



...

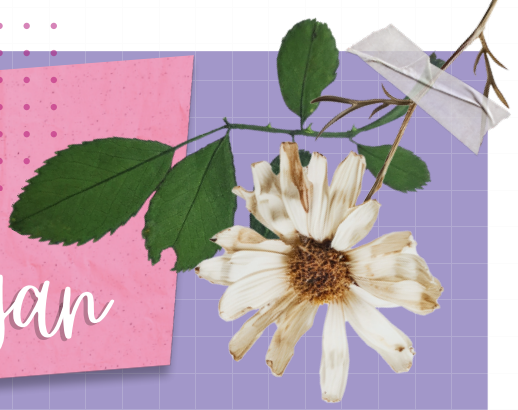


Masak - Masak *Jadi ...*

...

TOSIAH BINTI ABDULLAH

Isi Kandungan



KATA PENDAHULUAN

02

SIAPA TOSIAH ABDULLAH?

04

BAB 01

APA ITU KESELAMATAN MAKANAN?

07

BAB 02

KENALI TEPUNG ANDA

10

BAB 03

TERJEBAK DENGAN KEK

13

BAB 04

RESIPI TALAM SERI MUKA PANDAN

15

BAB 05

RESIPI PULUT KUNING
SEDAP BERLEMAK

16

BAB 06

SUSAH TAPI SEDAP!

19

PENUTUP

21





Kata Pendahuluan

“**K**enapa nak bersara awal? Nak buat apa lepas bersara...?”

Setuju tak? Soalan “kenapa nak bersara awal, nak buat apa lepas bersara..?” Mesti akan ditanya kepada semua yang bakal bersara, lagi-lagi yang ambil bersara pilihan.

Retirement is just the beginning of your next adventure, not the end of the trail.. but retirement also leads to feelings of boredom or purposelessness...

Bergantung kepada bagaimana kita urus masa selepas bersara.

Sama dengan Kak Tos, keputusan bersara pilihan telah dibuat. Anak-anak sangat risau nanti nak buat apa lepas bersara. Minda mula berfikir, betul juga kerisauan anak-anak. Sebab telah ada cerita-cerita; lepas bersara *collapse*, sakit jantung dan sebagainya.... Bukan anak sahaja yang risau. Adik-beradik, kawan-kawan pun risau, ‘kenapa nak bersara awal, nak buat apa lepas bersara, bukan lama pun nak tunggu 60 tahun..... *business* ke...?’ Banyak la soalan mereka tanya... Kak Tos tau mereka sayang Kak Tos. Takut kesan lepas bersara nanti tak ada aktiviti.... Elok-elok cergas jadi sakit.... Nauzubillah... Minta dijauhkan.

Al-Maklumlah selama 30 tahun bekerja makan gaji, otak sentiasa berfikir, saraf-saraf sentiasa berhubung, kadang *non stop*, terbawa-bawa di masa nak tidur pun terfikir pasal kerja.... Ada kala tu ‘*small little voice*’ bersuara... Dah dah tak payah fikir. Jom mengaji. Ada gak pahalanya... Fikir kerja sampai bila pun tak habis...

Sebenarnya, bersara ni bukan berhenti bekerja tetapi konsep yang sebenar adalah bersara dari


makan gaji. Berhenti kerja dengan status pekerja tetap yang menerima pendapatan tetap setiap bulan. Bersara dalam konteks Kak Tos adalah keluar dari kebiasaan tetapi hidup perlu diteruskan. Kena terus bekerja tetapi dalam bidang yang disukai tanpa terikat dengan peraturan atau pekeliling. Selepas bersara nanti, kalau nak terus bekerja sendiri Kak Tos la majikan, Kak Tos yang mengatur semua kerja. Dalam erti kata lain, kena *ready* dan kena *plan* untuk teruskan apa yang Kak Tos cita-citakan. Sebab tu kena ada perancangan yang jelas lepas bersara nak buat apa. Kena gunakan konsep PDCA: *Plan Do Check Action*. Rancang, buat, semak dan buat tindakan.

Kak Tos yakin sesiapa yang membaca *ebook* Kak Tos akan terinspirasi. Yang nak bersara awal atau kena bersara wajib dan sesiapa sahaja yang dah ada *in mind* nak buat apa untuk penuhi masa selepas bersara boleh *apply*. Untuk yang ingin memulakan perniagaan dari rumah juga boleh *apply*. *Ebook* ini juga boleh dijadikan buku resipi kerana Kak Tos akan *share* resipi mudah menggunakan bahan-bahan asas *bakery*. Selain itu, Kak Tos juga ada masukkan isi kandungan tentang keperluan perundangan yang perlu dipatuhi oleh usahawan F&B.

Semasa masih berkhidmat, di masa lapang Kak Tos suka *baking* kek dan biskut, membuat pulut kuning, membuat ukiran sayur bagi hiasan pulut kuning serta membuat lukisan *3D* pada *jelly*. Selain itu, Kak Tos suka memasak beberapa kuih melayu seperti Kuih Seri Muka Pandan, Kuih Lapis, Kuih Donat, Kole Kacang, Talam Tokyo dan kuih-kuih yang lain. Jadi, selepas bersara Kak Tos akan teruskan *passion* Kak Tos di dalam bidang F&B tersebut. Semua pengalaman akan Kak Tos bukukan dalam bentuk *ebook* untuk rujukan semua kawan-kawan supaya nanti boleh dijadikan pilihan bacaan kepada semua. Selain itu, Kak Tos akan *share* ilmu berkaitan keselamatan makanan yang selama ini menjadi tugas utama Kak Tos ketika berkhidmat di Kementerian Kesihatan.

Keselamatan makanan adalah tanggungjawab semua orang. Makanan yang berasaskan sumber alam semula jadi, semuanya memberi manfaat kepada kita. Bermula dari pemilihan bahan mentah, penyediaan dan penyimpanan, semuanya perlu diberi perhatian. Selain itu, tidak ada satu pun sumber makanan yang tidak memberi manfaat. Bermula dengan makanan asas kita setiap hari seperti nasi dan gandum, semua jenis makanan itu mempunyai khasiat yang berbeza mengikut jenis bahan, teknik memasak serta formulasi produk yang dihasilkan. Jadi kita haruslah bijak untuk memilih jenis bahan yang digunakan. Formulasinya dan kadar yang digunakan haruskan mematuhi *standard* dan piawai yang dibenarkan.

Harapan Kak Tos kepada pembaca *ebook* ini, agar dapat menggunakan ilmu-ilmu yang dikongsi untuk apa sahaja tujuan mengikut niat masing-masing sama ada berniaga, untuk pembelajaran, untuk keluarga ataupun untuk sedekah sekalipun, boleh diaccess di mana-mana tidak mengira masa.



Tosiah Abdullah.

Siapa Tosiah Abdullah?

“D

i sini jua memori tercipta

Walau seketika terjalin kasih kita

Mungkin di sini kita kan berpisah

Kenangan bersama tiada ku lupa”

Mendengar bait-bait lagu Memori Tercipta Shila Amzah, memori Kak Tos terus ke zaman remaja, zaman Sekolah Rendah 1974-1979 di Sekolah Kebangsaan Sapintas, jalan kaki dari rumah ke sekolah. Tahun 1980-1984 ke Sekolah Menengah Ungku Aziz, Sabak Bernam.

Satu-satunya sekolah di Malaysia yang menggunakan nama Yang Mulia Profesor diRaja Ungku Aziz, seorang tokoh Pendidikan dan Ekonomi yang disegani.

Kak Tos bukan kategori pelajar elit. *Results* periksa penggal dan akhir tahun, cukup-cukup makan je, kalau ada majlis anugerah akhir tahun, tak pernah pun dapat hadiah. Jadi penyibuk kat luar dewan je... Tengok je la kawan-kawan naik pentas ambil hadiah... Seingat Kak Tos dari sekolah rendah sampai menengah, tidak pernah Kak Tos naik pentas ambil hadiah akademik... Naik pentas buat *performance* nasyid, syair ada lah. Yang itu Kak Tos laju. Bila part akademik, *out!*

Sungguh macam tu pun, Kak Tos *relax* je tak ada terbit sekelumit rasa risau pun, tak ada rasa cemburu pun dengan kejayaan kawan-kawan, perasaan macam biasa je. Hari-hari pergi sekolah tak pernah ponteng, *follow the flow...* kayuh hari-hari...hahahah...

Tetiba teringat pesan *Coach* Nani; *Coach Content Marketing* dan *Personal Branding* Kak Tos sekarang, “kalau tenang sangat tu bahaya.” Tapi masa tu mana ada timbul ayat motivasi macam ni... Jadi Kak Tos pun hidup dengan tenang setenang-tenangnya la...

Boleh bayangkan tak?

Lepas SRP, ramai kawan-kawan Kak Tos mula tinggal di Asrama. Di SUA ada asrama putri untuk yang nak tinggal asrama. Kak Tos tak tinggal di asrama. Teringin jugak tapi tak berani nak cakap dengan arwah bapak. Lagipun, kakak abang yang atas Kak Tos semua pun berulang naik basikal sampai Form 5.

Results SRP Kak Tos cukup-cukup makan je. Sepupu-sepupu Kak Tos *results power-power...* Dulu kan pakai *aggregate*, mereka dapat kurang dari 12 *aggregate*, Kak Tos dapat *aggregate* lebih 25 macam tu la. Tapi sebab subjek sains, matematik dan Bahasa Malaysia Kak Tos kredit, dapat la masuk aliran Sains. Bila masuk aliran Sains, ada *killer subject Add Maths...* Ada sehari tu, *result Add Maths* Kak Tos tersangatlah teruknya. Masa kayuh balik tu, tetiba '*small little voice*' Kak Tos berkata-kata.

"Kau ni nak jadi apa? *Add Maths* tu subjek penting. Gagal *Add Maths*, gelap la masa depan. Habis la Tos, tak ada universiti yang nak terima nanti. Nak sambung belajar kat mana?" *Terinfluence* Kak Tos dengan '*small little voice*' Kak Tos tu. "Ha aaa laa, takkan nak macam ni je? Aku kena berubah ni!"

Masa tu la Kak Tos terbayang..... memang macam wayang depan mata Kak Tos. Kak Tos naik pentas pakai jubah ambil *scroll*. Kekonon Kak Tos di majlis graduasi. Semangat Kak Tos tiba-tiba jadi lain macam masa tu...

Bermula dari situ la, Kak Tos *target*, "aku mesti masuk universiti, aku mesti dapatkan ijazah, aku kena berubah." Syukur la hati Kak Tos dijentik masa Kak Tos kayuh basikal tu.... Sedar-sedar dah sampai rumah... Allahuakbar.

Terima kasih kepada semua cikgu-cikgu yang tanpa jemu memberi semangat kepada Kak Tos. Kak Tos dedikasikan khas untuk semua cikgu Kak Tos di sekolah rendah, menengah, universiti dan di mana sahaja. Hanya Allah sahaja yang membalas budi cikgu-cikgu semua. Terima kasih kawan-kawan sekelas, sesekolah, *sebatch*. "*You are all awesome!*"





Begitu cepatnya masa berlalu. Sekarang Kak Tos dah pun bersara. Sekarang memegang status suri rumah sepenuh masa. Bersama 5 orang anak remaja yang berusia di antara 28 hingga 18 tahun. Suka memasak dan mencuba berbagai-bagai resipi untuk suka-suka dan untuk mengurangkan *stress*. Bak kata orang sekarang ni untuk *healing*. Kak Tos suka mencuba resipi-resipi yang dikongsi di *Facebook* dan ada juga resipi dari kelas *online* yang Kak Tos sertai.

Bermula dengan produk kek yang sekadar cuba-cuba, sekarang berkembang kepada beberapa produk seperti kek *jelly*, variasi kek; *Brownies*, *Pucci*, *Cinta Dua Benua*, *Sorimoi* - sekadar nama beberapa kek, roti, kuih melayu, pulut kuning berhias, rendang dan beberapa makanan lain.

Sebelum menjadi YB - Yang Bersara, Kak Tos bekerja di Kementerian Kesihatan Malaysia. Awal perkhidmatan di Jabatan Kesihatan Perlis. Kemudian berpindah ke Makmal Keselamatan Kualiti Makanan Selangor dan Makmal Kesihatan Awam Kebangsaan sebagai Juruanalisis Makanan dan pejabat Kak Tos yang terakhir adalah di Bahagian Keselamatan dan Kualiti Makanan sehingga bersara.

Passion Kak Tos adalah membantu usahawan, wanita dan pengusaha makanan untuk memastikan makanan yang dihasilkan sama ada untuk makanan sendiri atau jualan adalah selamat. Bagi suri rumah, *ebook* ini boleh menjadi rujukan santai selain mencuba beberapa resipi mudah untuk dicuba.

Bagi pengusaha makanan pula, *ebook* ini membantu usahawan makanan memahami dan mematuhi keperluan perundangan, yang mana menjadi satu keperluan wajib dipatuhi oleh semua usahawan makanan.

Bab 01

Apa Itu Keselamatan Makanan?



Kak Tos sudah bekerja di Kementerian Kesihatan Malaysia selama 30 tahun 6 bulan. Terlalu banyak kenangan sepanjang berkhidmat. Ada yang manis ada yang pahit. Tetapi kenangan yang pahit telah Kak Tos *delete* dan tukar menjadi manis kesemuanya. Jawatan Kak Tos semasa berkhidmat adalah Pegawai Teknologi Makanan di Bahagian Keselamatan dan Kualiti Makanan (BKMM), Kementerian Kesihatan Malaysia.

BKMM adalah peneraju kawalan keselamatan dan kualiti makanan negara dengan *mission* untuk memperkasakan kawalan keselamatan dan kualiti makanan melalui akauntabiliti semua yang terlibat di sepanjang rantai bekalan makanan supaya memastikan rakyat mendapat makanan yang selamat dan berkualiti.

Selain itu, aktiviti di jabatan Kak Tos adalah untuk melindungi orang ramai terhadap bahaya dari segi kesihatan dan penipuan pada penyediaan, penjualan dan penggunaan makanan serta mempermudah perdagangan makanan melalui pengukuhan dasar, pemantauan dan penguatkuasaan ke atas makanan import, domestik dan premis makanan bagi memastikan kepatuhan terhadap perundangan makanan negara, pengukuhan kawalan makanan eksport, kawalan makanan import, pemerkasaan industri makanan, pembudayaan keselamatan makanan, analisis makanan, komunikasi dan pendidikan serta pemantapan kolaborasi dengan semua pemegang taruh di dalam dan luar negara bagi melindungi kepentingan negara berkaitan keselamatan dan kualiti makanan.

Semua aktiviti adalah berdasarkan mandat yang diberikan iaitu Akta Makanan 1983 dan peraturan-peraturan di bawahnya. Di antara peraturan yang ada adalah Peraturan-Peraturan Makanan 1985, Peraturan-Peraturan Kebersihan Makanan 2009, Peraturan-Peraturan Iradiasi Makanan 2011, Peraturan-Peraturan Makanan (pengeluaran Sijil Kesihatan bagi Eksport Ikan dan Hasil Ikan ke Kesatuan Eropah) 2009, Peraturan-Peraturan Makanan (Fii Analisis Makanan) 2016 dan Peraturan-Peraturan Makanan Pengkompaunan Makanan 2017. Selain itu, Juruanalisis Makanan juga dikawal di bawah Akta Juruanalisis Makanan 2011.

Peraturan-Peraturan Kebersihan Makanan (PPKM) 2009, mewajibkan setiap empunya dan penghuni premis pengilangan makanan hendaklah menyediakan dan mengadakan satu program Jaminan Keselamatan Makanan (PJKM).

PJKM merupakan satu sistem amalan terancang yang didokumenkan dan memberi jaminan bahawa mana-mana jenis makanan tertentu tidak akan memudaratkan pengguna apabila dimakan. Antara PJKM yang telah diperkenalkan kepada premis yang terlibat dalam pengilangan makanan adalah seperti *Good Manufacturing Practice* (GMP), *Hazard Analysis and Critical Control Point* (HACCP), ISO 22000 dan sebagainya.

Walau bagaimanapun, PJKM sedia ada agak sukar untuk diperolehi premis pengilangan makanan khususnya Perusahaan Kecil dan Sederhana (PKS).

Sehubungan itu, Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) telah memperkenalkan suatu skim yang mudah untuk diperolehi dan memenuhi keperluan minima yang diperuntukkan di dalam PPKM 2009 iaitu Skim Pensijilan Makanan Selamat Tanggungjawab Industri (MeSTI).

Makanan adalah sangat kompleks, jadi keselamatan makanan perlu dijaga bermula dari bahan mentah hingga ke produk akhir yang sampai kepada pengguna. Pengendali makanan yang terlibat wajib mendapat suntikan *anti-typhoid* dan hadir latihan pengendali makanan dari Sekolah Latihan Pengendali Makanan yang diiktiraf oleh KKM.

Bagi membantu kepatuhan industri kepada perundangan, beberapa skim pensijilan telah diwujudkan. Pensijilan ini adalah bersifat sukarela, maksudnya industri wajib patuh perundangan. Bagaimana nak patuh, adalah dengan industri menyertai skim pensijilan yang disediakan. Tetapi KKM tiada halangan sekiranya industri memilih pensijilan selain dari KKM.

Ada pilihan pensijilan yang sesuai untuk pengusaha, antaranya: Kalau kilang ada MeSTI (Makanan Selamat Tanggungjawab Industri), Katering ada TMC (*Trust MyCatering*). Gerai, kafe, kedai makan, restoran, *food truck* ada BeSS (Bersih dan Selamat) dan makanan dari rumah untuk jualan ada Penyenaaraan Makanan Sediaan Dirumah *Home Based* KKM. Semua permohonan pensijilan MeSTI, BeSS, TMC, *Home Based Food* adalah percuma.

Kak Tos akan share sedikit info berkaitan Penyenaaraan Pengusaha Makanan Sediaan Di Rumah (*Home Based Food*) KKM sebagai panduan asas dan rujukan kepada pengusaha yang berada di dalam industri *Home Based Food*. Bagi pensijilan lain seperti MeSTI, BeSS dan TMC boleh di rujuk di website: <https://hq.moh.gov.my/fsq/>



PENYENARAIAH PENGUSAHA MAKANAN SEDIAAN DI RUMAH (*HOME BASED FOOD*)

Penyenaraian *Home Based Food* adalah merupakan satu usaha KKM dalam memformulasikan aktiviti penyediaan makanan di rumah (*Home Based Food*) untuk tujuan jualan. Penyenaraian ini akan diberikan kepada pengusaha yang memenuhi syarat yang ditetapkan seperti berikut:

1) Berdaftar dalam sistem FoSIM sebagai perusahaan makanan *Home Based*

3) Mendapat pelalian vaksinasi *anti-typhoid*

5) Melaksanakan pemeriksaan kebersihan makanan secara sendiri

2) Menjalani Latihan Pengendali Makanan

4) Melabelkan pembungkus makanan dengan maklumat label yang mengikut perundangan. Sekiranya maklumat label salah, KKM akan bantu pengusaha

MACAM MANA NAK MEMOHON?

Pengusaha perlu kemuka dokumen permohonan yang mengandungi maklumat di atas termasuk gambar dapur ke Pejabat Kesihatan berdekatan atau emel ke homebasedfood.bkkm@moh.gov.my.

Permohonan adalah percuma. Sekiranya semua lengkap, sijil akan diberikan kepada pemohon dan tempoh sah laku sijil adalah 3 tahun.



Bab 02

Kenali Tepung Anda



D

alam bab 2 ini Kak Tos akan terangkan secara ringkas bahan-bahan asas dalam memasak (*baking*).

Kita bermula dengan tepung. Terlalu banyak tepung di pasaran, jangan keliru. Setiap tepung ada fungsi dan kegunaannya mengikut jenis makanan yang hendak kita masak.

TEPUNG NAIK SENDIRI / *SELF RAISING FLOUR (SRF)*

Untuk kebanyakan kek yang Kak Tos buat, Kak Tos gunakan SRF, senang kerana tepung SRF ni dah *complete*, ada *baking soda* dan serbuk penaik. Kalau guna tepung gandum, kena tambah *baking soda* dan serbuk penaik kerana tepung gandum tak ada campuran tersebut.

TEPUNG SERBAGUNA / *PLAIN FLOUR*

Tepung serbaguna seperti namanya 'serbaguna'. Jadi ia sesuai untuk semua jenis masakan. Contoh tepung serbaguna yang biasa di pasaran adalah tepung gandum Cap Wau, Cap Kunci dan Cap Sauh. Kandungan proteinnya yang sederhana sesuai untuk semua jenis kuih-muih, pau, kek dan biskut. Walau bagaimanapun, untuk buat kek atau pau perlu ditambah serbuk penaik. Kalau tak, kek bantat.

TEPUNG *SUPERFINE*

Tepung *superfine* boleh menggantikan tepung gandum. Cuma teksturnya lebih halus berbanding tepung gandum menjadikan kek lebih lembut dan gebu.

TEPUNG BERPROTEIN TINGGI

Orang panggil tepung roti. Ada protein yang tinggi, sesuai untuk membuat roti kerana daya menganjalnya agak tinggi. Jadi lebih sempurna setelah diadun dengan yis. Gluten di dalam tepung memberikan kekenyalan (daya elastik) pada roti apabila diuli. Tepung ini sesuai untuk roti, bun dan donut.

TEPUNG BERAS / RICE FLOUR

Diperbuat daripada beras yang dikisar halus. Biasanya digunakan untuk membuat apam, bihun dan banchuan pisang goreng.

TEPUNG PULUT / GLUTINOUS RICE FLOUR

Diperbuat daripada beras merah yang mengandungi kadar peratusan kanji yang tinggi dalamnya. Biasanya digunakan untuk membuat kuih tradisional yang lain.

TEPUNG JAGUNG / CORN FLOUR

Kegunaannya sangat meluas dalam pembuatan kek, biskut, kuih-muih dan masakan. Untuk memekatkan adunan seperti kuah. Kalau dalam pembuatan biskut, menjadikan tekstur biskut rangup dan rapuh.

BAKING POWDER

Baking powder merupakan serbuk penaik yang mengandungi gabungan antara dua bahan iaitu serbuk *baking soda* dan juga sejenis campuran ejen berasid (*cream of tar tar*). Soda bertindak balas dengan asid untuk menghasilkan garam, air dan karbon dioksida. Gas karbon dioksida dalam bentuk gelembung udara terbentuk menjadikan kek dan biskut lebih ringan dan berongga dan menjadikan adunan naik bila dibakar.

BAKING SODA

Boleh juga dipanggil Soda Bikarbonat, Sodium Bikarbonat dan *Bicarbonate of Soda*. *Baking soda* hanya mengandungi satu bahan sahaja iaitu *sodium bicarbonate*. *Baking soda* hanya akan bertindak balas dengan adunan yang mengandungi bahan-bahan berasid seperti susu, coklat, cuka, *buttermilk* dan lain-lain. Tindak balas di antara *baking soda* dengan bahan-bahan yang berasid tersebut akan menghasilkan sejenis gas karbon dioksida dalam bentuk gelembung udara. Gas ini akan menjadikan kek naik apabila dibakar. Tindak balas *baking soda* terhasil dengan segera setelah bahan-bahan di adun. Jadi untuk pastikan kek/biskut kembang atau naik dengan cantik, kek/biskut perlu bakar dengan kadar yang segera.

Di dalam Peraturan Makanan 1985, *baking powder* dan *baking soda* adalah dibenarkan. Cuma kena beringat, kalau terlebih letak *baking soda*, kek atau biskut akan rasa sedikit pahit.

OVALLETE

Penstabil dan pengemulsi kek yang biasanya digunakan di dalam pembuatan kek seperti kek span, Kek Sarawak, Apam dan lain-lain. Nama lain bagi *ovalette* adalah *Quick 75*, *Sponge Cake Stabilizer* atau Pengemulsi (*emulsifier*). Berwarna oren kekuningan atau ada juga yang berwarna putih. *Ovalette* akan membantu adunan yang dipukul agar lebih mudah untuk naik dan kembang dimana ianya membantu dalam memerangkap lebih udara di dalam adunan dan secara tidak langsung membuatkan adunan lebih cepat kembang, stabil dan tidak mudah untuk hilang bentuk.



Bab 03

Terjebak Dengan Kek



Kak Tos nak cerita macam mana mula-mula Kak Tos terjebak dengan *baking* dan masak-masak ni. Di tahun 2013, Kak Tos mendapat surat arahan berpindah ke Putrajaya, Kak Tos duduk kat Puncak Alam masa tu. Perjalanan dari Puncak Alam ke Putrajaya mengambil masa satu jam tanpa *jem*. Tapi jalan memang *jem* laaa, jadi Kak Tos akan keluar rumah seawal 5.00 pagi dan sampai pejabat lebih kurang 6.00 pagi. Selalu Kak Tos solat subuh di pejabat. Pergi *jem* balik pun sama. Selalu Kak Tos akan tunggu lepas maghrib baru Kak Tos gerak balik.

Begitulah setiap hari. Dengan kerja lagi, *jem* lagi. Keadaan ini menjadikan Kak Tos *stress*. Bila *stress*, nak tidur pun tak selesa. Masa tu medsos *Facebook* sangat *popular share* resipi-resipi kek yang mudah. Kek jelita (Kek Pucci), kek *butter*, kek pelangi dan sebagainya. Kak Tos pun cuba resipi di *Facebook* tersebut... dan jadi!! Dan ajaibnya lepas buat kek tu, minda Kak Tos jadi tenang macam minda berehat... tengah *healing*. Begitu la yang selalu berlaku diawal pembabitan Kak Tos dalam *baking* ni.

Bila Kak Tos *baking*, kek yang terhasil Kak Tos bawa ke pejabat dan berlalu masa, Kak Tos semakin mahir membuat kek, dan ramai yang suka kek Kak Tos. Bagus juga *stress* ni rupanya bila keadaan terdesak. Minda akan menjadi kreatif untuk memikirkan perkara baru, adalah betul. Terbukti sekurang-kurangnya Kak Tos dapat *passion* Kak Tos iaitu memasak atau *baking*. Dalam *ebook* ini, Kak Tos akan hadiahkan resipi kek Pucci Jelyta, Kuih Talam Serimuka Pandan, *Jelly Diva* dan Pulut Kuning istimewa untuk sesiapa yang membaca *ebook* Kak Tos.

Kak Tos teringat juga dulu-dulu masa Kak Tos kecil, nak jumpa kek hanya pada masa raya. Kek keluaran orang melayu tak banyak masa tu. Tetapi keadaan berbeza sekarang. Ramai dah orang melayu dah boleh buat kek. Perniagaan yang bermula dari dapur rumah (*Home Based*) ke kilang pun ramai. Contohnya macam Azlina Ina, beliau bermula dari dapur rumah dan sekarang telah ada kedai dan kilang sendiri. Yang *bestnya*, Azlina Ina rajin *share* resipi di *Facebook*. Kak Tos selalu *follow* beliau dan Kak Tos jadi boleh buat kek pun bermula dari resipi yang dikongsi oleh Azlina Ina. Sebenarnya ramai pengusaha lain yang telah berjaya dan kejayaan mereka menjadi pembakar semangat untuk Kak Tos menceburi bidang ini dengan lebih serius selepas bersara.

Sebagaimana yang dijanjikan, istimewa untuk semua pembaca *ebook* ni Kak Tos nak *share* resipi kek yang mula-mula Kak Tos buat iaitu kek Jelita Pucci.

Resipi ini adalah dari Azlina Ina. Sekarang Kak Tos dah hafal resipi ini dan ia menjadi asas untuk Kak Tos mencuba resipi kek yang lain.

Kek Pucci Jelyta

Bahan-bahannya:

- 160 gram butter/margerin - dicairkan, ketepikan dulu
- 5 biji telur gred A. Kalau gred B guna 6 biji telur
- Satu sudu makan *Ovallete*
- 150 gram gula kastor
- Satu sudu esen vanila
- 60 gram susu penuh krim (boleh ganti dengan air biasa)
- 220 gram Tepung Naik Sendiri.

Cara-caranya:

1. Masukkan semua bahan kecuali bahan nombor 1
2. Mix lebih kurang 5 minit atau hingga kembang
3. Kemudian masukkan bahan nombor 1
4. Sediakan loyang dan bakar dalam oven suhu 145°C selama 80 minit

Oven Kak Tos adalah oven SSODD 1000L. Walau bagaimanapun, suhu dan tempoh masa oven adalah bergantung kepada jenis oven juga. Kena *trial and error* dulu untuk mendapatkan suhu dan masa yang sesuai.



Bab 04

Resipi Talam Seri Muka Pandan

Untuk resipi kuih, Kak Tos akan *share* resipi Talam Seri Muka Pandan. Resipi ini sangat sedap dan Kak Tos sarankan semua yang membaca *ebook* ini cuba. Senang untuk hidangan minum petang atau sebagai buah tangan.



LAPISAN BAWAH:

Bahan-bahan:

- 450 gm pulut
- 250 ml santan
- 250 ml air
- 2 tsp garam

Cara:

1. Basuh beras pulut dan rendam selama 30 minit dan toskan
2. Campurkan semua bahan di atas dan kukus selama 30 minit/ sehingga masak
3. Apabila pulut masak, tekan pulut di dalam loyang 10x10 yang dah di lapik dengan plastik 16x16 cm

LAPISAN ATAS:

Bahan-bahan:

- 4 biji telur
- 140 gm tepung gandum
- 260 gm gula pasir halus
- 400 ml santan
- 300 ml air pandan (*blend* 7 helai daun pandan)
- ½ tsp garam
- Sedikit pewarna kuning *lemon*, ¼ pewarna hijau epal
- 3 titik pewarna merah/pink atau 1 tsp pewarna hijau daun

Cara:

1. Satukan semua bahan di atas dan tapis. Kemudian, masak di atas api hingga naik wap
2. Tuang di atas lapisan bawah tadi dan kukus selama 40 minit/ sehingga masak.

Bab 05

Resipi Pulut Kuning Sedap Berlemak



Ada yang tanya, macam mana mula-mula Kak Tos buat pulut kuning pulak?... Yeahhh..... Semuanya bermula dengan *stress* dan keinginan mencuba yang baru. Media sosial banyak membantu Kak Tos. Geram tengok orang *share* hasil pulut kuning siap dengan deko yang cantik di *Fb*, terus Kak Tos cuba.

Sebenarnya banyak cara nak masak pulut ni... Ada nak masak kat periuk nasi macam masak nasi, ada yang kukus sekali, ada yang kukus dua kali... Mana-mana kaedah pun ok...masak je pulut tu....

Cikgu yang pertama Kak Tos tentulah arwah emak Kak Tos. Arwah mak masak pulut macam masak nasi. Cuma sukatan airnya dikurangkan sikit banding masak nasi biasa. Untuk makan sendiri, kaedah ni sangat cepat. Arwah mak main campak-campak je sukatanya, paras airnya satu sekatan jari dan masak pun elok je.

Soalannya, berapa lama nak rendam pulut sebelum kukus? Masa bila nak letak kunyit? Santannya macam mana pula?

Untuk masak bagi tujuan jualan, Kak Tos kena cari guru. Jadinya Kak Tos berusaha cari kelas PJJ pulut kuning. *Join* kelas PJJ Cikgu Garang Akademi. Dari situ Kak Tos mula buat pulut kuning. Resipi Cikgu Garang, pulut dikukus 2 kali. Lepas masukkan santan, kukus lagi. Bahan-bahannya macam biasa: **pulut, serbuk kunyit, santan pekat, asam keping, air dan garam secukupnya.**

Pulut Kuning Sedap Berlemak

Mula-mula, rendam pulut bersama kunyit dan asam keping. Kemudian, kukus. Pastikan air kukusan menggelegak dulu. Lapik pengukus dengan *silicone net* (Kak Tos beli *silicone net* di *Shopee*) atau lapik pengukus dengan daun pisang. Kukus 45 minit atau sehingga semua pulut masak. Jangan lupa letak daun pandan masa kukus supaya pulut wangi. Kalau ada butiran pulut yang masih putih, maknanya pulut tu belum masak kesemuanya. Aduk pulut sekali-sekala masa kukus.



Di dapur lain, campurkan santan + air + garam. Masak hingga naik wap. Pulut akan tahan lama sebab guna santan yang dimasak. Kemudian, angkat pulut dari kukusan, pindahkan ke bekas lain dan campurkan santan yang dimasak tadi. Pastikan pulut dan santan kedua-duanya masih panas. Adukkkan kedua-duanya dengan segera.

Masukkan semula pulut yang diaduk tadi di kukusan semula dan kukus sekali lagi sehingga pulut berkilat. Kukus lebih kurang 45 minit.

Dah siap. Kaedah ni sesuai untuk masak pulut dalam kuantiti yang banyak juga tetapi pastikan gandakan sukatan yang lain dan pengukusnya muat dan bersaiz besar.

Macam Kak Tos bagi tahu di bahagian atas tadi, apa-apa cara masak pun ok. Cuma ini kaedah yang Kak Tos buat sekarang ikut resipi cikgu Kak Tos. Lembut dan berlemak, secukup rasa. Banyak *feedback* kawan-kawan yang pernah makan pulut kuning air tangan Kak Tos. Mereka cakap pulut Kak Tos lembut dan lemak...

TIP #1:

Tak kisah jenis pulut. Apa pun boleh. Guna untuk sekilo beras pulut, rendam dengan 3 keping asam keping. Fungsi asam keping untuk pulut tahan lama. Rendam sebaiknya 4 jam. Kak Tos pernah rendam 1 jam pulut tu, pun jadi, cuma kunyit belum elok meresap kalau rendam hanya 1 jam.



Ada *tips*nya juga tau, Nahhh..Kak Tos *share* untuk yang membaca *ebook* ni:

TIP #2 :

Untuk sekilo pulut, pastikan cecair iaitu santan yang digunakan tidak melebihi 550 ml dengan nisbah 400 santan : 150 air.

Dulu Kak Tos ingat masak pulut ni susah. Tapi bila dah cuba resepi pulut Cikgu Garang, menjadi pulut tu!!!! Pulut ni sedap makan dengan rendang, serunding, sambal ikan bilis, ikan masin. Ikut selera masing-masing.

MACAM MANA NAK HIAS PULUT?

Bila dah pandai buat pulut kuning, Kak Tos tengok di *Facebook* ada pulut kuning berhias dengan ukiran sayur pula. Cantik sangat di mata Kak Tos pulut berhias ni. Keinginan nak belajar membuat ukiran mulalah membuak-buak. Kak Tos cuba cari ilmu yang percuma di medsos. Cuba-cuba *carving* tetapi tak menjadi. Ilmu *carving* ni kena dicari. Kena belajar baru tahu rahsia menghasilkan ukiran yang cantik. Kak Tos jumpa *Facebook* Kak Ana Salwa. Beliau menawarkan kursus ukiran sayur untuk hiasan secara bersemuka dan berbayar. Kak Tos tak lepas peluang. Terus rebut peluang demi menghasilkan ukiran sayur-sayuran untuk pulut kuning berhias.

Makanya pada 18 Jun 2023, Kak Tos hadir kelas pulut berhias Kak Ana di Puchong. Kami berempat masa tu. Kelas bermula pukul 9.00 pagi berakhir 10.00 malam. Kak Ana kata, tak boleh balik selagi tak berjaya hasilkan ukiran yang dia puas hati. Best kelas ni, Kak Ana ajar cara pegang pisau ukiran yang betul, cara deko dan cara masak pulut kuning. Penyediaan pulut kuning cara Kak Ana tak jauh beza dengan cara Cikgu Garang. Cuma bezanya pulut dikukus sekali sahaja. Selepas kukusan pertama terus gaul dengan santan dan siap.



Bab 06

Susah Tapi Sedap !



Kak Tos nak kongsi *signature* kek Kak Tos iaitu *White Choc Macadamia With Salted Caramel*. Pernah tak makan macadamia kek kat mana-mana kedai kek... Siapa pernah makan mesti tau rasanya yang sedap. Kek *almond* yang harum dan gebu bersama taburan macadamia yang rangup, *salted caramel cream* di setiap lapisan kek, disalut pula dengan *white chocolate* dan disalut sekali lagi dengan curahan *salted caramel* yang dibiarkan meleleh menjadikan sesiapa sahaja yang melihatnya pasti terliur....

Menggunakan bahan-bahan mentah yang *premium* seperti kacang macadamia, coklat putih, krim karamel dan karamel menjadikan kek *White Choc Macadamia With Salted Caramel* sedap dan mahal. Disebabkan harganya yang mahal, Kak Tos teringin nak cuba. *Search* resipi di *internet*... pakcik *Google* tolong carikan... Adaaa!!! Jumpa... Haaa... Panjang resipi kek ni. Kena cekal dan sabar untuk membuatnya. Kalau alang-alang, baik beli je kat kedai kek. Buat apa susah-susah buat... Tapi perasaan ingin mencuba yang sangat kuat... *Yes! Yes! Yes!...* Mesti cuba.

Kak Tos dah mencuba banyak kali resipi ini dan buat-buat...jadi....dan rasanya? Mestilah sedap. Istimewa untuk pembaca *ebook*, Kak Tos kongsi resipi untuk dicuba. Yang pasti hasilnya sangat mengujakan..... Jom tengok resipinya. Mula-mula kena buat kek span, kemudian *salted caramel*, *salted caramel cream*, *white choc mousse*, *caramel macadamia* dan seterusnya deko.

White Choc Macadamia With Salted Caramel

1) KEK SPAN ALMOND

- 4 biji telur gred A (B pun boleh)
- 180 gm gula halus
- 170 gm tepung gandum
- 2 sudu besar serbuk *almond*
- 70 gm air
- 1 sudu teh *baking powder*
- 15 gm *ovallete*
- 50 gm minyak jagung
- 1 sudu teh esen vanila



Caranya:

Mix semua kecuali minyak jagung. Dah kembang, baru buh minyak jagung. Kacau sehati. Bakar kat *oven*. Ikut suhu *oven* masing-masing, Kak Tos buat 145°C selama 1 jam 30 minit. Dah masak, biarkan sejuk sebelum deko.

2) SALTED CARAMEL

Bahan-bahannya:

- 113 gm *unsalted butter*
- 120 ml *heavy cream*
- 3 sudu besar air
- 60 ml *corn syrup*
- 200 gm gula

Caranya:

Potong *butter* kecil-kecil. Tambah *whipping cream* dan panaskan hingga cair. Dalam bekas lain (periuk) satukan air, gula, *corn syrup*. Masak sampai gula larut dan keperangan (jaga-jaga, jangan sampai hangus). Kemudian, masukkan *butter* + *whipping cream* tadi dan tutup periuk tadi.

3) SALTED CARAMEL CREAM (UNTUK SALUT KEK)

Bahan-bahannya:

- 3 biji kuning telur
- 100 gm *white choc*
- 8 gm gelatin (guna gelatin Nona, ada logo halal Jakim)
- 30 gm air panas
- 250 gm *whipping cream*
- 1 sudu teh esen vanila
- 2 sudu besar *salted caramel* yang kita buat atas tadi

Caranya:

Larutkan gelatin kat air panas, dalam periuk *double boil*, masukkan kuning telur, kacau-kacau hingga separuh masak, masukkan gelatin, *white choc*, esen vanila, *salted caramel*, *mix* hingga sehati. Dalam bekas lain pukul *whipping cream* hingga kembang dan masukkan campuran gelatin, *white choc*, *salted caramel*, esen vanila tadi. *Mix* hingga sehati. Siap untuk *layered* pada kek.

4) WHITE CHOC MOUSSE

- 200 gm *white choc* bersama sesudu *unsalted butter* dan secawan *heavy cream*, masak *double boil* hingga larut. *Choc mousse* untuk salut kek selepas *cover* dengan *salted caramel cream* sebelum curah *salted caramel*.

5) CARAMEL MACADAMIA

- 100 gm kacang macadamia yang telah dipanggang. Dimasak bersama gula macam buat sira.

Dah siap semua-semua diatas, boleh la mula mendeko. Pastikan kek betul-betul sejuk.

6) CARA DEKO KEK



Bahagi kek potong kepada 3 atau 2 bahagian (ikut suka nak 4 pun boleh). Lapiskan dengan *salted caramel cream*, kemudian tabur macadamia, curah *salted caramel*, lalukan atas krim sebelum ditambah lapisan kek yang baru, lapis hingga selesai. Salut kek dengan *salted caramel cream*. Biarkan set dulu dalam peti ais. Salut lagi dengan *white choc mousse*. Then, baru curah *salted caramel*.

Dah siap... Kalau tak nak cari pasal... beli je.... Dah la panjang *stepnya*. *Preparation salted caramel, salted caramel cream* dan *caramel macadamia* memerlukan ketabahan. Sebab tu harganya mahal... Tapi Kak Tos puas sebab Kak Tos boleh buat sendiri kek *White Choc Macadamia With Salted Caramel*.



Penutup

Akhir sekali, dengan *ebook* ini Kak Tos harap ia menjadi panduan awal untuk sesiapa sahaja termasuk wanita dan usahawan dalam menghasilkan produk makanan yang bersih dan selamat. Ia juga sebagai hadiah persaraan dari Kak Tos untuk semua.

"Semoga bermanfaat."



Masak
- Masak
Jadi ...



TOSIAH BINTI ABDULLAH

2024