

KERATAN: utusan Borneo

TARIKH: 4-3-2013

M/S:

(B2)

Bambangan makanan tradisi Sabah

Oleh **NURHAFIZAH JEHAN JUMAT**
utusanborneokk@gmail.com

KULITNYA keras, isinya kuning-kekuningan, sekali merasa pasti jatuh hati. Itulah dia buah bambangan, satu-satunya buah yang hanya ada di negeri Sabah.

Pokok bambangan atau lebih dikenali sebagai bacang (*Mangifera Foetida Lour*) merupakan pokok yang agak besar dan ketinggiannya boleh mencapai 30 hingga 35 meter.

Pokok bambangan boleh mengeluarkan getah yang berwarna kelabu keputihan, lama-kelamaan bertukar menjadi merah dan hitam. Getah itu dipercayai boleh menyebabkan gatal-gatal dan melecur jika terkena pada kulit.

Bambangan yang cukup masak lazimnya berwarna kekuningan dan boleh dimakan terus atau pun dibuat jeruk.

Atimah binti Hj Munul, 52, berkata dia suka juga makan jeruk bambangan kerana rasanya memang sedap dan mungkin buah ini tidak ada di tempat lain



ATIMAH

kecuali di Sabah.

"Biasanya, saya akan buat sendiri jeruk bambangan sebab pembuatannya tidaklah sesusah mana," katanya.

Menurut Banong Othman, 44, seorang pembuat dan penjual buah-buahan, buah bambangan merupakan salah satu buah tempatan yang hanya ada di negeri Sabah.

"Buah bambangan ini memang tiada di negeri lain. Kebanyakan pelancong terutamanya dari Semenanjung pasti akan membeli buah ini apabila datang ke Sabah.

"Bambangan ini juga



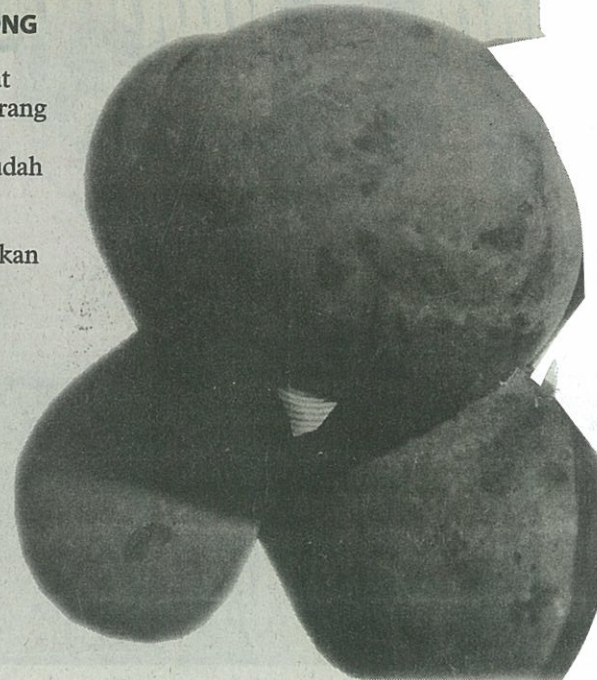
BANONG

biasanya dibuat jeruk. Kalau orang sini lebih suka makan yang sudah dijeruk sebab rasanya lebih enak jika dimakan dengan nasi," katanya.

Untuk menyediakan jeruk bambangan, cara membuatnya mudah dan ringkas. Buah bambangan yang telah dipetik perlu dikupas

kulitnya kemudian isi buah itu dipotong untuk mengeluarkan bijinya.

Biji pada bahagian dalam ini amat penting kerana ia berfungsi sebagai bahan pengawet dan berperanan sebagai pewangi jeruk. Ianya perlu dikisar atau dihancurkan terlebih dahulu sebelum digaul bersama garam, cili dan isi bambangan muda.



KERATAN: utusan Borneo

TARIKH: 4-3-2013

M/S:

(B2)

Menjeruk isi bambangan tidak perlu menggunakan campuran air kerana ia boleh mengeluarkan air sendiri secara semulajadi.

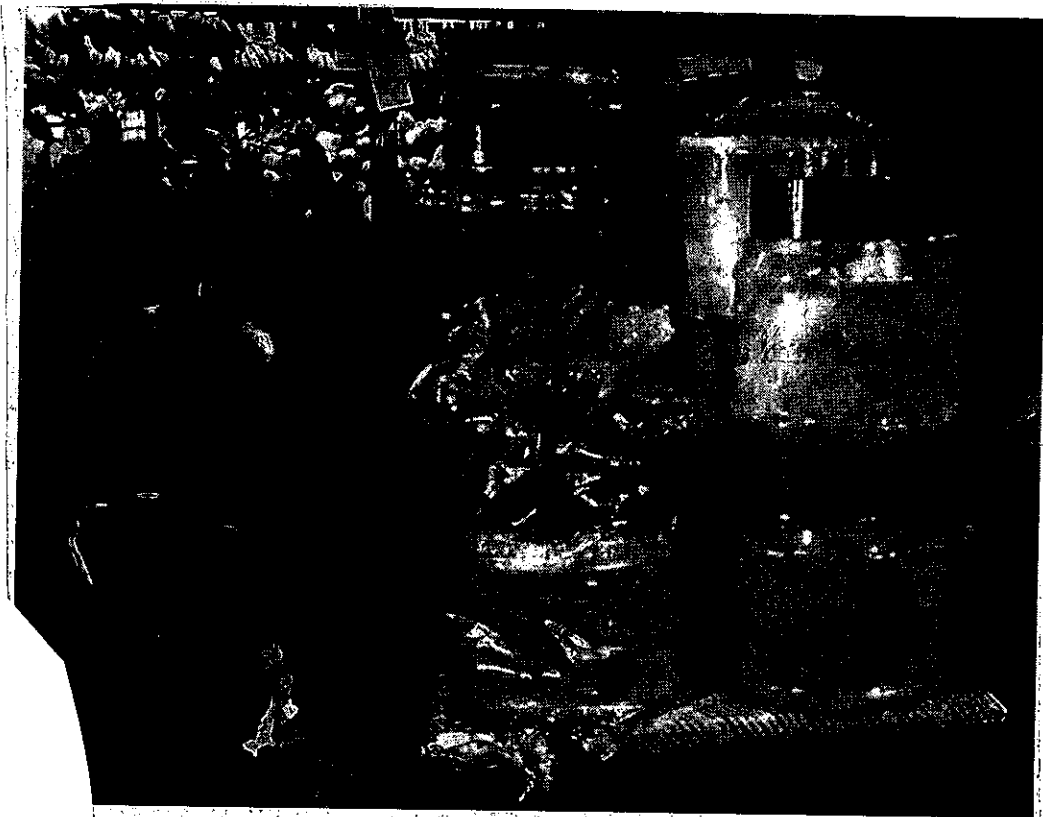
Dipercayai juga jika jeruk berkenaan ditambah dengan air, ia boleh

merosakkan keaslian rasa makanan itu dan ia tidak tahan lama.

Jeruk ini boleh dimakan selepas satu hingga dua minggu ia disimpan di dalam bekas kedap udara. Sebelum adanya bekas kedap, biasanya masyarakat Dusun secara tradisi menyimpan jeruk itu di dalam tajau (tempayan).

Dipercayai juga, jeruk yang disimpan di dalam tajau lebih beraroma berbanding yang menggunakan bekas kedap udara.

Walaupun rasa jeruk bambangan agak masam, ia tetap menjadi menu istimewa orang Dusun terutama jika dimakan bersama ikan masin atau ikan bakar.



BAMBANGAN yang sudah dijeruk (gambar atas) dan belum dikupas (gambar kiri).