

“SUBSTITUSI MUNG BEAN MILK TERHADAP FULL CREAM MILK DALAM PEMBUATAN PANNA COTTA”

[Ita Karnita](#)^{1*}, [Ghini Kunthala Devi](#)², [M. Firman Arafah](#)³

¹Program Studi Perhotelan, AKPAR NHI Bandung, Indonesia

²Program Studi Perhotelan, AKPAR NHI Bandung, Indonesia

³Program Studi Perhotelan, AKPAR NHI Bandung, Indonesia

*Email : itakarnita@akparnhi.ac.id

Diterbitkan oleh Akademi Pariwisata NHI Bandung

Info Artikel

Diterima :

Diperbaiki :

Disetujui :

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat pannacotta. Penelitian ini bertujuan untuk membuat produk pannacotta yang memiliki rasa, aroma, tekstur dan warna yang sama dengan pannacotta pembanding namun memiliki kandungan lemak yang rendah dan layak dikonsumsi oleh flextrians. Makanan penutup adalah hidangan yang disajikan sebagai hidangan penutup atau di akhir hidangan prasmanan atau a'la carte yang lembut dan manis sifat dan rasanya, dapat disajikan dingin atau panas. Panna cotta adalah makanan penutup yang berasal dari Piedmont, yang merupakan bagian dari wilayah Italia utara yang berbatasan dengan Swiss dan Prancis. Sebuah kamus tahun 1879 menyebutkan hidangan yang disebut latte inglese atau susu Inggris, terbuat dari krim yang dimasak dengan gelatin dan dicetak, sumber lain mengatakan bahwa latte inglese dibuat dengan kuning telur yang dikenal orang sebagai custard kental. Alternatif lain sebagai pengganti lemak susu adalah susu kacang hijau. Susu kacang hijau atau susu kacang hijau merupakan salah satu produk olahan yang diekstrak dari biji kacang hijau yang sudah dikupas. Kacang hijau memiliki kandungan protein yang cukup tinggi yaitu 22% dan merupakan sumber mineral penting antara lain kalsium dan fosfor. Kandungan lemak yang rendah pada kacang hijau menyebabkan makanan atau minuman yang terbuat dari kacang hijau tidak mudah berbau. Dapat disimpulkan bahwa panna cotta memiliki kandungan gizi yang baik dengan kandungan lemak yang tinggi. Sehingga penulis tertarik untuk menggunakan susu kacang hijau sebagai pengganti susu full cream dan fibere crème sebagai pengganti fresh cream.

Kata Kunci: *Panacotta, lemak susu, susu kacang hijau*

ABSTRACT

The purpose of this research is to make pannacotta. This research is aimed at making a pannacotta product that has the same taste, aroma, texture and color as the comparative pannacotta but has a low fat content and is suitable for consumption by flextrians. Dessert is a dish that is served as a dessert or at the end of a buffet or a la carte meal which is soft and sweet in nature and taste, can be served cold or hot. Panna cotta is a dessert originating from Piedmont, which is part of the northern Italian region bordering Switzerland and France. An 1879 dictionary mentions a dish called latte inglese or English milk, made of cream cooked with gelatine and molded, other sources say that latte inglese is made with egg yolks known to people as thick custard. Another alternative as a substitute for milk fat is green bean milk. Mungbean milk or mungbean milk is one of the processed products which is extracted from peeled green beans. Mung bean has a fairly high protein content of 22% and is a source of important minerals, including calcium and phosphorus. The low fat content in green beans causes food or drinks made from green beans not to smell easily. It can be concluded that panna cotta has good nutritional content with high fat content. So the author is interested in using mung bean milk as a substitute for full cream milk and fibere crème as a substitute for fresh cream.

Keywords: panacotta, Milk fat, Mung bean

Alamat Korespondensi : Jl. Raya Lembang No. 112, Jawa Barat, Indonesia 40359

Pendahuluan

Dessert adalah suatu hidangan yang dihidangkan sebagai hidangan penutup atau pada akhir jamuan prasmanan atau a la carte yang sifat dan rasanya lembut dan manis, bisa dihidangkan dingin maupun panas. Kerangka terakhir dari suatu menu disebut sweets atau dessert, yaitu yang sering kita dengar dengan istilah makanan penutup. Dessert atau hidangan penutup adalah hidangan yang disajikan setelah hidangan main course (utama) atau sering dikenal dengan pencuci mulut. Memiliki rasa manis, lembut, menyegarkan serta bisa dihidangkan dingin maupun panas. Komariah, (2008) menyatakan bahwa “dessert umumnya memiliki rasa manis dan disajikan dalam keadaan dingin atau panas.” Fungsi dessert dalam hidangan adalah sebagai penyegar setelah menyantap hidangan utama.

Cold Dessert yang telah dikenal di Indonesia antara lain puding, jeli dan es krim, namun sebenarnya masih ada jenis produk lainnya, salah satunya adalah panna cotta. Panna cotta merupakan produk dessert yang berasal dari Italia yang dibuat menggunakan krim dan susu yang dimasak bersama bahan lain seperti gelatine dan gula, serta disajikan dalam keadaan dingin. Panna cotta memiliki karakter yang menyerupai puding dengan sifat gel yang lebih lembut namun tetap kokoh dan dapat mempertahankan bentuknya.

Panna cotta merupakan salah satu dessert yang berasal dari Piedmont yang merupakan bagian dari daerah Italia Utara yang berbatasan dengan Swiss dan Perancis. Sebuah kamus tahun 1879 menyebutkan sebuah hidangan yang disebut latte inglese atau susu Inggris, terbuat dari krim yang dimasak dengan gelatine dan dicetak, sumber-sumber lain mengatakan bahwa latte inglese dibuat dengan kuning telur yang dikenal oleh orang sebagai custard yang kental. Panna cotta bermula dari produk tradisional pada awal 1900-an dan dipercaya dibuat pertama kali oleh seorang wanita dari keturunan Hongaria di Langhe (sebuah kota di Piedmont). Panna cotta menjadi populer di Amerika Serikat pada tahun 1990-an dan mulai banyak dihidangkan di restoran.

Kandungan lemak yang terdapat pada Panna Cotta dapat mengandung lemak tinggi dan lemak rendah. Lemak yang tinggi berasal dari susu dengan kandungan lemak tinggi seperti susu full cream dan whipping cream, sedangkan lemak yang rendah berasal dari susu dengan kandungan lemak rendah seperti susu kacang hijau. Amalia, (2012) menyatakan bahwa “susu krim (full cream) adalah susu segar yang kaya akan lemak”. Lemak susu yang akan digunakan dalam pembuatan panna cotta berperan menghasilkan tekstur yang lembut, meningkatkan cita rasa, dan memberikan karakteristik yang baik.

Filliyani dkk, (2013) menyatakan bahwa “lemak susu dapat diganti dengan lemak/minyak nabati yang bukan berasal dari susu hewani melainkan berasal dari tanaman atau nabati misalnya kelapa, kelapa sawit, palawijaya ataupun lemak yang diperoleh dari kacang hijau.

Alternatif lain sebagai pengganti lemak susu adalah susu kacang hijau. Susu kacang hijau atau mungbean milk adalah salah satu hasil pengolahan yang merupakan hasil ekstraksi dari kacang hijau kupas. Kacang hijau memiliki kandungan protein yang cukup tinggi sebesar 22% dan merupakan sumber mineral penting, antara lain kalsium dan fosfor. Kadar lemak yang rendah dalam kacang hijau menyebabkan bahan makanan atau minuman yang terbuat dari kacang hijau tidak mudah berbau. Lemak kacang hijau tersusun atas 73% asam lemak tak jenuh dan 27% asam lemak jenuh. Umumnya kacang-kacangan memang mengandung lemak tak jenuh tinggi. Asupan lemak tak jenuh tinggi penting untuk menjaga kesehatan jantung. Kacang hijau mengandung vitamin B1 yang berguna untuk pertumbuhan.

Vegetarian adalah orang yang mengonsumsi makanan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan, meliputi sayur-sayuran, biji-bijian, kacang-kacangan dan buah-buahan dan tidak mengonsumsi segala jenis binatang, termasuk daging sapi, babi, ayam ataupun ikan, (Kuntaraf & Kuntaraf J 1992)

Panna cotta mengandung bahan fresh milk dan fresh cream yang tidak bisa dikonsumsi oleh orang golongan flexitarian. Rizky, (2010:29) menyatakan bahwa “flexitarian yaitu pelaku vegetarian yang membuka diri untuk sesekali menyantap olahan daging ternak, daging unggas, maupun ikan dan hasil laut.” Karena fresh cream dan fresh milk adalah hasil olahan dari susu sapi, sehingga tidak cocok untuk dikonsumsi bagi orang flexitarian. Dapat ditarik kesimpulan bahwa panna cotta memiliki kandungan nutrisi yang baik dengan kadar lemak yang tinggi. Maka penulis tertarik untuk menggunakan mung bean milk sebagai pengganti full cream milk dan fibere crème sebagai pengganti fresh cream.

Maka dari itu penulis tertarik untuk mengangkat kedalam sebuah penelitian dengan judul “ SUBSTITUSI MUNG BEAN MILK TERHADAP FULL CREAM MILK DALAM PEMBUATAN PANNA COTTA”

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuat produk panna cotta dengan komposisi lemak yang rendah. Penelitian ini ditujukan untuk membuat produk panna cotta yang mempunyai rasa, aroma, tekstur dan warna seperti panna cotta pembanding tetapi memiliki kandungan lemak yang rendah, serta cocok untuk dikonsumsi oleh flexitarian.

Metode Penelitian

Metode Penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah penelitian dengan cara eksperimen. Metode eksperimen adalah cara penyajian pelajaran dimana siswa melakukan percobaan dengan mengalami dan membuktikan sendiri sesuatu yang dipelajari. Sugiyono, (2012:2)

menyatakan bahwa “metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.”

Teknik Pengumpulan Data

1. Studi Pustaka

Studi pustaka adalah kajian teoritis, referensi serta literatur ilmiah lainnya yang berkaitan dengan budaya, nilai dan norma yang berkembang pada situasi social yang diteliti. Sugiyono, (2012) menyatakan bahwa “seorang peneliti hendaknya mengenal atau tidak merasa asing dilingkungan perpustakaan sebab dengan mengenal situasi perpustakaan, peneliti akan dengan mudah menemukan apa yang diperlukan.” Untuk mendapatkan informasi yang diperlukan peneliti mengetahui sumber-sumber informasi tersebut, misalnya kartu katalog, referensi umum dan khusus, buku-buku pedoman, buku petunjuk, laporan-laporan penelitian, tesis dan disertasi, jurnal, ensiklopedi dan surat kabar. Dengan demikian peneliti akan memperoleh informasi dan sumber yang tepat dalam waktu yang singkat.

2. Penilaian Panelis

Pengertian uji organoleptik menurut Sulaiman, (2015:6) adalah : Uji organoleptik atau uji sensorik dilakukan oleh para profesional atau panelis ahli (para dosen prodi maupun para praktisi di Industri perhotelan). Yaitu uji yang menggunakan pendekatan indrawi yang dilakukan oleh para panelis.

3. Kuesioner

Kuesioner adalah suatu daftar isi yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang harus dijawab atau dikerjakan oleh orang yang akan diukur atau responden. Sugiyono (2012:137) menyatakan bahwa “kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab.”

4. Uji Hedonik

Uji hedonik diperuntukan bagi panelis tidak terlatih. Pada uji ini panelis mengemukakan tanggapan pribadi yaitu kesan yang berhubungan dengan kesukaan atau tanggapan senang atau tidaknya terhadap sifat sensoris atau kualitas yang dinilai, (Doerry : 4-6). Watts et. al, 1989, p.66; Ningrum, (2017,p.120).

Hasil dan Pembahasan

PENILAIAN PANELIS PROFESIONAL TERHADAP CITA RASA *PANNA COTTA* PEMBANDING (n=10)

ASPEK PENILAIAN	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	TOTAL
Aroma	2	6	2	-	-	10
Rasa	-	6	4	-	-	10
Tekstur	-	6	2	2	-	10
Warna	2	4	4	-	-	10

Sumber: Dokumentasi penulis, (2020).

Dari penilaian 10 panelis profesional terhadap cita rasa *panna cotta* pembeding di atas, diketahui bahwa:

1. Dari aspek aroma, 2 panelis memberi nilai sangat sedap, 6 panelis memberi nilai sedap dan 2 panelis memberi nilai cukup sedap.
2. Dari aspek rasa, 6 orang panelis memberi nilai enak dan 4 orang panelis memberi nilai cukup enak.
3. Dari aspek Tekstur, 6 orang panelis memberi nilai lembut, 2 orang panelis memberi nilai cukup lembut dan 2 orang panelis memberi nilai kurang lembut.
4. Dari aspek warna, 2 orang panelis memberi nilai sangat menarik, 4 orang panelis memberi nilai menarik dan 4 orang panelis memberi nilai cukup menarik.

PENILAIAN PANELIS PROFESIONAL TERHADAP CITA RASA *PANNA COTTA* EKSPERIMEN (n=10)

ASPEK PENILAIAN	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	TOTAL
Aroma	3	6	1	-	-	10
Rasa	4	5	1	-	-	10
Tekstur	3	5	2	-	-	10
Warna	1	7	2	-	-	10

Sumber: Dokumentasi penulis, (2020).

Dari penilaian 10 panelis profesional terhadap cita rasa *panna cotta* pembeding di atas, diketahui bahwa:

1. Dari aspek aroma, 3 orang panelis memberi nilai sangat sedap, 6 orang panelis memberi nilai sedap dan 1 orang panelis memberi nilai cukup sedap.
2. Dari aspek rasa, 4 orang panelis memberi nilai sangat enak, 5 orang panelis memberi nilai enak dan 1 orang panelis memberi nilai cukup enak.
3. Dari aspek tekstur, 3 orang panelis memberi nilai sangat lembut, 5 orang panelis memberi nilai dan 2 orang panelis memberi nilai cukup lembut.

4. Dari aspek warna, 1 orang panelis memberi nilai sangat menarik, 7 orang panelis memberi nilai menarik dan 2 orang panelis memberi nilai cukup menarik.

PENILAIAN PANELIS KONSUMEN TERHADAP CITA RASA
PANNA COTTA PEMBANDING
(n=30)

ASPEK PENILAIAN	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	TOTAL
Aroma	6	19	5	-	-	30
Rasa	10	15	3	2	-	30
Tekstur	8	18	4	-	-	30
Warna	4	23	3	-	-	30

Sumber: Dokumentasi Penulis, (2020).

Dari penilaian 30 panelis konsumen terhadap cita rasa *panna cotta* pembandingan di atas, diketahui bahwa:

1. Dari aspek aroma, 6 orang panelis memberi nilai sangat sedap, 19 orang panelis memberi nilai sedap, 5 orang panelis memberi nilai cukup sedap.
2. Dari aspek rasa, 10 orang panelis memberi nilai sangat enak, 15 orang panelis memberi nilai enak, 3 orang panelis memberi nilai cukup sedap.
3. Dari aspek tekstur, 8 orang panelis memberi nilai sangat lembut, 18 orang panelis memberi nilai lembut dan 4 orang panelis memberi nilai cukup lembut.
4. Dari aspek warna, 4 panelis memberi nilai sangat menarik, 23 orang panelis memberi nilai menarik dan 3 orang panelis memberi nilai cukup menarik

Simpulan dan saran

Berdasarkan hasil eksperimen dan pembahasan pada bab-bab sebelumnya, maka penulis dapat merumuskan beberapa butir kesimpulan sebagai berikut:

Kesimpulan Cita Rasa *Panna Cotta* Pembandingan dan *Panna Cotta* Eksperimen Berdasarkan Uji Hedonik dan Uji Organoleptik

Berdasarkan data yang telah penulis olah, cita rasa *panna cotta* eksperimen lebih unggul dibandingkan cita rasa *panna cotta* pembandingan. *Panna cotta* eksperimen lebih unggul dalam 4 aspek yaitu aroma, rasa, tektur dan warna. Sedangkan *panna cotta* pembandingan tidak unggul dalam 4 aspek. Berikut penulis lampirkan hasil penilaian cita rasa *panna cotta* pembandingan dan *panna cotta* eksperimen:

HASIL PENILAIAN UJI ORGANOLEPTIK *PANNA COTTA* PEMBANDING DAN *PANNA COTTA* EKSPERIMEN

HASIL PENILAIAN CITA RASA		
ASPEK PENILAIAN	<i>PANNA COTTA</i> PEMBANDING	<i>PANNA COTTA</i> EKSPERIMEN
Aroma	4,02	4,25
Rasa	3,97	4,15
Tekstur	3,95	4,25
Warna	3,97	3,87
RATA-RATA	3,97	4,13

Sumber: Dokumentasi Penulis, (2020).

Dapat dilihat dari tabel di atas bahwa penilaian panelis gabungan terhadap cita rasa *panna cotta* pembanding dan *panna cotta* eksperimen tidak jauh berbeda keduanya masuk kedalam kategori enak. aroma, rasa dan tektur *panna cotta* eksperimen mendapatkan nilai yang lebih unggul dibandingkan dengan *panna cotta* pembanding. Maka dapat disimpulkan bahwa *panna cotta* eksperimen merupakan suatu produk yang diterima dan layak diperkenalkan kepada masyarakat

HASIL PERBANDINGAN UJI HEDONIK *PANNA COTTA* PEMBANDING DAN *PANNA COTTA* EKSPERIMEN (n=30)

PRODUK	RATA-RATA HASIL PENILAIAN PANELIS	DIGOLONGKAN
<i>Panna cotta</i> pembanding	3,96	Suka
<i>Panna cotta</i> eksperimen	4,20	Sangat Suka
Rata-Rata Nilai		4,08

Sumber: Dokumentasi Penulis, (2020).

Dapat dilihat dari pernyataan di atas bahwa penilaian panelis konsumen terhadap uji kesukaan *panna cotta* pembanding dan *panna cotta* eksperimen tidak jauh berbeda keduanya masuk kedalam golongan enak. Pada penilaian uji kesukaan *panna cotta* eksperimen mendapatkan nilai yang lebih unggul dibandingkan dengan *panna cotta* pembanding. Berdasarkan pernyataan tersebut maka dapat disimpulkan bahwa *panna cotta* eksperimen merupakan suatu produk yang diterima dan layak diperkenalkan kepada masyarakat.

Kesimpulan Mengenai Uji Ketahanan *Mung Bean Milk*, *Panna Cotta* Pembanding dan *Panna Cotta* Eksperimen

Uji organoleptik merupakan salah satu cara untuk menguji kualitas cita rasa. Badan Standar Nasional Indonesia, (2019) menyatakan bahwa “susu segar dikatakan masih baik apabila warna, aroma dan rasa tidak mengalami perubahan.”

Dari hasil uji ketahanan *panna cotta* yang penulis buat ternyata ketika *panna cotta* dikeluarkan di lemari pendingin *panna cotta* pembanding dan *panna cotta* eksperimen dapat bertahan hingga 2 jam. Faktor yang menyebabkan *panna cotta* tidak segar dan tidak baik yaitu faktor suhu dan udara dikarenakan adanya mikroorganisme, kemudian kandungan bahan dari *panna cotta* yang berbahan dasar susu akan cepat rusak dan tidak segar.

Kesimpulan Perhitungan Harga Jual, Biaya Produksi *Panna Cotta* Pembanding dan *Panna Cotta* Eksperimen

Berdasarkan pembahasan sebelumnya mengenai perhitungan biaya produksi, dapat diketahui bahwa perhitungan biaya produksi *panna cotta* pembanding sedikit lebih tinggi dibandingkan perhitungan biaya produksi *panna cotta* eksperimen. Berikut penulis lampirkan hasil biaya produksi *panna cotta* pembanding, *panna cotta* eksperimen dan harga jual, diantaranya:

TABEL 4.3
HASIL BIAYA PRODUKSI *PANNA COTTA* PEMBANDING DAN *PANNA COTTA* EKSPERIMEN

HASIL PERHITUNGAN BIAYA PRODUKSI		
PRODUK	TOTAL BIAYA PRODUKSI 1 PORSI (40 ML PER CUP)	TOTAL BIAYA PRODUKSI 10 PORSI
<i>Panna Cotta</i> Pembanding	Rp. 2.826,2	Rp. 28.262
<i>Panna Cotta</i> Eksperimen	Rp. 2.089,2	Rp. 20.892

Sumber: Hasil Olahan Penulis, (2020).

TABEL
HASIL PERKIRAAN HARGA JUAL *MUNG BEAN PANNA COTTA*

HARGA 1 PORSI <i>MUNG BEAN PANNA COTTA</i>	HARGA JUAL (FOOD COST 40%)
Rp. 9.919	Rp. 24.798

Sumber: Hasil Olahan Penulis, (2020).

Dari semua pernyataan di atas, kesimpulan yang penulis dapat dari penelitian tugas akhir berjudul “SUBSTITUSI *MUNG BEAN MILK* TERHADAP *FULL CREAM MILK* DALAM PEMBUATAN *PANNA COTTA*” ini adalah *panna cotta* eksperimen yang terbuat dari bahan dasar *mung bean milk* merupakan produk yang layak dikonsumsi, dapat dikonsumsi oleh golongan *flexitarian*, dapat diperkenalkan dan dipasarkan kepada masyarakat, *panna cotta* eksperimen ini mampu bersaing dengan *panna cotta* pembanding karena memiliki daya jual yang baik.

Saran

Berikut adalah beberapa saran yang dapat penulis berikan mengenai penelitian panna cotta mung

bean milk, diantaranya:

1. Cita rasa pada panna cotta eksperimen terlalu manis kadar gulanya harus dikurangi takarannya dan tekstur lembutnya ditambah lagi. Untuk cita rasa panna cotta pembandingan kandungan bahan gelatin dikurangi takarannya.
2. Kandungan yang terdapat pada kacang hijau memiliki gluten yang tinggi sehingga ketika disimpan diluar ruangan mung bean milk akan keluar endapan.
3. Dengan adanya susu kacang hijau kupas (mung bean milk) diharapkan dapat lebih banyak produsen yang memproduksi mung bean milk dengan skala yang lebih besar. Karena kacang hijau memiliki kandungan protein yang tinggi.
4. Sisa ampas dari kacang hijau bisa dipergunakan untuk filling atau isian yang ada pada makanan penutup atau roti seperti onde-onde, sweet bread.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Alhamdulillah kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat islam dan iman, atas berkah rahmat Allah juga lah penulis bisa menyelesaikan jurnal ini dibantu dengan penulis ke dua yang selalu siap dalam menyajikan data-data kebutuhan dalam jurnal ini.

Referensi

- Amalia, G. 2012. Penetapan Kadar Lemak Pada Susu Kental Manis Metode Sokletasi. Tugas Akhir. Medan : USU.
- Sulaiman, (2015:6). Buku Pedoman Penuisan Tugas Akhir Akademi Pariwisata NHI Bandung.
- Badan Standar Nasional Indonesia, (2019) tentang Skema Penilaian Kesesuaian Terhadap Standar Nasional Indonesia Sektor Pangan
- Kuntaraf,J. dan kuntaraf,K. 1999. Olahraga Sumber Kesehatan Percetakan. Advent Indonesia
- Rizki,2019 Kajian Karakteristik Fisikokimia dan Organoleptik Snack bars dengan Bahan Dasar Tepung Tempe dan Buah Nangka Kering sebagai Alternatif Pangan CFGF (Casein Free Gluten Free). [Skripsi]. Surabaya: Universitas Sebelas Maret; 2011.
- Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Watts et.al, 1989,p.66: Ningrum 2010,p.120, Teknik Uji Hedonik