

ARKIB : 26/05/2009

## Buah kepayang menyelerakan

Oleh HARIS FADILAH AHMAD  
utusanpahang@utusan.com.my

JERANTUT 25 Mei - Kita mungkin biasa mendengar kiasan, 'sayang-sayang buah kepayang, ditelan mabuk, dibuang sayang.'

Namun, berapa ramai di kalangan kita terutama generasi muda yang mengenali buah kepayang?

Bagi penduduk di Hulu Tembeling, Kuala Tahan dan Pulau Tawar dekat sini, buah kepayang tidak asing bagi mereka, malah ia menjadi salah satu makanan mereka terutama bagi hidangan petang.

Sebagaimana yang disebut dalam kiasan tersebut, buah kepayang memang memabukkan dan rasanya pahit.

Bagaimanapun, jika diproses dengan cara yang betul, ia boleh menjadi makanan yang menyelerakan.

Kemahiran penduduk di kawasan pedalaman tersebut memproses buah kepayang boleh menghilangkan rasa mabuk.

Malah, kebijaksanaan penduduk tempatan memproses buah kepayang hingga boleh dijadikan bagi tujuan perubatan tanpa menimbulkan komplikasi kesihatan.

Selain buah kepayang atau nama saintifiknya *Pangium edule* terdapat juga buah hutan lain di Taman Negara yang lazim menjadi makanan penduduk daerah ini iaitu perah, kedondong, ara, mencepu, kerdas dan ubi gadong.

Berbalik kepada kepayang, buah ini merupakan antara spesies yang dikenali sebagai pokok beracun. Ketinggian pokok kepayang menyamai pokok durian.

Ada beberapa cara untuk menghilangkan rasa pahit dan racunnya.

Antaranya termasuk merendam bijinya ke dalam air sebelum dibakar atau direbus untuk menghilangkan rasa pahitnya.



MUJI Mohamad membelah biji kepayang selepas direndam selama seminggu untuk mengeluarkan isinya di Kampung Pengau, Hulu Tembeling, Jerantut.

Biji yang berwarna putih akan bertukar kehitaman selepas direndam dalam air.

Kulit buah kepayang berwarna kelabu dan biji di bahagian dalamnya dilitupi selaput putih dan berminyak.

Seorang penduduk Kampung Pengau, **Muji Mohamad**, 67, berkata, bentuk buah kepayang sama seperti buah sukun berukuran antara 15 hingga 17 sentimeter dan mengandungi antara enam hingga lapan biji di dalamnya.

Muji memberitahu, biji buah kepayang beracun dan ia tidak boleh dimakan mentah-mentah dan memabukkan jika dimakan.

"Buah ini boleh dimakan selepas bijinya direndam dalam air selama seminggu, kemudian direbus atau dibakar terlebih dahulu sehingga kesan pahit yang memabukkan benar-benar hilang," katanya kepada *Utusan Malaysia* ketika ditemui di Kampung Pengau baru-baru ini.

Kebiasaannya, kata Muji, masyarakat Hulu Tembeling merendam biji kepayang di dalam sungai selama seminggu dan selepas itu buah berkenaan direbus selama kira-kira 45 minit.

Menurutnya, proses merendam dan merebus itu perlu dilakukan dengan cermat. Selepas proses merendam, kulit buah berkenaan dibelah untuk mengambil isinya.

"Selepas direbus, isinya yang kehitaman dihiris nipis-nipis. Kami menggoreng semula dengan mencampur sedikit kunyit dan garam sebelum dimakan dan jika banyak bolehlah dijual," katanya.

Muji yang menjual buah kepayang secara kecil-kecilan seterusnya berkata, rasa isi buah itu kepayang lemak dan rangup selepas digoreng dan ia amat menyelerakan jika dihidang bersama air kopi.

"Saya menjual isi biji kepayang yang diisi dalam tin susu pekat dengan harga RM2 setin dan kebiasaannya cukup laris sehingga mampu menampung belanja dapur," katanya.

Muji memberitahu, masyarakat Melayu Hulu Tembeling pada zaman dahulu juga memproses biji buah kepayang untuk dijadikan minyak masak dan minyak pelita.

Untuk menghasilkan minyak, katanya, biji buah kepayang yang matang dikeringkan dan kemudian ditumbuk serta diperah.

"Proses ini melibatkan lebih 30 biji buah kepayang untuk memperoleh sebotol minyak. Ia boleh digunakan untuk menyediakan masakan dan juga bahan bakar bagi menyalakan pelita," katanya.

Selain itu, jelas Muji, minyak buah kepayang juga boleh dicampur dengan beberapa ramuan herba lain untuk dijadikan minyak mengurut bagi ibu selepas bersalin.

Malangnya, pokok buah kepayang yang sebelum ini banyak ditemui di hutan Taman Negara dan tepi Sungai Tembeling kini semakin sukar ditemui kerana diancam kepupusan.

Mungkin generasi akan datang tidak mengenali buah kepayang, malah, mereka juga sudah melupakan kiasan 'sayang-sayang buah kepayang, ditelan mabuk, dibuang sayang.'