

Penggunaan Cobek dan Ulek dalam Tradisi Pembuatan Sambal di Indonesia.

Latifahtur Rahmah*, Ryan Jeremia

Prodi Seni Kuliner Akademi Kuliner dan Patiseri OTTIMMO Internasional

**Penulis Korespondensi: E-mail: latifahturrahmah@ottimmo.ac.id*

Diterima : 23 Juni 2025

Dipublikasi: 11 Agustus 2025

Abstrak

Sambal merupakan makanan khas Indonesia yang dibuat dengan mencampur berbagai bahan menjadi satu lalu dihaluskan dengan proses khas yang dinamakan mengulek menggunakan cobek dan ulek. Metode pembuatan sambal secara tradisional, khususnya melalui teknik mengulek menggunakan cobek dan ulek, mencerminkan nilai-nilai kearifan lokal, identitas budaya, serta keterampilan kuliner turun-temurun.

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur etnografi makanan untuk mengeksplorasi asal-usul, fungsi, teknik, dan ragam jenis sambal serta hubungan eratnya dengan penggunaan alat tradisional. Hasil kajian menunjukkan bahwa cobek dan ulek tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu dapur, tetapi juga sebagai simbol pelestarian budaya, media pembentuk cita rasa otentik, dan bagian dari praktik kuliner yang mencerminkan keunikan tiap daerah di Indonesia.

Di tengah arus modernisasi dan keberadaan alat dapur modern, penggunaan cobek dan ulek tetap bertahan karena menghasilkan tekstur dan rasa sambal yang khas. Penelitian ini menekankan pentingnya pelestarian peralatan dapur tradisional sebagai bagian dari warisan budaya tak benda, serta potensi strategisnya dalam pengembangan pariwisata gastronomi Indonesia.

Kata Kunci : cobek, ulek, sambal, etnografi makanan, warisan budaya, kuliner tradisional Indonesia.

Abstract

Sambal is a traditional Indonesian dish made by mixing various ingredients and then grinding them using a unique process called "pulling" (mashing) using a mortar and pestle. The traditional method of making sambal, particularly the grinding technique using a mortar and pestle, reflects local wisdom, cultural identity, and culinary skills passed down through generations.

This research uses a food ethnography literature study method to explore the origins, functions, techniques, and varieties of sambal, as well as their close relationship with the use of traditional tools. The results show that the mortar and pestle serve not only as kitchen tools but also as symbols of cultural preservation, a medium for creating authentic flavors, and part of a culinary practice that reflects the uniqueness of each region in Indonesia.

Despite the currents of modernization and the availability of modern kitchen tools, the use of mortars and pestles persists because it produces the distinctive texture and flavor of sambal. This research emphasizes the importance of preserving traditional kitchen utensils as part of intangible cultural heritage, as well as their strategic potential for developing Indonesian gastronomic tourism.

Keywords: mortal, pestle, sambal, food ethnography, cultural heritage, traditional Indonesian cuisine.

PENDAHULUAN

Keragaman pangan menggambarkan kebiasaan makan masyarakat di suatu negara (Ernawati & Mada, 2020). Salah satu warisan kuliner rata-rata masyarakat Indonesia adalah konsumsi makanan pedas, seperti sambal. Makanan ini disukai oleh berbagai kalangan dan dikonsumsi cukup sering. Sambal adalah cabai (*Capsicum sp.*) yang dihaluskan dengan atau tanpa bahan tambahan seperti

garam, bawang merah, dan bawang putih. Badan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia memiliki tujuan untuk membuat sambal dikenal secara global untuk meningkatkan nilainya dan membawa kebanggaan bagi orang Indonesia (Hutami, 2015). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa Indonesia memiliki budaya makanan yang beragam, dan berbagai bahan makanan selain cabai

dan berbagai teknik pembuatan digunakan untuk menghasilkan sambal (Rahmah et al., 2023).

Gastronomi mencakup berbagai disiplin ilmu yang berhubungan dengan makanan, termasuk biologi, kimia, antropologi, sosiologi, bahkan psikologi. Melalui pendekatan multidisiplin ini, gastronomi mempelajari tidak hanya bagaimana makanan mempengaruhi tubuh manusia, tetapi juga bagaimana makanan membentuk identitas budaya, kebiasaan sosial, dan hubungan antar kelompok masyarakat. Lebih jauh lagi, gastronomi tidak hanya terbatas pada teknik dan bahan masakan, tetapi juga pada pengaruh sosial yang dibawa oleh makanan. Dalam hal ini, gastronomi menyentuh ranah sosiologi, di mana makanan dan cara makannya mencerminkan status sosial, nilai-nilai budaya, serta tradisi yang telah diwariskan dari generasi ke generasi. Makanan sering kali menjadi simbol dari identitas suatu masyarakat atau kelompok, yang tercermin dalam cara makanan disajikan dan dimakan bersama (Irwan & Bangsawan, 2025).

Makanan tradisional adalah salah satu jenis keanekaragaman budaya. Selain berfungsi untuk memenuhi kebutuhan pangan, makanan tradisional juga menjadi media untuk menyatakan terima kasih, ritual budaya dan mempererat kekerabatan dalam masyarakat. Penamaan makanan diciptakan oleh manusia sebagai pembeda antara satu dengan lainnya (Kasmini & Mulyani, 2023).

Peralatan dapur tradisional merupakan warisan budaya yang telah digunakan secara turun-temurun sejak zaman nenek moyang. Keberadaan alat-alat tradisional ini mencerminkan keunikan budaya lokal yang patut dijaga dan dilestarikan sebagai bagian dari identitas bangsa. Di antara berbagai jenisnya, cobek dan ulekan tetap menjadi peralatan dapur tradisional yang paling dikenal dan masih digunakan secara luas hingga saat ini sebagai alat menghaluskan bumbu dan sambal (Eldani, 2025).

Cabai merupakan komoditas penting di Indonesia karena sebagian besar rumah tangga menggunakannya untuk melengkapi hidangan sehari-hari. Dengan meningkatnya konsumsinya, permintaan cabai menjadi relatif tinggi karena rata-rata orang Indonesia menyukai pedas (Mansyur & Hajriani, 2019) (Ernawati & Mada, 2020). Tingginya konsumsi sambal disebabkan oleh toleransi masyarakat yang tinggal di daerah beriklim panas terhadap cabai (Romanovsky, 2015). Di setiap restoran lokal di Indonesia, pelanggan ditawarkan semangkuk sambal. Satu sendok teh sambal lebih dari cukup untuk sepiring penuh nasi atau sup (Priyono, 2010).

Sambal adalah olahan pasta cabai dengan rasa pedas. Sejarah sambal berawal dari kedatangan benih cabai yang dibawa oleh bangsa Portugis pada abad ke-16, yang bagaikan kebangkitan budaya makanan pedas.

Terdapat dua jenis metode penyajian sambal, yaitu diiris dan dihaluskan. Beberapa sambal dapat dimasak atau dimakan mentah (Rahmah et al., 2023). Pembuatan sambal secara tradisional dilakukan dengan cara menghaluskan bahan-bahan bersama dengan cabai menggunakan alat tradisional Indonesia cobek (cobek) dan ulek (alu) dalam proses terpisah. (Wardhani et al., 2019). Penulisan artikel mengenai kajian etnografi cobek dan ulek dalam tradisi pembuatan sambal di Indonesia bertujuan untuk mendukung pelestarian makanan warisan kuliner gastronomi yang menjadi bagian penting dalam pengembangan pariwisata di Indonesia.

METODE

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi keragaman cobek dan ulek sebagai alat utama membuat sambal di Indonesia sebagai bagian dari identitas budaya dengan jejak sejarah yang panjang dan aspek aspek lingkungan, sejarah, masyarakat, dan budaya yang saling terkait secara kompleks (Santyaningtyas & Noor, 2016).

Metodologi yang digunakan untuk penelitian ini meliputi kajian analisis literatur etnografi makanan, asal-usul, fungsi, dan jenis-jenis cabai dan sambal dari artikel dan bab buku yang relevan yang berisi ulasan, ringkasan, dan pemikiran penulis. Literatur etnografi merupakan gudang informasi yang besar tentang budaya (Watson, 2016) (Emmez, 2020). Literatur etnografi makanan terdiri dari deskripsi alat cobek ulek, penyediaan makanan, produksi, konsumsi, serta penggunaan makanan dalam ritual dan simbolisme. Kurang lebih terdapat 20 jenis sambal yang di eksplorasi dan di evaluasi dalam artikel ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sejarah Sambal di Indonesia

Sebagai bagian dari identitas budaya manusia, makanan memiliki jejak sejarah yang panjang dan jalinan berbagai aspek yang kompleks (Rahman, 2019). Sejarah saus cabai yang sekarang kita kenal sebagai sambal dimulai dengan kedatangan cabai atau capsicum di Indonesia. Dengan demikian, cabai yang dikonsumsi oleh masyarakat lokal Indonesia bukanlah tanaman lokal yang ada di nusantara, tetapi merupakan komoditas asli Amerika yang diperkenalkan oleh Portugis. Masuknya benih cabai yang dibawa oleh Portugis pada abad ke-16 seperti kebangkitan budaya makanan pedas seperti sambal (Rahman, 2016). Saat ini, impor saus cabai telah mewarnai kehidupan masyarakat Indonesia dan berdampak pada berbagai aspek kehidupan, mulai dari kuliner hingga ekonomi Indonesia (Salsabila, 1970).

Saat ini tanaman cabai sudah tersebar di seluruh penjuru Indonesia. Orang-orang sudah tidak asing lagi dengan cabai rawit dan cabai keriting. Terdapat ratusan sambal telah dikenal dan terhidang di seluruh Indonesia.

Selain itu, begitu banyaknya jenis sambal di Indonesia juga diduga kuat berasal dari pengaruh beragam seni dapur yang ada di Indonesia. Ada yang bercita rasa manis, asam, gurih, serta sedap beraroma. Resep sambal berkembang di Indonesia sesuai dengan bahan baku yang tersedia di daerahnya. Keberadaan terasi dan bumbu-bumbu lain seperti kluwak, tempe semangit serta parutan kelapa telah ikut meramaikan jenis sambal yang dinikmati seluruh bangsa Indonesia (Gardjito & Wikandari, 2019).

Capsaicin dalam cabai memiliki potensi antiaterosklerosis yang tinggi. Selain itu, beberapa varietas cabai juga menyebabkan penghambatan sel tumor (Niehof, 2010). Cabai merupakan rempah penting yang tersebar luas di seluruh wilayah Indonesia. Cabai diolah dan juga dikonsumsi segar untuk menambah nafsu makan. Ada berbagai nama untuk cabai di Indonesia selain cabai, misalnya lombok dan cengek (Arumingtyas et al., 2017).

Menurut Standar Nasional Indonesia (SNI), sambal adalah saus kental pedas yang dibuat terutama dari cabai dan bumbu tambahan dengan atau tanpa bahan pelengkap. Proses yang terlibat dalam produksinya meliputi persiapan bahan baku, pemasakan, dan penyajian (Durazzo, 2019).

Cabai, yang secara taksonomi termasuk dalam famili *Solanaceae*, merupakan tanaman semak yang berasal dari wilayah Peru di benua Amerika. Seiring waktu, tanaman ini mengalami penyebaran ke berbagai belahan dunia, termasuk kawasan Amerika, Eropa, dan Asia, tidak terkecuali Indonesia. Terdapat dua spesies cabai yang umum dibudidayakan di Indonesia, yakni *Capsicum annum* L. (cabai besar) dan *Capsicum frutescens* L. (cabai rawit). Cabai dapat ditanam dari ketinggian 0-2.000 m dpl dan dapat beradaptasi dengan baik pada temperatur 24-27°C dengan kelembaban yang tidak terlalu tinggi (Hapsari, 2011).

Kata "sambalita" pada bahasa Sanskerta yang diperkirakan merupakan asal-usul kata sambal, boleh jadi benar. Membuat sambal merupakan mencampur berbagai bahan menjadi satu yang di Jawa prosesnya dinamakan mengulek menggunakan cobek (Gardjito & Wikandari, 2019). Pada masa penjajahan Belanda di Indonesia, buku "Kokki Bitja atau Tab Masak Masakan India" pertama kali diterbitkan pada tahun 1857. Disusun oleh Nonna Cornelia yang merupakan warga negara Belanda. Dalam buku masak ini, ia memperkenalkan berbagai makanan dan bahan-bahan yang tersedia dan dapat diolah di Hindia (nama Indonesia kuno). Kesannya, Cornelia menyusun kumpulan resep berbagai jenis makanan dan sambal yang disebut sambalan, yang mewakili selera berbagai daerah di Hindia Belanda dan memiliki nama-nama yang unik dan khas, seperti: sambal goreng, sambal godog, sambal pete, dan masih banyak lagi (Sulistijowati S R., Mantu S H., 2020). Selain itu, terdapat pula syair-syair populer yang

ditemukan pada tahun 1669, yaitu: Diketahui dari puisi Van Overbeeke di Batavia: "Soya, Gengber, Loock en Ritsjes. Maect de maegh wel scharp en Spitsjes", yang artinya "Kedelai, jahe, bawang putih dan cabai bikin perut melilit karena pedas" (Cornelia, 1864).

Sambal menjadi populer dan banyak disajikan karena banyaknya buku resep masakan yang diterbitkan pada abad ke-19 hingga awal abad ke-20. Selama periode ini, sebuah konsep kuliner regional dikembangkan yang disebut sebagai Indische keuken (masakan India) oleh para ahli gastronomi pada masa itu. Munculnya Indische keuken mendorong pengkategorian resep berdasarkan kelompok sosial di koloni tersebut oleh beberapa buku masak. Misalnya, penulis Oost-Indisch Kookboek (1870) mengklasifikasikan resep menjadi "Makanan Belanda" (Hollandsch eten) dan "Makanan Bumiputera" (Inlandscheten). Tokoh-tokoh bumiputera, seperti Kartini dan saudara perempuannya Kardinah dan Roekmini, adalah contoh yang tepat untuk menunjukkan pengaruh masakan India pada selera kuliner lokal, termasuk sambal. Pada tahun-tahun sebelumnya ketika ada kondisi politik yang tidak stabil di Indonesia ditambah kekuasaan Presiden Sukarno, yang berada di tepi jurang, buku resep yang sesuai dengan "Pancasila" akhirnya diterbitkan pada tahun 1967 dengan judul "Mustika Rasa Resep Masakan Indonesia". Buku ini berisi resep untuk berbagai jenis sambal (Rahman, 2018). Resep yang ditulis dengan ejaan lama Indonesia adalah sambal bantji, lado hidjau, ontjom, petjel, tempojak dan banyak lagi (Harsono & Hardjohutomo, 1967).

Keragaman sambal tumbuh sangat luas di Indonesia karena adaptasi mulut dan perut. Pendatang baru di Jawa biasanya mencoba hidangan kota asal, tetapi karena bahan-bahan khas tidak banyak digunakan di Jawa, orang-orang ini telah mulai mengadaptasi resep mereka sesuai dengan keadaan dan makanan fungsional di daerah tersebut (Shi, 2013). Rata-rata sambal di Indonesia dikategorikan sebagai makanan halal karena mayoritas penduduk Indonesia beragama Islam. Budaya makanan erat kaitannya dengan agama, sehingga makanan di Indonesia disesuaikan dengan ajaran Islam (Rianti et al., 2018).

Faktor sosial turut berperan dalam membentuk sambal dan keanekaragamannya. Sambal di Indonesia bukan hanya sebagai pelengkap makan, tetapi juga sebagai simbol sosial dan budaya. Pada acara-acara tertentu, seperti pernikahan atau upacara adat, sambal sering kali menjadi hidangan istimewa yang menunjukkan keramahan tuan rumah. Keberadaan sambal dalam perayaan atau ritual ini menunjukkan betapa pentingnya sambal sebagai bagian dari identitas sosial masyarakat. Pengaruh sosial ini membuat sambal tidak hanya memiliki berbagai rasa, tetapi juga fungsi yang lebih dalam dalam konteks sosial dan budaya (Irwan & Bangsawan, 2025).

Bisnis sambal yang tadinya berskala dapur dengan ulegan dan cobek tertantang menjadi industri yang harus menghasilkan jumlah yang lebih besar, tapi memiliki cita rasa proses manual dalam menguleg. Informasi yang mendukung tentang produksi makanan pendamping sambal pun juga penting sehingga nikmat sensasi pedasnya sambal menjadi sempurna (Gardjito & Wikandari, 2019).

Terdapat wisata kreatif unik yang diselenggarakan oleh beberapa aktivis pariwisata Indonesia lokal Bali, yang menawarkan pengalaman memasak bersama masyarakat setempat. Wisatawan dapat menemukan kuliner Bali dengan ikut serta dalam persiapan hidangan, misalnya memasak nasi, be tutu, lawar, dan jukut meurap dan sambal (Mahagangga et al., 2020).

Sejarah Cobek dan Ulek Di Indonesia

Ulekan berasal dari zaman prasejarah, ketika manusia masih menggunakan alat-alat batu untuk menghancurkan dan menghaluskan bahan-bahan. Ulekan terbuat dari batu, kayu, atau tanah liat, dan digunakan untuk menghancurkan biji-bijian, bumbu, dan rempah. Pada zaman kerajaan-kerajaan kuno di Indonesia, seperti Kerajaan Majapahit dan Kerajaan Sriwijaya, ulekan menjadi alat yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Ulekan digunakan untuk menghancurkan bumbu dan rempah untuk membuat masakan tradisional. Sementara cobek telah digunakan sejak zaman prasejarah, sekitar 2000 SM. Pada saat itu, cobek terbuat dari batu dan digunakan untuk menghancurkan biji-bijian dan bumbu. Cobek menjadi alat yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Bahan cobek dan ulekan awalnya terbuat dari batu, tetapi sekarang juga tersedia dalam bahan lain seperti kayu dan tanah liat (Eldani, 2025).

Peralatan dapur tradisional telah dikenal sejak era prasejarah, ketika manusia mulai menerapkan sistem pertanian. Namun, seiring kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, penggunaannya semakin terpinggirkan dalam kehidupan masyarakat modern. Oleh karena itu, pelestarian peralatan dapur tradisional menjadi penting sebagai bagian dari upaya menjaga warisan budaya bangsa. Penggunaan alat-alat ini tidak hanya mempertahankan cita rasa khas dalam pengolahan makanan, tetapi juga menawarkan keuntungan dari sisi keamanan, ramah lingkungan, efisiensi ekonomi, serta kontribusinya dalam menjaga nilai-nilai budaya leluhur (Suranny, 2017).

Mortar dan pestle (Cobek atau Ulek) adalah salah satu peralatan dapur khas Indonesia terhebat sepanjang masa. Tidak seperti di negara lain, versi Indonesia lebih pipih dan lebih terbuka di bagian atas, seperti piring dengan tepi membulat, alih-alih mangkuk tertutup. Alunya juga berbentuk berbeda, memiliki lengkungan khas untuk memudahkan pegangan yang memungkinkan teknik penggilingan unik Indonesia. Terbuat dari batu basal, tanah

liat dan kayu memungkinkan bumbu dan rempah-rempah memiliki luas permukaan optimal saat bersentuhan dengan bahan yang menghasilkan sambal lezat dan pedas dengan tekstur halus. Cobek dan ulek dari bahan batu tidak boleh dicuci dengan sabun apa pun, melainkan dibilas hingga bersih dengan air hangat dan dibiarkan kering sepenuhnya sebelum disimpan (Yuen, 2013).

Peralatan masak dasar di Indonesia meliputi cobek dan ulek, talenan, golok, wajan (wajan), spatula, sendok sayur, dan pengukus, dengan wajan dan alu-alu dianggap yang paling khas. Cobek batu gerinda granit berbentuk piring pipih bersama ulek sering digunakan untuk menggiling atau menghancurkan bumbu dan rempah segar menjadi pasta rempah (bumbu). Tidak seperti negara tetangga Malaysia dan Thailand di mana bahan-bahan ditumbuk didalam, masyarakat Indonesia menggosok atau menggiling bahan-bahan dengan gerakan maju mundur (Holzon & Arsana, 2007).

Cobek umumnya dibuat dari bahan batu alam atau tanah liat, sedangkan ulekan dapat terbuat dari batu maupun kayu. Dari berbagai jenis bahan tersebut, batu menjadi pilihan paling populer karena dikenal memiliki daya tahan tinggi dan umur pakai yang lebih lama. Cobek memiliki bentuk bulat dan cekung dengan variasi ukuran yang disesuaikan dengan kebutuhan pengguna. Masyarakat cenderung memilih menggunakan cobek dan ulekan dalam mengolah sambal atau bumbu karena dianggap menghasilkan cita rasa yang lebih autentik dibandingkan penggunaan blender. Bagi para penikmat sambal, sensasi rasa yang dihasilkan dari proses pengulekan manual dianggap lebih lezat. Pertimbangan inilah yang mendorong banyak restoran untuk menyajikan sambal dalam cobek berukuran kecil guna meningkatkan daya tarik dan kepuasan konsumen (Eldani, 2025).

Sambal juga didefinisikan sebagai produk cabai olahan yang bertekstur menyerupai bubur dan biasanya mengandung bahan-bahan lain seperti garam, bawang merah, dan bawang putih (Alpindo, 2018). Tekstur tersebut didapatkan karena ada proses berurutan yang digunakan untuk menyiapkan makanan ini di Indonesia. Langkah pertama adalah persiapan bahan baku, yang terdiri dari mencuci dan menumis cabai dan bahan-bahan lainnya. Ini diikuti dengan menghaluskan bahan-bahan bersama dengan cabai menggunakan alat tradisional Indonesia cobek (cobek) dan ulek (alu) dalam proses terpisah. Tahap terakhir yang bersifat opsional adalah proses pemasakan, yang memerlukan pengadukan terus-menerus untuk menghindari hangusnya suatu produk (Wardhani et al., 2019).

Pembuatan sambal di Sumatera Selatan juga sangat dipengaruhi oleh teknik memasak yang sederhana namun efektif. Banyak sambal yang dibuat dengan cara diulek (dipipis) menggunakan ulekan (pipisan) batu, yang

memungkinkan bahan-bahan sambal tercampur sempurna dan menghasilkan rasa yang lebih meresap. Teknik ini sudah digunakan sejak zaman dahulu dan masih dipertahankan hingga sekarang, meskipun dengan kemajuan teknologi, banyak orang kini yang lebih memilih menggunakan blender (Irwan & Bangsawan, 2025).

Sambal ulek dibuat menggunakan cabai dan bahan/bumbu dapur harian dengan cara yang sangat sederhana. Segala bahan/bumbu dapat dipadankan dengan cabai untuk membuat sambal, menjadikannya bagian penting yang akan selalu ada di setiap generasi dan di manapun mereka berada. Dari 93 jenis sambal yang dipelajari dalam seni rasa, 63 sambal diolah menggunakan cabai dengan bawang merah, dan 43 sambal menggunakan cabai dengan bawang putih. Selain menambah rasa sedap, bawang memberikan cairan pada sambal karena cabai sendiri tidak banyak mengandung air. Rasa sambal ulek bisa asam, manis, dan gurih beraroma. Rasa dan tekstur ini dihasilkan dari berbagai permutasi dan kombinasi menyambal dari bahan, bumbu, alat, cara dan kemampuan memasak (Gardjito & Wikandari, 2019).

Jenis Sambal yang Dibuat dengan Cobek dan Ulekan.

Secara tekstur sambal di bagi menjadi 2 yaitu sambal yang di haluskan dan sambal yang di iris. Namun menurut penelitian jenis sambal yang dihaluskan memiliki prosentase lebih besar yang tersebar di berbagai kota di Indonesia (Rahmah et al., 2023). Sambal umumnya dibuat menggunakan alat yang disebut cobek. Cobek dibuat dari batu, tanah liat, atau kayu. Bentuknya mirip dengan piring, tetapi lebih tebal, dengan diameter sekitar 20 cm hingga 1 meter dan tinggi sekitar 7 cm. Pasangan cobek adalah munthu. Seperti halnya cobek, munthu juga ada yang terbuat dari batu, tanah liat, dan kayu, sesuai dengan cobek pasangannya (Gardjito & Wikandari, 2019).

Sementara itu, proses pembuatan sambal cukup sederhana. Prosedur umum pembuatan sambal tomat dengan metode dihaluskan adalah sebagai berikut: (1) bawang putih, bawang merah, dan cabai dihaluskan menggunakan cobek dan ulek sampai terbentuk pasta halus, (2) minyak dipanaskan dalam wajan kecil di atas api sedang tinggi dan pasta ditumis selama sekitar 1 menit sampai sangat harum dan sedikit gosong, (3) tomat, garam, dan gula ditambahkan dan ditumis sampai tomat sedikit hancur. Disajikan hangat (Yuen, 2013).

Dalam kehidupan sehari-hari, makanan pokok memang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan masyarakat Indonesia. Olahan berbahan beras adalah makanan pokok yang paling banyak dijumpai di Indonesia. Beras biasa dimasak menjadi nasi yang dapat disandingkan dengan lauk-pauk dan sambal (Gardjito et al., 2024).

Masyarakat Indonesia sangat familiar dengan beberapa jenis sambal karena bahan bahannya seperti cabai, tomat,

dan rempah-rempah lainnya mudah ditemukan (Febriyanti & Qomariyah, 2020). Di Indonesia, sambal juga disajikan sebagai makanan satu piring dan disebut makan-an sepinggan. Contoh menu sepinggan dari kota Yogyakarta di Indonesia adalah gudeg, yang berisi tewel (nangka muda yang direbus dengan gula aren, ketumbar, dan santan), ayam goreng yang awalnya direbus dalam santan berbumbu, tempe fermentasi yang digoreng dengan udang dan diberi pemanis gula aren, krupuk goreng, dan sambal merah. Di ujung lain spektrum Indonesia adalah makanan dari daerah Sumatera Barat, Padang. Makanan yang disebut Masakan Padang ini terdiri dari nasi, lauk utama yang penuh dengan rempah-rempah basah dan disajikan dengan tambahan sambal hijau dan sambal merah (Holzon & Arsana, 2007).

Sambal lado mudo merupakan varian sambal khas yang berasal dari Provinsi Sumatera Barat dan kerap ditemukan dalam sajian restoran atau rumah makan Padang. Sambal ini menggunakan cabai hijau sebagai bahan utama dan dikenal memiliki cita rasa yang khas dan otentik (Mareta et al., 2021).

Sumatera Barat kaya dengan makanan-makanan tradisional yang memiliki cita rasa tinggi. Pemandu wisata akan memperkenalkan kelezatan kuliner Minangkabau mulai dari makanan utama hingga makanan ringan khas Sumatera Barat. Beberapa makanan utama khas Minangkabau adalah rending dan sambal hijau atau disecara tradisional disebut sambal lado mudo. Sambal lado mudo dijadikan pelengkap dan beberapa dimasak bersama ayam, itik ataupun ikan (Ariani & Novra, 2021). Visual sambal lado mudo dapat dilihat pada gambar 1 berikut.



Gambar 1. Sambal Lado Mudo
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2025)

Sambal biasanya juga dikonsumsi sebagai lauk bersama lalapan, salad khas Jawa Barat, Indonesia. Lalapan adalah lauk yang terdiri dari beberapa bagian tanaman mentah

seperti buah, bunga, biji, akar, batang, dan daun tanpa tambahan bumbu dan dicelupkan ke dalam sambal. Sambal lalapan segar digunakan sebagai penambah rasa untuk pelengkap nasi (Cahyanto et al., 2019). Sambal merupakan makanan pelengkap dengan aroma sedap. Sedap beraroma yang dimaksud dalam pembahasan ini adalah bahan yang memiliki aroma khas (tidak dimiliki oleh bahan lain), namun tetap terasa sedap. Bahan-bahan baku di sini memiliki aroma khas yang cukup kuat, sehingga tidak semua orang menganggapnya sebagai aroma. Namun mayoritas masyarakat Indonesia menyukainya. Bahan baku sedap beraroma yang ditambahkan ke sambal di antaranya terasi, ebi, tauco, petis, rusip, dan tempoyak (Gardjito & Wikandari, 2019).

Secara tradisional, sambal segar disiapkan bersama cabai dan bahan-bahan lain menggunakan alat tradisional yang biasanya mendekati waktu penyajian (Fibri & Frøst, 2019). Dalam konsep hidangan makanan Indonesia yang sederhana, selain nasi dan lauk-pauk, ada sambal segar yang memberikan kontras pedas dan dimakan dengan sesuatu yang memberikan kerenyahan seperti ikan teri goreng, kerupuk tapioka, bawang merah goreng, atau tempe goreng (Holzon & Arsana, 2007) (Holzon & Arsana, 2007).

Beberapa contoh sambal yang dihaluskan antara lain terasi, belacan, dan pecel. Sambal terasi banyak ditemukan di Kota Gorontalo. Penduduk Gorontalo dilaporkan lebih menyukai makanan dengan rasa pedas (Pepiana et al., 2003). Sambal juga disebut sambal belacan, yaitu jenis sambal yang menggunakan cabai sebagai bahan utama. Selain itu, terasi (udang atau ikan fermentasi) digunakan sebagai penambah rasa yang lezat. Terasi ini memiliki rasa pedas karena kandungan capsaicinnya (Ahmad et al., 2020). Visual sambal terasi dapat dilihat pada gambar 2 berikut.



Gambar 2. Sambal Terasi

Sumber: Dokumentasi Pribadi (2025)

Sambal berikutnya yaitu sambal urap yang menjadi pendamping nasi Boran yang berasal dari Lamongan Jawa Timur. Sambal urap pada nasi boranan dimasak menggunakan alat yang disebut krewéng (sejenis tanah liat persegi yang dibakar) sehingga menghasilkan sensasi aroma asap yang khas pada sambal urap yang dihasilkan. Sementara itu, sambal kuah dibuat dari cabai merah dan cabai rawit yang direbus dengan bawang merah diulek lalu ditambahkan kelapa parut (Gardjito et al., 2024).

Di Provinsi Jambi, sambal belacan merupakan nama lain untuk sambal terasi. Bahan utama sambal belacan meliputi cabai merah segar, terasi, dan garam. Cara pembuatannya adalah dengan mencampur dan menumbuk bahan-bahan tersebut dalam lesung dan alu hingga halus. Sambal belacan dapat meningkatkan selera makan (Shahrim Muhammad et al., 2011). Jenis sambal lain yang terkenal adalah pecel, juga dikenal sebagai sambal kacang. Sambal ini terbuat dari kacang tanah yang dicampur dengan berbagai bahan seperti gula, bawang putih, cabai merah, garam, terasi, daun jeruk nipis, kencur, dan air kulit tamar. Bahan-bahan ini digoreng bersama pada suhu 120°C hingga harum, kemudian dihaluskan. Setelah itu, adonan bumbu pecel dibentuk (Wibowo et al., 2018).

Pembuatan sambal kacang untuk nasi pecel dan sambal cabai untuk nasi timbel yang menggunakan cobek dan ulekan seringkali dikaitkan dengan peralatan dapur tradisional yang identik dengan aktivitas domestik perempuan. Keterampilan dan ketelatenan yang diperlukan dalam merebus berbagai jenis sayuran pada nasi pecel, serta teknik membungkus nasi dengan daun pisang pada nasi timbel, turut menjadi alasan mengapa pengolahan hidangan-hidangan ini umumnya lebih dikuasai oleh kaum perempuan (Suswandi, 2020). Gula merah/gula aren merupakan gula yang terbuat dari nira aren dimasukan dalam bahan pembuatan sambal. Dari segi rasa, warna, dan bentuk, gula aren memiliki banyak kemiripan dengan gula kelapa. Hanya saja gula aren lebih manis dan tidak berasa gurih. Warna gula aren juga lebih tua dibandingkan dengan gula kelapa. Banyak sekali sambal yang menggunakan gula aren sebagai sumber rasa manis di antaranya adalah sambal pecel, sambal gado-gado dan sambal rujak (Gardjito & Wikandari, 2019).

Sambal dalam tradisi kuliner Sumatera Selatan juga tidak hanya berfungsi sebagai pelengkap rasa, tetapi memiliki nilai budaya yang mendalam. Dalam kehidupan sehari-hari, sambal dianggap sebagai simbol rasa pedas yang menggambarkan semangat dan keberanian masyarakat Sumatera Selatan. Pedasnya sambal yang dibuat dari cabai yang dihaluskan dengan cobek dan ulekan juga mencerminkan keberanian untuk menghadapi tantangan hidup yang keras, sementara rasa gurih, asam,

dan manis yang menyertainya melambangkan keseimbangan dalam kehidupan. Keberagaman sambal di Sumatera Selatan sangat dipengaruhi oleh bahan-bahan lokal yang melimpah, seperti cabai, terasi, bawang, dan rempah-rempah yang tumbuh di daerah tropis. Sambal di sini memiliki karakteristik rasa yang lebih berani dan pedas dibandingkan dengan daerah lain di Indonesia. Rasa pedas yang mendominasi sambal Sumatera Selatan dipadu dengan asam, manis, dan gurih, memberikan kedalaman rasa yang menjadi ciri khas kuliner daerah ini. Sambal juga mencerminkan keberagaman bahan lokal yang ada di kabupaten Banyuasin Sumatera selatan. Misalnya, sambal yang menggunakan terasi khas Banyuasin atau sambal yang memanfaatkan buah-buahan lokal seperti nanas atau kemang (Irwan & Bangsawan, 2025).

Pulau Sumatra terkenal dengan berbagai macam sambal, yaitu tuk-tuk, tempoyak, lemea, kweni, sambal ganja dan sambal seruit yang disajikan sebagai pelengkap makanan (Rahmah et al., 2023). Sambal ganja merupakan sambal tradisional khas Aceh. Penamaan pada sambal ini disebut “ganja” karena membuat orang yang mencicipinya menjadi ketagihan dan sangat enak. Sambal ganja terbuat dari bahan dasar udang dengan belimbing wuluh, cabai dan bawang kemudian dihancurkan atau diulek. Berdasarkan jenis penamaan ini, masakan ini masuk pada jenis penamaan berdasarkan sifat khas yang ada pada produk tersebut yaitu sifat ganja yang membuat ketagihan (Kasmini & Mulyani, 2023). Visual sambal ganja dapat dilihat pada gambar 3 berikut.



Gambar 3. Sambal Ganja
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2025)

Sambal Andaliman adalah sambal yang berasal dari Sumatera Utara. Sambal ini diolah dari cabai atau tomat dan rempah-rempah seperti andaliman dan ke-combrang (baik bunga, batang, maupun buahnya) (Arumingtyas et al.,

2017). Bahan-bahan untuk andaliman sambal dicampur dan proses penghalusan dilakukan dengan cobek dan ulek (alu) sehingga diperoleh rasa sambal yang nikmat dan segar (Naibaho et al., 2020).

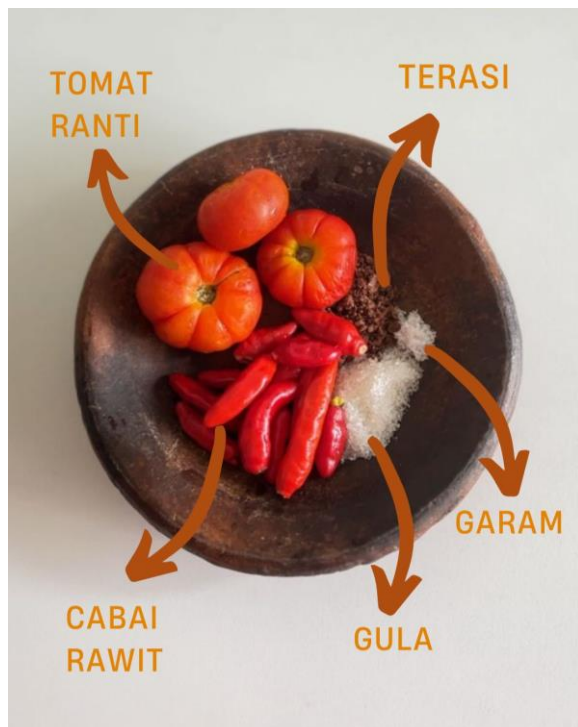
Sambal Sumatra lainnya adalah sambal mangga kweni dan seruit. Mangga kweni, juga dikenal sebagai *Mangifera odorata* Griff, adalah jenis mangga yang banyak dibudidayakan di Indonesia. Mangga ini banyak digunakan dalam pembuatan sambal kweni. di Pulau Sumatra, Lampung, dan Palembang. Bahan-bahan yang digunakan dalam pembuatan sambal kweni antara lain kweni mangga, cabai rawit merah, bawang putih, bawang merah, air, gula, garam, dan minyak goreng (Fitriani et al., 2021). Sementara itu, sambal seruit merupakan sambal khas Lampung. Sambal ini terbuat dari cabai, rampai, terasi, dan biasanya dihaluskan dan ditambahkan dengan tahu, tempe, ikan, dan terong (Restiana, 2019).

Jenis sambal yang populer di Nusa Tenggara Timur yang dibuat dengan cara di haluskan yaitu sambal lu'at yang merupakan sambal khas masyarakat Pulau Timor dan merupakan sambal yang diolah secara tradisional. Sambal ini biasanya disajikan dengagai makanan pelengkap dalam acara kebesaran ataupun konsumsi rumah tangga (Suswandi, 2020). Sambal luat ini dibuat yang sangat sederhana dari cabai, bawang, kemangi dan jeruk nipis biasanya disuguhkan bersama-sama dengan jagung katemak dan jagung bose. Makanan ini dibuat dan disajikan oleh wanita pada saat acara adat atau menyambut wisatawan agar mengenal makanan khas suku Timor (Nugraha & Balukh, 2022).

Sambal ikan teri merupakan sambal yang juga banyak ditemukan di Nusa Tenggara Timur. Ikan teri banyak dikonsumsi langsung oleh masyarakat namun banyak juga yang menjadikan ikan teri sebagai bahan baku produk hasil perikanan salah satunya produk sambal. Proses pembuatan sambal teri dimulai dari menggoreng tomat, cabai merah, cabai rawit, bawang merah, bawang putih lalu di ulek atau di haluskan dengan cobek. Terakhir tambahkan teri yang sudah di digoreng lalu diaduk (Andiewati et al., 2023).

Jenis sambal lain yang populer yaitu samba tomat. Tomat dapat ditambahkan ke dalam sambal baik buah sudah masak maupun masih muda. Rasa buah tomat yang sudah masak cenderung asam manis dan rasa buah tomat yang masih muda cenderung asam segar. Tomat mengandung glutamat alami yang cukup tinggi menghasilkan rasa asam gurih untuk menyempurnakan rasa pedas dan manis pada masakan. Tomat juga memiliki kadar air yang tinggi sehingga sambal yang menggunakan tomat sebagai sumber rasa asam bertekstur basah. Sambal yang menggunakan tomat sebagai sumber rasa asam adalah sambal cing kedito, sambal tahu tomat, dan sambal tomat goreng (Gardjito & Wikandari, 2019).

Sego Tempong di Kabupaten Banyuwangi mampu menarik perhatian wisatawan untuk menikmati Sego Tempong (Alviana et al., 2021). Sego Tempong adalah makanan tradisional berupa sajian nasi yang disajikan dengan berbagai lauk pauk, lalapan dan sambal yang khas. Makanan ini sekilas terlihat sangat sederhana, namun memiliki rasa dan kenikmatan yang sangat khas. Nasi tempong ini merupakan salah satu makanan tradisional yang sangat terkenal dari suku osing Banyuwangi, Jawa Timur (Eko et al., 2020). Sego tempong atau nasi tempong ini awalnya digunakan oleh masyarakat Banyuwangi untuk bekal mereka ke sawah. Nama sego tempong sendiri diambil dari kata “tempong” yang dalam bahasa osing berarti “tampar”. Makanan ini dinamakan demikian karena memang ciri khas dari sego tempong ini adalah sambal tempongnya yang pedas seakan mulut terasa habis ditampar (Kanom, 2024). Sambal tempong berbahan utama tomat ranti, cabai rawit, terasi, garam dan jeruk sambal. Sambal tempong disajikan dengan nasi putih punel dengan berbagai pilihan lauk. Sambal tempong dibuat dadakan atau dibuat ketika ada pesanan sehingga bahan yang digunakan merupakan bahan segar salah satu bahan yang special yaitu tomat ranti yang memiliki bentuk bergelombang tidak seperti tomat pada umumnya yang berbentuk bundar (Gardjito et al., 2024). Visual bahan dalam pembuatan sambal tempong dapat dilihat pada gambar 4 berikut.



Gambar 4. Bahan Dalam Pembuatan Sambal Tempong
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2025)

Terdapat beberapa trik yang umum digunakan pemasak dalam menyambal cabai mudah dihaluskan: 1) Menggunakan cobek yang kering dan belum digunakan untuk mengulek bumbu lainnya; 2) Menambahkan garam kasar untuk menambah gerusan pada permukaan cobek; 3) Karena cabai kurang mengandung air maka cairan akan didapat dari bawang merah, bawang putih, tomat dan jahe-jahean saat diulek bersama; 3) Diulek kasar untuk memberikan tekstur cabai pada sambal atau masakan berbasis sambal seperti Sambal Lado Hijau. Diulek halus bersama kacang tanah untuk menambah rasa pedas pada sambal kacang antara lain gado-gado dan pecel; 4) Ditumis atau digoreng sebelum diulek untuk menghasilkan sambal yang berminyak; 5) Dilunakkan dahulu dengan merebus atau mengukapnya untuk menghasilkan sambal halus dan kental untuk berbagai sambal goreng, seperti sambal paluik, sambal tahu tomat, dan sambal taughe. Sambal lado uap, bumbu megana, sambal gude, sambal jenggut dibuat dengan dikukus, diseduh, dilunakkan sehingga mudah dihaluskan tanpa menambahkan banyak air. Direbus bersama garam sebelum diulek, dan dibubuhi perasan jeruk nipis sebagai sambal rebus merupakan cara pembuatan sambal pendamping soto; 6) Dibakar dengan bahan seperti kelapa, tempe bosok, terasi, dan oncom yang perlu dibakar untuk menghilangkan mikroba sekaligus menghasilkan aroma sangit pada sambal kelapa, sambal tempe bosok, sambal oncom, sambal bajak, , dan rica- rica (Gardjito & Wikandari, 2019). Visual proses pembuatan sambal tempong dengan alat cobek dan ulekan dapat dilihat pada gambar 4 berikut.



Gambar 1. Proses Pembuatan Sambal Tempong dengan Alat Cobek dan Ulekan
Sumber: Dokumentasi Pribadi (2025)

PENUTUP

Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa cobek dan ulek bukan sekadar alat dapur tradisional, melainkan bagian integral dari budaya kuliner Indonesia yang mengandung nilai sejarah, sosial, dan simbolik yang kuat. Sejak kedatangan cabai oleh bangsa Portugis pada abad ke-16, budaya makanan pedas berkembang pesat di nusantara, menghasilkan ratusan jenis sambal dengan cita rasa khas yang diolah secara tradisional menggunakan cobek dan ulek. Kedua alat ini berperan penting dalam menciptakan tekstur dan rasa sambal yang khas dan sulit ditiru oleh teknologi modern.

Secara etnografis, keberadaan cobek dan ulek telah ada sejak masa prasejarah, berkembang pada masa kerajaan, dan bertahan hingga kini sebagai warisan budaya kuliner yang berharga. Tradisi mengulek sambal dengan kedua alat ini mencerminkan nilai-nilai kearifan lokal, termasuk ketelatenan, penghormatan terhadap bahan alami, serta praktik memasak yang ramah lingkungan dan ekonomis. Keanekaragaman jenis sambal di Indonesia juga mencerminkan pengaruh lintas budaya dan adaptasi terhadap bahan-bahan lokal di masing-masing daerah. Fungsi sosial sambal juga sangat menonjol, karena tidak hanya digunakan sebagai pelengkap makanan, tetapi juga sebagai simbol keramahan, persembahan, dan identitas dalam berbagai perayaan adat dan upacara ritual.

Namun, modernisasi dan kemajuan teknologi telah mendorong pergeseran penggunaan alat dapur tradisional ini. Oleh karena itu, pelestarian cobek dan ulek menjadi penting tidak hanya dalam konteks pelestarian kuliner otentik, tetapi juga sebagai bagian dari upaya menjaga identitas budaya bangsa. Melalui pendekatan etnografi, penelitian ini menegaskan bahwa praktik memasak tradisional seperti mengulek sambal perlu terus dijaga dan diwariskan sebagai bentuk penghormatan terhadap warisan leluhur serta sebagai potensi pengembangan gastronomi dan pariwisata budaya di Indonesia.

Saran

Berdasarkan kajian etnografi mengenai peran cobek dan ulek dalam tradisi pembuatan sambal di Indonesia, disarankan agar penelitian selanjutnya memperluas cakupan wilayah etnografis agar dapat menggambarkan keberagaman praktik dan makna budaya secara lebih komprehensif. Penelitian lanjutan juga dapat menggali lebih dalam dimensi simbolik, sosial, dan gender dalam penggunaan cobek dan ulek, mengingat peralatan ini tidak

hanya berfungsi sebagai alat dapur, tetapi juga memiliki nilai-nilai kultural yang melekat pada praktik kuliner tradisional.

Lebih lanjut, pendekatan interdisipliner yang menggabungkan antropologi budaya, studi kuliner, dan sejarah material budaya akan sangat bermanfaat dalam memperkaya analisis. Kajian tentang transformasi penggunaan cobek dan ulek di tengah perkembangan teknologi modern (seperti blender atau food processor) juga penting untuk memahami dinamika perubahan budaya kuliner di Indonesia. Dokumentasi visual dan digitalisasi pengetahuan tradisional terkait teknik mengulek sambal juga direkomendasikan sebagai upaya pelestarian warisan budaya tak benda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., Kastaman, R., & Mardawati, E. (2020). *Standard level determination of pungency in Sambal Terasi (case of study: Warung Makan Betawi micro small medium enterprises)*. IOP Conference Series: Earth and Environmental Science, 443(1). <https://doi.org/10.1088/1755-1315/443/1/012040>
- Alpindo, A. (2018). *Peningkatan Kualitas Sambal Fermentasi Melalui Penambahan Garam Dan Bahan Penstabil*. AGRITEPA: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Pertanian, 3(2), 1–10. <https://doi.org/10.37676/agritepa.v3i2.529>
- Alviana, Sanusi, Hidaatullah, Umam, & Fasarinda. (2021). *The Role Of Local Food Consumption Value And Gastronomy Involvement In The Sustainability Of Sego Tempong In Banyuwangi Regency*. RIDE: Jurnal of Cultural Tourism and Religious.
- Andiewati, Umam, Balili, & Gita. (2023). *Strategi Peningkatan Pengolahan Hasil Perikanan Berupa Sambal Teri Engraulidae untuk Meningkatkan Hasil Olahan Laut Di Lingkungan Kampus Vokasi Unhan Ri*. AMARASI: Jurnal Abdi Masyarakat Vokasi.
- Ariani, S., & Novra, E. (2021). *Budaya Lokal Sebagai Materi Ajar Bahasa Inggris Pariwisata Local Culture As Material of English for Tourism Course*. Menara Ilmu, XV(2), 83–93.
- Arumingtyas, E. L., Kusnadi, J., Sari, D. R. T., & Ratih, N. (2017). *Genetic variability of Indonesian local chili pepper: The facts*. AIP Conference Proceedings, 1908(November). <https://doi.org/10.1063/1.5012726>
- Cahyanto, T., Supriyatna, A., Sholikha, M., & Saepuloh, A. (2019). *Inventory of plants used as lalapan in Inventory of Plants Used as Lalapan in Subang, West Java*. AIP Conference Proceedings.

- <https://doi.org/10.1063/1.5061843>
- Cornelia. (1864). *Kokki Bitja Atau Tab Masak-Masakan India*. Batavia: Lange and Co.
- Durazzo, A. (2019). *The close linkage between nutrition and environment through biodiversity and sustainability: Local foods, traditional recipes, and sustainable diets*. Sustainability (Switzerland), 11(10), 10–12. <https://doi.org/10.3390/su11102876>
- Eko, Iqbal, A., & Padillah, R. (2020). *Studi Deskripsi Inovasi Bisnis Pariwisata Kuliner Tradisional Khas Suku Osing*. Jurnal Sains Manajemen Dan Bisnis Indonesia, 10(2), 134–142. <http://jurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/SMBI/article/view/4104>
- Eldani. (2025). *Sejarah Cobek dan Ulekan*. Jakarta: RRI
- Emmez, B. C. (2020). *Plants and foods as identity markers: An ethnographic analysis on the case of the (Y)Ezidis from Batman (Turkey)*. Journal of Ethnic Foods, 7(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s42779-019-0038-y>
- Ernawati, H., & Mada, U. G. (2020). *Consumer preferences for indonesian culinary*. Journal of Indonesian Economy and Business. <https://doi.org/10.22146/jieb.52637>
- Febriyanti, R., & Qomariyah, O. N. (2020). *Diversifikasi Produk Olahan Berbahan Sambal Desa Kedungrawan Kecamatan Krembung Kabupaten Sidoarjo*. Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan, 4(1), 451. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.2858>
- Fibri, D. L. N., & Frøst, M. B. (2019). *Consumer perception of original and modernised traditional foods of Indonesia*. Appetite, 133(October 2018), 61–69. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.10.026>
- Fitriani, V., Ayuningtyas, H., Tio, D., & Permana, L. (2021). *Karakterisasi Fisik, Kimia, dan Sensoris Saus Sambal Mangga Kweni (Mangifera odorata Griff) dengan Variasi Konsentrasi Asam Sitrat dan Durasi Sterilisasi*. Journal of Science and Applicative Technology, 5, 158–162. <https://doi.org/10.35472/jsat.v5i1.404>
- Gardjito, Santoso, U., & Harmayani, E. (2024). *Seri Pusaka Cita Rasa Indonesia: Makanan Pokok Dan Ragam Hidangan Nasi*. Yogyakarta: Grup Andi.
- Gardjito, & Wikandari. (2019). *Kuliner Pedas Indonesia - Cita Rasa Nikmat Yang Selalu Memikat*. Forum Komunikasi Kuliner Indonesia (FORKOMKULINDO), NIGTOON COOKERY.
- Hapsari. (2011). *Panduan Budidaya Cabai Sepanjang Musim di Sawah dan Pot*. Yogyakarta: Trimedia Pustaka.
- Harsono, & Hardjohutomo. (1967). *Buku Masakan Indonesia Mustika Rasa: Resep2 Masakan Indonesia dari Sabang sampai Merauke*. Jakarta: Departemen pertanian R.I.
- Holzon, H. von, & Arsana, L. (2007). *The Food of Indonesia*. Jakarta: Tuttle Publishing.
- Hutami, R. (2015). *Sambal, makanan khas Indonesia yang berpotensi mencegah aterosklerosis dan kanker, serta kajian titik kritis keahalalannya*. Jurnal Agroindustri Halal, 1(1), 1–12.
- Irwan, & Bangsawan, R. (2025). *Jejak Rasa Sambal di Kabupaten Banyuasin Sumatera Selatan*. Barometer Mediatama Publishing.
- Kanom. (2024). *Pengaruh Kualitas Pelayanan Terhadap Minat Pembelian Ulang Konsumen Di Warung Sego Tempong Mbok Wah Banyuwangi*. Jurnal Pariwisata Prima. 1(2), 55–69. e-issn: 3047-3209
- Kasmini, L., & Mulyani, I. (2023). *Analisis Kandungan, Penamaan, Dan Makna Dari Makanan Tradisional Aceh*. In Journal Metamorfosa (Vol. 11, Issue 2, pp. 145–161).
- Mahagangga, I. G. O., Suryawan, I. B., Koesbardiati, T., & Athina, I. P. A. (2020). *Case study of balinese tourism: Myth as cultural capital*. Utopia y Praxis Latinoamericana, 25(Extra 6), 122–133. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3987586>
- Mansyur, & Hajriani. (2019). *Physicochemical Analysis of Sambal Ikan (Stelephorus sp) Mariani*. Jurnal Agriculture Technology, 3(1), 23–30.
- Mareta, Pangastuti, Permana, Fitriani, & Wahyuningtyas. (2021). *Hedonic Test Of Lado Mudo Chili Sauce By Addition Of Various Concentrations Of Citric Acid*. AGRITEPA: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Pertanian, 8(1), 41–45.
- Naibaho, N. M., Damanik, N. S., & Syauqi, A. (2020). *Profil organoleptik sambal segar andaliman (Zanthoxylum acanthopodium DC) dan batang kecombrang (Etlingera elatior) muda*. Journal of Tropical AgriFood, 2(1), 1. <https://doi.org/10.35941/jtaf.2.1.2020.3842.1-7>
- Niehof, A. (2010). *Food, diversity, vulnerability and social change : research findings from insular Southeast Asia*. Wageningen Academic. http://lib1.org/_ads/EDFA465CB2285D2FED11808C101B8F06
- Nugraha, & Balukh. (2022). *Peran Perempuan Dalam Kegiatan Pariwisata Di Pantai Oetune (Studi Kasus Pada Desa Tuafanu Kabupaten Timor Tengah Selatan)*. Journey: Journal of Tourismpreneurship, Culinary, Hospitality, Convention and Event Management, 5(2), 145–154.
- Pepiana, A., Kadir, L., & Yusuf, A. (2003). *Identification Of Coliform Bacteria In Sambal In Food Stalls Around Gorontalo City Snack Market*. Journal of Health, Technology, and Science (JHTS) 11–18.
- Priyono. (2010). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. In

- Penerbit Zifatama Publisher (Vol. 53, Issue 9).
- Rahmah, L., Sari, N. I. P., & Ansori, A. N. M. (2023). *Diversity Of Sambal Types In Indonesia*. FOOD SYSTEMS, 6(3), 288–297. <https://doi.org/https://doi.org/10.21323/2618-9771-2023-6-3-288-297>
- Rahman. (2016). *Rijsttafel (Budaya Kuliner di Indonesia Masa Kolonial 1870 – 1942)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Rahman, F. (2018). *Kuliner Sebagai Identitas Keindonesiaan*. Jurnal Sejarah, 5(1), 31–49. <https://doi.org/https://doi.org/10.26639/js.v%vi%i.118>
- Rahman, F. (2019). *Meneroka Kajian Makanan sebagai Wacana Lintas Disiplin*. Metahumaniora, 9(1), 41. <https://doi.org/10.24198/mh.v9i1.22870>
- Restiana, F. (2019). *Lezatnya Sambal Seruit*. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Badan Pengembangan Bahasa Dan Perbukuan Pusat Pembinaan Bahasa Dan Sastra, ISBN 978-602-437-850-9.
- Rianti, A., Novenia, A. E., Christopher, A., Lestari, D., & Parassih, E. K. (2018). *Ketupat as traditional food of Indonesian culture*. Journal of Ethnic Foods, 5(1), 4–9. <https://doi.org/10.1016/j.jef.2018.01.001>
- Romanovsky, A. A. (2015). *Protecting western redcedar from deer browsing—with a passing reference to TRP channels*. Temperature, 2(2), 142–149. <https://doi.org/10.1080/23328940.2015.1047078>
- Salsabila, G. (1970). *Cabai : Pengaruh Portugis Yang Dicintai*. Ilmu Sejarah, Universitas Airlangga
- Santyaningtyas, A. C., & Noor, M. Z. M. (2016). *Preserving of traditional culture expression in Indonesia*. Asian Social Science, 12(7), 59–65. <https://doi.org/10.5539/ass.v12n7p59>
- Shahrim Muhammad, A. K., Abdul Rasid, S. S., Mohd Adzahan, N., & Camillo, A. A. (2011). *Consumers' Perspective Towards Malaysian Traditional Food: Sambal Belacan (Chilli Shrimp Paste), a Preliminary Investigation*. Journal of Agribusiness Marketing, 4, 68–92.
- Shi, X. (2013). *Transformation of Indonesian Chinese Identity and Evolution of Chinese Newspaper in the 20th Century*. In *Proceedings of International Conference on Chinese – Indonesians (Issue November)*. International Conference on Chinese – Indonesians.
- Sulistijowati S R., Mantau S H., T. M. (2020). *Kuliner Sambal Ikan*. Yogyakarta: DEEPUBLISH.
- Suranny, L. E. (2017). *Peralatan Dapur Tradisional Sebagai Warisan Kekayaan Budaya Bangsa Indonesia (Traditional of Kitchen Equipment as Cultural Heritage Richness of Indonesia Nation)*. Jurnal Penelitian Arkeologi Papua Dan Papua Barat, 7(1), 47–62. <https://doi.org/10.24832/papua.v7i1.37>
- Suswandi. (2020). *Gender Dalam Pelabelan Nama Kuliner Nusantara: Suatu Tinjauan Semiotik Studi Kasus: Kuliner Di Kota Depok*. Mimesis, 1(1), 1. <https://doi.org/10.12928/mms.v1i1.1539>
- Wardhani, D. H., Aryanti, N., Buchori, L., & Cahyono, H. (2019). *Application of an Integrated Cooking Pan in Sambal Production*. Journal of Physics: Conference Series, 1295(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1295/1/012075>
- Watson, J. A. K. and J. L. (2016). *The Handbook of Food and Anthropology*. Bloomsbury.
- Wibowo, N., Setiani, B. E., Hintono, A., & Tanah, K. (2018). *Karakteristik Hedonik Sambal Pecel Hasil Substitusi Kacang Tanah (Arachis hypogaea) dengan Kacang Hijau (Vigna Radiata L)*. Jurnal Teknologi Pangan, 2(2), 191–197–197.
- Yuen, D. (2013). *Indonesian cooking Satays, Sambals and more*. Journal of Chemical Information and Modeling, 53(9), 1689–1699.