

Malaysia terkenal sebagai negara yang memiliki kepelbagaian kaum dan etnik, dan satu daripadanya ialah kaum Bugis. Bugis atau *ugi* merupakan suku kaum yang berasal dari Sulawesi Selatan, Pulau Sulawesi, Indonesia yang berhijrah ke Tanah Melayu pada zaman Kesultanan Melayu Melaka.

Pada abad ke-17 dan 18, masyarakat Bugis Sulawesi Selatan melakukan penghijrahan secara besar-besaran ke Sumbawa, Lombok, Bali, Jawa, Sumatera, Borneo dan Semenanjung Tanah Melayu. Tambahan pula, pada awal abad ke-17 sudah terdapat pemukiman masyarakat kaum Bugis di Semenanjung Tanah Melayu, namun kedatangan mereka dalam jumlah yang besar berlaku pada zaman kolonial Inggeris, khususnya suku akhir abad ke-19.

Borneo, terutamanya Sabah, menjadi pertapakkan majoriti masyarakat kaum Bugis pada awal penghijrahan beberapa kumpulan kecil masyarakat kaum Bugis dari negara jiran kerana kedudukan geografinya yang berhampiran dengan Sulawesi, iaitu tanah asal masyarakat kaum Bugis yang dikenali sebagai Tana Ugi.

Manakala, penghijrahan masyarakat kaum Bugis di Semenanjung Tanah Melayu tertumpu di Johor kerana pada pertengahan abad ke-19, Tanah Melayu

Bugis *dan* Burasak



mula menjalankan kegiatan ekonomi dan pemerintah Johor juga menggalakkan kedatangan perantau nusantara untuk kemajuan kerajaan Johor.

Masyarakat Bugis yang kini terdapat di serata negeri di Malaysia, terutamanya di Sabah dan Johor, beradaptasi dengan budaya dan amalan di Malaysia. Walaupun begitu, mereka masih mengekalkan amalan kehidupan harian dalam seni, adat, budaya dan warisan. Faktor penghijrahan masyarakat kaum Bugis ke Malaysia disebabkan oleh keamanan, penerimaan penduduk tempatan, peluang pekerjaan yang banyak dan kadar upah yang tinggi.

Masyarakat kaum Bugis menjunjung tinggi tradisi budaya mereka hingga hari ini. Mereka masih mengekalkan identitinya tersendiri dengan mengamalkan tradisi, adat resam dan makanan tradisional yang menjadi simbol keunikan budaya kaum Bugis. Satu daripada warisan tersebut ialah burasak, sejenis makanan tradisional yang kaya dengan sejarah dan makna budaya.

Burasak atau buras merupakan makanan tradisional masyarakat kaum Bugis. Burasak merupakan hidangan istimewa masyarakat kaum Bugis dan hanya dijumpai dan dinikmati pada perayaan tertentu, seperti sambutan hari raya, perkahwinan dan upacara adat kaum Bugis. Kini makanan tradisional ini dapat dijumpai pada bila-bila masa. Masyarakat kaum Bugis menyajikan burasak bersama-sama ayam masak likku (masak serai), ayam masak merah dan asam pedas ikan parang.

PENYEDIAAN BURASAK

Proses penyediaan burasak tidak mudah kerana melibatkan

beberapa langkah yang teliti dan bahan-bahan yang berkualiti. Jika dilihat bentuk burasak, seakan-akan seperti lepat pisang kerana bentuknya yang leper dan dibungkus dalam daun pisang yang telah dilayur lebih dahulu.

Burasak dimasak seperti nasi lemak dengan menggaulkannya bersama-sama santan dan ditanak pada tempoh yang lama sehingga masak tetapi sedikit lembik. Hal ini disebabkan oleh nasi yang dimasak bersama-sama santan akan dimampatkan dalam bungkus daun pisang.

Kemudian, burasak dibungkus menggunakan daun pisang dan disusun sebanyak tiga hingga empat tingkat. Selepas itu, diikat menggunakan tali rafia dan direbus selama beberapa jam. Apabila selesai proses mengukus, burasak disaringkan lebih dahulu sebelum dihidangkan. Burasak menjadi tahan lama dan lambat basi kerana beras dimasak dengan api sederhana dan lama.

KHASIAT BURASAK

Burasak mempunyai khasiat yang dapat memberikan manfaat kepada kesihatan manusia. Penggunaan santan sebagai bahan utama dalam pembuatan burasak membuatnya mengandungi lemak sihat yang dikenali sebagai asid lemak rantai ringkas (MCT). MCT dapat membantu dalam mengurangkan berat badan, meningkatkan kesihatan jantung dan menguatkan sistem imun.

Selain itu, burasak memberikan vitamin dan mineral pada badan. Beras merupakan sumber yang kaya dengan vitamin dan mineral, seperti niacin, vitamin D, kalsium, fibre, iron, thiamine dan riboflavin. Beras yang dimasak menjadi nasi merupakan sumber utama



Pasangan pengantin masyarakat Bugis.

karbohidrat yang membekalkan tenaga segera. Karbohidrat kompleks dalam nasi juga membekalkan tenaga berterusan dan membantu mengekalkan paras gula dalam darah.

Burasak merupakan hidangan istimewa masyarakat kaum Bugis dan hanya dijumpai dan dinikmati pada perayaan tertentu, seperti sambutan hari raya, perkahwinan dan upacara adat kaum Bugis. Kini makanan tradisional ini dapat dijumpai pada bila-bila masa.

Di samping itu, penggunaan daun pisang sebagai pembungkus atau alas bagi burasak turut memiliki khasiat. Daun pisang mengandungi banyak sumber nutrisi dan khasiat untuk meningkatkan tahap kesihatan manusia, khususnya yang berkaitan sistem pencernaan. Daun pisang bersifat sebagai antioksidan kerana mengandungi polifenol, sejenis antioksidan yang membantu melindungi tubuh daripada kerosakan yang disebabkan oleh radikal bebas. Antioksidan penting dalam mengurangkan risiko penyakit kronik seperti penyakit jantung dan kanser.

KEUNIKAN BURASAK

Burasak mempunyai keunikan dari segi proses penyediaan yang masih mengekalkan cara tradisionalnya. Proses penyediaan burasak yang memerlukan beberapa langkah yang teliti menjadikannya istimewa. Bermula dengan pemilihan daun pisang dan santan, lalu menggunakan daun pisang untuk membungkus nasi separuh masak, sehinggalah proses merebus yang mengambil tempoh masa yang agak panjang dengan menggunakan kayu api. Setiap langkah ini memerlukan kesabaran dan ketelitian. Kaedah ini diturunkan dari generasi ke generasi agar dapat memelihara keaslian dan rasa asli burasak.

Penggunaan santan sebagai bahan utama dalam pembuatan burasak membuatnya mengandungi lemak sihat yang dikenali sebagai asid lemak rantai ringkas (MCT). MCT dapat membantu dalam mengurangkan berat badan, meningkatkan kesihatan jantung dan menguatkan sistem imun.

Burasak juga mempunyai keunikan dari aspek rasa. Hal ini dikatakan demikian kerana burasak mempunyai rasa yang unik hasil gabungan beras dan santan. Santan memberikan rasa yang kaya lemak, manakala daun pucuk pisang yang dibalut memberikan aroma dan rasa tambahan. Proses memasak yang lama membolehkan nasi menyerap sepenuhnya rasa santan, seterusnya menghasilkan tekstur yang lembut dan kenyal yang sukar didapati dalam masakan lain.

Seterusnya, keunikan burasak dapat dilihat dari segi pembungkusannya. Orang dahulu menggunakan daun pisang kerana ketiadaan pinggan atau sesuatu tempat untuk menghidangkannya. Penggunaan daun pisang sebagai pembungkusan burasak bukan sahaja untuk mengekalkan tradisi dan keunikan pada makanan tradisional tersebut, tetapi juga sebuah seni yang estetik dan praktikal.

Tambahan pula, penggunaan daun pisang memberikan aroma yang harum apabila burasak direbus dan berfungsi sebagai pembalut semula jadi yang mesra alam. Bentuk bungkusan yang kemas dan padat juga memudahkan untuk disimpan dan dihidangkan.

Selanjutnya, burasak merupakan simbol kebersamaan bagi masyarakat kaum Bugis. Hal ini dikatakan demikian kerana burasak

Burasak merupakan lambang sebuah warisan, budaya dan identiti kerana menjadi elemen penting dalam sosial masyarakat kaum Bugis di Malaysia. Walau di tengah-tengah arus globalisasi dan pemodenan, masyarakat kaum Bugis terus berusaha untuk memelihara pembuatan burasak sebagai cara untuk menghormati dan meraikan warisan mereka.

sering kali menjadi hidangan utama pada hari perayaan dan majlis khas seperti kenduri kahwin. Burasak menjadi simbol kebersamaan dan kegembiraan, ahli keluarga berkumpul untuk menyediakan dan menikmati hidangan tersebut bersama-sama. Burasak juga dihidangkan sebagai tanda hormat kepada tetamu.

Burasak bukan sekadar makanan tradisional bagi masyarakat kaum Bugis, bahkan merupakan simbol kekayaan budaya dan identiti etnik yang diwarisi dari turun-temurun. Dalam konteks budaya Bugis di Malaysia, burasak memainkan peranan penting dalam pelbagai aspek kehidupan sosial dan budaya.

Burasak dilihat berfungsi sebagai penghubung antara generasi ke generasi. Penyediaan burasak melibatkan proses yang teliti dan memerlukan kerjasama yang erat, lazimnya melibatkan ahli keluarga dari pelbagai generasi. Aktiviti ini bukan sahaja mengeratkan hubungan



Burasak merupakan hidangan istimewa yang bertekstur lembut dan kenyal.

kekeluargaan, malah berfungsi sebagai medium pemindahan ilmu dan tradisi daripada generasi tua kepada generasi muda. Dengan cara ini, burasak membantu memastikan warisan budaya Bugis terus hidup dan dihayati oleh generasi baharu.

Dalam konteks kemasyarakatan, burasak berfungsi sebagai wadah mengeratkan hubungan sosial. Kerjasama dalam proses memasak burasak mengeratkan tali persaudaraan dan memupuk semangat kerjasama. Hal ini menjadikan burasak bukan sahaja sebagai makanan, tetapi juga sebagai medium yang mengeratkan perpaduan dan keharmonian dalam kalangan masyarakat Bugis. Oleh sebab itu, burasak amat penting dan berperanan dalam pembentukan sosial dan budaya masyarakat Bugis.

Pemeliharaan keunikan makanan tradisional di Malaysia menghadapi pelbagai cabaran

yang perlu ditempuhi bagi memastikan warisan ini kekal dan dihayati oleh generasi akan datang. Antara cabaran yang perlu ditempuhi termasuklah kepupusan pengetahuan tradisional. Hal ini dikatakan demikian kerana rata-rata generasi muda kurang berminat untuk mempelajari cara tradisional membuat burasak. Mereka lebih terpengaruh dengan gaya hidup moden dan makanan segera yang lebih mudah dicari dan disediakan.

Selain itu, arus pemodenan membawa pengaruh Barat, termasuklah makanan, yang lebih digemari oleh semua golongan generasi. Hal ni menyebabkan makanan tradisional seperti burasak kurang mendapat tempat dalam kehidupan harian. Oleh hal yang demikian, pelbagai usaha diperlukan untuk menangani cabaran ini dengan pelibatan pelbagai komuniti, kerajaan dan pihak berkepentingan dalam

menggalakkan pemahaman dan penghayatan nilai makanan tradisional.

Burasak merupakan lambang sebuah warisan, budaya dan identiti kerana menjadi elemen penting dalam sosial masyarakat kaum Bugis di Malaysia. Walau di tengah-tengah arus globalisasi dan pemodenan, masyarakat kaum Bugis terus berusaha untuk memelihara pembuatan burasak sebagai cara untuk menghormati dan meraikan warisan mereka. Hal ini mencerminkan komitmen mereka terhadap pengekal budaya walaupun berhadapan perubahan sosial dan ekonomi.

Secara keseluruhannya, burasak merupakan jambatan yang menghubungkan masa lalu dengan masa ini. Melalui makanan ini, nilai, sejarah dan budaya masyarakat Bugis dikekalkan, dihormati dan diraikan bersama-sama bagi setiap generasi. DB