merah mentah, meskipun bahannya sama. Harold McGee menjelaskan bahwa pemanasan dapat mengubah senyawa aroma, tekstur, dan struktur bahan makanan, sehingga cara memasak sangat memengaruhi rasa akhir (McGee, 2004).

Dalam masakan Jawa Tengah, rasa yang sering menjadi pusat adalah manis-gurih.

Manis berarti ada kesan gula, tetapi bukan berarti makanan harus seperti kue. Manis dalam sayur lodeh, bacem, gudeg, atau semur Jawa biasanya hadir sebagai rasa hangat yang menyeimbangkan garam, rempah, dan lemak. Sumber manis yang khas adalah gula jawa.

Gurih adalah rasa sedap yang dalam makanan rumah sering muncul dari santan, kelapa parut, kaldu ayam, tempe, terasi, bawang, kemiri, atau proses memasak yang cukup lama. Gurih bukan sekadar asin. Garam dapat membuat makanan terasa asin, tetapi belum tentu membuatnya gurih. Sebaliknya, santan tanpa garam terasa lemak dan lembut, tetapi belum lengkap. Ketika santan, garam, bawang, kemiri, daun salam, dan lengkuas dimasak bersama, barulah muncul rasa gurih yang bulat.

Contohnya, tempe bacem. Jika tempe hanya direbus dengan gula, rasanya manis datar. Jika hanya diberi garam, rasanya asin. Tetapi ketika tempe dimasak dengan gula jawa, bawang merah, bawang putih, ketumbar, daun salam, lengkuas, garam, dan air kelapa atau air biasa, lalu dimasak perlahan sampai bumbu masuk, rasanya menjadi manis, gurih, harum, dan dalam. Inilah pelajaran pertama: rasa enak sering muncul bukan dari satu bahan, tetapi dari keseimbangan beberapa unsur.

Manis-gurih: bukan sekadar “makanan manis”

Orang sering menyebut masakan Jawa Tengah “cenderung manis”. Pernyataan ini berguna sebagai pintu masuk, tetapi perlu dipahami dengan hati-hati. Tidak semua makanan Jawa Tengah manis. Sambal korek bisa sangat pedas. Soto bening bisa ringan dan segar. Mangut bisa pedas, gurih, dan beraroma asap. Sayur asem memiliki rasa asam yang jelas. Namun benar bahwa banyak hidangan Jawa Tengah memakai gula jawa atau kecap manis sebagai penyeimbang rasa.

Yang penting bukan banyaknya gula, melainkan fungsi gula.

Dalam masakan asin, gula dapat memiliki beberapa fungsi.

Pertama, gula menyeimbangkan rasa asin dan pahit. Sedikit gula dalam sayur lodeh dapat membuat rasa garam terasa lebih halus. Pada oseng daun pepaya, gula membantu mengurangi kesan pahit, meskipun tidak menghilangkannya sepenuhnya.

Kedua, gula memberi warna dan aroma ketika dimasak lama. Pada bacem atau semur, gula jawa memberi warna cokelat dan aroma karamel ringan. Proses pencokelatan makanan dapat melibatkan reaksi kimia kompleks, termasuk karamelisasi gula pada suhu tinggi dan reaksi Maillard antara gula pereduksi dan asam amino; kedua proses ini memengaruhi warna serta aroma makanan, meskipun kondisi dan suhu yang dibutuhkan tidak selalu sama dalam setiap masakan (McGee, 2004). Dalam masakan berkuah banyak air seperti bacem rebus, efek karamelisasi tidak sekuat pada pemanggangan kering, tetapi gula jawa tetap memberi warna, aroma, dan rasa khas.

Ketiga, gula membantu menciptakan rasa “matang” ketika bumbu dimasak perlahan. Misalnya pada gudeg. Nangka muda, santan, gula jawa, daun salam, lengkuas, dan bumbu halus tidak akan terasa menyatu jika hanya dimasak sebentar. Waktu membuat rasa gula, santan, dan rempah menyerap ke serat nangka. Karena itu, gudeg bukan sekadar nangka yang diberi gula. Gudeg adalah hasil dari bahan, bumbu, panas kecil, dan waktu panjang.

Namun gula juga bisa berlebihan. Jika hidangan terasa seperti sirup, rasa lain akan tertutup. Dalam dapur Jawa Tengah yang baik, manis seharusnya mendukung gurih, bukan menenggelamkannya. Saat nanti kita belajar memasak, biasakan mencicipi dengan pertanyaan sederhana:

- Apakah manisnya membantu rasa lauk?
- Apakah garamnya cukup untuk mengangkat rasa?
- Apakah gurihnya terasa bulat?
- Apakah aroma bumbunya sudah matang?
- Apakah ada rasa yang terlalu menonjol?

Pertanyaan seperti ini membuat kita belajar memasak, bukan hanya menyalin resep.

Santan dan kelapa: sumber gurih, lemak, dan kelembutan

Santan adalah cairan putih yang diperoleh dari perasan kelapa parut dengan air. Santan mengandung air, lemak kelapa, protein, gula, dan partikel halus dari daging kelapa. Karena mengandung lemak, santan memberi kesan lembut dan gurih pada makanan. Dalam masakan Jawa Tengah, santan dapat muncul dalam opor ayam, gudeg, lodeh, bobor bayam, mangut, kolak, bubur sumsum, dan berbagai jajanan.

Untuk pemula, penting memahami bahwa santan bukan hanya “kuah putih”. Santan adalah bahan yang mudah berubah ketika dipanaskan. Jika dipanaskan terlalu kuat dan tidak diaduk, santan dapat terlihat pecah, yaitu lemak dan cairannya terpisah sehingga kuah tampak berminyak dan bergerindil. Secara ilmu pangan, emulsi adalah campuran dua cairan yang biasanya sulit menyatu, seperti air dan minyak; santan dapat dipahami sebagai sistem yang mengandung tetesan lemak dalam fase air, sehingga pemanasan, pengadukan, dan komposisi bahan memengaruhi kestabilannya (McGee, 2004).

Dalam dapur rumah, aturan praktisnya begini: setelah santan masuk, gunakan api kecil sampai sedang, aduk perlahan, dan jangan biarkan mendidih terlalu ganas terlalu lama kecuali memang ingin membuat santan menyusut menjadi kuah kental berminyak seperti pada beberapa masakan tertentu.

Contoh sederhana: sayur lodeh. Jika bumbu belum matang lalu santan langsung dimasukkan dan api terlalu besar, kuah bisa terasa langu dan santan tampak pecah. Tetapi jika bumbu ditumis lebih dahulu sampai harum, sayuran dimasak sesuai urutan keras-lunaknya, lalu santan dimasukkan dan dijaga dengan api sedang, rasa kuah menjadi lebih halus.

Kelapa juga hadir dalam bentuk lain.

Kelapa parut dipakai untuk urap, botok, bothok lamtoro, serundeng, dan jajanan seperti klepon atau lupis. Pada urap, kelapa parut dikukus bersama bumbu agar tidak cepat basi dan agar aroma bumbu meresap. Pada serundeng, kelapa parut dimasak kering dengan bumbu sampai ringan dan tahan lebih lama. Satu bahan yang sama dapat berubah sifat hanya karena teknik berbeda: diperas menjadi santan, dikukus menjadi bumbu urap, atau disangrai menjadi serundeng.

Inilah salah satu kunci dapur Jawa Tengah: mengenali bentuk bahan, bukan hanya namanya.

Gula jawa: manis yang beraroma

Gula jawa adalah gula padat berwarna cokelat yang dibuat dari nira, yaitu cairan manis yang disadap dari bunga pohon kelapa atau palma lain. Dalam pemakaian sehari-hari, orang kadang menyebutnya gula merah, gula kelapa, atau gula aren, meskipun asal niranya dapat berbeda. Untuk memasak, yang terpenting adalah mengenali rasanya: manis, sedikit karamel, kadang ada aroma asap atau tanah yang lembut, dan warnanya cokelat.

Gula jawa berbeda dari gula pasir putih. Gula pasir terutama memberi rasa manis yang bersih dan tajam. Gula jawa memberi rasa manis sekaligus warna dan aroma. Karena itu, jika resep bacem memakai gula jawa lalu diganti gula pasir sepenuhnya, hasilnya tidak sama. Mungkin tetap manis, tetapi kehilangan kedalaman rasa dan warna cokelat hangat.

Contoh penggunaannya:

Pada tempe bacem, gula jawa dimasukkan bersama bumbu dan air, lalu dimasak sampai cairan menyusut. Tempe menyerap rasa manis-gurih.

Pada gudeg, gula jawa membantu membentuk warna gelap dan rasa manis dalam nangka muda yang dimasak lama.

Pada wedang jahe, gula jawa memberi rasa manis hangat yang cocok dengan pedas-aromatik jahe.

Pada kolak, gula jawa menyatu dengan santan, daun pandan, pisang, ubi, atau kolang-kaling.

Namun gula jawa perlu ditangani dengan rapi. Karena berbentuk padat, gula sebaiknya disisir atau dipotong kecil agar cepat larut. Jika gula kotor atau mengandung remah, larutkan dahulu dengan sedikit air lalu saring. Kebiasaan kecil seperti ini membuat kuah lebih bersih dan rasa lebih merata.

Rempah, bumbu, dan aroma: membangun rasa dari dasar

Dalam masakan Indonesia, kita sering memakai kata bumbu dan rempah. Keduanya berhubungan, tetapi tidak persis sama.

Rempah adalah bahan aromatik yang biasanya dipakai dalam jumlah kecil untuk memberi aroma dan rasa, seperti ketumbar, merica, kemiri, kunyit, jahe, lengkuas, kencur, serai, daun salam, dan daun jeruk. Rempah dapat berasal dari biji, kulit, akar, rimpang, batang, daun, bunga, atau buah.

Bumbu adalah campuran bahan yang dipakai untuk memberi rasa pada masakan. Bumbu bisa berisi rempah, tetapi juga bisa berisi bawang merah, bawang putih, cabai, garam, gula, terasi, kemiri, atau santan. Jadi, rempah adalah salah satu bagian dari bumbu.

Dalam dapur Jawa Tengah, bumbu sering dibuat halus. Bumbu halus adalah campuran bumbu yang diulek atau diblender sampai lembut. Tujuannya agar rasa menyebar merata dan mudah meresap ke bahan. Misalnya bumbu halus untuk opor dapat berisi bawang merah, bawang putih, kemiri, ketumbar, merica, jahe, kunyit, dan garam. Setelah dihaluskan, bumbu ditumis bersama daun salam, serai, dan lengkuas sampai harum.

Mengapa harus ditumis?

Menumis adalah memasak bahan dengan sedikit minyak di atas panas sedang. Pada bumbu, menumis membantu menguapkan air, mengurangi aroma mentah atau langu, dan melarutkan sebagian senyawa aroma ke dalam minyak. Banyak senyawa aroma pada rempah lebih mudah terbawa oleh lemak daripada air, sehingga minyak membantu menyebarkan aroma ke seluruh masakan (McGee, 2004). Itulah sebabnya bumbu yang ditumis matang terasa lebih harum daripada bumbu mentah yang langsung direbus.

Contoh mudah: bawang putih mentah beraroma tajam. Jika dicincang lalu ditumis sebentar, aromanya berubah menjadi harum. Jika ditumis terlalu lama sampai gosong, rasanya pahit. Jadi, keterampilan memasak bukan hanya “menumis”, tetapi menumis sampai titik yang tepat.

Dalam Bab 3 nanti, kita akan mempelajari lebih detail cara mengiris, mengulek, dan menumis. Untuk sekarang, cukup pegang prinsip ini: bumbu perlu diperlakukan sebagai bahan utama, bukan pelengkap sembarangan. Banyak masakan gagal bukan karena lauknya buruk, tetapi karena bumbunya belum matang.

Daun salam, lengkuas, serai, dan kencur: aroma yang tidak berteriak

Beberapa bumbu Jawa Tengah tidak memberi rasa keras, tetapi memberi aroma latar. Mereka seperti suara pelan dalam musik: tidak selalu disadari, tetapi jika hilang, masakan terasa kosong.

Daun salam adalah daun aromatik yang sering dipakai dalam masakan berkuah, bacem, gudeg, lodeh, dan nasi gurih. Aromanya lembut, berbeda dari bay leaf Eropa. Daun salam biasanya dimasukkan utuh, bukan dihaluskan, lalu dibuang atau tidak dimakan saat penyajian.

Lengkuas adalah rimpang yang mirip jahe tetapi lebih keras dan aromanya berbeda. Dalam masakan seperti lodeh, bacem, dan opor, lengkuas sering dimemarkan. Mememarkan berarti memukul atau menekan bahan sampai sedikit pecah agar aromanya keluar, tetapi bentuknya masih besar sehingga mudah disisihkan.

Serai adalah batang aromatik. Bagian putih bawahnya biasanya dimemarkan lalu dimasukkan ke kuah. Serai memberi aroma segar, terutama pada opor, soto, garang asem, dan mangut.

Kencur adalah rimpang kecil dengan aroma tajam khas. Kencur penting dalam beberapa sambal, urap, pecel tertentu, trancam, dan minuman seperti beras kencur. Karena aromanya kuat, jumlahnya biasanya sedikit.

Contoh penerapan: pada sayur lodeh, daun salam dan lengkuas memberi aroma dasar. Jika keduanya tidak ada, lodeh masih bisa dimakan, tetapi rasa “rumah Jawa”-nya berkurang. Pada urap, kencur memberi kesegaran yang berbeda dari jahe atau kunyit. Jika kencur terlalu banyak, urap terasa seperti jamu; jika terlalu sedikit, aromanya kurang hidup.

Belajar memasak berarti belajar membaca peran kecil seperti ini.

Teknik masak perlahan: waktu sebagai bahan

Salah satu ciri penting banyak masakan Jawa Tengah adalah pemasakan perlahan. Masak perlahan berarti memasak dengan panas relatif rendah atau sedang dalam waktu cukup lama. Tujuannya bukan sekadar membuat bahan matang, tetapi membuat rasa menyatu, tekstur melunak, dan kuah menyusut sampai pekat.

Dalam ilmu pangan, panas mengubah struktur bahan. Protein pada daging dan telur menggumpal ketika dipanaskan; jaringan ikat pada daging dapat melunak selama pemasakan lembap yang cukup lama; pati pada beras, singkong, atau tepung dapat menyerap air dan mengental; serat sayur dapat berubah teksturnya (McGee, 2004). Di dapur tradisional, pengetahuan ini hadir dalam praktik: “ungkep sampai empuk”, “godog sampai meresap”, “masak dengan api kecil”, atau “biarkan kuah menyusut”.

Ungkep adalah teknik memasak bahan bersama bumbu dan cairan dalam panci tertutup atau setengah tertutup sampai bumbu meresap dan bahan matang. Ayam ungkep, tempe bacem, tahu bacem, dan empal memakai prinsip ini. Setelah diungkep, bahan bisa langsung disajikan, digoreng sebentar, atau disimpan untuk dimasak kemudian.

Contoh: ayam goreng Jawa tidak dimulai dari ayam mentah yang langsung digoreng. Ayam biasanya diungkep dahulu dengan bumbu, daun salam, serai, lengkuas, dan sedikit air atau santan encer. Setelah empuk dan bumbu meresap, ayam digoreng sampai permukaannya kecokelatan. Hasilnya berbeda dari ayam yang hanya diberi garam lalu digoreng: bagian dalam lebih berbumbu, aromanya lebih dalam, dan teksturnya lebih siap.

Teknik masak perlahan juga tampak pada gudeg. Nangka muda keras dan berserat. Jika dimasak cepat, rasanya hambar dan teksturnya kurang lembut. Dengan waktu panjang, santan, gula jawa, bumbu, dan panas kecil bekerja bersama. Daun jati kadang dipakai untuk membantu memberi warna kemerahan-cokelat pada gudeg, terutama dalam tradisi tertentu. Namun warna gudeg juga dipengaruhi oleh gula, waktu masak, dan teknik.

Hal penting bagi pemula: masak perlahan bukan berarti masakan ditinggalkan tanpa perhatian. Justru kita perlu memeriksa api, cairan, rasa, dan tekstur. Api terlalu besar membuat bawah panci gosong sebelum rasa meresap. Air terlalu sedikit membuat masakan kering terlalu cepat. Air terlalu banyak membuat rasa encer. Jadi, waktu adalah bahan, tetapi harus ditemani pengamatan.

Dapur keluarga: tempat rasa diwariskan

Makanan tradisional hidup terutama di dapur keluarga. Resep keluarga sering tidak ditulis dengan ukuran gram. Seseorang belajar dari melihat, membantu, mencium aroma, mencicipi kuah, dan mendengar kalimat seperti “garamnya sak madya saja” atau “tumis sampai tanak”. Sak madya berarti secukupnya atau sedang-sedang saja. Tanak dalam konteks bumbu berarti bumbu sudah matang, tidak langu, dan aromanya keluar.

Cara belajar seperti ini membuat masakan tradisional kaya, tetapi kadang membingungkan bagi pemula. Buku ini mencoba menjembatani dua dunia: ketelitian resep dan kepekaan dapur keluarga.

Dalam masyarakat Jawa, makanan juga berkaitan erat dengan tata hidup, hubungan keluarga, dan acara bersama. Koentjaraningrat menjelaskan bahwa kebudayaan Jawa tidak hanya tampak dalam seni atau bahasa, tetapi juga dalam pola kehidupan sosial, upacara, dan kebiasaan sehari-hari (Koentjaraningrat, 1985). Makanan menjadi salah satu cara kebiasaan itu dirawat. Ketika keluarga memasak opor, sambal goreng, ketupat, atau jenang untuk acara tertentu, mereka bukan hanya membuat makanan, tetapi juga mengulang ingatan bersama.

Contohnya, saat Lebaran, banyak keluarga Jawa menyajikan ketupat atau lontong dengan opor ayam, sambal goreng, dan kerupuk. Komposisinya bukan kebetulan. Ada hidangan pokok, kuah santan gurih, lauk, rasa pedas-manis, dan pelengkap renyah. Anak-anak belajar bahwa makanan tertentu muncul pada waktu tertentu. Lama-lama, rasa menjadi bagian dari ingatan.

Di rumah sehari-hari, pola itu lebih sederhana. Nasi, sayur, lauk, sambal, dan kerupuk sudah cukup membentuk makan lengkap. Misalnya nasi hangat, sayur bening bayam, tempe goreng, sambal terasi, dan ikan asin. Tidak mewah, tetapi seimbang: ada karbohidrat dari nasi, protein dari tempe, sayur berkuah, rasa pedas dari sambal, dan tekstur renyah dari kerupuk atau ikan asin.

Pasar tradisional: sekolah bahan dan musim

Jika dapur keluarga adalah tempat rasa diwariskan, pasar tradisional adalah tempat bahan dikenali. Di pasar, kita belajar membedakan kelapa muda untuk diparut, kelapa tua untuk santan, cabai segar dan cabai yang mulai layu, tempe baru dan tempe semangit, ayam kampung, ikan air tawar, daun pisang, daun salam, lengkuas, serai, kencur, serta jajanan pasar yang dibuat sejak pagi.

Bahan segar adalah bahan yang kondisi fisiknya masih baik: warna wajar, aroma tidak busuk, tekstur tidak berlendir, dan belum menunjukkan tanda kerusakan. Tetapi segar tidak selalu berarti baru dipetik. Beberapa bahan justru memiliki tingkat kematangan tertentu yang diinginkan. Tempe semangit, misalnya, adalah tempe yang sudah lebih tua dan aromanya lebih kuat. Dalam jumlah tepat, tempe semangit dapat memberi rasa khas pada sayur tertentu. Namun pemula perlu membedakan tempe semangit yang masih layak dari tempe yang sudah busuk atau berlendir.

Pasar juga mengajarkan musim dan wilayah. Tidak semua bahan tersedia dengan kualitas sama sepanjang tahun. Harga cabai bisa naik turun. Nangka muda, daun melinjo, lamtoro, ikan sungai, atau jenis jajanan tertentu bisa lebih mudah ditemukan di daerah tertentu. Karena itu, kemampuan memasak tradisional bukan hanya kemampuan membaca resep, tetapi juga kemampuan menyesuaikan diri dengan bahan yang ada.

Contoh: jika tidak ada daun pisang untuk pepes, kita bisa memakai wadah tahan panas, tetapi aromanya tidak sama. Jika tidak ada ayam kampung, ayam negeri bisa dipakai, tetapi waktu masak dan rasa kaldunya berbeda. Jika gula jawa terlalu gelap dan kuat aromanya, jumlahnya mungkin perlu dikurangi. Penyesuaian seperti ini akan kita latih di bab-bab berikutnya.

Hajatan, kenduri, dan upacara: makanan sebagai pengikat sosial

Dalam kehidupan Jawa, makanan sering hadir dalam acara bersama: hajatan pernikahan, selamatan, kenduri, kelahiran, kematian, bersih desa, syukuran rumah, atau peringatan hari tertentu. Bentuk dan istilahnya bisa berbeda antarwilayah dan keluarga, tetapi prinsip umumnya sama: makanan menjadi sarana berkumpul, berbagi, dan menandai peristiwa penting.

Clifford Geertz, dalam kajiannya tentang masyarakat Jawa, membahas slametan sebagai upacara komunal yang melibatkan doa, kehadiran tetangga, dan pembagian makanan; kajian ini menjadi salah satu rujukan klasik untuk memahami hubungan antara makanan, ritual, dan kehidupan sosial Jawa, meskipun pembaca masa kini juga perlu membaca kajian-kajian lain untuk melihat keragaman dan perubahan praktiknya (Geertz, 1960). Istilah selamatan atau slametan secara sederhana dapat dipahami sebagai pertemuan doa dan makan bersama untuk memohon keselamatan atau menandai suatu peristiwa.

Makanan dalam acara seperti itu sering disusun dengan makna dan aturan tidak tertulis. Ada nasi, lauk, sayur, sambal, jajanan, dan kadang makanan yang dibawa pulang. Dalam beberapa tradisi, tumpeng menjadi pusat. Tumpeng adalah nasi yang dibentuk kerucut, biasanya disajikan bersama lauk-pauk. Bentuk, lauk, dan cara penyajiannya dapat berbeda-beda. Dalam praktik rumah tangga, tumpeng sering dipahami sebagai simbol syukur dan kebersamaan.

Namun kita perlu berhati-hati: makna makanan tradisional tidak selalu sama di semua tempat. Satu desa bisa memiliki kebiasaan berbeda dari desa lain. Satu keluarga bisa mempertahankan tradisi yang berbeda dari keluarga tetangga. Karena itu, buku ini tidak akan menyatakan bahwa satu hidangan selalu berarti satu makna tunggal. Yang lebih aman dan lebih berguna adalah memahami bahwa makanan tradisional sering memiliki dua fungsi sekaligus: memberi makan tubuh dan merawat hubungan sosial.

Contoh nyata: saat kenduri, seseorang mungkin memasak dalam jumlah besar. Menu harus tahan beberapa jam, mudah dibagi, dan cocok dimakan banyak orang. Karena itu, hidangan seperti ayam ungkep, sambal goreng, gudeg, telur pindang, serundeng, atau nasi gurih sering berguna. Ini bukan hanya soal rasa, tetapi juga soal logistik: makanan harus bisa dimasak lebih awal, dibungkus, dibagikan, dan tetap enak saat sampai di rumah penerima.

Pasar, jajanan, dan ritme harian

Selain makanan rumah dan makanan upacara, Jawa Tengah juga kaya jajanan pasar. Jajan pasar adalah makanan kecil tradisional yang banyak dijual di pasar, terutama pagi hari. Contohnya klepon, cenil, getuk, tiwul, lupis, jadah, wajik, serabi, kue cucur, dan onde-onde. Banyak jajanan memakai bahan sederhana: beras ketan, singkong, kelapa, gula jawa, tepung beras, tepung ketan, dan santan.

Jajan pasar mengajarkan sisi lain dari rasa Jawa Tengah: manis, kenyal, legit, gurih kelapa, dan aroma pandan. Legit berarti manis pekat dengan tekstur padat atau lengket yang menyenangkan, seperti pada wajik atau jenang. Kenyal berarti elastis saat digigit, seperti cenil atau klepon. Tekstur menjadi sama pentingnya dengan rasa.

Contohnya, klepon yang baik tidak hanya manis. Kulitnya harus cukup kenyal, gula jawa di dalamnya mencair, dan kelapa parutnya gurih segar. Jika adonan terlalu keras, klepon terasa alot. Jika gula terlalu sedikit, kejutan manisnya hilang. Jika kelapa basi, seluruh rasa rusak. Jadi, bahkan jajanan kecil pun mengajarkan keseimbangan bahan, teknik, dan waktu.

Jajan pasar juga menunjukkan bahwa masakan tradisional tidak selalu rumit. Banyak makanan lahir dari bahan lokal yang diolah cerdas. Singkong bisa menjadi getuk, tiwul, lemet, atau sawut. Ketan bisa menjadi jadah, wajik, lupis, atau lempur. Kelapa bisa menjadi santan, parutan, enten-enten, serundeng, atau taburan. Semakin kita mengenal bahan dasar, semakin mudah kita memahami variasi hidangan.

Rasa pedas, asam, dan pahit ringan

Walaupun manis-gurih sering menonjol, masakan Jawa Tengah juga mengenal pedas, asam, dan pahit ringan. Ketiganya penting agar makanan tidak terasa datar.

Pedas terutama berasal dari cabai. Cabai rawit memberi pedas tajam, cabai merah besar memberi warna dan rasa lebih lembut, cabai keriting memberi pedas dan aroma. Sambal terasi, sambal bawang, sambal korek, dan sambal goreng memiliki karakter berbeda karena tekniknya berbeda. Sambal mentah terasa segar dan tajam. Sambal goreng terasa lebih matang, berminyak, dan tahan lebih lama.

Asam dapat berasal dari asam jawa, belimbing wuluh, tomat, jeruk limau, atau fermentasi tertentu. Dalam sayur asem Jawa, asam membuat kuah terasa ringan dan menyegarkan. Dalam garang asem ayam, asam dari belimbing wuluh atau bahan asam lain menyeimbangkan gurih ayam dan santan atau kuah berbumbu.

Pahit ringan muncul pada bahan seperti daun pepaya, bunga pepaya, atau pare. Pahit tidak selalu buruk. Dalam jumlah tepat, pahit memberi kedalaman dan membuat makan tidak membosankan. Oseng daun pepaya, misalnya, bisa terasa nikmat karena pahitnya ditata bersama bawang, cabai, teri, gula, dan garam.

Prinsipnya: rasa kuat perlu pasangan. Pedas butuh garam dan kadang gula. Asam butuh sedikit manis atau gurih. Pahit butuh bumbu yang cukup berani. Masakan yang baik bukan menghapus semua rasa tajam, tetapi menempatkannya dengan tepat.

Penyajian: makan sebagai susunan

Masakan Jawa Tengah sering disajikan bukan sebagai satu hidangan berdiri sendiri, melainkan sebagai susunan. Nasi menjadi pusat, lalu lauk, sayur, sambal, dan pelengkap mengelilinginya. Susunan ini membuat rasa saling melengkapi.

Bayangkan satu piring makan:

- nasi putih hangat,
- sayur lodeh,
- tempe bacem,
- ayam goreng,
- sambal terasi,
- lalapan mentimun,
- kerupuk.

Jika tempe bacem manis, sambal memberi pedas. Jika lodeh gurih, lalapan memberi segar. Jika ayam goreng kering di luar, kuah lodeh memberi kelembapan. Jika nasi netral, semua rasa bisa menempel padanya. Inilah alasan kita tidak bisa menilai satu lauk hanya sendirian. Tempe bacem yang terasa agak manis mungkin tepat ketika dimakan dengan sambal dan nasi. Sambal yang terasa sangat pedas mungkin menjadi seimbang saat bertemu sayur berkuah.

Dalam Bab 17 nanti, kita akan belajar menyusun menu harian, selamatan, dan hidangan tamu. Tetapi sejak awal, biasakan berpikir dalam susunan. Saat memasak satu lauk, tanyakan: lauk ini akan dimakan dengan apa? Apakah sudah ada sayur? Apakah perlu sambal? Apakah perlu pelengkap renyah? Apakah menu terlalu berat santan semua? Apakah ada unsur segar?

Contoh menu yang kurang seimbang: nasi, opor ayam, lodeh, gudeg, kolak. Semuanya cenderung bersantan atau manis-gurih. Bisa enak, tetapi terasa berat jika disajikan bersamaan. Menu yang lebih seimbang: nasi, opor ayam, sambal goreng krecek secukupnya, urap sayur, sambal, dan buah atau wedang. Ada gurih, pedas, sayur segar, dan penutup.

Belajar mencicipi dengan sadar

Keterampilan terpenting dalam bab ini adalah mencicipi dengan sadar. Mencicipi bukan hanya memasukkan kuah ke mulut lalu berkata “kurang enak”. Mencicipi berarti memeriksa unsur rasa satu per satu.

Cobalah latihan sederhana ketika memasak sayur berkuah.

Pertama, cicipi sebelum diberi garam. Rasanya mungkin hambar, meskipun aroma bumbu sudah ada. Ini mengajarkan bahwa aroma dan rasa asin berbeda.

Kedua, tambahkan garam sedikit. Cicipi lagi. Rasa bahan mulai keluar. Garam dalam jumlah tepat tidak hanya membuat asin, tetapi juga membantu menonjolkan rasa lain.

Ketiga, tambahkan sedikit gula jawa atau gula pasir jika sesuai. Cicipi lagi. Perhatikan apakah rasa menjadi lebih bulat atau justru terlalu manis.

Keempat, jika masakan memakai santan, cicipi setelah santan matang. Perhatikan bagaimana lemak santan membuat rasa lebih lembut.

Kelima, diamkan beberapa menit lalu cicipi lagi. Banyak masakan berubah setelah bumbu menyatu. Karena itu, jangan terburu-buru menambah banyak bumbu sekaligus.

Latihan ini tampak sederhana, tetapi sangat penting. Juru masak yang baik bukan orang yang selalu hafal semua resep, melainkan orang yang dapat membaca keadaan masakan dan memperbaikinya dengan tenang.

Memahami tradisi tanpa membekukannya

Tradisi masakan bukan benda mati. Dapur berubah mengikuti bahan, ekonomi, alat, kesehatan, waktu, dan selera keluarga. Dahulu orang mungkin memasak dengan tungku kayu; sekarang banyak yang memakai kompor gas, rice cooker, blender, kulkas, atau panci presto. Perubahan alat tidak otomatis menghilangkan tradisi, selama kita memahami prinsip rasanya.

Blender dapat menggantikan ulekan untuk sebagian bumbu, tetapi hasilnya bisa lebih berair dan teksturnya berbeda. Kompor gas memudahkan mengatur api, tetapi panasnya berbeda dari bara kayu. Kulkas membantu menyimpan bumbu, tetapi makanan bersantan tetap perlu ditangani hati-hati. Panci presto dapat mempercepat empuknya daging, tetapi rasa bumbu tetap perlu dimatangkan.

Jadi, belajar masakan Jawa Tengah bukan berarti menolak alat modern. Kita justru perlu memahami mana yang inti dan mana yang dapat disesuaikan. Intinya adalah keseimbangan rasa, kematangan bumbu, pilihan bahan, teknik memasak, dan cara menyajikan makanan dalam konteksnya.

Contoh: membuat ayam ungkep dengan panci presto boleh saja. Tetapi bumbu tetap perlu ditumis matang. Cairan jangan terlalu banyak. Setelah presto selesai, ayam bisa dimasak lagi sebentar tanpa tutup agar bumbu menempel. Dengan begitu, alat modern membantu waktu, tetapi karakter rasa tetap dijaga.

Rangkuman bab

Masakan Jawa Tengah dapat dipahami melalui beberapa prinsip dasar.

Pertama, banyak hidangan memakai keseimbangan manis-gurih. Manis sering berasal dari gula jawa, sedangkan gurih dapat berasal dari santan, kelapa, kaldu, tempe, kemiri, bawang, atau proses memasak yang cukup lama.

Kedua, santan dan kelapa adalah bahan penting. Santan memberi lemak, kelembutan, dan rasa gurih, tetapi harus dipanaskan dengan hati-hati agar tidak pecah. Kelapa juga dapat menjadi parutan, urap, serundeng, atau bahan jajanan.

Ketiga, bumbu dan rempah membangun aroma. Bumbu halus perlu ditumis sampai matang agar tidak langu. Daun salam, lengkuas, serai, dan kencur memberi aroma khas yang sering lembut tetapi penting.

Keempat, waktu adalah bagian dari rasa. Teknik seperti ungkep, rebus perlahan, dan masak santan membuat bumbu meresap dan tekstur berubah. Gudeg, bacem, opor, dan empal tidak hanya membutuhkan bahan, tetapi juga kesabaran.

Kelima, makanan Jawa Tengah hidup dalam keluarga, pasar, hajatan, selamatan, dan upacara. Makanan bukan hanya soal kenyang, tetapi juga hubungan sosial, ingatan, dan kebersamaan.

Pada bab berikutnya, kita akan masuk ke bahan pokok dapur Jawa Tengah. Kita akan mengenal beras, kelapa, santan, tempe, tahu, ayam kampung, ikan, daun aromatik, rempah, terasi, gula jawa, dan cabai dengan lebih rinci. Jika bab ini memberi peta rasa, bab berikutnya akan memperkenalkan “batu bata” yang membangun rasa itu.

References

- Geertz, Clifford. 1960. The Religion of Java. Glencoe, IL: Free Press.
- Koentjaraningrat. 1985. Javanese Culture. Singapore: Oxford University Press.
- McGee, Harold. 2004. On Food and Cooking: The Science and Lore of the Kitchen. Revised edition. New York: Scribner.
- Owen, Sri. 2008. Indonesian Food. London: Pavilion Books.

Document information

Bab 1: Mengenal Rasa dan Budaya Masakan Jawa Tengah

Project	Dapur Jawa Tengah
Document	Document 1.5
Author	niasefiana
Verifier	Not verified
Downloaded	July 03, 2026 18:15 KST
Status	Working
Document link	https://theorytrace.com/projects/dapur-jawa-tengah/documents/bab-1-mengenal-rasa--dan-budaya-masakan-jawa-tengah/