

MITOS & REALITI MEMAKAN DAGING KAMBING

Mitos 1: Daging kambing hamis.

Daging kambing berbau hamis. Ramai yang mempercayai ini kerana penyembelih tidak tahu petua menyembelih. Ada juga yang mempercayai bahawa hempedu kambing tidak dibuang dengan cepat menyebabkannya terkena daging. 2 faktor ini dipercayai kononnya penyebab daging kambing berbau hamis.

Realitinya:

Daging kambing berbau hamis kerana kambing yang disembelih mempunyai kadar hormon mengawan (membiak) yang tinggi. Terutama bagi kambing yang telah matang. Ini kerana, kita selalunya menyembelih kambing yang berumur 2 tahun dan ke atas (untuk aqiqah & korban).

Selain itu, kambing yang ingin disembelih kadang-kala dibiarkan sebelum itu bercampur-gaul jantan betina. Ini menyebabkan hormon untuk mengawan tinggi dan mengeluarkan baunya untuk menarik perhatian kambing betina atau jantan untuk mengawan. Inilah yang menyebabkan daging kambing berbau hamis!

Oleh itu, bagi menjadikan kambing yang disembelih tidak berbau hamis, asingkan kambing tadi berlainan jantina beberapa hari berjauhan. Kemudian barulah sembelih. InsyaAllah daging kambing tidak lagi berbau hamis.

Atau, sembelih kambing muda berumur 8 bulan ke bawah. Contohnya orang arab, kerana mereka memakan daging kambing muda.

Mitos 2: Daging kambing pembawa darah tinggi.

Ramai yang mempercayai daging kambing berkolesterol tinggi. Dipercayai juga, sesiapa yang makan daging kambing boleh menyebabkan sakit kepala disebabkan "darah tinggi" naik.

Realitinya:

Menurut kajian, penggunaan daging kambing seluruh dunia adalah yang paling tinggi iaitu 64% berbanding penggunaan sumber daging yang lain. Jika diperhatikan di pasaraya

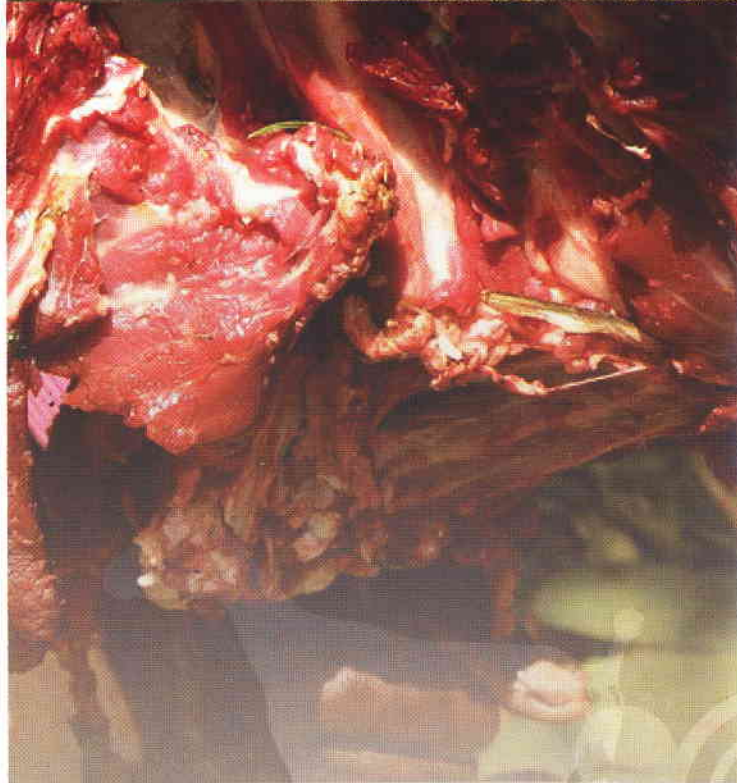
tempatan, daging kambing adalah yang paling mahal harganya iaitu RM35 sekilo kerana permintaan yang tinggi yang merupakan salah satu faktornya. (Daging biri-biri RM25 sekilo).

Selain itu, menurut rujukan yang di lampirkan di bawah, daging yang terbaik untuk dimakan adalah daging kambing. Ini adalah kerana daging kambing merupakan daging yang mempunyai kandungan kolesterol, kalori, lemak dan protien yang terendah berbanding sumber daging lain.

DAGING	KOLESTROL (mg)	KALORI	LEMAK (gm)	PROTIN (gm)
Kambing	63.8	122	2.6	23
Ayam	76	162	6.3	25
Lembu	73.1	179	7.9	25
Biri-biri	78.2	175	8.1	78.2

Keadaan pening kepala selepas memakan daging kambing adalah kerana memakan daging kambing yang berumur 2 tahun ke atas (kambing tua). Ini kerana kandungan kolesterol kambing tua memang tinggi. Oleh itu, amalan pemakanan daging kambing yang baik dan rendah lemak dan kolesterol ialah memakan daging kambing yang berumur 8 bulan ke bawah (kambing muda).

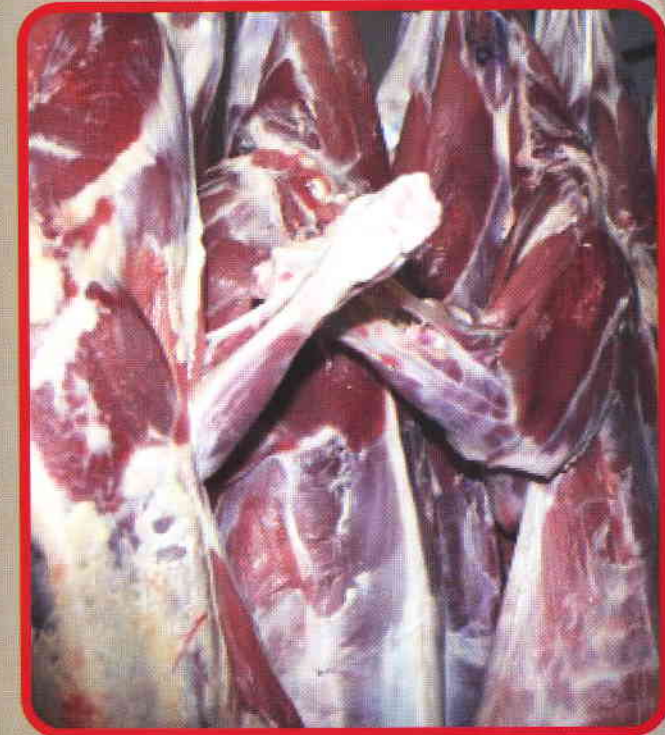




JABATAN PERKHIDMATAN VETERINAR
Kementerian Pertanian Dan Industri Asas Tani
Blok Podium, Wisma Tani, Lot 4G1, Presint 4,
Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan
62630 Putrajaya, Malaysia

Tel: 603 88702000 Fax: 603 88888178
Email: webmaster@jph.gov.my

Mitos & Realiti **MEMAKAN DAGING KAMBING**



JABATAN PERKHIDMATAN VETERINAR