

## Menteri Susi: Keong Sawah Enak dan Sehat Sekali

Setuuuuuuuu Menteri Susi! Ini satu pemikiran jalan keluar yang lebih **CEPAT**, **MUDAH** dan **mestinya lebih SEHAAAT** bagi yang makan, ... keong SAWAH untuk mendapatkan protein tinggi dengan lemak rendah!

Kenapa tidak berani mencari alternatif lain yang lebih bagus dan sehat! Bukan hanya keong SAWAH, tikus SAWAH juga boleh menjadi perhatian! Bukankah ditahun-tahun 63-65, untuk mengatasi hama-tikus, pernah dilakukan gerakan makan daging tikussaweah itu! Bahkan menurut saya, daging kelinci juga jauh lebih enak dari daging ayam, dan mestinya jenis tikus ini kalau diternakkan, pembiakannya jauh lebih cepat. Kenapa harus mengejar daging SAPI yg begitu mahal dan kurang sehat bagi manusia?

Sebenarnya saja, bagi negeri kepulauan seperti Indonesia, **TIDAK** harus terjadi kurang-gizi! Dengan begitu banyak jenis keong laut, teripang, tirem, ... yang tinggi protein dan juga sudah lama, ribuan tahun menjadi makanan manusia, bahkan di HK termasuk makanan mahal, ...! Dahulu, masa kanak2 kalau berlibur ke Surabaya, ... juga ada jenis kerang laut berbentuk panjang yg disebut simping (?), itu juga sangat uuueenaak, lho!

Salam,

ChanCT

## Menteri Susi: Keong Sawah Enak dan Sehat Sekali

Tim Ekonomi Okezone, Jurnalis · Selasa 05 Desember 2017, 18:57 WIB

<https://economy.okezone.com/read/2017/12/05/320/1825627/menteri-susi-keong-sawah-enak-dan-sehat-sekali>



(Foto: KKP)

**JAKARTA** - Menteri Kelautan dan Perikanan Susi Pudjiastuti mendukung pernyataan Menteri Pertanian Andi Amran Sulaiman yang menyebutkan bahwa [keong sawah](#) merupakan sumber protein alternatif di tengah tingginya harga daging sapi saat ini.

"Keong sawah nutrisinya sangat tinggi. Kandungan gizinya sangat bagus. Kandungan lemaknya juga rendah. Saya dari kecil suka sekali makan keong sawah, apalagi bisa diolah dengan berbagai macam bumbu. Bisa nambah makan sampai 5 kali kalau makan dengan keong sawah," ucap Susi kepada media di kediamannya kompleks Widya Chandra, Jakarta, Selasa (5/12/2017).

#### BERITA TERKAIT+

- [Menteri Susi: Kalau Pak Gubernur Mau Membersihkan Danau Sunter, Top!](#)
- [Aksi Menteri Susi Berbalut Baju Adat Aceh Menerjang Hujan di Sail Sabang](#)
- [Senyum Ceria Menteri Susi Mendayung di Sekitar Kapal Silver Sea 2 Hasil Tangkapan](#)

Lebih lanjut, Susi menyayangkan padangan masyarakat yang menganggap remeh keong sawah sebagai sumber protein. Berdasarkan UU Nomor 45 Tahun 2009 tentang Perikanan, disebutkan bahwa kerang, cumi, udang, [keong sawah](#) dan sebangsanya termasuk jenis ikan yang masuk dalam program pemerintah untuk menambah gizi masyarakat.

Dari sisi kandungan gizi, keong sawah memiliki nilai protein sebesar 12 persen, kalsium 217 mg, rendah kolesterol, 81 gram air dalam 100 gram keong sawah dan sisanya mengandung niacin serta folat, energi, protein, karbohidrat, kalsium, fosfor, dominasi vitamin A dan vitamin E serta zat gizi makronutrien yakni zat protein dalam kadar yang tinggi dan zat mikronutrien yang berupa mineral dalam bentuk kalsium.

Baca juga:

[Wih, NTT Pasok 56.000 Sapi Potong ke Jakarta](#)

[Banyak Peminat, Daging Sapi Asal Kupang Berbobot Besar](#)

Susi mengakui saat ini keong sawah sulit ditemui di pasaran. Untuk itu, Susi berencana akan memasukkan keong sawah dalam program minapadi yang diusung oleh Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP). "Kami akan masukkan keong sawah ke dalam program Minapadi. Keong sawah tidak merusak padi, bukan seperti keong mas yang merusak padi. Jadi win win solution bagi petani. Budidaya keong sawah juga bisa menambah pendapatan petani," ujarnya.

Di akhir wawancara, Susi mengingatkan masyarakat tentang keberagaman sumber protein yang dimiliki oleh Indonesia. Masyarakat diharapkan bisa perlahan mengubah mindsetnya dalam pola konsumsi protein, dengan tidak hanya bertumpu pada daging sapi saja, tapi juga menghargai sumber protein lainnya.

"Saya ingin mengingatkan sumber protein kita itu banyak sekali. Bukan hanya daging sapi, tapi juga kerang, telur, ayam, dan terutama ikan. Kandungan protein tinggi tapi harga tidak semahal daging sapi. Ayo kita makan ikan!" seru Susi.

**(wdi)**