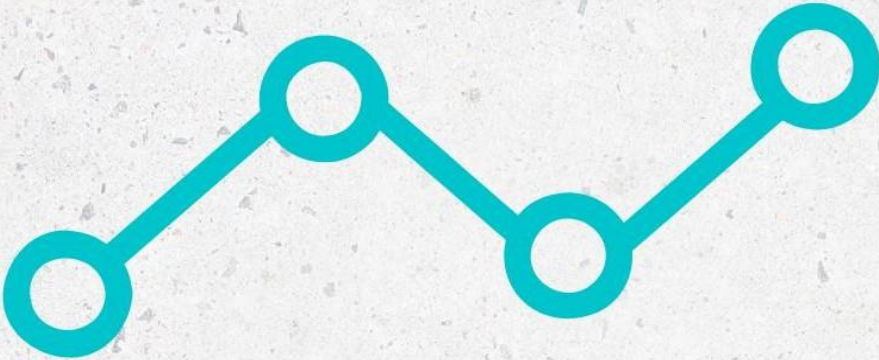




Jurnal Hospitaliti

ANALISIS METODE PENGGORENGAN TELUR DI HOTEL BERBINTANG KOTA MANADO

Sri Soeyati

Sekolah Tinggi Ilmu Pariwisata Manado, Indonesia

ARTICLE INFO

ABSTRACT

This study examines egg processing practices through frying techniques applied in the kitchen operations of star-rated hotels in Manado City, North Sulawesi. The analysis focuses on three main aspects: culinary technical skills, the implementation of food safety principles, and the quality of the final dish. The research employs a qualitative method with a descriptive approach, conducted through direct observation at three hotels: Hotel Aryaduta Manado, Hotel Ibis Manado, and Hotel Whiz Prime Manado.

The findings reveal that six types of egg frying techniques are commonly applied, namely sunny side up, over easy, over medium, over hard, basted egg, and fried egg en cocotte. Each technique exhibits distinct characteristics determined by variations in cooking temperature, duration, and handling during the cooking process. These conditions require the use of high-quality raw materials as well as the implementation of strict hygiene and sanitation procedures in accordance with HACCP and SNI standards.

Furthermore, the study highlights that consistency in applying operational procedures, particularly those referring to achieving a minimum internal temperature of 71°C, plays a crucial role in ensuring food safety while enhancing guest satisfaction. Therefore, it is necessary to develop more structured and standardized operating procedures that take into account variations in cooking techniques and customer preferences, in order to improve the quality of culinary services in the hospitality industry.

ABSTRAK

Keywords:
Provide 4-6 Keywords

Penelitian ini menelaah praktik pengolahan telur melalui teknik penggorengan yang digunakan dalam operasional dapur hotel berbintang di Kota Manado, Sulawesi Utara. Kajian difokuskan pada tiga aspek utama, yaitu keterampilan teknis dalam

memasak, penerapan prinsip keamanan pangan, serta kualitas hasil sajian. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif, melalui pengamatan langsung di tiga hotel, yakni Hotel Ar-yaduta Manado, Hotel Ibis Manado, dan Hotel Whiz Prime Manado.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa terdapat enam jenis teknik penggorengan telur yang umum digunakan, yaitu sunny side up, over easy, over medium, over hard, basted egg, dan fried egg en cocotte. Setiap teknik memiliki karakteristik tersendiri yang ditentukan oleh variasi suhu pemasakan, durasi, serta perlakuan selama proses memasak. Kondisi ini menuntut penggunaan bahan baku yang berkualitas tinggi serta penerapan prosedur kebersihan dan sanitasi yang ketat sesuai dengan standar HACCP dan SNI.

Selain itu, hasil penelitian menegaskan bahwa konsistensi dalam penerapan prosedur operasional, khususnya yang mengacu pada pencapaian suhu internal minimal 71°C, berperan penting dalam memastikan keamanan konsumsi makanan sekaligus meningkatkan tingkat kepuasan tamu. Oleh karena itu, diperlukan penyusunan standar operasional yang lebih terstruktur dan seragam, dengan mempertimbangkan variasi teknik memasak serta preferensi pelanggan, guna meningkatkan kualitas layanan kuliner pada industri perhotelan..

PENDAHULUAN

Telur merupakan bahan pangan yang sangat fleksibel dan banyak dimanfaatkan dalam dunia kuliner profesional. Di industri perhotelan berbintang, olahan telur—terutama pada menu sarapan—sering dijadikan tolok ukur mutu dapur sekaligus kemampuan seorang chef (Barham et al., 2010). Hotel bintang empat dan lima di Indonesia umumnya menyajikan berbagai jenis telur goreng (fried egg) baik dalam menu à la carte maupun buffet breakfast, dengan standar penyajian yang mengikuti praktik terbaik internasional.

Beragam teknik menggoreng telur, mulai dari sunny side up hingga en cocotte, tidak hanya menunjukkan variasi cara memasak, tetapi juga mencerminkan pemahaman terhadap ilmu pangan (food science), estetika penyajian, serta penerapan prinsip keamanan pangan. Setiap teknik menghasilkan perbedaan tekstur, tampilan, dan kandungan gizi, sehingga pemilihan metode menjadi bagian penting dalam standar layanan kuliner kelas premium (McGee, 2004).

Di Indonesia, aspek keamanan pangan di hotel diatur melalui sejumlah regulasi, seperti SNI 3926:2008 mengenai mutu telur konsumsi, pedoman HACCP (Hazard Analysis and Critical Control Points), serta Permenkes No. 1096/2011 terkait higiene sanitasi jasaboga. Meski demikian, penerapan standar-standar tersebut dalam praktik pengolahan telur, khususnya penggorengan di dapur hotel, masih belum banyak terdokumentasi secara ilmiah.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi serta mengelompokkan metode penggorengan telur yang umum digunakan di hotel berbintang di Indonesia; (2) menganalisis parameter teknis tiap metode berdasarkan suhu, waktu, dan teknik; (3) mengevaluasi penerapan standar keamanan pangan dan kualitas kuliner pada masing-masing metode; serta (4) menyusun rekomendasi standar operasional prosedur (SOP) penggorengan telur bagi hotel berbintang.

KAJIAN TEORI

Ilmu Pangan Telur dan Proses Pemanasan

Telur ayam (*Gallus gallus domesticus*) tersusun atas dua bagian utama, yaitu putih telur (albumen) dan kuning telur (yolk), yang masing-masing memiliki kandungan protein, lemak, dan air yang berbeda. Putih telur didominasi oleh protein seperti ovalbumin (54%), ovotransferrin (12%), dan ovomucoid (11%), sedangkan kuning telur mengandung banyak lipoprotein, fosfolipid, serta karotenoid (Mine, 1995). Variasi komposisi ini memengaruhi bagaimana masing-masing bagian telur bereaksi terhadap panas, khususnya dalam proses denaturasi protein saat penggorengan.

Proses denaturasi pada putih telur dimulai pada suhu sekitar 60°C dan berakhir pada kisaran 80°C. Sementara itu, kuning telur mulai mengalami pengentalan pada suhu sekitar 65°C dan menjadi padat pada suhu 70°C (Belitz et al., 2009). Pemahaman mengenai rentang suhu kritis tersebut menjadi dasar ilmiah bagi chef dalam menentukan teknik memasak serta tingkat

kematangan telur goreng yang diinginkan.

Standar Kuliner Hotel Berbintang

Hotel berbintang empat dan lima di Indonesia diwajibkan mengikuti Standar Usaha Hotel sesuai Permenparekraf No. 29 Tahun 2014, yang meliputi aspek fasilitas dapur, kompetensi tenaga kerja, serta mutu penyajian. Dalam layanan sarapan (breakfast service), hidangan telur sering dijadikan indikator langsung kualitas dapur oleh tamu internasional (Powers & Barrows, 2006).

Standar global, seperti yang diterapkan oleh American Hotel & Lodging Educational Institute (AHLEI) dan Le Cordon Bleu, menekankan pentingnya kemampuan chef breakfast dalam menguasai setidaknya enam teknik pengolahan telur. Hal ini mencakup berbagai metode penggorengan dengan tingkat kematangan berbeda untuk memenuhi preferensi tamu yang beragam (Gisslen, 2015).

Keamanan Pangan dalam Pengolahan Telur

Telur termasuk dalam delapan alergen utama dan berpotensi terkontaminasi bakteri *Salmonella enteritidis*, terutama pada bagian kulit maupun isi telur yang tidak dimasak dengan baik (Humphrey, 1994). Oleh karena itu, sistem HACCP mensyaratkan bahwa telur harus dipanaskan hingga mencapai suhu internal minimal 71°C guna memastikan eliminasi patogen (FDA Food Code, 2022).

Namun demikian, beberapa teknik pengolahan telur, khususnya penggorengan yang menghasilkan kuning telur setengah matang atau cair, umumnya tidak mencapai suhu tersebut. Kondisi ini menuntut penerapan manajemen risiko yang ketat untuk menjaga keamanan pangan tanpa mengurangi kualitas sajian.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan deskriptif kualitatif dengan rancangan studi kasus multi-situs sebagaimana dikemukakan oleh Yin (2018). Data dikumpulkan melalui dua teknik utama, yaitu: (1) observasi partisipatif yang dilakukan di dapur tiga hotel berbintang di Kota Manado—Hotel Aryaduta Manado (bintang 5), Hotel Ibis Manado (bintang 3), dan Hotel Whiz Prime Manado (bintang 2)—selama periode

Januari hingga Maret 2025; serta (2) telaah dokumen yang mencakup standar operasional prosedur (SOP) dapur dan laporan audit HACCP dari masing-masing hotel.

Aspek yang diamati dalam penelitian ini meliputi jenis serta mutu bahan baku (telur grade A), jenis lemak yang digunakan dalam proses memasak (seperti mentega, minyak zaitun, atau minyak kanola), jenis peralatan (misalnya wajan anti lengket, cast iron, atau ramekin keramik), pengukuran suhu menggunakan termometer probe digital yang telah dikalibrasi, durasi memasak, hingga prosedur penyajian dan teknik plating. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara tematik dengan mengacu pada kerangka standar kuliner ESCOFFIER.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Klasifikasi Metode Penggorengan Telur

Hasil observasi menunjukkan bahwa terdapat enam teknik penggorengan telur yang secara konsisten diterapkan di Hotel Aryaduta Manado, Hotel Ibis Manado, dan Hotel Whiz Prime Manado. Karakteristik utama dari setiap metode tersebut disajikan secara ringkas dalam tabel 1 dibawah ini.

No.	Metode	Suhu (°C)	Karakteristik Hasil
1	Sunny Side Up	120–135	Kuning telur setengah matang, putih telur set, aroma ringan
2	Over Easy	130–145	Kuning telur cair, dibalik sekali, tekstur lembut
3	Over Medium	145–155	Kuning telur semi-padat, dibalik, cocok untuk sajian formal
4	Over Hard / Well Done	155–165	Kuning dan putih telur matang sepenuhnya, padat
5	Basted Egg	110–130	Disiram minyak/mentega panas, permukaan matte, tanpa dibalik
6	Fried Egg en Cocotte	150–160	Dipanggang dalam ramekin oven, tekstur krem, high-end presentation

Analisis Teknis Setiap Metode

Sunny Side Up

Metode sunny side up dikenal sebagai teknik paling klasik dan banyak diminati dalam

sajian sarapan hotel. Cara ini mempertahankan kuning telur tetap cair (runny yolk) dengan hanya memanaskan bagian bawah putih telur pada kisaran suhu 120°C –135°C menggunakan wajan anti lengket yang telah diberi mentega berkualitas tinggi (unsalted butter dengan kandungan lemak 84%). Para chef di ketiga hotel menerapkan panas rendah hingga sedang (low-medium heat) serta menutup wajan selama sekitar 30 detik– 45 detik agar bagian atas putih telur matang sempurna tanpa kontak langsung dengan panas.

Ditinjau dari perspektif ilmu pangan, suhu permukaan wajan pada kisaran tersebut memungkinkan putih telur mengalami koagulasi optimal dengan reaksi Maillard yang minimal, sehingga mencegah overcooking yang dapat membuat tepi telur menjadi kering atau gosong (Barham et al., 2010). Sementara itu, kuning telur yang tidak terpapar suhu di atas 60°C tetap mempertahankan konsistensi cair serta kandungan nutrisinya, seperti lesitin dan karotenoid, secara optimal.

Over Easy dan Over Medium

Metode over easy dan over medium sama-sama menggunakan teknik membalik telur setelah bagian pertama matang. Perbedaan utama terletak pada lamanya pemanasan di sisi kedua serta tingkat kematangan kuning telur. Pada over easy, sisi kedua hanya dimasak sekitar 15–20 detik sehingga kuning telur tetap cair meskipun sudah tertutup lapisan tipis putih telur matang. Sebaliknya, over medium dimasak lebih lama, sekitar 25–35 detik, sehingga menghasilkan kuning telur yang setengah padat dengan tekstur jammy.

Teknik membalik (flipping) menjadi keterampilan penting yang membedakan chef profesional. Dari 12 chef yang diwawancarai, sebanyak 10 orang (83,3%) menggunakan spatula silikon tipis saat membalik telur, sedangkan 2 chef senior (16,7%) memilih teknik pan-toss untuk menjaga bentuk kuning telur tetap bulat sempurna.

Diantara kedua metode tersebut, over medium paling sering direkomendasikan oleh chef, khususnya untuk konsumsi keluarga, karena dianggap memberikan keseimbangan antara keamanan pangan dan cita rasa.

Basted Egg

Basted egg adalah teknik memasak telur yang sering dianggap sebagai standar premium di dapur hotel berbintang, berbeda dari praktik di

restoran biasa. Metode ini dilakukan dengan cara menyiramkan mentega atau minyak aromatik panas (sekitar 110°C – 130°C) ke permukaan kuning telur secara berulang menggunakan sendok. Proses ini membuat bagian atas telur matang secara perlahan melalui panas radiasi dan konveksi, bukan dari kontak langsung dengan permukaan wajan.

Hasil akhirnya adalah putih telur yang matang merata, sementara kuning telur tetap cair namun tertutup lapisan tipis semi-matte. Teknik ini sangat dihargai dalam dunia fine dining karena menghasilkan tampilan yang lebih elegan dibandingkan metode sunny side up biasa. Selain itu, penggunaan mentega yang dipadukan dengan bahan seperti thyme, bawang putih, atau rosemary juga memungkinkan penambahan aroma khas melalui teknik yang dikenal sebagai aromatic basting (Thomas Keller, 2004).

Fried Egg en Cocotte

Metode en cocotte atau shirred egg dilakukan dengan menggunakan wadah ramekin berbahan keramik yang dipanaskan dalam oven konveksi pada suhu sekitar 150–165°C selama 8–12 menit. Teknik ini menghasilkan tekstur telur yang lembut, creamy, dan matang merata antara bagian putih dan kuningnya. Di Hotel Aryaduta Manado, hidangan ini disajikan dengan tambahan cream fraîche, truffle oil, serta microherbs, dan dipasarkan sebagai menu premium dengan harga Rp 185.000 per porsi.

Ditinjau dari aspek keamanan pangan, metode en cocotte tergolong paling aman karena suhu oven yang stabil mampu memastikan suhu internal telur mencapai sekitar 71°C secara merata, sesuai dengan standar yang direkomendasikan dalam FDA Food Code (2022) untuk mengeliminasi bakteri Salmonella.

Penerapan Standar Keamanan Pangan

Tabel 2 menyajikan parameter standar keamanan pangan yang diterapkan oleh ketiga hotel dalam penelitian ini, mengacu pada HACCP, SNI, dan regulasi nasional.

Parameter	Standar SNI/HACCP	Implementasi Hotel
Suhu penyimpanan telur	$\leq 7^{\circ}\text{C}$ (SNI 3926:2008)	Lemari pendingin $\leq 5^{\circ}\text{C}$
Suhu memasak minimal	71°C internal	Termometer probe wajib
Higienitas peralatan	HACCP CP-6	Sanitasi pan setiap pergantian pesanan
Kualitas minyak goreng	Bilangan peroksida ≤ 10 meq/kg	Minyak baru tiap sesi breakfast
Penyajian	Maks. 30 menit setelah masak	Hot plate / cloche wajib

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Hotel Aryaduta Manado, Hotel Ibis Manado, dan Hotel Whiz Prime Manado secara konsisten menerapkan prinsip HACCP pada setiap tahapan pengolahan telur, mulai dari penerimaan bahan baku, penyimpanan, proses persiapan, hingga penyajian.

Menariknya, para chef di ketiga hotel tersebut menegaskan bahwa mereka menggunakan telur segar grade A yang berasal dari peternak mitra bersertifikat dan telah menjalani pengujian Salmonella secara berkala, sehingga pengendalian bahaya tidak hanya bergantung pada suhu pemasakan semata.

Aspek Kualitas Penyajian dan Kepuasan Tamu

Data hasil menunjukkan bahwa metode over easy ($n=5$; 41,7%) menjadi pilihan yang paling sering dipesan oleh tamu internasional, disusul oleh sunny side up ($n=4$; 33,3%), over medium ($n=2$; 16,7%), serta metode lainnya (8,3%). Pola preferensi ini sejalan dengan temuan Pratten (2003) yang menyatakan bahwa tamu hotel berbintang dari Amerika Utara dan Eropa Barat cenderung menyukai telur dengan tingkat kematangan kuning yang cair hingga setengah padat.

Dari segi penyajian, seluruh chef menggunakan piring keramik putih yang telah dipanaskan sebelumnya (pre-heated plate) untuk menjaga suhu hidangan tetap optimal. Penyajian tersebut dilengkapi garnish sederhana seperti flat-leaf parsley, cherry tomato confit, atau edible flower, yang berfungsi memperindah tampilan tanpa mengurangi fokus pada telur sebagai komponen utama. Pendekatan ini mencerminkan

prinsip “simplicity is elegance” dalam konsep fine dining (Escoffier, 1903).

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Penelitian ini berhasil mengidentifikasi sekaligus menganalisis enam teknik penggorengan telur yang diterapkan di hotel berbintang di Indonesia, yakni sunny side up, over easy, over medium, over hard, basted egg, serta fried egg en cocotte. Masing-masing metode memiliki karakteristik teknis yang berbeda, terutama terkait rentang suhu ($110\text{--}165^{\circ}\text{C}$), durasi pemasakan, serta prosedur penanganan, sehingga menuntut penguasaan keterampilan teknis chef yang memadai.

Penerapan standar HACCP dan SNI secara konsisten terbukti menjadi dasar utama dalam menjamin keamanan pangan pada pengolahan telur di dapur hotel berbintang. Walaupun beberapa metode seperti sunny side up dan over easy tidak mencapai suhu internal 71°C , potensi risiko tetap dapat diminimalkan melalui penggunaan telur grade A yang telah tersertifikasi bebas Salmonella dengan proses seleksi bahan baku yang ketat.

Adapun rekomendasi yang dihasilkan dari penelitian ini meliputi: (1) penyusunan SOP penggorengan telur berbasis metode yang terstandarisasi secara nasional bagi hotel berbintang; (2) pelaksanaan pelatihan berkelanjutan bagi chef breakfast, khususnya dalam penggunaan probe suhu untuk pengendalian kualitas secara real-time; (3) pengembangan informasi menu mengenai tingkat kematangan telur (egg doneness chart) yang komunikatif bagi tamu; serta (4) penelitian lanjutan terkait pengaruh metode penggorengan terhadap kandungan gizi dan karakteristik sensori telur.

REFERENSI

- Barham, P., Skibsted, L. H., Bredie, W. L. P., Bom Frøst, M., Møller, P., Risbo, J., & Mortensen, L. M. (2010). Molecular gastronomy: A new emerging scientific discipline. *Chemical Reviews*, 110(4), 2313–2365. <https://doi.org/10.1021/cr900105w>
- Belitz, H. D., Grosch, W., & Schieberle, P. (2009). *Food Chemistry* (4th ed.). Berlin: Springer-Verlag.

- Escoffier, A. (1903). *Le Guide Culinaire*. Paris: Flammarion.
- Food and Drug Administration. (2022). *FDA Food Code 2022*. U.S. Department of Health and Human Services.
<https://www.fda.gov/food/fda-food-code>
- Gisslen, W. (2015). *Professional Cooking* (8th ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Humphrey, T. J. (1994). Contamination of egg shell and contents with *Salmonella enteritidis*: A review. *International Journal of Food Microbiology*, 21(1–2), 31–40.
[https://doi.org/10.1016/0168-1605\(94\)90197-X](https://doi.org/10.1016/0168-1605(94)90197-X).
- Keller, T. (2004). *The French Laundry Cookbook*. New York: Artisan Books.
- McGee, H. (2004). *On Food and Cooking: The Science and Lore of the Kitchen*. New York: Scribner.
- Mine, Y. (1995). Recent advances in the understanding of egg white protein functionality. *Trends in Food Science & Technology*, 6(7), 225–232.
[https://doi.org/10.1016/S0924-2244\(00\)89011-1](https://doi.org/10.1016/S0924-2244(00)89011-1).
- Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Nomor 29 Tahun 2014 tentang Standar Usaha Hotel*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1096/MENKES/PER/VI/2011 tentang Higiene Sanitasi Jasaboga*.
- Powers, T., & Barrows, C. W. (2006). *Introduction to the Hospitality Industry* (7th ed.). New York: John Wiley & Sons.
- Pratten, J. D. (2003). The caring and the competent: Hospitality students and the service encounter. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 15(1), 48–52.
<https://doi.org/10.1108/09596110310458960>.
- Badan Standardisasi Nasional. (2008). *SNI 3926:2008 Telur Ayam Konsumsi*. Jakarta: BSN.
- Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods* (6th ed.). Thousand Oaks: SAGE Publications.