KOMBINASI TEPUNG MOCAF DAN TEPUNG *OAT* PADA PEMBUATAN KUKIS (MOCOKIS) SEBAGAI SELINGAN SEHAT BEBAS GLUTEN

Adienda Oktaviani [1*], Parlin Dwiyana [1]
[1] Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Mohammad Husni Thamrin
Jl. Raya Pondok Gede No. 23-25 Jakarta Timur 13550
Email : Adiendaoktaviani10@gmai.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Mocaf adalah tepung yang terbuat dari singkong yang difermentasi dengan bakteri asam laktat untuk memperbaiki karakteristiknya seperti warna dan aroma. *Oat* juga mengandung karbohidrat yang mudah dicerna sehingga mampu menambah tenaga dan kekuatan, serta termasuk tepung bebas gluten. Gluten yang terkandung pada makanan perlu dihindari oleh anak autisme dan *celiac disease*. Kukis adalah kue kering yang memiliki kandungan air yang rendah sehingga memiliki karakteristik yang ramah dan daya tahan yang cukup lama. **Tujuan:** Mengetahui formula kombinasi tepung mocaf dan tepung *oat* terhadap sifat organoleptik, daya terima, dan kandungan nilai gizi pada kukis. **Metode:** Penelitian ini bersifat eksperimental dengan menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL) dengan uji *Analysis of variance*. Terdapat 4 perlakuan yaitu P0 (100% tepung terigu), P1 (50% tepung mocaf 50% tepung oat), P2 (65% tepung mocaf 35% tepung oat), P3 (80% tepung mocaf 20% tepung oat). **Hasil:** Terdapat pengaruh kombinasi tepung mocaf dan tepung *oat* terhadap aspek warna, rasa, aroma dan tekstur kukis. Semakin banyak kombinasi warna kukis menjadi semakin cokelat, rasa yang dihasilkan menjadi agak manis, dan tekstur yang dihasilkan menjadi agak renyah. Terdapat pengaruh kombinasi tepung mocaf dan tepung *oat* terhadap aspek tingkat kesukaan warna kukis. Semakin banyak kombinasi maka panelis semakin agak suka pada tingkat kesukaan warna kukis. **Kesimpulan:** Produk terpilih P2 (65%:35%). Takaran saji kukis sebanyak 3 keping yang artinya setiap satu takaran saji berisi 33 gram dengan kandungan kalsium 12.654 mg dan serat 2,1 g. Konsumsi satu kali takaran saji akan memberikan kontribusi asupan kalsium sebanyak 11,5% dan serat 7% dari AKG.

Kata Kunci : Tepung Mocaf, Kukis, Bebas Gluten

COMBINATION OF MOCAF FLOUR AND OAT FLOUR IN MAKING COOKIES (MOCOKIS) AS A HEALTHY GLUTEN-FREE SNACK

Adienda Oktaviani [1*], **Parlin Dwiyana** [1]
[1] *Nutrition Study Program, Faculty of Health, University of Mohammad Husni Thamrin*
Jl. Raya Pondok Gede No. 23-25 East Jakarta 13550
Email : Adiendaoktaviani10@gmai.com

ABSTRACT

Background: *Mocaf is flour made from cassava fermented with lactic acid bacteria to improve its characteristics such as color and aroma. It also contains easily digestible carbohydrates that can increase energy and strength, and is a gluten-free flour. Gluten contained in foods needs to be avoided by children with autism and celiac disease. Cookies are pastries that have a low water content so that they have friendly characteristics and a long durability.* ***Purpose:*** *To determine the combination formula of mocaf flour and oat flour on organoleptic properties, acceptability, and nutritional value content of cookies.* ***Methods:*** *This research is experimental using a completely randomized design (CRD) with Analysis of variance test. There were 4 treatments, namely P0 (100% wheat flour), P1 (50% mocaf flour 50% oat flour), P2 (65% mocaf flour 35% oat flour), P3 (80% mocaf flour 20% oat flour).* ***Results:*** *There was an effect of the combination of mocaf flour and oat flour on the color, taste, and texture aspects of the cookies. The more combinations the color of the cookies became more brown, the taste produced became slightly sweet, and the texture produced became slightly crunchy. There is an effect of the combination of mocaf flour and oat flour on the aspect of the level of liking of the color of the cookies. The more the combination, the more the panelists liked the color of the cookies.* ***Conclusion:*** *The selected product is P2 (65%:35%). The serving size of cookies is 3 pieces, which means that each serving size contains 33 grams with a calcium content of 12,654 mg and 2.1 g of fiber. Consumption of one serving size will contribute 11.5% calcium intake and 7% fiber from the RDA.*

Keywords*: Mocaf Flour, Cookies, Gluten Free*