

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG
JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2021

Danti Maharani

Kajian Pembuatan *Churros* dengan Penambahan Tepung Bayam Merah terhadap Peningkatan Kandungan Zat Besi

ix, 64 halaman, 10 Tabel, 13 Gambar, 9 Lampiran

ABSTRAK

Salah satu cara pencegahan anemia adalah dengan mengonsumsi makanan tinggi zat besi, seperti sayur bayam merah. Bayam merah dapat diinovasikan menjadi tepung bayam merah untuk ditambahkan dalam pembuatan produk makanan seperti *churros*. *Churros* adalah suatu jenis *snack* berbentuk khas, mempunyai rasa seperti donat. Bahan makanan *churros* ditambahkan dengan tepung bayam merah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui formulasi produk *churros* yang paling disukai dari segi organoleptik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan), nilai gizi produk dan *food cost churros* yang paling disukai.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan tiga kali pengulangan dalam pembuatan produknya. Perlakuan dilakukan dengan formulasi tepung bayam merah dihitung dari total tepung terigu terdiri dari 5 taraf 0% (F1), 5% (F2), 10% (F3), 15% (F4) dan 20% (F5) untuk menghasilkan *churros* yang paling disukai yang dilihat dari sifat organoleptik menggunakan metode uji hedonik (warna, aroma, rasa, tekstur, dan penerimaan keseluruhan produk). Kemudian dilanjutkan dengan uji kadar zat besi pada *churros* dengan penambahan tepung bayam merah yang paling disukai dan *churros* tanpa penambahan tepung bayam merah.

Dari uji organoleptik yang dilakukan terhadap warna, aroma, rasa, tekstur dan penerimaan keseluruhan *Churros* dengan penambahan tepung bayam merah didapatkan hasil bahwa penambahan tepung bayam merah yang paling disukai panelis adalah penambahan 5% (formula 2) dengan nilai energi sebesar 300,2 kkal, zat besi 0,43 mg/100g dan *food cost* Rp. 8.164,3 per porsi 56 gram. Sedangkan *snack Churros* yang tidak dilakukan penambahan tepung bayam merah (formula 1) mengandung energi sebesar 292 kkal, zat besi 0,35 mg/100g dan *food cost* Rp. 6.406,8 per porsi 55 gram.

Direkomendasikan jika dilakukan penelitian pengembangan sebaiknya tidak dilakukan penambahan bayam merah lebih dari 20% dan menggunakan sari bayam merah agar menghasilkan warna alami

Kata kunci : *Churros*, Tepung bayam merah, Zat besi
Daftar bacaan : 50 (1932 – 2019)

TANJUNGKARANG HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NUTRITION
Final Project, May 2021

Danti Maharani

The Study of Making Churros with Addition of Red Spinach Flour towards the Increasing of Iron Composition

ix, 64 pages, 10 tables, 13 pictures, 9 appendix

ABSTRACT

One way to prevent anemia is to eat foods high in iron, such as red spinach. Red spinach can be innovated into red spinach flour to be added in the manufacture of food products such as churros. Churros is a type of snack with a distinctive shape, tastes like a donut. Churros are added with red spinach flour. This research aims to determine the most preferred formulation of churros products in terms of organoleptics (color, aroma, taste, texture, and overall acceptance), the nutritional value of the product and the most preferred food cost of churros.

This research used a descriptive method with three repetitions in the manufacture of the product. The treatment was carried out with the red spinach flour formulation calculated from the total flour consisting of 5 levels of 0% (F1), 5% (F2), 10% (F3), 15% (F4) and 20% (F5) to produce the most preferred churros which were chosen based on the organoleptic properties and using the hedonic test method (color, aroma, taste, texture, and overall product acceptance). Then proceed with the iron composition test on the most preferred churros namely churros with the addition of red spinach flour, and churros without the addition of red spinach flour.

Based on the organoleptic tests which were carried out on the color, aroma, taste, texture and overall acceptance of Churros with the addition of red spinach flour, it was found that the addition of red spinach flour which was most favored by panelists was the addition of 5% (formula 2) flour with an energy value of 300.2 kcal, iron 0.43 mg / 100g and food cost Rp. 8,164.3 per 56 gram per serving. Meanwhile, the Churros snack which was not added with red spinach flour (formula 1), contains 292 kcal of energy, 0.35 mg / 100g of iron and a food cost of Rp. 6,406.8 per 55 gram per serving.

It is recommended that when a development research is carried out, it is better not to add more than 20% red spinach and use red spinach juice to produce a natural color.

Key words: Churros, Iron, Red spinach flour

Reading list: 50 (1932 - 2019)