

DAGING - SUMBER MAKANAN ASAS

Daging adalah sumber makanan paling tinggi kandungan zat dan sebagai sumber tenaga yang utama dalam kehidupan manusia. Daging terdiri daripada tiga komponen penting iaitu air, protein dan lemak. Sebagai sumber protein, ia menjana metabolisme untuk tumbesaran dan menghasilkan tenaga dan haba dan bertindak dalam proses penggantian tisu-tisu dalam badan yang telah rosak.

Daging boleh diklasifikasi kepada daging merah (red meat) dan daging putih (white meat). Daging merah kaya dengan myoglobin protein yang membekalkan oksigen kepada otot badan yang perlu untuk menjana tenaga. Struktur majority daging merah adalah otot (muscle) yang mengandungi serat yang dipanggil 'Slow Fibers' - lambat rasa lapar kerana penghadaman mengambil masa lama. Daging putih pula hanya mempunyai myoglobin protein pada aras yang paling minima atau tiada langsung, oleh sebab itu daging lebih berwarna putih atau merah muda. Struktur daging putih pula adalah otot yang mengandungi serat yang dipanggil 'Fast Fibers' - cepat terasa lapar kerana penghadaman mengambil masa singkat.

Contoh daging putih adalah seperti daging ayam, daging itik, ikan dan makanan laut yang lain. Contoh daging merah pula adalah seperti daging lembu, daging kerbau, daging burung unta, daging kambing dan daging babi.

DAGING BURUNG UNTA - SUATU VARIASI

Daging burung unta sebagai alternatif dan variasi sumber daging bukanlah sesuatu yang baru. Malah, daging burung unta didapati mempunyai kadar lemak yang lebih rendah berbanding dengan ayam dan daging lembu.

Daging burung unta diklasifikasi sebagai daging merah (red meat) yang mana ia mengandungi kadar Hemoglobin yang tinggi yang memberikan zat besi sehingga 10 kali ganda kepada keperluan tubuh berbanding sumber makanan yang lain. Daging burung unta boleh dimasak seperti memasak daging ayam dan daging yang lain - panggang, goreng, gulai, dan lain-lain - dan ia dikatakan lebih sedap berbanding dengan daging ayam.

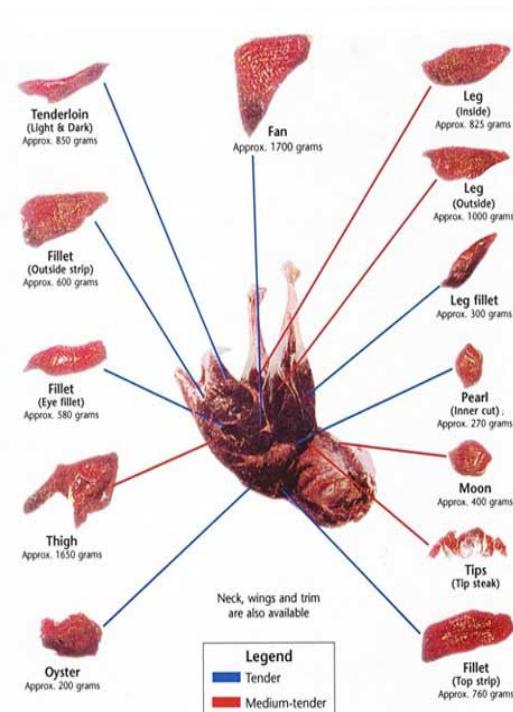
KANDUNGAN NUTRISI

Nutritional Comparison (Per 100 grams of cooked lean meat)					
100 Grams (Lean, Cooked)	Protein %	Fat (Grams)	Calories (KCal)	Iron (Mg)	Cholesterol (Mg)
Ostrich	32.2	1.2	111	4.9	65
Chicken (skinless)	28.9	7.4	190	2.1	89
Turkey (skinless)	29.3	5.0	170	1.8	76
Beef	19	14	211	3.0	86
Pork	29.3	9.7	212	1.1	86

Source: USDA and independent research.

Jadual 1 : Perbandingan Nilai Nutrisi Pelbagai Haiwan

POTONGAN DAGING BURUNG UNTA



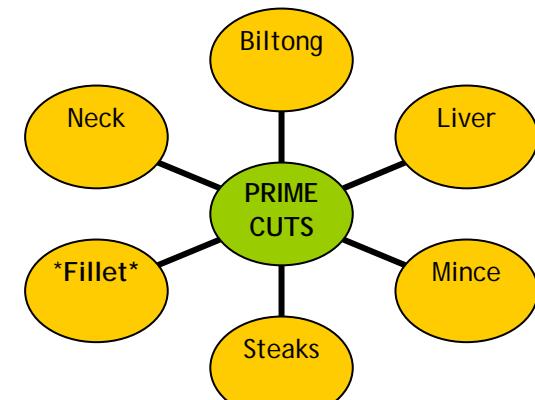
Rajah 1 : Potongan Daging Ostrich
Sumber: Canadian Meat Association

PENYEDIAAN DAGING BURUNG UNTA

Kaedah	Kuantiti	Suhu	Masa
Bake	4 oz	375 oF	15 min
Barbecue	4 oz	Medium	10 min
Boil	1 - 2 lbs	High	20 min
Braise	2 oz	Low	20 min
Broil / Grill	¾ inch	High	13 min
Fry	2 oz	425 oF	2-4 min
Parboil	1 - 2 lbs	High	5 min
Roast	4 - 6 lbs	325 oF	15 min/lb
Sautee	2 oz	425 oF	1 min/side
Sear	4 oz	High	30-45 sec
Skewer	1 inch cubes	High	6-8 min
Soup	-	Simmer	30 min

Jadual 2 : kaedah Memasak Daging Ostrich
Sumber : Pokanoket Farm-American Ostrich Association

DAGING BURUNG UNTA - PRIME CUTS

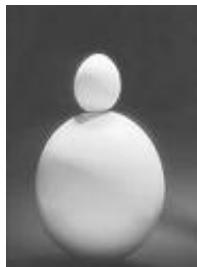


Rajah 2 : Potongan daging paling rendah kolesterol

"Pertanian Adalah Perniagaan"

TELUR BURUNG UNTA - TAHUKAH ANDA?

Telur burung unta merupakan telur boleh makan (edible) yang terbesar setakat ini. Namun begitu, ia merupakan telur yang paling kecil berbanding saiz burung yang menghasilkannya. Berat purata sebiji telur burung unta adalah 1600 - 2300 gram. Tahukah anda, satu biji telur burung unta adalah bersamaan dengan 22 - 24 biji telur ayam biasa. Isi kandungannya juga adalah lebih pekat daripada telur ayam biasa.



Seekor burung unta mampu menghasilkan 40 - 100 biji telur setahun dengan purata 60 biji telur setahun. Satu biji telur burung unta akan mengambil masa selama lebih kurang 42 hari untuk menetas. Pada kebiasaannya, burung unta betina akan mengeram telur pada siang hari dan burung unta jantan akan mengeram telur pada malam hari.

Untuk menyediakan sajian telur separuh masak (soft boil) akan mengambil masa selama satu jam. Manakala penyediaan sajian telur masak (hard boil) akan mengambil masa selama satu setengah jam.

Sumber : American Ostrich Association

RESIPI DAGING BURUNG UNTA

www.ExoticMeats.com
www.cookingbearrestaurant.com
www.whf.com (world healthy foods)
www.ostrichnz.com

dan banyak lagi...



BURUNG UNTA - APA YANG ANDA TIDAK TAHU

- o Burung yang terbesar di dunia
- o Daripada famili - Ratite - flightless bird
- o Burung unta jantan boleh mencapai ketinggian 10 kaki dan berat sehingga 400 paun
- o Burung unta jantan dipanggil 'Rooster' dan burung unta betina dipanggil 'Hen'
- o Burung unta hanya memiliki dua jari di kakinya
- o Boleh mencapai kelajuan sehingga 40 MPH
- o Jangkahayat burung unta adalah di antara 50 tahun hingga 75 tahun
- o Burung unta jantan berwarna hitam dengan sayap dan ekor berwarna putih
- o Burung unta betina berwarna coklat dengan sayap dan ekor berwarna kelabu. Saiz juga kecil.

Sebarang pertanyaan bolehlah diajukan kepada:

BHGN. KESIHATAN AWAM VETERINAR
& PENGUATKUASAAN,
Jabatan Perkhidmatan Haiwan & Perusahaan Ternak,
Kementerian Pertanian & Industri Makanan,
Aras 3, Blok B, Jln Tasik Off Jln Maktab Gaya
Beg Berkunci 2051, 88999 Kota Kinabalu, Sabah.

Tel : 6-088-235297 / Faks: 6-088-287418
Tel: 6-088- 232499 (off), Faks: 6-088-242494
Tel: 6-088- 752349 (off)



NILAI NUTRISI DAGING OSTRICH



JABATAN PERKHIDMATAN HAIWAN
DAN PERUSAHAAN TERNAK
SABAH

"KE ARAH KECEMERLANGAN"
"Towards Excellence"

Hak Milik Kerajaan Negeri Sabah

"Pertanian Adalah Perniagaan"