

BAHASA, BUDAYA & WARISAN KITA

Pada 4 November, beberapa guru Bahasa Melayu bakal menerima Anugerah Guru Arif Budiman (Agab) sebagai mengiktiraf sumbangan mereka dalam pengajaran dan pembelajaran Bahasa Melayu. Selama tujuh minggu, **BERITA HARIAN** mengetengahkan tulisan sumbangan beberapa guru yang pernah menerima Agab untuk ruangan Bahasa & Budaya. Ia merangkumi pelbagai topik daripada cara menerapkan penggunaan bahasa sehinggalah masakan tradisional orang Melayu. Agab dianjurkan oleh Majlis Bahasa Melayu Singapura (MBMS), Persatuan Guru Bahasa Melayu (PGBM), Berita Harian (BH) dan Jawatankuasa Pembelajaran dan Penggalakan Penggunaan Bahasa Melayu (MLLPC).

Masakan Melayu lazat lagi berkhasiat

► CIKGU MANISAH OSMAN

Trend makan di luar atau memesan makanan dalam talian telah menyebabkan kurangnya usaha untuk memasak sendiri di rumah.

Hal ini menyebabkan semakin ramai orang lebih cenderung menyediakan hidangan yang cepat dan mudah dimasak.

Maka, ramai anak muda pada hari ini lebih gemar menyiapkan hidangan ala barat seperti stik, piza dan pasta yang tidak rumit untuk disediakan berbanding nasi serta lauk-pauknya.

Namun, bagi yang gemar memasak hidangan Melayu pula, kekangan masa merupakan faktor yang menyebabkan kaum ibu memilih untuk memasak hidangan serba ringkas seperti nasi goreng atau pun mi goreng.

Kesannya, banyak jenis lauk Melayu tidak lazim dimasak kerana proses penyiapannya yang lech dan memerlukan banyak bahan.

Tentulah hal ini akan mendaatkan kesan jangka panjang yang kurang baik terhadap gastronomi Melayu.

Dikhuatiri, banyak hidangan dan juadah Melayu akan dilupakan oleh masyarakat Melayu itu sendiri jika semakin ramai orang Melayu tidak mahu mengambil berat tentang aspek ini.

Nasi merupakan makanan utama bagi orang Melayu yang dihidangkan bersama lauk-pauk dan ulam-ulam.

Oleh sebab itulah, dalam majlis-majlis seperti kenduri-kendara dan majlis perkahwinan orang Melayu, hidangan seperti nasi putih, nasi minyak dan nasi beriani, dan lauk-pauk yang menyelelerkan disajikan buat santapan para tetamu.

Yang menariknya, hidangan Melayu ini bukan sahaja digemari oleh masyarakat Melayu bahkan juga bangsa asing.

Masakan Melayu terkenal kerana penggunaan herba dan rempah-ratus yang membangkitkan aroma serta keunikannya.

Tahukah anda bahawa antara bahan asas yang lazim digunakan da-

“Herba-herba ini memberikan penambahan rasa, menaikkan aroma masakan dan meningkatkan khasiat hidangan yang dimasak.

Sayangnya, tidak ramai generasi muda pada hari ini yang mengenali herba atau rempah-ratus dalam bahasa Melayu. Maka itulah, perlu ada daya usaha untuk menyampaikan pengetahuan itu kepada masyarakat Melayu secara umum supaya lebih ramai orang akan menghargai keunikan rasa dan bahan masakan yang digunakan dalam hidangan Melayu.

— Penulis.

lam masakan lauk-pauk orang Melayu termasuklah santan, lada dan belacan?

Santan merupakan bahan penting dalam masakan Melayu.

Santan digunakan dalam pelbagai jenis gulai atau masak lemak. Santan bukan sahaja menambahkan keunikan sesuatu hidangan, malah turut berfungsi untuk menjadikan sesuatu lauk itu cantik dipandang.

Lauk rendang misalnya, menjadi cantik warnanya apabila santan yang digunakan menjadi semakin pekat dan kering.

Begitu juga dengan lauk lemak lodeh yang cantik dipandang – kekuningan bersantan kerana gabungan warna-warni sayur-sayuran dan yang dicampur kunyit hidup atau serbuk kunyit.

Bahan perasa atau bahan utama dalam masakan Melayu juga penting kerana berfungsi untuk menghasilkan rasa unik yang membeza-

kan setiap hidangan.

Hal ini hanya dapat dihasilkan dengan penggunaan rempah basah atau rempah kering.

Rempah basah ialah bahan yang ditumbuk dengan batu lesung atau digiling dengan batu giling.

Ini termasuklah bawang, halia, bawang putih dan lada. Rempah kering pula seperti biji ketumbar, jintan, buah pelaga, kayu manis dan lain-lain.

Rempah-ratus ini selalunya disangai atau digoreng tanpa minyak terlebih dahulu sebelum ditumbuk atau dikisar.

Kini, rempah basah dan rempah kering lebih mudah disediakan dengan menggunakan mesin pengisar.

Malahan, sudah terdapat rempah basah dan rempah kering yang sudah tersedia khusus untuk memasak lauk-pauk tertentu.

Rempah basah segera ini biasanya dibungkus dan didingin-bekukan terlebih dahulu.



LAZAT DAN BERKHASIAH: Selain penggunaan rempah-ratus, masakan orang Melayu juga banyak menggunakan bahan-bahan herba seperti serai, daun pandan, daun limau purut, daun kesum, bunga kantan, kunyit, lengkuas dan buah pala. Herba-herba ini menambakan rasa, menaikkan aroma masakan dan meningkatkan khasiat hidangan yang dimasak. – Foto fail

Rempah kering pula tersedia dalam bungkusan yang divakum udara supaya tahan lama.

Selain penggunaan rempah-ratus, masakan orang Melayu juga banyak menggunakan bahan-bahan herba seperti serai, daun pandan, daun limau purut, daun kesum, bunga kantan, kunyit, lengkuas dan buah pala.

Herba-herba ini memberikan penambahan rasa, menaikkan aroma masakan dan meningkatkan khasiat hidangan yang dimasak.

Sayangnya, tidak ramai generasi muda hari ini yang mengenali herba atau rempah-ratus dalam bahasa Melayu.

Maka itulah, perlu ada daya usaha untuk menyampaikan pengetahuan itu kepada masyarakat Melayu secara umum supaya lebih ramai orang akan menghargai keunikan rasa dan bahan masakan yang digunakan dalam hidangan Melayu.

Hidangan harian orang Melayu sering dilengkapi dengan ulam-ulam seperti pucuk paku, petai, daun pegaga dan kacang botol yang dimakan mentah-mentah.

Selain kaya dengan sumber vitamin dan mineral, ulam-ulam itu juga mengandungi kadar serat yang tinggi.

Malahan, kini terdapat pula perubatan alternatif yang tertumpu pada penggunaan herba dan ulam-ulam.

Maka itu, usaha harus dilakukan untuk mewujudkan kesedaran tentang khasiat yang terdapat dalam hidangan Melayu.

Pertubuhan-pertubuhan Melayu boleh menganjurkan program atau kegiatan untuk mendidik anak-anak muda agar timbul pemahaman dan penghargaan terhadap makanan Melayu yang merupakan sebahagian daripada aspek budaya Melayu itu sendiri.

BIODATA PENULIS



CIKGU MANISAH OSMAN kini bertugas sebagai Guru Peneraju di Sekolah Rendah Yio Chu Kang. Beliau merupakan penerima Anugerah Guru Arif Budiman (Agab) 2021.